The background is a dark blue field filled with white line-art icons of various food items, including fruits like watermelon, apples, and oranges, vegetables like carrots and bell peppers, and other items like fish, bread, and ice cream. A vertical orange stripe runs along the right edge of the page.

EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL:

TEMPERANDO O CURRÍCULO DA EDUCAÇÃO INFANTIL AO ENSINO FUNDAMENTAL

EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL: TEMPERANDO O CURRÍCULO DA EDUCAÇÃO INFANTIL AO ENSINO FUNDAMENTAL

1ª edição

REALIZAÇÃO:


unicef
para cada criança

 **fnde**

MINISTÉRIO DA
EDUCAÇÃO

GOVERNO DO

DO LADO DO POVO BRASILEIRO

FICHA TÉCNICA

REALIZAÇÃO:
FNDE & UNICEF

Ministério da Educação
Ministro da Educação
Camilo Sobreira de Santana

Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação

Presidente do FNDE
Fernanda Mara de Oliveira Macedo Carneiro Pacobahyba

Diretor de Ações Educacionais
Anderson Wilson Sampaio dos Santos

Coordenadora-Geral do Programa Nacional de Alimentação Escolar
Karine Silva dos Santos

Coordenador de Segurança Alimentar e Nutricional
Daniel Henrique Bandoni

Chefe de Divisão de Educação Alimentar e Nutricional
Mariana Belloni Melgaço

Centro Colaborador em Alimentação e Nutrição Escolar da Universidade Federal de Viçosa
Marília Barreto Pessoa Lima Rodrigues

Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF)
Representante do UNICEF no Brasil

Joaquin Gonzalez-Aleman

Representante Adjunta para Programas
Layla Saad

Chefe de Saúde e Nutrição
Luciana Phebo

Chefe de Educação
Monica Pinto

Chefe de Comunicação e Advocacy
Sonia Yeo

Especialista em Saúde e Nutrição
Stephanie Amaral

Especialista em Educação Infantil
Carolina Velho

Elaboração de texto

Giorgia Castilho Russo
Maína Ribeiro Pereira Castro
Mariana Belloni Melgaço
Marília Barreto Pessoa Lima Rodrigues
Sílvia Cristina Farias
Yazareni José Mercadante Urquía

Revisão e colaboração
Adaiana da Rocha Carvalho
Carolina Velho
Claudia Soar

Luana Rosa de Oliveira
Lucas Daniel Sanches
Mariana Belloni Melgaço
Marília Barreto Pessoa Lima Rodrigues
Regicely Aline Brandão
Stephanie Amaral
Thaís Salema

Revisão ortográfica e de linguagem inclusiva
Cecília Siqueira

Projeto Gráfico e diagramação
Ana Carolina Caetano

E24 Educação alimentar e nutricional : temperando o currículo da educação infantil ao ensino fundamental [livro eletrônico] / elaboração de texto Giorgia Castilho Russo ... [et al.]. 1. ed. - Brasília: FNDE, Unicef, 2025. 222 p. : il. color.

ISBN 978-65-981889-5-5

1. Alimentação escolar. 2. Hábitos alimentares. 3. Segurança alimentar. 4. Política alimentar. 6. Currículos. I. Russos, Giorgia Castilho. II. Título.

CDU 371.217.2

FNDE – Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação
SBS, Quadra 2, Bloco F, 4º andar, Edifício FNDE.
CEP: 70.070-929. Brasília/DF

UNICEF Brasília
SEPN 510, Bloco A, 1º andar.
CEP: 70750-521. Brasília/DF

Todos os direitos reservados. É permitida a reprodução parcial ou total desta obra, desde que citada a fonte e que não seja para venda ou qualquer fim comercial.
1ª edição – 2025





CARTA DE APRESENTAÇÃO DA PRESIDENTE DO FNDE

O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) é uma das maiores políticas públicas de educação e segurança alimentar e nutricional do mundo. Diariamente, milhões de estudantes recebem refeições adequadas e saudáveis, respeitando a diversidade cultural e nutricional dos estudantes. Mais do que fornecer alimentação, o PNAE promove aprendizado, inclusão e cidadania.

A EAN é uma das diretrizes do PNAE e deve ser integrada de forma transversal e contínua aos currículos escolares, fortalecendo sua articulação com o processo pedagógico. O FNDE, por meio da Coordenação-Geral do PNAE (CGPAE) e da Divisão de Educação Alimentar e Nutricional (DIEAN) da Coordenação de Segurança Alimentar e Nutricional (COSAN), tem atuado para fortalecer essa integração. Este material é resultado desse esforço e apresenta ferramentas, propostas pedagógicas e práticas exitosas para apoiar a implementação da EAN em creches e escolas.

Este documento é um convite à ação. Elaborado com o apoio técnico do UNICEF e em diálogo com profissionais da educação e da nutrição, ele apresenta caminhos concretos para que a EAN seja integrada de forma transversal ao cotidiano escolar. Este documento é, acima de tudo, uma ferramenta de apoio ao trabalho de educadores, gestores, nutricionistas, merendeiras, agricultores familiares, famílias e estudantes – todos atores fundamentais para a efetivação do direito humano à alimentação adequada no ambiente escolar.

Convidamos cada educador, gestor, nutricionista e demais atores da comunidade escolar a caminhar conosco nessa construção. Garantir o direito à alimentação adequada e saudável é, antes de tudo, um compromisso com a aprendizagem e com a dignidade de nossas crianças e adolescentes.

Fernanda Pacobahyba
Presidente do FNDE



CARTA DE APRESENTAÇÃO DO REPRESENTANTE DO UNICEF NO BRASIL

O UNICEF, presente no Brasil há mais de sete décadas, tem atuado em conjunto com governos e sociedade civil para assegurar que cada criança e cada adolescente tenham seus direitos plenamente garantidos. A alimentação adequada e saudável é um direito humano essencial e indissociável do desenvolvimento pleno de crianças e adolescentes. É também um desafio que exige estratégias inovadoras e colaborativas.

A escola é um espaço privilegiado para promover mudanças significativas na vida de meninas e meninos, e por isso, o UNICEF advoga por medidas abrangentes que tornem escolas espaços verdadeiramente saudáveis, que promovam o direito à alimentação adequada e saudável e atuem na prevenção de todas as formas da má nutrição.

Dentre as medidas propostas está a alimentação escolar segura, culturalmente apropriada e nutritiva, e também a educação alimentar e nutricional integrada ao currículo. Essa combinação proporciona uma oportunidade única para as crianças e adolescentes aprenderem sobre os alimentos, sua produção, seu significado social, tornando-se cidadãos e cidadãs conscientes, e construindo hábitos de vida saudáveis que impactam toda a comunidade escolar.

Sendo assim, é com grande satisfação que o UNICEF apresenta este material desenvolvido em parceria com o Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE)/Ministério da Educação, em fortalecimento ao Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), uma política pública de grande reconhecimento internacional. Trata-se de um esforço coletivo para apoiar unidades educacionais, gestores e profissionais da educação e da saúde na promoção da alimentação adequada, saudável e sustentável como parte integrante do processo de ensino e aprendizagem. Mais do que propor atividades, ele busca estimular reflexões e práticas que aproximem os conteúdos pedagógicos da realidade dos estudantes, valorizando saberes locais, a diversidade cultural e a sustentabilidade dos sistemas alimentares.

Desejamos que este material inspire educadores e gestores a multiplicar práticas que façam da escola um lugar de experiências transformadoras e expandam o potencial da educação como caminho para garantir direitos, promover saúde, e contribuir para um sistema alimentar mais justo, saudável e sustentável

Joaquín Gonzalez-Aleman
Representante do UNICEF no Brasil

LISTA DE SIGLAS

ABRANDH	Ação Brasileira pela Nutrição e Direitos Humanos
APS	Atenção Primária à Saúde
BNCC	Base Nacional Comum Curricular
CAE	Conselho de Alimentação Escolar
CD/FNDE	Conselho Deliberativo do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação
CECANE	Centro Colaborador em Alimentação e Nutrição Escolar
CEI	Centro de Educação Infantil
CGAN	Coordenação-Geral de Alimentação e Nutrição
CGPAE	Coordenação-Geral do Programa Nacional de Alimentação Escolar
CMEI	Centro Municipal de Educação Infantil
Consea	Conselho de Segurança Alimentar e Nutricional
COSAN	Coordenação de Segurança Alimentar e Nutricional
DCNT	Doença Crônica Não Transmissível
DEPPROS	Departamento de Prevenção e Promoção da Saúde
DHAA	Direito Humano à Alimentação Adequada
DIEAN	Divisão de Educação Alimentar e Nutricional
DIRAE	Diretoria de Ações Educacionais
EAN	Educação Alimentar e Nutricional
ECA	Estatuto da Criança e do Adolescente
EEx	Entidades Executoras (no contexto do PNAE)
Embrapa	Empresa Brasileira de Pesquisa Agropecuária
EMEIEF	Escola Municipal de Educação Infantil e Ensino Fundamental
ENANI	Estudo Nacional de Alimentação e Nutrição Infantil
FAO	Organização das Nações Unidas para a Alimentação e Agricultura
Fiocruz	Fundação Oswaldo Cruz
FNDE	Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação
FNS	Fundo Nacional de Saúde
GTI	Grupos de Trabalho Intersectoriais
IBGE	Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística
Idec	Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor
LDB	Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional
MDS	Ministério do Desenvolvimento e Assistência Social, Família e Combate à Fome
NCPI	Núcleo Ciência pela Infância
Nupens	Núcleo de Pesquisas Epidemiológicas em Nutrição e Saúde (USP)
ODS	Objetivos de Desenvolvimento Sustentável
OMS	Organização Mundial da Saúde
ONU	Organização das Nações Unidas

OPAS	Organização Pan-Americana da Saúde
PAA	Programa de Aquisição de Alimentos
PANC	Plantas Alimentícias Não Convencionais
PDDE	Programa Dinheiro Direto na Escola
PeNSE	Pesquisa Nacional de Saúde Escolar
PNAE	Programa Nacional de Alimentação Escolar
PNNAN	Política Nacional de Alimentação e Nutrição
PNLD	Programa Nacional do Livro e do Material Didático
POF	Pesquisa de Orçamentos Familiares
PPP	Projeto Político-Pedagógico
PSE	Programa Saúde na Escola
Rebrae	Rede Brasil de Alimentação Escolar
SAN	Segurança Alimentar e Nutricional
SAPS	Secretaria de Atenção Primária à Saúde
SIGPNAE	Sistema de Monitoramento do PNAE
Simec	Sistema Integrado de Monitoramento, Execução e Controle
Sisan	Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional
Sisvan	Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional
SME	Secretaria Municipal de Educação
SUS	Sistema Único de Saúde
TCT	Tema Contemporâneo Transversal
UEI	Unidade de Educação Infantil
UERJ	Universidade do Estado do Rio de Janeiro
UFMG	Universidade Federal de Minas Gerais
UFS	Universidade Federal de Sergipe
UFSM	Universidade Federal de Santa Maria
UFVJM	Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri
UNICEF	Fundo das Nações Unidas para a Infância
USP	Universidade de São Paulo



SUMÁRIO

PREFÁCIO	15
PARA VOCÊ, QUEM FAZ ACONTECER!	18
1. POR QUE ABORDAR EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NAS UNIDADES EDUCACIONAIS?	22
1.1. A Educação Alimentar e Nutricional na realização do Direito Humano à Alimentação Adequada (DHAA) e da garantia da Segurança Alimentar e Nutricional (SAN)	24
1.2. Importância da abordagem da Educação Alimentar e Nutricional no currículo escolar da educação básica.....	34
1.3. A Educação Alimentar e Nutricional no Projeto Político-Pedagógico	38
1.4. A Educação Alimentar e Nutricional e os Objetivos do Desenvolvimento Sustentável.....	40
2. CONHECENDO A ALIMENTAÇÃO ADEQUADA, SAUDÁVEL E SUSTENTÁVEL A PARTIR DE UMA PERSPECTIVA AMPLIADA	46
2.1. Como os alimentos são produzidos, processados, comercializados e consumidos: conhecendo o sistema alimentar	50
2.2. A alimentação e suas diferentes dimensões.....	61
2.3. Guias Alimentares Brasileiros.....	71
2.4. Como formamos nossos hábitos alimentares	78
2.4.1. Desenvolvimento e afirmação dos hábitos alimentares nos bebês	79
2.4.2. Desenvolvimento e afirmação dos hábitos alimentares nas crianças.....	85
2.4.3. Desenvolvimento e afirmação dos hábitos alimentares na adolescência	88
2.5. A influência do ambiente alimentar das escolas nas práticas alimentares.....	96
2.6. Conflito de interesses nas políticas de alimentação	102

3. POLÍTICAS DE APOIO E PROTEÇÃO À EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NAS UNIDADES EDUCACIONAIS	108
3.1. Políticas e programas que protegem a alimentação escolar adequada, saudável e sustentável	109
3.1.1. Programa Nacional de Alimentação Escolar	109
3.1.2. Política Nacional de Alimentação e Nutrição	113
3.1.3. Programa Saúde na Escola.....	116
3.1.4. Decreto Interministerial Nº 11.821/2023	119
3.2. Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas	122
4. COMO DESENVOLVER A EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NAS ESCOLAS? CAMINHOS E FERRAMENTAS PARA FORTALECER A TRANSVERSALIDADE NO CURRÍCULO	130
4.1. Como abordar os Guias Alimentares Brasileiros na creche e na escola?	134
4.2. Como abordar os Princípios do Marco de EAN na creche e na escola?	138
4.3. Temas Contemporâneos Transversais	142
4.4. Currículos escolares.....	146
4.4.1. Educação Infantil.....	146
4.4.2. Anos Iniciais do Ensino Fundamental.....	162
4.4.3. Anos Finais do Ensino Fundamental.....	176
5. DESAFIOS E ESTRATÉGIAS PARA O FORTALECIMENTO DA EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NO CURRÍCULO	196
5.1. Resultados do mapeamento de boas práticas de Educação Alimentar e Nutricional	197
5.2. Levantamento do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE) dos principais desafios para a inclusão da Educação Alimentar e Nutricional no currículo escolar	201
6. CONSIDERAÇÕES FINAIS	208
7. ANEXOS	212
8. APÊNDICES	214
8.1. Roteiro de autoavaliação e apoio para organização das ações de Educação Alimentar e Nutricional nas unidades de ensino.....	215
8.2. Proposta de planejamento de um projeto pedagógico	216

PREFÁCIO

O que você acha de temperar o currículo escolar com temáticas de alimentação e nutrição que apresentam relação com diversos conteúdos que já integram os componentes curriculares?

Essa foi a proposta do Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF) e do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE) ao elaborar este material, com o objetivo de apoiar gestores(as), educadores(as), nutricionistas e toda a comunidade escolar na construção de atividades de Educação Alimentar e Nutricional (EAN). A ideia é integrar temas relacionados à alimentação adequada, saudável e sustentável às etapas da Educação Infantil e do Ensino Fundamental, em consonância com a Base Nacional Comum Curricular (BNCC).

O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), uma das maiores políticas públicas de alimentação escolar do mundo, assegura refeições diárias a milhões de estudantes, respeitando a cultura alimentar local e as necessidades nutricionais de cada etapa de ensino. Mais do que oferecer refeições, o programa busca formar hábitos alimentares saudáveis por meio da EAN, estimulando a autonomia dos estudantes e sua formação integral.

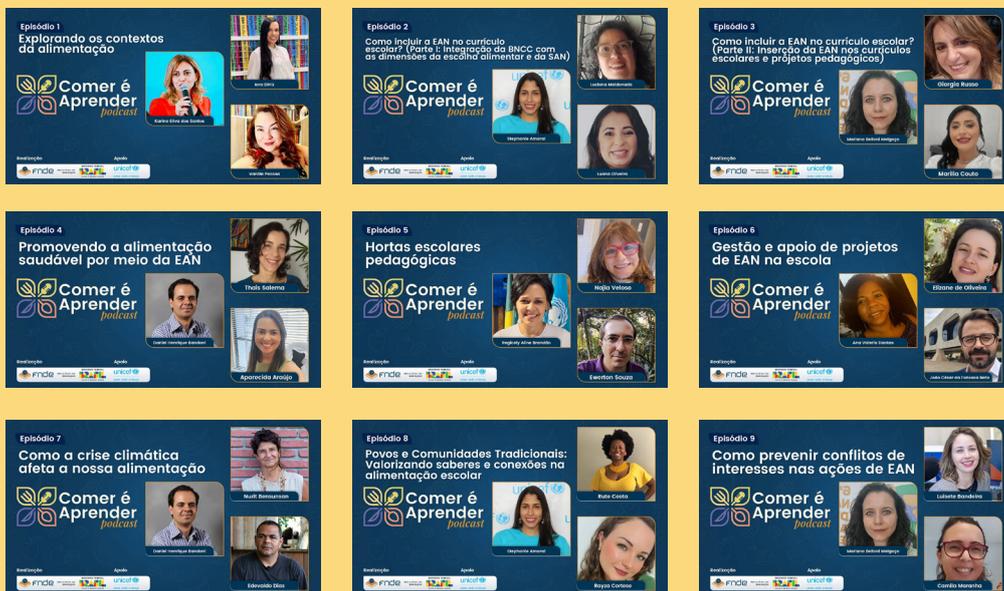
Nos últimos anos, o FNDE tem fortalecido a EAN com iniciativas como a Jornada de Educação Alimentar e Nutricional, que desde 2017 mobiliza escolas em atividades temáticas, reconhecidas e divulgadas em publicações nacionais. Também se destacam as notas técnicas que orientam a prática da EAN e incentivam sua inclusão no currículo e no Projeto Político-Pedagógico (PPP) das escolas.

Ademais, estratégias de comunicação têm sido implementadas com o intuito de contribuir para a formação dos diferentes atores envolvidos com a EAN nas escolas, assim como para propagar mensagens-chave sobre alimentação adequada e saudável para os(as) estudantes. Sobre o primeiro, trata-se do **podcast "Comer é aprender"**, feito em parceria com o UNICEF e que tem promovido debates sobre a importância da alimentação saudável e sua conexão com o currículo pedagógico. Com convidados de diferentes regiões do Brasil, cada episódio traz reflexões conceituais e partilhas de experiências locais. Em relação ao segundo, diz respeito às quartas capas dos livros do Programa Nacional do Livro e do Material Didático (PNLD) em que, desde 2016, passou a veicular mensagens e ilustrações sobre alimentação saudável, a fim de despertar o interesse e incentivar a interação

Clique aqui ou leia o QR Code para encontrar alguns materiais das **Jornadas de Educação Alimentar e Nutricional**.



entre educandos(as), educadores(as) e toda comunidade escolar para dialogarem sobre temas da EAN.



Clique nas capas para ouvir e assistir aos episódios do podcast **Comer é Aprender** ou leia o QR Code para ter acesso a todos os episódios.

Vale também mencionar as formações realizadas pelos Centros Colaboradores em Alimentação e Nutrição Escolar (CECANE), em parceria com o FNDE, que visam a apoiar o processo de educação permanente dos(as) educadores(as) e incentivar o desenvolvimento da EAN nas escolas – Inclusive com formação em educação alimentar e nutricional como tema transversal ao currículo escolar. Estas formações podem ocorrer nas modalidades presencial ou on-line e são divulgadas nas redes sociais dos próprios CECANES e no **site da REBRAE** – Rede Brasileira de Alimentação Escolar, que também possui uma biblioteca com diversos materiais de apoio à EAN.

Em 2023, o UNICEF iniciou um projeto piloto com o objetivo de mobilizar e apoiar educadores(as), gestores e outros atores estratégicos, como profissionais do PSE (Programa Saúde na Escola), na promoção da alimentação saudável nas escolas por meio da incorporação da EAN no currículo escolar.



O projeto começa com um webinar sobre a **“Promoção da alimentação adequada e saudável no currículo da educação básica”** que propõe uma reflexão sobre a importância do planejamento pedagógico transversal, eficaz e sustentável de EAN estruturando uma trilha pedagógica de aprendizagem nos segmentos da Educação Infantil e Ensino Fundamental. Após esse momento, o UNICEF realizou oficinas presenciais nos municípios do Rio



Conheça mais sobre essa vivência em Belém do Pará.

Clique aqui ou leia o Qr Code.



de Janeiro e Belém para problematizar e identificar abordagens, estratégias e ações de EAN transversais e interdisciplinares ao currículo da Educação Básica, promovendo uma integração efetiva da alimentação saudável nas práticas escolares. Na etapa seguinte, o curso “EAN no currículo: estruturação pedagógica das atividades de EAN na Educação Infantil e Ensino Fundamental”, no formato de Educação a Distância (EaD), permitiu aprofundar esses conceitos e desenvolver sequências didáticas práticas para aplicação em sala de aula, garantindo continuidade às discussões iniciadas nas oficinas, além de apoiar esses atores na construção dos PPP de suas escolas.

A construção deste material teve como ponto de partida um mapeamento de boas práticas de EAN, com o objetivo de identificar estratégias eficazes para sua integração no currículo da educação básica de forma permanente e envolvendo diversos atores. A partir desse estudo foi possível identificar as barreiras e oportunidades para avançar com essa integração da EAN no currículo, criar um painel dessas boas práticas e idealizar o material que apresentamos agora.

Acreditamos que olhar para a EAN como componente integrador significa enriquecer o ensino com práticas pedagógicas que articulam saberes, desenvolvem senso crítico e promovem hábitos saudáveis. Para isso, é fundamental o trabalho conjunto de educadores(as), nutricionistas, gestores(as) escolares, merendeiros(as) e famílias, reconhecendo os contextos locais e valorizando saberes diversos.

Este material é fruto desse processo e busca apoiar as unidades de ensino na construção de práticas que façam da alimentação adequada, saudável e sustentável um tema transversal ao currículo, contribuindo para a garantia do direito humano à alimentação adequada e saudável para a formação de cidadãos(ãs) conscientes e comprometidos(as) com a transformação social.



PARA VOCÊ, QUEM FAZ ACONTECER!

1 - Aos (Às) secretários(as) e gestores(as)

Caros e caras **secretários e secretárias, gestores e gestoras**, estimulem e criem condições para que a educação alimentar e nutricional seja integrada de forma transversal ao currículo escolar, contribuindo assim para o fortalecimento do direito humano à alimentação adequada, para o cumprimento das diretrizes do PNAE e para a promoção da alimentação adequada e saudável no ambiente escolar.

Nesse contexto, colocamos este material à disposição como uma ferramenta pedagógica e estratégica, que tem como objetivo orientar e apoiar creche, pré-escola e escola, gestores(as), profissionais da educação, de segurança alimentar e da saúde na construção de práticas educativas contínuas e contextualizadas, promovendo a saúde e a sustentabilidade alimentar desde os primeiros anos da formação escolar.

Para que esse processo seja efetivo e alcance todos(as) os(as) estudantes de forma qualificada, é fundamental o comprometimento da gestão educacional com a **adoção e disseminação do documento de apoio como referência oficial nas redes de ensino para inclusão da EAN de forma ampliada nos currículos municipais e estaduais da rede pública de ensino**; com a **promoção de formação continuada para profissionais da educação**, garantindo que todos(as) estejam capacitados(as) para incorporar a EAN nas diversas áreas do conhecimento; com a **previsão de recursos financeiros específicos** no planejamento orçamentário da rede de ensino, assegurando condições para o desenvolvimento de ações pedagógicas, aquisição de materiais e fortalecimento de parcerias intersetoriais e com a **criação de estratégias de monitoramento e avaliação** das práticas pedagógicas de EAN, incentivando a inovação e a troca de experiências entre escolas e educadores(as).

Acreditamos que o apoio institucional das secretarias e dos(as) gestores(as) escolares é decisivo para que a EAN se torne parte do cotidiano das escolas, com impactos duradouros na vida dos(as) estudantes e suas comunidades.

Contamos com o seu compromisso para o fortalecimento dessa agenda, essencial para uma educação de qualidade, promotora de saúde, equidade e cidadania.



2 – Aos (Às) coordenadores(as) pedagógicos(as), professores(as), merendeiras(os) e outros(as) atores sociais de EAN

Caros e caras, **coordenadores e coordenadoras pedagógicos, professores e professoras, merendeiras(os) e outros atores sociais de EAN** – esse conteúdo é para você, profissional comprometido com a construção de uma educação integral, que valoriza o desenvolvimento pleno dos(as) estudantes e que entende a alimentação adequada e saudável como um dos pilares para o bem-estar e o aprendizado. Convidamos você a conhecer e utilizar este conteúdo e esperamos que ele apoie na estruturação metodológica de EAN, envolvendo todo o corpo docente e demais atores da comunidade escolar nesse aprendizado e construção.

Vocês são agentes primordiais na realização das atividades de EAN nas escolas, principalmente por estarem inseridos na realidade da comunidade escolar e terem vivência educacional para utilização de metodologias ativas e dialógicas tão importantes para articulação de saberes em EAN.

O objetivo desse material é proporcionar um recurso que **apoie a inserção da EAN no currículo escolar de forma transversal, cotidiana, prática e significativa**, valorizando o papel de cada área do conhecimento na construção de uma cultura alimentar mais consciente, sustentável e promotora de saúde. São apresentados os exercícios do diálogo do conteúdo de alimentação e nutrição com o conteúdo do currículo da Educação Infantil e do Ensino Fundamental, com os TCT (Tema Contemporâneo Transversal) e com os Objetivos do Desenvolvimento Sustentável (ODS) e da realização de ações para colocar em prática os passos para alimentação adequada, saudável e sustentável dos guias alimentares brasileiros e os princípios do Marco de EAN no cotidiano das unidades educacionais.

Nosso objetivo é que a **unidade educacional vá além de projetos pontuais e passe a tratar a alimentação como parte estruturante do processo educativo**.

Contamos com seu protagonismo na mobilização da escola, integração da EAN no currículo, formação continuada da comunidade escolar e articulação e engajamento de todos os atores da comunidade escolar no planejamento e execução de EAN no cotidiano da creche, pré-escola e escola.



3 – Aos (Às) nutricionistas do Programa Nacional de Alimentação Escolar

Caros e caras **nutricionistas do PNAE**, esse conteúdo é para você, profissional com maior especialização na temática da alimentação e nutrição no contexto da rede pública de ensino. Convidamos você a apreciar este material que disponibiliza conteúdos de alimentação e nutrição que dialogam com os componentes curriculares, para **apoiá-lo(a) na promoção da EAN nas unidades educacionais públicas da Educação Infantil e de Ensino Fundamental**.

As suas atribuições no âmbito da alimentação e nutrição no ambiente escolar demonstram o quão estratégico é seu papel para que a EAN seja integrada ao currículo escolar. De acordo com a Resolução CFN nº 788, de 13 de setembro de 2024, o(a) nutricionista deve realizar o planejamento, monitoramento e registro do desenvolvimento da EAN integrada ao processo de ensino e aprendizagem e que percorre o currículo pedagógico. Mas saiba: você não deve desenvolver essas ações sozinho(a), é necessário mobilizar diferentes atores sociais do PNAE nessas ações e promover o compartilhamento de saberes. Isso fará toda a diferença na construção de estratégias de EAN alinhadas à faixa etária e à modalidade de ensino, e contextualizadas com a realidade da própria comunidade escolar, tanto nos aspectos alimentares e nutricionais, quanto nos epidemiológicos, econômicos e socioculturais.

Portanto, esperamos que este material o(a) apoie fortemente nas atividades formativas que realiza com os demais atores sociais do PNAE. Que, a partir desta leitura, você se sinta ainda mais estimulado(a) a promover o diálogo, a sensibilização e a articulação com a gestão escolar, professores(as), merendeiras(os), agricultores(as) familiares, famílias/responsáveis dos(as) estudantes, membros do Conselho de Alimentação Escolar (CAE) e profissionais do Programa Saúde na Escola (PSE). O incentivo para que alimentação e nutrição sejam temas abordados de forma transversal e integrada por diferentes campos do conhecimento nas escolas certamente potencializará os impactos da EAN, tanto na promoção da autonomia dos(as) estudantes para a adoção de práticas saudáveis e sustentáveis quanto na garantia da Segurança Alimentar e Nutricional (SAN).



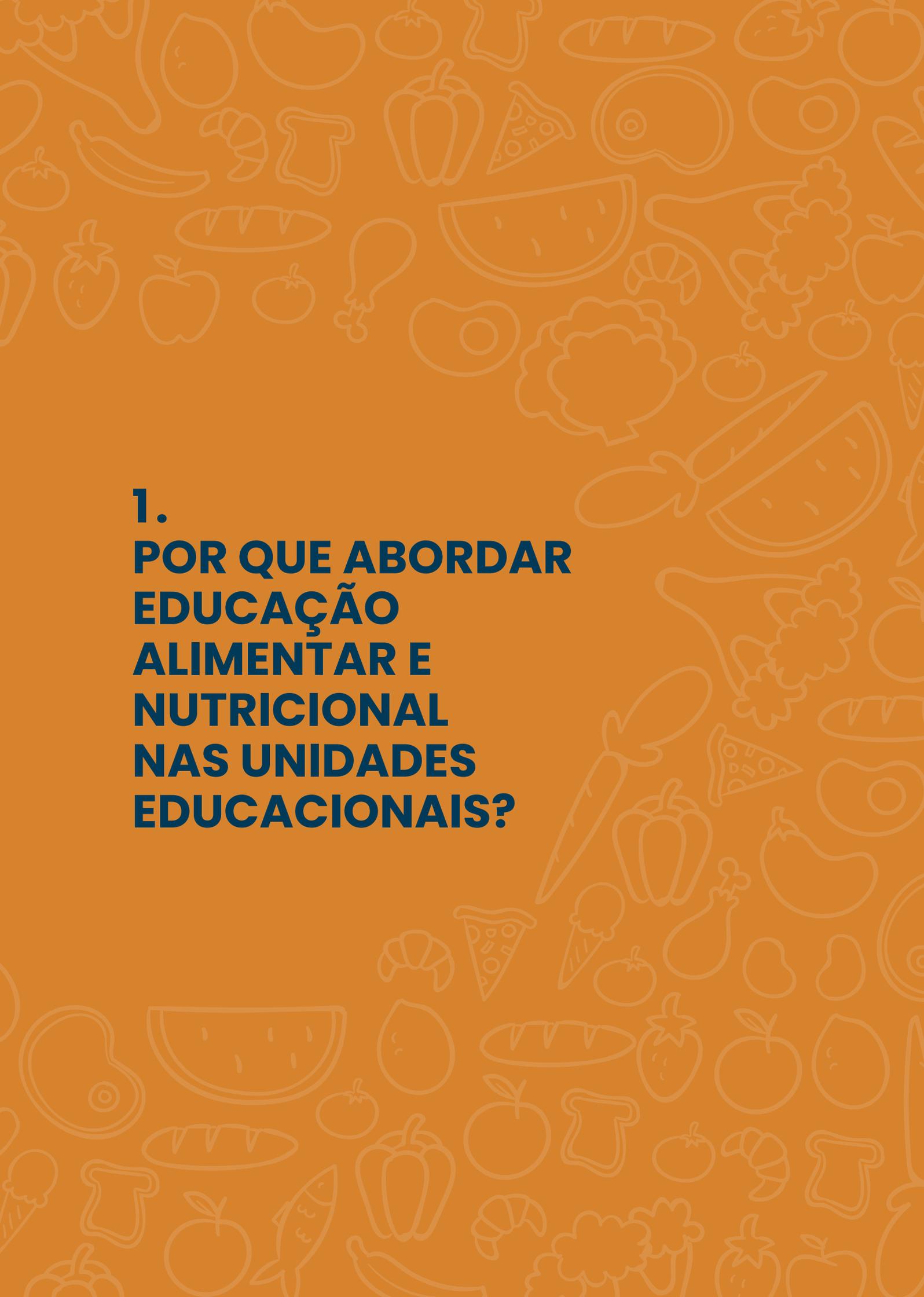
4 - Aos (Às) profissionais do Programa Saúde na Escola

Caro e cara **profissional do PSE**, esse conteúdo é pra você. Faça parte, provoque, seja um ponto de apoio e de motivação para a realização de uma EAN transformadora. Esse material foi cuidadosamente desenvolvido para apoiar a implementação de estratégias eficazes, que contribuam para a promoção da saúde e para a melhoria da qualidade de vida dos(as) estudantes, famílias e toda a comunidade escolar. O objetivo é proporcionar um **recurso prático, para dar a você subsídios técnicos, apresentar ferramentas e boas experiências** que facilitem a estruturação de ações alinhadas às diretrizes do PSE e ao conceito ampliado de saúde, de alimentação adequada e saudável e de EAN. Utilize-o também como **ferramenta para a educação permanente com os demais profissionais do PSE** e para **formar a comunidade escolar para serem protagonistas das práticas de EAN**.

Sabemos que a EAN é uma ferramenta essencial para a prevenção de doenças e para a formação de hábitos saudáveis desde a infância. Com a utilização desse material, esperamos **fomentar a participação ativa de toda a equipe escolar nesse compromisso, além de fortalecer a parceria entre os(as) profissionais da saúde e da educação**. Dessa forma, acreditamos que a EAN será planejada e executada de forma mais assertiva, no cotidiano da unidade e integrada ao contexto e ao currículo da creche, pré-escola e escola.

Aproveitamos a oportunidade para reforçar a importância da continuidade das ações de promoção da saúde nas escolas e destacamos que a utilização desse material pode ser um excelente ponto de partida para alcançar resultados positivos nas articulações entre os setores saúde e educação.

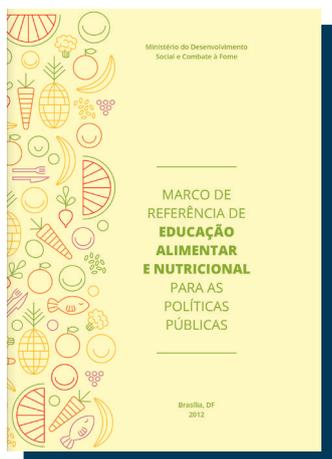
Contamos com a sua colaboração e engajamento para que, juntos, possamos oferecer uma EAN transformadora e eficaz, que beneficie toda a comunidade escolar.

The background is a solid orange color with a repeating pattern of white line-art icons representing various food items. These include fruits like apples, oranges, lemons, and watermelon slices; vegetables like carrots, bell peppers, and broccoli; grains like bread and pizza slices; and other items like a fish, a kiwi, and a kiwi. The icons are scattered across the entire page.

1. POR QUE ABORDAR EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NAS UNIDADES EDUCACIONAIS?

A EAN é essencial para formar pessoas cidadãs críticas e conscientes sobre suas escolhas alimentares. O principal objetivo da EAN é promover a reflexão e a ação voltadas a sistemas alimentares mais saudáveis, justos e sustentáveis. Por meio da promoção de práticas alimentares saudáveis e sustentáveis, é possível também a prevenção e o controle de problemas alimentares e nutricionais, como obesidade e doenças crônicas não transmissíveis (DCNT). Considerando estes elementos, a EAN contribui para a Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) e a Promoção da Saúde. Além disso, as temáticas de alimentação e nutrição apresentam relação com diversos conteúdos que já integram os componentes curriculares e, assim, a EAN na escola contribui para a construção de conhecimentos e apoia a educação básica e o compromisso da formação integral do ser humano.

A EAN possui como potenciais resultados a valorização das culturas, o fortalecimento de hábitos regionais, a diminuição do desperdício de alimentos e o incentivo ao consumo de alimentos oriundos de produções sustentáveis e a compreensão da alimentação como um direito humano básico para uma vida digna. Para integrar a EAN ao currículo escolar de forma transversal é necessário não apenas abordá-la do ponto de vista nutricional, mas também como um elemento histórico, cultural e social, relacionado à economia, saúde, ao trabalho, meio ambiente e prazer, ou seja, refletir sobre a alimentação de forma ampliada, considerando as dimensões ambiental, biológica, econômica, sociopsicocultural e do direito, de forma articulada com as diferentes áreas de conhecimento previstas nos currículos escolares.



“A Educação Alimentar e Nutricional é um campo de conhecimento e de prática contínua e permanente, transdisciplinar, intersetorial e multiprofissional, que visa promover a prática autônoma e voluntária de hábitos alimentares saudáveis. A prática da EAN deve fazer uso de abordagens e recursos educacionais problematizadores e ativos que favoreçam o diálogo junto a indivíduos e grupos populacionais, considerando todas as fases do curso da vida, etapas do sistema alimentar e as interações e significados que compõem o comportamento alimentar” **Brasil (2012)**.

Sendo uma prática contínua e permanente direcionada à autonomia, **a EAN não se efetiva mediante ações esporádicas, desarticuladas e não planejadas**. E por mais que esteja inserida na Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB), por meio da Lei nº 13.666/2018, ações de EAN ainda precisam ser mais bem integradas aos currículos e aos projetos políticos-pedagógicos e precisam avançar e organizar trilhas pedagógicas de aprendizagem duran-



te todas as etapas da educação básica para a real formação da pessoa cidadã consciente e para gerar reflexões positivas em suas escolhas alimentares autônomas em todas as fases de vida.

A estruturação metodológica da EAN passa por um trabalho de articulação de saberes, por discussão de processos educativos que desenvolvam habilidades de pensar comportamentos e atitudes alimentares e ações pedagógicas que consolidam e reforçam essas atitudes.

Apesar dos avanços e acúmulos na prática de EAN e de sua importância estratégica, ainda falta uma estruturação pedagógica eficaz e sustentável para sua internalização no cotidiano escolar que contemple um bom planejamento com diagnóstico, objetivos e estratégias; um plano de trabalho com definição de ações articuladas, recursos necessários e responsabilidades; e formas de avaliar e monitorar esse processo com bons indicadores.

Conheça o **Mapeamento** realizado pelo UNICEF onde foram avaliadas 456 experiências de boas práticas de EAN no Brasil. Os critérios de avaliação incluíram alinhamento aos princípios do Marco de EAN e dos Guias Alimentares Brasileiros, articulação com o currículo escolar, abordagem multidimensional da alimentação, participação da comunidade escolar e a realização das ações no cotidiano das unidades educacionais, de forma permanente.



1.1. A Educação Alimentar e Nutricional na realização do Direito Humano à Alimentação Adequada (DHAA) e da garantia da Segurança Alimentar e Nutricional (SAN)

O processo educacional pode favorecer a formação da pessoa cidadã crítica e atuante que conhece, convive, pensa, transforma a sua realidade e reage diante das manifestações dessa realidade. Para promover essa formação de pessoas capazes de transformar sua realidade e contribuir para uma sociedade mais justa, digna e equitativa, a integração da EAN no currículo escolar pode incentivar a reflexão sobre a importância do DHAA e da SAN para as pessoas, as coletividades, a sociedade e o planeta (**Conheça melhor esses conceitos na seção 2.2**).

Freire (2016) orienta para uma educação transformadora e libertadora, que leve o outro a desvelar a sua realidade, a tomar consciência dela e, ao conhecê-la, pensar e agir criticamente sobre ela, para então transformá-la.

Nessa perspectiva, refletir criticamente sobre a alimentação é também refletir sobre a realidade. Isso a coloca como um tema central para uma educação libertadora e abre caminho para integrar saberes e práticas que dialogam



diretamente com a proposta freireana de transformação social. A alimentação é uma necessidade básica que garante a vida, e como prática humana, está atravessada pela cultura e marcada por questões subjetivas. Dessa forma, não é possível encarar a alimentação meramente como um conjunto de nutrientes para o bom funcionamento do corpo humano. A alimentação envolve prazer, crenças, valores, produção de identidade individual e coletiva, acesso à terra e à água, plantio, produção, comercialização, compra, preparo, consumo, compartilhamento, destinação de lixo e resíduos etc. Neste sentido, a alimentação incorpora além da dimensão biológica, as dimensões do direito humano, sociopsicocultural, ambiental e econômica. Estas dimensões estão interligadas e interpostas no nosso cotidiano.

A alimentação adequada e saudável se caracteriza como a realização de um direito humano básico, que envolve a garantia ao acesso regular e permanente, de forma socialmente justa, a uma prática alimentar adequada aos aspectos biológicos e sociais do indivíduo e que deve estar em acordo com as necessidades alimentares especiais; ser referenciada pela cultura alimentar e pelas dimensões de gênero, raça e etnia; acessível do ponto de vista físico e financeiro; harmônica em quantidade e qualidade, atendendo aos princípios da variedade, equilíbrio, moderação e do prazer; e baseada em práticas produtivas adequadas e sustentáveis.

O(a) estudante é um sujeito que legalmente tem direito à alimentação adequada e saudável por meio da alimentação escolar. Esses pontos perpassam sua história de vida e de sua família. Ao olhar para as práticas em torno do que se come, trazemos o currículo como expressão efetiva da vida vivida. A EAN, nesta perspectiva, é essencial para apoiar a formação de pessoas que compreendam os contextos socioeconômicos e culturais da alimentação, saibam fazer escolhas diante das alternativas que lhes serão apresentadas, entendendo o porquê, se posicionando e não mecanizando o indivíduo ao consumo daquilo que consideramos saudável.

O PNAE é um exemplo de política pública que busca garantir o direito à alimentação escolar de forma universal e igualitária, respeitando as especificidades culturais e biológicas dos(as) estudantes. Embora tenha avançado significativamente, especialmente na regulamentação do uso de ultraprocessados e na obrigatoriedade de, no mínimo, 45% do valor dos recursos federais do



Assista ao vídeo "**Caminhos da comida**", produzido pelo Ministério da Saúde em parceria com a Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ), voltado para professores e profissionais de saúde. O vídeo aborda as dimensões da alimentação e os componentes do sistema alimentar e, ainda, a importância da promoção da alimentação adequada e saudável no ambiente escolar.



Programa ser investido na compra direta de produtos da agricultura familiar, ainda existem desafios importantes.

Um dos principais desafios é a adesão dos(as) estudantes às refeições oferecidas pelo programa. Muitas vezes, a presença de cantinas, a comercialização de alimentos no ambiente e entorno escolar e o consumo de alimentos levados de casa, frequentemente ultraprocessados, competem com a alimentação oferecida pelo PNAE. Aumentar a adesão à alimentação ofertada no âmbito do programa é uma tarefa contínua e essencial para a segurança alimentar e nutricional dos(as) estudantes. E as ações educativas têm um papel essencial nesse processo.

Nesse contexto, apesar dos avanços das políticas públicas, os desafios persistem, como a insegurança alimentar, o acesso desigual a alimentos saudáveis e o elevado consumo de ultraprocessados na alimentação cotidiana da população, inclusive dos(as) estudantes.

Você sabia que todo município precisa ter um Conselho de Alimentação Escolar (CAE) para que o governo federal repasse recursos para o PNAE? Você conhece o CAE da sua cidade? Já participou deste importante espaço de participação e controle social?

A comunidade escolar pode buscar apoio junto ao CAE ou ao Conselho de Segurança Alimentar e Nutricional (Consea) para a melhoria da alimentação escolar. Mecanismos de exigibilidade, como o Consea e o CAE, são essenciais para garantir o DHAA. A participação social e a conscientização sobre os direitos alimentares são fundamentais para cobrar do poder público a implementação de políticas públicas efetivas.

MOMENTO REFLEXÃO

Como está o acesso a alimentos saudáveis para a comunidade da sua escola? E os alimentos ofertados na alimentação escolar estão garantindo uma alimentação saudável e adequada aos estudantes?



EQUIDADE

Para superar desigualdades é necessário promover, com alta prioridade, o acesso de pessoas e grupos mais vulneráveis a políticas públicas e, por isso, a necessidade de ações que considerem a dimensão de gênero, raça, geração e etnia para plena realização do Direito Humano à Alimentação Adequada.

Por exemplo, pessoas que possuem necessidades alimentares especiais precisam de acesso diferenciado e mais informação sobre os alimentos adequados à sua necessidade, ou seja, ainda que os grupos tenham características em comum, em determinadas ocasiões requerem ações específicas para garantir seu direito.

O PNAE prevê em suas diretrizes que o direito à alimentação escolar seja igualitário e universal, respeitando as diferenças biológicas entre idades e condições de saúde dos(as) alunos(as) que necessitem de atenção específica e aqueles que se encontram em vulnerabilidade social. A lei do programa também estabelece que os cardápios da alimentação escolar atendam aos alunos que necessitem de atenção nutricional individualizada e às especificidades culturais das comunidades indígenas e/ou quilombolas.

A normatização sobre as aquisições da agricultura familiar reconhece essas desigualdades e prioriza a compra dos assentamentos da reforma agrária, das comunidades tradicionais indígenas e comunidades quilombolas e ainda recomenda que Estados e Municípios que possuam alunos matriculados em escolas localizadas em áreas indígenas, ou em áreas remanescentes de quilombos, tenham na composição do CAE pelo menos um membro representante desses povos ou comunidades tradicionais.

Além disso, as normativas do PNAE ampliam o protagonismo feminino no campo. Uma das principais mudanças é a inclusão de mulheres como grupo prioritário nas chamadas públicas e a garantia de que pelo menos 50% das aquisições feitas diretamente da unidade familiar sejam registradas em nome da mulher.

MOMENTO REFLEXÃO

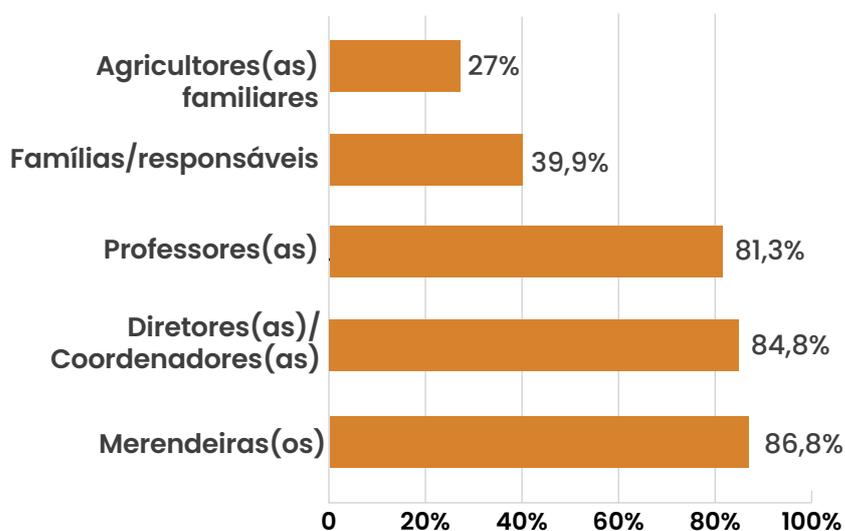
Como poderíamos construir um caminho para exigir que esses direitos sejam assegurados? Você sabe como acionar o CAE da sua cidade? Na seção 3.1.1 falaremos mais profundamente sobre o assunto.

Envolver ativamente os atores sociais no desenvolvimento de EAN é uma estratégia fundamental para o fortalecimento da alimentação escolar. Promover ações que estimulem a participação e a integração no ambiente escolar contribui para reconhecer o potencial educativo dos diferentes sujeitos que compõem a comunidade escolar.

No levantamento realizado pelo FNDE para apoiar a construção desse material ([detalhado na seção 5.2.](#)), observou-se que 58,3% dos 4.605 relatos afirmaram envolver no planejamento e na execução das ações de EAN, além de nutricionistas, outros atores sociais como professores(as) e coordenadores(as) pedagógicos. Os atores mais citados foram:



Atores sociais envolvidos



Outros atores citados foram: Profissionais do PSE, Agentes Comunitários de Saúde, Estagiários de Nutrição, membros do Conselho Escolar, entre outros.

No entanto, ao apontar para os desafios na execução das ações de EAN, 25,7%, dos 2.821 que responderam, citaram que as ações de EAN ficam concentradas na responsabilidade do(a) nutricionista e foi relatada ainda dificuldade de articular com os demais nutricionistas da Secretaria de Educação ou a falta de nutricionistas ou uma carga horária limitada para realização de ações. Isso fica evidente ao analisar os seguintes relatos:

“Carga horária insuficiente para trabalhar na EAN e demais funções de nutricionista Responsável Técnico.”

“Só fazemos atividades pontuais, conforme solicitação das professoras. A nutricionista não consegue acompanhar.”

Os desafios apontados reforçam a percepção de que apenas os(as) nutricionistas devem fazer EAN e a dificuldade de percepção dos profissionais em saber que a EAN pode e deve ser trabalhada pelos diferentes atores sociais do PNAE. Abaixo alguns relatos:



“Falta de acompanhamento por nutricionista.”

“Os gestores não participam das ações de EAN, são exclusivas da nutricionista do município.”

“A gestão apenas acompanha as atividades da nutricionista.”

Professores e nutricionistas podem e devem envolver outros atores sociais da comunidade escolar nos processos de aprendizagem da EAN por meio de debates sobre o tema com esses atores, preferencialmente de forma estruturada no PPP da escola, trazendo a EAN como parte, uma aliada do processo de ensino e aprendizagem.

Os atores sociais possuem amplo conhecimento sobre alimentação adequada e saudável. Embora nem sempre tenham esse conceito formalizado ou escrito, geralmente, quando motivados, conseguem expressar e compartilhar esses saberes de forma significativa. As atividades de EAN precisam promover troca e construção coletiva de saberes, aproximar e integrar o saber popular, o acadêmico e o saber profissional, romper fronteiras, promover intercâmbios e, para isso, é necessário reconhecer o saber popular como uma forma legítima de conhecimento acumulado, que oferece uma interpretação própria da realidade baseada, sobretudo, na vivência e na experiência empírica. É um saber revelador de uma visão de mundo que amplia e enriquece o olhar do profissional sobre a realidade.

Você consegue se identificar como um ator social do PNAE/da EAN? Além disso, já se sente um ator capaz de desenvolver EAN na escola?

Nesse contexto, em 2022, o FNDE lançou a Nota Técnica Nº 2810740/2022/COSAN/CGPAE/DIRAE com o objetivo de explicar quem são os atores sociais da EAN e as suas possibilidades de atuação no contexto do PNAE. A publicação apresenta como gestores(as), professores(as), coordenadores(as) pedagógicos(as), merendeiras(os), nutricionistas, agricultores(as) familiares, membros dos CAE, pais ou responsáveis pelos alunos podem participar ativamente da EAN, além de reconhecer a importância de cada um na execução do PNAE.

Assim, esta Nota Técnica apresenta sugestões para os diferentes atores sociais se envolverem com a agenda da EAN, de acordo com suas responsabilidades e papéis distintos.



Diretores(as)/Coordenadores(as) pedagógicos(as)



O envolvimento e a sensibilização dos gestores(as) escolares sobre a importância da EAN no currículo escolar são essenciais para a efetividade da EAN.

Sugestões:

- Dar suporte ao(s) nutricionista(s) e/ou à equipe da alimentação escolar para execução das ações planejadas;
- Auxiliar na formação de professores(as) quanto à alimentação e nutrição;
- Manter diálogo permanente com a coordenação de alimentação escolar de maneira a ampliar e potencializar as possibilidades de ações de EAN;
- Prever a participação da equipe da alimentação escolar no processo de planejamento pedagógico de maneira a ampliar e potencializar as possibilidades de EAN;
- Durante a elaboração do PPP, debater EAN e a forma que será realizada ao longo do ano letivo;
- Apoiar a realização de atividades de EAN no espaço escolar, oferecendo subsídios técnicos e materiais aos membros da equipe escolar para que tenham motivação e condições para a elaboração e desenvolvimento de EAN;
- Buscar parcerias livres de conflitos de interesses;
- Apoiar e supervisionar a implantação de hortas escolares como espaços pedagógicos.

Professores(as)



Os(as) educadores(as) devem incluir o tema de alimentação e nutrição no currículo escolar, sendo importante a aproximação com a(o) nutricionista da alimentação escolar para apoiar na construção do conhecimento e no planejamento pedagógico.

Sugestões:

- Prever reuniões com a equipe de alimentação escolar no processo de planejamento para discutir e identificar possibilidades de ações conjuntas;
- Usar e valorizar a cozinha e o refeitório escolar, o comércio local, feiras e mercados como ambientes de aprendizagem;
- Incluir temáticas de alimentação e nutrição em suas aulas e demais atividades pedagógicas em articulação com o currículo, utilizando como referência os guias alimentares brasileiros e o Marco de EAN. No **capítulo 4** e na **seção 2.2 do capítulo 2**, estão descritas várias formas práticas de incluir essa temática.



Merendeiras(os)



Além do preparo da alimentação escolar, as(os) merendeiras(os) possuem papel significativo na formação de práticas alimentares e na garantia do direito humano à alimentação adequada e saudável. O seu contato diário com estudantes favorece a criação de vínculos afetivos e de confiança para escuta e cuidado, podendo influenciar nos hábitos alimentares. Por meio de conversas de como os alimentos são preparados e apresentados, as(os) merendeiras(os) podem construir conhecimentos sobre respeito e valorização da comida, valorização da cultura alimentar local e a comensalidade, entre outros temas.

Nesse sentido, destaca-se a necessidade de que esses profissionais sejam valorizados e reconhecidos como educadoras(es) e como parte da equipe escolar, contribuindo ativamente para o objetivo pedagógico da EAN.

Sugestões:

- Valorizar o cardápio escolar por meio da exploração dos alimentos do *menu* e de novas preparações, com ênfase nos aspectos sensoriais como cheiro, cor, textura etc;
- Reconhecer-se como membro ativo da equipe escolar e da sua função educativa;
- Buscar a aproximação e o diálogo com os(as) nutricionistas e/ou a equipe da alimentação escolar a fim de fortalecer a EAN e melhorar a adesão e a qualidade da alimentação escolar ofertada nas escolas;
- Participar da elaboração do PPP e das atividades de EAN;
- Participar de cursos de capacitação e formação permanente.

Agricultores(as) familiares



A aproximação com a produção dos alimentos é parte importante da EAN, sendo um aspecto que justifica a inclusão da agricultura familiar local no processo de ensino-aprendizagem e no currículo escolar.

Sugestões:

- Reconhecer-se como membro da comunidade escolar e reconhecer a importância dos seus saberes para a formação pedagógica dos(as) estudantes;
- Disponibilizar-se para receber os(as) estudantes e outros membros da comunidade escolar em seu local de produção;
- Propor a inclusão da temática da agricultura familiar no PPP e participar das atividades de EAN.



Famílias/responsáveis pelos(as) estudantes



A família é um fator determinante dos hábitos alimentares das crianças, portanto, são importantes a sensibilização e a integração das famílias nas atividades escolares e no processo de aprendizagem.

Sugestões:

- Participar ativamente de oficinas práticas formativas com a temática da alimentação adequada e saudável;
- Visitar as dependências da escola para conhecer a alimentação escolar, a cozinha, o refeitório e a merendeira da escola, integrando-se com a comunidade escolar;
- Participar ativamente da elaboração do PPP e das atividades de EAN.

Membros do CAE



Dentre as atribuições do CAE previstas na Lei nº 11.947/2009, temos o acompanhamento e a fiscalização do cumprimento das diretrizes da alimentação escolar. Desta forma, os membros do CAE podem contribuir para o fortalecimento da EAN nas escolas.

Sugestões:

- Reconhecer e valorizar o seu papel na articulação e mediação quanto às demandas educacionais, especialmente no que diz respeito à EAN, junto aos gestores(as) das escolas e nutricionistas do PNAE;
- Buscar e participar das capacitações, fortalecendo suas funções normativa, consultiva, mobilizadora e fiscalizadora das diretrizes da alimentação escolar, em especial da EAN;
- Identificar e monitorar as possíveis parcerias que caracterizam conflitos de interesses.

Consulte a Nota Técnica Nº 2810740/2022/COSAN/CGPAE/DIRAE no [Anexo A](#).

No contexto do ambiente escolar, apesar do destaque para os atores sociais mencionados acima, todas as pessoas que, diretamente ou indiretamente, possuem contato com estudantes são considerados educadores e, portanto, podem contribuir com a execução da EAN. Nesse sentido, as práticas e discursos de toda a equipe devem estar alinhados às diretrizes oficiais de promoção da alimentação adequada e saudável, como o Guia Alimentar para a População Brasileira.



Você conhece o Guia Alimentar para a População Brasileira?

Ele apresenta uma nova forma de compreender o que é uma alimentação adequada e saudável, mais alinhada ao nosso tempo e aos desafios do mundo atual. Você vai conhecer um pouco mais dessa importante ferramenta para EAN na [seção 2.3](#).

O professor é o principal agente das ações de EAN nas escolas, no entanto, a formação acadêmica de professores é carente de saberes e práticas de EAN. O levantamento realizado pelo UNICEF para apoiar a construção desse material (detalhado na [seção 5.1](#)) aponta que os(as) profissionais das escolas precisam ser capacitados para realizar EAN.

14,8% (1.625 pessoas) citaram que não há e/ou são insuficientes os profissionais capacitados para trabalhar com EAN e um dos desafios apresentados foi que “os professores precisam de mais capacitação para saber atuar nessa área”.

O mesmo mapeamento também indica a necessidade de formação de professores e outros atores da comunidade escolar para inserção de EAN de forma mais transversal e multidimensional na educação básica. Isso fica evidente pelos seguintes apontamentos:

“Trabalhamos a alimentação, porém sem equipe específica.”

Esse documento foi elaborado para ser uma ferramenta de apoio técnico para os atores sociais do PNAE envolvidos no fortalecimento da EAN, na implementação das recomendações da nota técnica, trazendo conteúdos de alimentação e nutrição de forma compreensível e esclarecedora. Ele também pode ser usado por nutricionistas e pelas secretarias de educação e saúde para contribuir com a construção de capacitações sobre o tema.



Conheça duas experiências em escolas que envolveram atores sociais:

Na experiência “**Provando o tempero da Vovó**”, que fez parte da **Jornada de EAN promovida pelo FNDE em 2022 no EMEIEF Assunta Maria Gianini Favaleça, em Roraima**, os professores trabalharam por turma e de forma interdisciplinar o tema “Resgate de tradições alimentares da família”. Cada professor escolheu a ação didática





que permitiria o melhor entendimento e aprendizado de seus estudantes. Em um dia, todas as turmas compartilharam os alimentos preparados, com a presença de pais, estudantes, professores, gestores e da nutricionista, e as mães presentes falaram um pouco sobre a cultura alimentar de suas famílias.

Na Escola Municipal Wagner Ribeiro Macedo, em Minas Gerais, desenvolveram a experiência “Sorvete na escola? Como os alunos aprenderam que isso é possível!”, que fez parte da Jornada de EAN promovida pelo FNDE de 2023. Nela, a turma do 5º ano desenvolveu atividades sobre alimentação saudável ao longo do ano escolar, incluindo: alimentos *in natura* vs. industrializados, usando livro didático, pesquisa e criação de mural, visita à cozinha escolar para conhecer o trabalho das merendeiras(os) e preparo de sorvete de banana. Os(as) estudantes apresentaram seus aprendizados aos pais e replicaram as receitas em casa, envolvendo toda a comunidade escolar no processo.

1.2. Importância da abordagem da Educação Alimentar e Nutricional no currículo escolar da educação básica

Dentre os desafios para a implementação da EAN, destaca-se a sua inserção no currículo escolar de forma transversal e permanente e, conseqüentemente, a necessidade do desenvolvimento de materiais pedagógicos para o engajamento e a formação de educadores(as) sobre conceitos e significados ampliados da alimentação adequada e saudável.

A Lei nº 13.666/2018 alterou a LDB e incluiu a EAN como tema transversal ao currículo escolar. Nesse sentido, como a EAN possui relação com as diversas áreas de conhecimento que já integram os componentes curriculares



obrigatórios e optativos, o objetivo da norma não é criar mais disciplinas curriculares nem sobrecarregar professores, mas integrar a EAN aos componentes já existentes.

A BNCC estabelece que a inclusão dos TCT (Tema Contemporâneo Transversal) nos currículos escolares é de responsabilidade dos estados e municípios, mas não apresenta uma estrutura organizada para a abordagem desses conteúdos ao longo dos diferentes segmentos da educação básica, o que também se aplica à EAN. Dessa forma, cabe aos sistemas de ensino municipais e estaduais incorporar a EAN de maneira ampliada e transversal, articulando seu conteúdo multidimensional aos campos de experiência da Educação Infantil e a todos os componentes curriculares do Ensino Fundamental e do Ensino Médio. Essa integração exige uma atuação articulada e qualificada dos gestores(as) educacionais. Para garantir a efetiva implementação de EAN nos currículos, é fundamental que os gestores(as) das secretarias de educação estejam capacitados para promover essa abordagem transversal. Da mesma forma, os gestores(as) escolares e educadores(as) precisam estar preparados para trazer a temática como ponto de debate na construção do PPP (Projeto Político-Pedagógico) das escolas, para que ocorra uma EAN realmente transformadora no cotidiano da creche, pré-escola e escola e com a participação ativa de todos os atores da comunidade escolar.

Em 2025, o FNDE lançou a Nota Técnica Nº 4816230/2025/DIEAN/COSAN/CGPAE/DIRAE (**Anexo B**) com o objetivo de contribuir com a inclusão da EAN no currículo escolar e no PPP de escolas da Educação Básica do PNAE. O documento, elaborado a partir de uma construção coletiva de especialistas no tema, apresenta referencial legal e embasamento teórico sobre a importância da inclusão da EAN no currículo. Nesse sentido, ele é uma recomendação técnica do FNDE para embasar a prática da inclusão da EAN no currículo, apresentando reflexões, caminhos e estratégias práticas para que as redes de ensino incorporem a EAN de forma estruturada, contínua e integrada ao cotidiano escolar.

A nota técnica busca superar o modelo de ações pontuais e estimular práticas dialógicas, interdisciplinares, contextuais, trazendo, inclusive, um quadro com sugestões sobre o que fazer e como fazer para inserir a EAN no currículo escolar e integrá-la à BNCC.



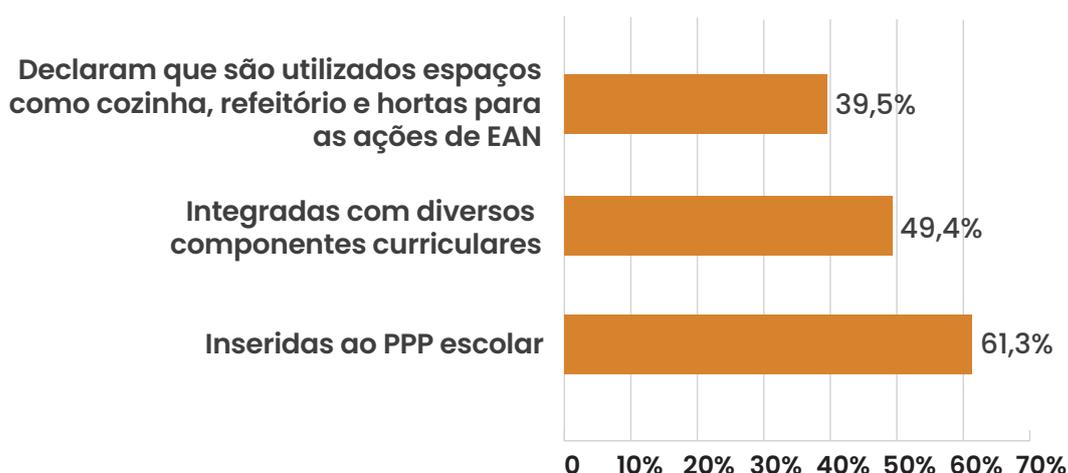
Quadro: Sugestões para a inserção da EAN no currículo escolar e no PPP e integração à BNCC

O que fazer?	Como fazer?
Diagnóstico e planejamento inicial	Análise de contexto e definição de objetivos
Integração curricular	Transdisciplinaridade e ir além da sala de aula
Atividades extracurriculares	Projetos, oficinas e eventos temáticos
Educação permanente de educadores e demais profissionais da escola	Capacitação e materiais didáticos
Participação da comunidade escolar	Envolvimento das famílias/responsáveis, Sensibilização dos gestores de educação, diretores das unidades escolares e parceiros
Articulação das temáticas de alimentação e nutrição com os campos de experiência, conteúdos e componentes curriculares por etapa de ensino	Relação direta com os componentes curriculares e Matrizes de referência
Ambiente escolar saudável	Cantina escolar saudável/horta escolar
Monitoramento e avaliação	Acompanhamento/Feedback

Fonte: Nota técnica

No levantamento realizado pelo FNDE (seção 5.2), feito com nutricionistas da alimentação escolar e com diretores(as) de escolas públicas para apoiar a construção desse material, identificou-se que **53,5% das respostas indicaram que as ações de EAN estavam inseridas nos currículos escolares** e as principais formas de inserção foram as seguintes:

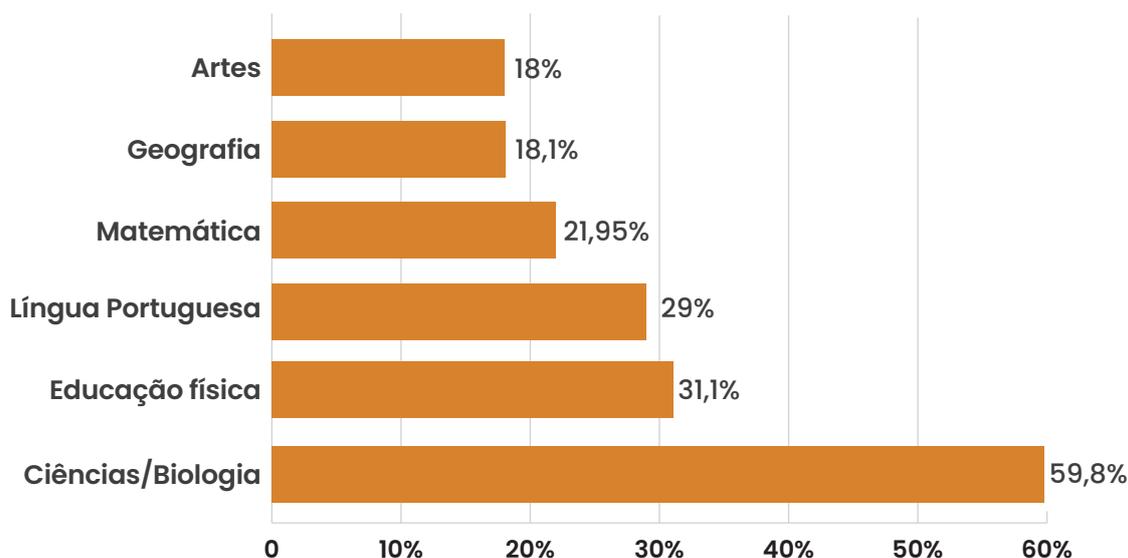
EAN inserida nos currículos escolares



Em relação a quais componentes curriculares do ensino fundamental essas ações de EAN estavam incluídas, os mais frequentemente declarados foram:



Componentes curriculares



Outros componentes curriculares menos citados foram Sociologia, Filosofia, Educação Ambiental, Ensino Religioso, Atividades Integradoras, Química, Empreendedorismo, Agroecologia, Práticas integradas sustentáveis e agroecológicas.

No caso da Educação Infantil, 37,4% (4.139 respostas) relataram que a EAN estava inserida em diferentes campos de experiência da Educação Infantil.

Além disso, 8,8%, o que representa 976 pessoas, informaram que a EAN não está inserida em nenhum componente curricular e 6,5% (725 pessoas) não sabiam informar. Esse dado aponta ainda uma fragilidade na inserção de EAN de forma transversal no currículo escolar, consoante ao previsto na Lei nº 13.666/2018.

Apesar de muitos avanços, ainda existe um bom caminho a ser trilhado nas escolas brasileiras para que a EAN seja um componente integrador que permeia diversas áreas do conhecimento do currículo e a produção desse material visa apoiar a escola nesse caminho.





O podcast **“Comer é aprender”** foi lançado em 2025 pelo FNDE, em parceria com o UNICEF, e aborda, de forma acessível e informativa, temas relacionados à EAN, incluindo dois episódios dedicados ao debate sobre como incluir a EAN no currículo escolar. Essa é uma boa estratégia a ser utilizada para a disseminação de informações sobre EAN, direcionada a professores(as), gestores(as), nutricionistas, estudantes, merendeiras(os) e demais integrantes da comunidade escolar.



Episódio 2 – Como incluir a EAN no currículo escolar? (parte 1)



Episódio 3 – Como incluir a EAN no currículo escolar? (parte 2)



1.3. A Educação Alimentar e Nutricional no Projeto Político-Pedagógico

Para fazer sentido para o(a) estudante, as atividades de EAN precisam estar adequadas à sua realidade socioeconômica e cultural. Nessa perspectiva, o PPP torna-se um grande aliado para a implementação da EAN, pois permite a reflexão em torno da realidade da comunidade escolar e do cotidiano da escola, além de promover a prática da transversalidade tão importante para a aprendizagem dos conceitos de alimentação.

O **PPP** é o documento que expressa a essência e a identidade da escola e que orienta as práticas pedagógicas e administrativas da instituição. Sua construção deve ser feita de forma colaborativa, envolvendo toda a comunidade escolar com o objetivo de organizar e planejar as atividades da escola de maneira integrada e alinhada aos princípios e metas educacionais da instituição. O debate participativo das suas questões administrativas, pedagógicas e políticas da escola fazem do PPP um instrumento de prática democrática e, embora seja elaborado anualmente, precisa estar em constante reflexão, atualização e diálogo com a realidade vivida.



O PPP precisa ser um documento dinâmico que reflita um “planejamento vivo” nas escolas, ou seja, ele não ficará engavetado, mas sim tomará forma, sendo aplicado e adaptado às constantes transformações do cotidiano escolar.

A função principal do PPP é traçar estratégias eficazes para alcançar os objetivos educacionais propostos, respeitando a autonomia da escola. Ele é composto por elementos essenciais que estruturam e direcionam o dia a dia da escola:

- O diagnóstico da realidade local;
- Os valores e princípios que orientam a atuação pedagógica;
- Os objetivos educacionais;
- O currículo adotado;
- O plano de ação;
- Os critérios de avaliação.

Sendo a alimentação uma prática social, relacionada à identidade e realidade de um espaço social, ela se torna uma das instâncias que pode ser debatida no processo de construção e revisão do PPP. Como já explicado anteriormente, a alimentação faz parte do cotidiano de todos os membros da comunidade, o que possibilita articular e valorizar saberes, promovendo a habilidade de pensar contextos, comportamentos e atitudes alimentares. Dessa forma, trazer a reflexão sobre alimentação adequada e saudável no ambiente escolar para esse momento é um caminho promissor para prática reflexiva, articulação de diversos saberes e para promover a vivência democrática na escola.

Diversos atores da comunidade podem refletir sobre:

Como está o ambiente alimentar da minha escola?

Como está o ambiente alimentar no entorno da minha escola?

Quais as dificuldades que essa comunidade encontra para se alimentar bem?

Quais os caminhos encontrados por essa comunidade para conseguir se alimentar bem? Quais as potencialidades deste território para isso? Consigo fazer uma horta na escola? Tem uma horta comunitária aqui perto? E feiras livres e/ou agroecológicas?

Os agricultores estão entregando alimentos para o PNAE? Podemos envolvê-los no processo de EAN?



São muitos aspectos que podem ser debatidos e todos esses elementos podem compor o PPP. Um elemento essencial que pode ser produto dos debates no PPP é o desenho metodológico da inserção da EAN na matriz curricular. Pode-se formar um Grupo de Trabalho (GT) com a coordenação pedagógica, merendeiras(os) e educadores(as) para essa construção; além disso, o(a) nutricionista da alimentação escolar pode ser envolvido e dar subsídios técnicos para esse debate.

Pode-se formar um outro GT com responsáveis, estudantes, professores(as), merendeiras(os) para compreender o ambiente alimentar escolar e formas de torná-lo mais adequado. Todo o ambiente alimentar da escola e do seu entorno (cozinha, horta, refeitório, feiras etc.) precisa ser considerado na estruturação metodológica de EAN para existir coerência entre o que se aprende e o que se vivencia. Na seção 2.5 traremos mais informações sobre os aspectos desse ambiente que precisa ser observado.

Pais e estudantes têm um papel fundamental nesta discussão.

Um outro grupo pode se debruçar sobre a alimentação escolar e debater formas de valorizar o que está sendo ofertado, discutir soluções para superar os desafios de garantir uma alimentação adequada no dia a dia.

Ao refletir sobre sua realidade e definir coletivamente seus rumos, a comunidade escolar desenvolve sua potencialidade criativa, enxerga seus saberes e desenvolve a prática da cidadania, elemento tão importante da prática educacional e democrática.

1.4. A Educação Alimentar e Nutricional e os Objetivos do Desenvolvimento Sustentável

A EAN está intimamente ligada aos ODS da ONU, contribuindo para a sua realização ao promover hábitos alimentares adequados, saudáveis e sustentáveis que incluem a consciência de suas escolhas e atitudes, não só para a saúde individual, mas para a saúde do Planeta e das futuras gerações.

Nem todos os ODS fazem referência direta à alimentação, mas todos são relevantes para as práticas relacionadas à alimentação.



Exemplo de diálogo com conteúdo de alimentação



Acesso financeiro aos alimentos; programas de agricultura familiar, como a obrigatoriedade de pelo menos 45% dos recursos para aquisição de gêneros alimentícios do PNAE serem destinados a compras de agricultores e agricultoras familiares, que geram renda para comunidades rurais, ajudando a reduzir a pobreza e melhorar a SAN.



Incentivo à agricultura sustentável e à produção local de alimentos para garantir acesso a alimentos nutritivos para populações vulneráveis.



Promoção de alimentação adequada e saudável para prevenção de doenças relacionadas à má alimentação, como diabetes e hipertensão.



Inclusão da EAN no currículo escolar da educação básica.



Igualdade de gênero nas tarefas domésticas relacionadas à alimentação (compra, preparo, higienização etc.) e na agricultura, garantindo acesso a recursos e promovendo a segurança alimentar familiar.



Práticas de higiene e saneamento para a prevenção de doenças transmitidas por alimentos e água contaminada.



Uso de fontes de energia renovável em todas as etapas do sistema alimentar, reduzindo impactos ambientais.



Incentivo ao emprego no setor agrícola e no sistema alimentar, promovendo condições dignas e renda sustentável.



Desenvolvimento de tecnologias para melhorar a eficiência na produção, armazenamento e distribuição de alimentos.

 <p>10 REDUÇÃO DAS DESIGUALDADES</p>	Acesso equitativo a alimentos adequados e saudáveis para comunidades marginalizadas, promovendo inclusão social.
 <p>11 CIDADES E COMUNIDADES SUSTENTÁVEIS</p>	Incentivo à agricultura urbana e hortas comunitárias para melhorar a segurança alimentar e nutricional nas cidades.
 <p>12 CONSUMO E PRODUÇÃO RESPONSÁVEIS</p>	Redução do desperdício de alimentos e incentivo ao consumo consciente de produtos sustentáveis e com menor geração de resíduos.
 <p>13 AÇÃO CONTRA A MUDANÇA GLOBAL DO CLIMA</p>	Incentivo a práticas agrícolas que reduzem emissões de gases de efeito estufa, como a agroecologia.
 <p>14 VIDA NA ÁGUA</p>	Proteção de ecossistemas aquáticos que sustentam a pesca sustentável.
 <p>15 VIDA TERRESTRE</p>	Conservação de florestas e biodiversidade que sustentam a agricultura e a produção de alimentos.
 <p>16 PAZ, JUSTIÇA E INSTITUIÇÕES EFICAZES</p>	Políticas públicas que garantam acesso justo à alimentação e promovam a segurança alimentar e nutricional.
 <p>17 PARCERIAS E MEIOS DE IMPLEMENTAÇÃO</p>	Cooperação internacional para promover sistemas alimentares sustentáveis e combater a fome globalmente.

A convergência entre alimentação e os 17 ODS representa uma abordagem integrada e essencial para promover um desenvolvimento global mais justo, sustentável e saudável. Cada ODS possui uma ligação direta ou indireta com a alimentação, evidenciando que a SAN e a sustentabilidade dos sistemas alimentares são fundamentais para alcançar esses objetivos.



A integração da alimentação com os ODS reforça a necessidade de políticas intersetoriais que promovam sistemas alimentares sustentáveis, acessíveis e nutritivos. Falaremos mais desses sistemas na **seção 2.1 do capítulo 2**. Essa convergência não só melhora a qualidade de vida das populações, mas também contribui para a preservação do Planeta, promovendo um desenvolvimento mais equilibrado e duradouro.

Em suma, a alimentação é um elemento transversal que influencia e é influenciado por todos os aspectos do desenvolvimento sustentável. Investir em sistemas alimentares responsáveis e inclusivos é fundamental para alcançar os 17 ODS, garantindo um futuro mais saudável, justo e sustentável para todos(as). E a escola desempenha um papel crucial na implementação dos ODS, contribuindo para a formação de cidadãos conscientes e engajados com a construção de um futuro sustentável. Essa participação se dá por meio da integração dos ODS no currículo, nas atividades extracurriculares e na promoção de projetos que visam a transformação social e ambiental, principalmente a partir da alimentação.



Bibliografia

BEZERRA, J. **Educação Alimentar e Nutricional**: articulação de saberes. Fortaleza: UFC, 2018.

BRASIL. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE). **Nota Técnica Nº 2810740/2022/COSAN/CGPAE/DIRAE**. Educação Alimentar e Nutricional no PNAE: atores sociais e possibilidades de atuação. Brasília: FNDE, 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/media-pnae/encontros-tecnicos/NotaTecnicaEANassinada.pdf>. Acesso em: 18 jul. 2025.

BRASIL. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE). **Nota Técnica Nº 4816230/2025/DIEAN/COSAN/CGPAE/DIRAE**. Inclusão da Educação Alimentar e Nutricional no currículo escolar e no Projeto Político-Pedagógico de escolas da Educação Básica beneficiárias do Programa Nacional de Alimentação Escolar nas redes federal, estadual, distrital e municipal. Brasília: FNDE, 2025. Disponível em: https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/media-pnae/notas-tecnicas/2025/Nota_Tecnica_48162302025.pdf. Acesso em: 18 jul. 2025.

BRASIL. **Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996**. Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional. Brasília, DF, D.O.U., 23 dez. 1996, p. 27834–27841.

BRASIL. **Lei nº 13.666, de 16 de maio de 2018**. Altera a Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996 (Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional), para incluir o tema transversal da educação alimentar e nutricional no currículo escolar. Brasília, DF, D.O.U., 17 mai. 2018.

BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular**. Brasília: MEC, 2018.

BRASIL. Ministério da Educação. **Temas Contemporâneos Transversais na BNCC**: Contexto Histórico e Pressupostos Pedagógicos. Brasília: MEC, 2019. 20p.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. **Educação alimentar e nutricional: o direito humano à alimentação adequada e o fortalecimento de vínculos familiares nos serviços socioassistenciais**. Caderno Teórico. Brasília, 2015.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. **Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas**. Brasília: MDS, 2012.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. **Princípios e Práticas para Educação Alimentar e Nutricional**. Brasília, DF: MDS, 2018.

BURITY, V. *et al.* **Direito humano à alimentação adequada no contexto da segurança alimentar e nutricional**. Brasília: ABRANDH, 2010.

BURLANDY, L. *et al.* **Reflections on ideas and disputes in the context of the promotion of healthy eating**. Cadernos de Saúde Pública, v. 37, n. suppl 1, p. e00195520, 2021. DOI: 10.1590/0102-311X00195520. Disponível em: <https://www.scielosp.org/pdf/csp/2021.v37suppl1/e00195520/pt>.

CARVALHO, A. M. *et al.* **Multiplica ODS**: construindo um futuro sustentável [recurso eletrônico]. São Paulo: Faculdade de Saúde Pública da USP, 2025.180p. Disponível em: <https://www.livrosabertos.abcd.usp.br/portaldelivrosUSP/catalog/view/1608/1470/5794>. Acesso em: 08 ago. 2025.

FARIAS, S. **Educação Alimentar e Nutricional no âmbito do Programa Saúde na Escola**



da cidade do Rio de Janeiro: análise de contexto e desenvolvimento de estratégia de implementação de uma série de materiais educativos para Promoção da Alimentação Adequada e Saudável. 2015. Tese. (Doutorado em Alimentação, Nutrição e Saúde) – Instituto de Nutrição, Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2025. [no prelo]

FREIRE, P. **Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa.** 33. Ed. São Paulo (SP): Paz e Terra, 2006.

GALESI-PACHECO, L. F.; PERINELLI NETO, H.; CERVATO-MANCUSO, A. M. **Educação Alimentar e Nutricional no Ensino de História: uma abordagem transformadora para os Anos Iniciais do Fundamental em diálogo com os ODS.** Revista Ibero-Americana de Estudos em Educação, Araraquara, v. 20, e 19178, 2025.

MALDONADO, L. *et al.* Proposta de educação alimentar e nutricional integrada ao currículo de Educação Infantil e Ensino Fundamental. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 37, n. suppl 1, p. e00152320, 2021.

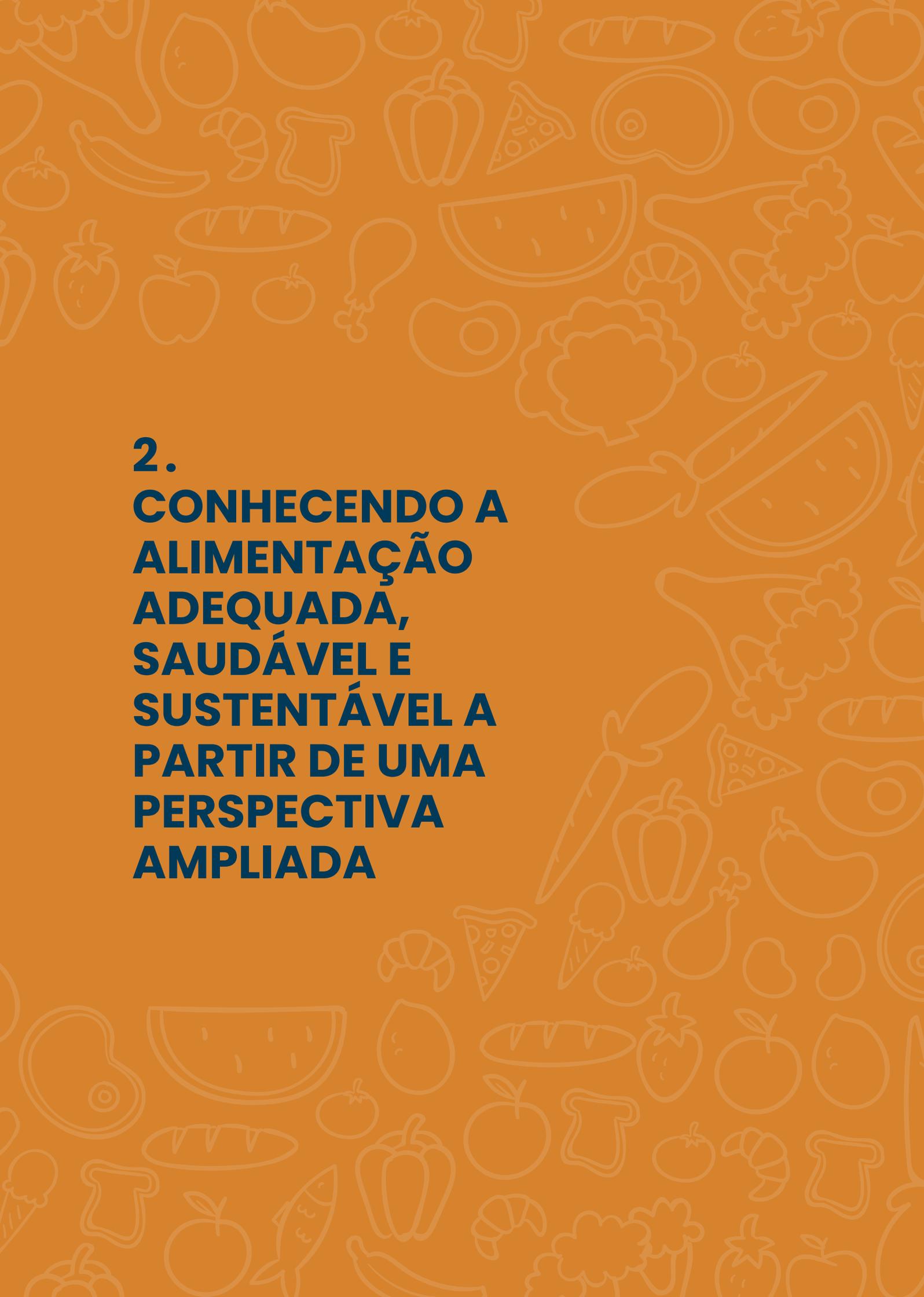
MERCADANTE URQUÍA, Y. J. **Ambiente escolar: espaço para Educação Alimentar e Nutricional e prevenção de excesso de peso infantil.** Dissertação. (Mestrado) – Programa de Pós-Graduação em Saúde, Sociedade e Ambiente, Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri, Diamantina, 2020.

OLIVEIRA, E. D. T. A. *et al.* **Alimentação e nutrição com intenção educação alimentar nas escolas: perspectivas de supervisores pedagógicos da comarca de 708 Diamantina/MG.** NutriVisa, v. 11, n. 1, p. 1-9, 2024.

RUSSO, G.C. **Educar para o comer e o comer para educar: o processo de articulação e compreensão da prática da intersetorialidade entre as Políticas de Alimentação Escolar e Segurança Alimentar e Nutricional na promoção da alimentação adequada e saudável.** Dissertação. (Mestrado) – Programa de pós-graduação em Nutrição e Saúde Pública, Faculdade de Saúde Pública, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2023.

SÃO PAULO (SP). Secretaria Municipal de Educação. Coordenadoria de Alimentação Escolar. **Currículo da cidade: educação alimentar e nutricional: orientações pedagógicas.** São Paulo: SME/ COPED, 2024. 216p.



The background is a solid orange color with a repeating pattern of white line-art icons representing various food items. These include fruits like apples, oranges, lemons, and watermelon slices; vegetables like carrots, bell peppers, and mushrooms; grains like bread and a fish; and other items like a pizza slice, a croissant, and an ice cream cone.

2. CONHECENDO A ALIMENTAÇÃO ADEQUADA, SAUDÁVEL E SUSTENTÁVEL A PARTIR DE UMA PERSPECTIVA AMPLIADA

Mas o que é exatamente uma alimentação adequada e saudável?

De acordo com a Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN), a alimentação adequada e saudável é um direito humano básico que envolve a garantia ao acesso permanente e regular, de forma socialmente justa, a uma prática alimentar adequada aos aspectos biológicos e sociais do indivíduo e que deve estar em acordo com:

- As necessidades alimentares especiais;
- A cultura alimentar e pelas dimensões de gênero, raça e etnia;
- A acessibilidade, do ponto de vista físico e financeiro;
- A harmonia entre quantidade e qualidade, atendendo aos princípios da variedade, equilíbrio, moderação e prazer;
- Práticas produtivas adequadas e sustentáveis.

COMER ENVOLVE PRAZER, VALORES, IDENTIDADE INDIVIDUAL E COLETIVA

Transição alimentar e nutricional

As últimas décadas foram marcadas por mudanças significativas nos padrões de alimentação e produção de alimentos, tanto em países desenvolvidos quanto em países em desenvolvimento, com o aumento do consumo de produtos ultraprocessados e diminuição do consumo de alimentos **in natura e minimamente processados**. Essa mudança provocou o aumento progressivo do excesso de peso e das Doenças Crônicas não Transmissíveis (DCNT), como as doenças cardiovasculares, diabetes mellitus e câncer e pode ser chamada de **transição**

alimentar e nutricional. A coexistência de deficiência nutricional e excesso de peso associado à DCNT, chamada **dupla carga de má nutrição**, aumentou em todas as populações, tornando-se na atualidade o principal problema de saúde pública mundial e a principal causa de doenças e mortes prematuras em todo o mundo.

Conheça melhor a classificação nova dos alimentos na seção 2.3

Segundo pesquisas do IBGE, a alimentação do brasileiro vem acompanhando essa tendência mundial de mudança nas práticas alimentares, ou seja, uma diminuição do consumo de alimentos básicos e tradicionais – no caso do Brasil, arroz, feijão e farinha de mandioca – e um aumento do consumo de alimentos processados e ultraprocessados – como biscoitos, refrigerantes, embutidos e refeições prontas. Como consequência, os indicadores demons-

Saiba

MAIS

O que é alimentação saudável?



tram um crescimento acelerado do excesso de peso na população brasileira, nas três últimas décadas, em todas as faixas etárias, revelando que quase seis em cada dez adultos, um em cada cinco adolescentes e uma em cada três crianças de 5 a 9 anos apresentam excesso de peso. Dados do Estudo Nacional de Alimentação e Nutrição Infantil (ENANI) de 2019, mostram prevalências de 7% de má-nutrição por déficit (baixa altura para a idade) e 10,1% de má-nutrição por excesso de peso (sobrepeso e obesidade) em crianças brasileiras, representando mais de 1 milhão e 1,5 milhões de crianças, respectivamente com essas condições. Em 2019, em torno de 63% dos adultos acompanhados na Atenção Primária em Saúde (APS) tinham excesso de peso (34,5% com sobrepeso e 28,5% obesidade).



DAS CRIANÇAS BRASILEIRAS



Em 2019, em torno de **63% dos adultos** acompanhados na Atenção Primária em Saúde (APS) **tinham excesso de peso** (34,5% com sobrepeso e 28,5% obesidade).

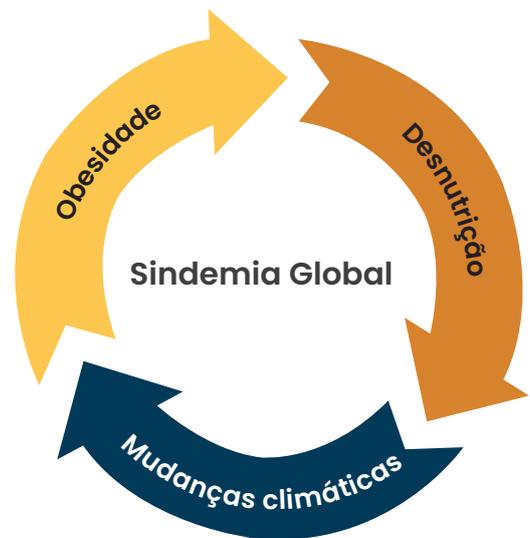
Fonte: Dados do Estudo Nacional de Alimentação e Nutrição Infantil (ENANI) de 2019

Importante dizer, ainda, que esse cenário não é influenciado apenas pelo hábito individual, mas também por características dos ambientes alimentares em que as pessoas estão inseridas (bairro, escola, local de trabalho etc.), isto é, pelo “conjunto dos meios físico, econômico, político e sociocultural, oportunidades e condições que influenciam as escolhas alimentares e o estado nutricional das pessoas”. Vamos falar um pouco mais sobre esses ambientes alimentares na [seção 2.5](#).

Os impactos das mudanças climáticas estão agravando esses problemas de saúde. A mudança climática tem um impacto negativo na biodiversidade de espécies animais e vegetais, limitando a disponibilidade e variedade de alimentos. Além disso, a mudança climática também afeta a produção agrícola, o que por sua vez afeta a alimentação e a saúde humana.



Nesse cenário, enfrentamos uma Sindemia Global que consiste na interação entre as epidemias de obesidade, desnutrição e mudanças climáticas, que tem como determinantes comuns os sistemas agroalimentares, de transporte, desenho urbano, uso do solo e fatores sociais.



Conheça mais como alimentação e mudanças climáticas se relacionam e compartilham determinantes na página **ALIMENTANDO POLÍTICAS**.

Dessa maneira, o enfrentamento das diversas formas de má-nutrição requer a construção e a implementação de políticas e programas que compreendam e abordem as mudanças nos sistemas alimentares. A complexidade e a multidimensionalidade desses sistemas faz da territorialização, da intersectorialidade e da participação social elementos essenciais para essas políticas. As respostas para essa situação precisam ser construídas de forma territorializada e coletiva e esse debate na escola, além de apoiar a concretização de alguns conteúdos curriculares, apoiam a construção de soluções locais.

Saiba
MAIS

Para saber mais:



Assista ao Vídeo Residual do Ministério da Cultura e reflita sobre a interferência das nossas atitudes e escolhas no Planeta. Disponível em: https://youtu.be/UmH4nPz_kn4?si=jCG3fQ0u-mi8ydh1



A solução para a sindemia global de fome, obesidade e mudanças climáticas está nos sistemas alimentares. Veja o vídeo do IDEC "Sistemas alimentares – propostas para transição para modelos mais sustentáveis". Disponível em: <https://youtu.be/9vx5WGQUdfw?si=JJzY07Lfpif4e->



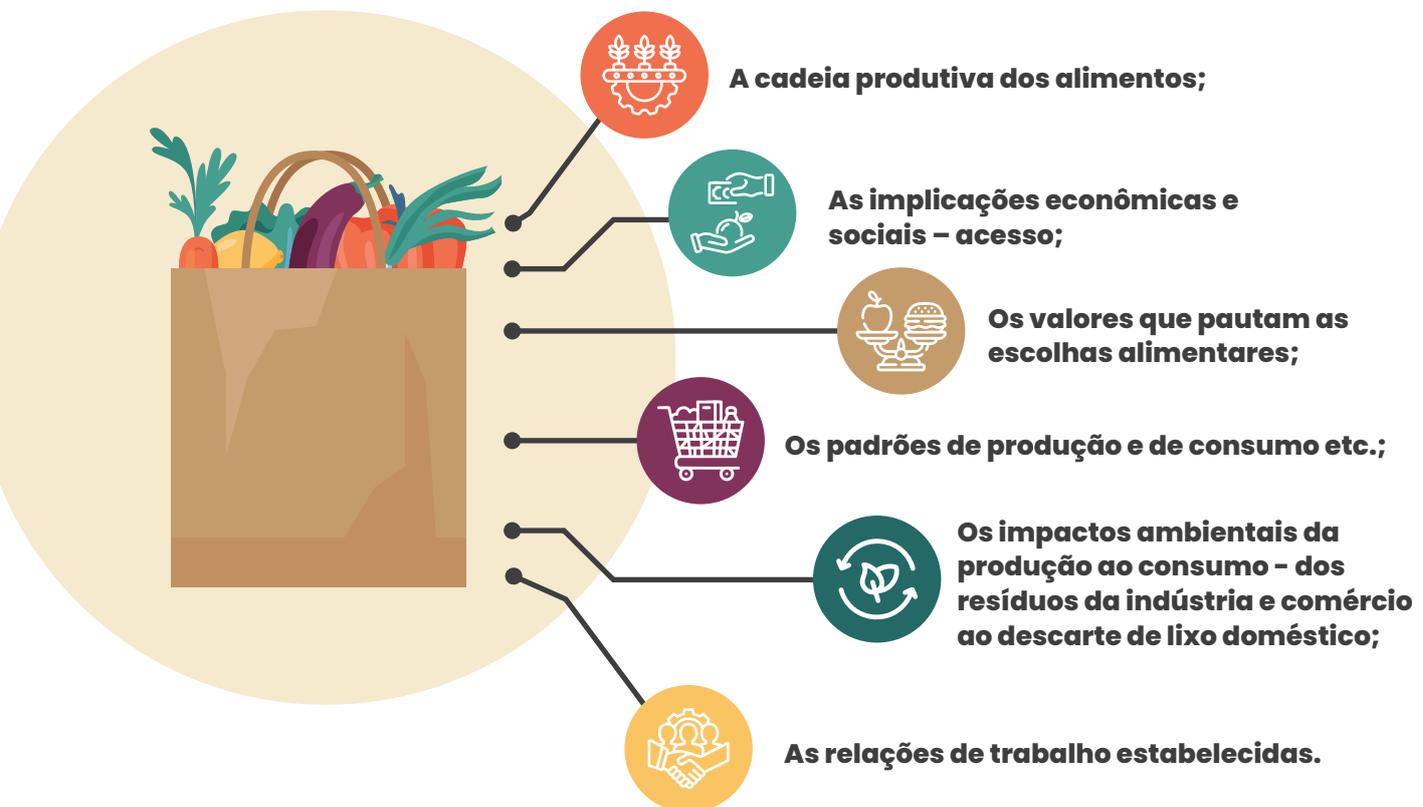
2.1. Como os alimentos são produzidos, processados, comercializados e consumidos: conhecendo o sistema alimentar

A construção de modos de vida que promovam saúde, garantam a SAN e o Direito Humano à Alimentação Adequada precisa envolver os setores de saúde, desenvolvimento social, ambientes educacionais, agricultura e sistemas alimentares e ambientes alimentares. É muito importante que as atividades pedagógicas de EAN tratem da relação ser humano e natureza e aprofundem os conhecimentos sobre sistemas alimentares saudáveis e sustentáveis, desenvolvendo no cidadão o olhar crítico sobre o ato de comer.

Assim, a EAN precisa de temas e estratégias relacionadas a todos os aspectos de um sistema alimentar saudável e sustentável como o acesso à terra, à água e aos meios de produção, às formas de processamento de alimentos, às práticas de consumo individuais e coletivas até a geração e destinação de resíduos.

Mas afinal, o que são sistemas alimentares?

Sistema Alimentar é tudo aquilo que se relaciona com a maneira de se produzir, distribuir, comercializar e consumir alimentos. Esse olhar sistêmico propõe uma discussão mais ampla sobre:



“Diferentemente da concepção de cadeia alimentar, que pressupõe uma linearidade nesse processo (da produção ao consumo), o conceito de sistema alimentar pressupõe continuidade e interdependência entre seus componentes, bem como mudanças à medida que as ações desses componentes se desenvolvem.”

O sistema alimentar hegemônico atual é caracterizado por:

- Altos desperdícios e perdas de alimentos em todas as etapas do sistema alimentar;

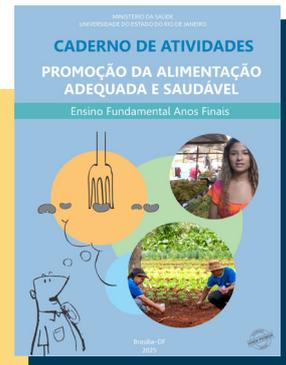
O mundo descarta, aproximadamente, um terço do alimento produzido globalmente, o equivalente a **1,3 BILHÃO** de toneladas/ano)



- Incentivo ao consumo de alimentos ultraprocessados;
- Dificuldade no acesso a alimentos *in natura* e minimamente processados;
- Produção em larga escala de *commodities* (produtos de origem agropecuária ou de extração mineral, em estado bruto ou pequeno grau de industrialização, produzidos em larga escala e destinados ao comércio externo como soja e trigo);
- Plantações de monoculturas com uso excessivo de agrotóxicos, sementes transgênicas, água e energia;
- Desmatamento e desgaste do solo e contaminação do solo, ar e rios;
- Relações de trabalho injustas e precarizadas.



Esse vídeo apoia na reflexão e conhecimento sobre como a publicidade de alimentos, apoiou fortemente esse sistema alimentar hegemônico atual: **Documentário “O que se vende, e o que se come”**



Conheça o Caderno de Atividades de EAN para o Ensino Fundamental – Anos Finais que traz formas de apresentar essa temática para os(as) estudantes do Fundamental – Anos Finais.



E o que isso acarreta no nosso padrão de consumo alimentar?

Desigualdades sociais;

Insegurança alimentar e nutricional;

Aumento do consumo de ultraprocessados;

Diminuição do consumo de frutas, legumes, verduras e alimentos *in natura* e minimamente processados em geral;

Aumento do excesso de peso em todas as faixas etárias;

Aumento das carências nutricionais.

E como seria um sistema alimentar saudável, justo e sustentável?

Construir sistemas alimentares saudáveis, justos e sustentáveis significa repensar estes modelos por meio da formulação de políticas públicas que priorizem o direito humano, a soberania alimentar e o meio ambiente. Para que essas políticas sejam efetivas, é importante que a população reflita sobre esse sistema e apoie na construção de soluções no território que possibilitem essa transformação. A EAN da escola é uma grande aliada ao dialogar com os(as) estudantes e a comunidade escolar sobre as diversas dimensões do sistema alimentar, cada item desse sistema dialoga com vários componentes curriculares.

MOMENTO REFLEXÃO

Como chegamos a esse modelo de sistema alimentar? Por que ele precisa mudar? O que pode ser feito para mudá-lo?



O Idec preparou um material chamado “**Agenda para ação**” com caminhos reais e possíveis para transição dos sistemas alimentares por meio de 52 recomendações de mudanças.



O seminário sobre essa estratégia também está disponível no YouTube.



PRODUÇÃO DE ALIMENTOS

Uma produção saudável e sustentável tem as seguintes características:



Diversificação produtiva



Incentivo à agroecologia



Produção pecuária de baixo impacto



Medidas de controle e redução do uso de agrotóxicos



Ampliação das áreas de proteção ambiental



Apoio técnico agrícola – orientação para produção em equilíbrio com meio ambiente



Valorização do agricultor



Políticas de acesso à terra, água, sementes para população rural



Processamento de alimentos
(veja mais na [seção 2.3](#) sobre os Guias alimentares brasileiros)



Um sistema alimentar saudável e sustentável precisa de formas de produção agroecológicas e/ou orgânicas, oriundas da agricultura familiar. A agricultura orgânica e agroecológica tem como origem uma sabedoria milenar de pequenos agricultores e povos originários e buscam promover uma agricultura sustentável, com maior equilíbrio ambiental e cuidado com o meio ambiente. A agroecologia é uma forma de produção de alimentos que busca preservar e conservar os recursos naturais e preza por relações humanas éticas, por justiça social, equidade e soberania alimentar.



O Mapa de Feiras Orgânicas é uma ferramenta de busca, idealizada pelo Idec (Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor), com o objetivo de estimular a alimentação saudável e sustentável em todo o Brasil e mostrar que os produtos orgânicos e agroecológicos podem ser mais acessíveis aos consumidores.

A aquisição de produtos agroecológicos da agricultura familiar pelo PNAE, com respeito à diversidade étnica e racial, às tradições da população brasileira e originados de práticas agrícolas resilientes, desempenha um papel fundamental na manutenção dos ecossistemas. Essas práticas fortalecem a capacidade de adaptação às mudanças climáticas, melhoram a qualidade da terra e do solo e contribuem para a promoção de sistemas alimentares saudáveis e sustentáveis. Esses debates e propostas indicam o quanto o PNAE contribui para o fomento da produção e consumo de alimentos saudáveis e sustentáveis ao fazer da escola um ambiente propício para essa promoção.

A agricultura familiar é a produção agrícola feita pelos(as) pequenos(as) produtores(as), que possuem uma relação especial com a terra, com o território, com a cultura alimentar e em geral têm uma maior diversidade produtiva, tão importante para a produção em harmonia com o meio ambiente. É muito complexo definir a agricultura familiar devido à sua pluralidade, a Lei nº 11.326 que formula a Política Nacional da Agricultura Familiar e Empreendimentos Familiares Rurais a define da seguinte forma:

Art. 3º Para os efeitos desta Lei, considera-se agricultor familiar e empreendedor familiar rural aquele que pratica atividades no meio rural, atendendo, simultaneamente, aos seguintes requisitos:

- I - Não detenha, a qualquer título, área maior do que 4 (quatro) módulos fiscais;
- II - Utilize predominantemente mão-de-obra da própria família nas atividades econômicas do seu estabelecimento ou empreendimento;
- III - Tenha percentual mínimo da renda familiar originada de atividades econômicas do seu estabelecimento ou empreendimento, na forma definida pelo Poder Executivo;
- IV - Dirija seu estabelecimento ou empreendimento com sua família.

Fonte: BRASIL. Lei Nº 11.326 (2006)



A aproximação e o diálogo entre a alimentação escolar e a agricultura familiar são condições para a educação do gosto, que leva os(as) estudantes, de forma autônoma e livre, a privilegiar o consumo de alimentos saudáveis.

DISTRIBUIÇÃO E COMERCIALIZAÇÃO

- **Rotulagem de alimentos:** é direito, de todas as pessoas, ter informação clara e adequada sobre a composição e qualidade dos alimentos e bebidas no rótulo dos alimentos. O difícil acesso a algumas informações, o marketing enganoso e abusivo dos rótulos com alegações nutricionais duvidosas e a dificuldade de compreensão das informações nos rótulos nos leva a escolhas alimentares inconscientes e não saudáveis. Por isso, uma rotulagem de alimentos clara e adequada é essencial para a transformação dos sistemas alimentares e ensinar o(a) estudante a ler o rótulo é uma parte importante da sua formação como cidadão/cidadã. Além disso, esse aprendizado pode levar a compreensão de vários componentes curriculares.

- **Políticas de abastecimento que garantam a disponibilidade de alimentos saudáveis e acessíveis em todas as partes da cidade:** pessoas consomem alimentos de acordo com a oferta que encontram na proximidade de suas residências. As áreas periféricas das cidades possuem maior concentração de estabelecimentos que comercializam, em sua maior parte, alimentos processados e ultraprocessados e raramente alimentos *in natura*. O incentivo a feiras livres e hortas comunitárias é um caminho importante para aumentar a disponibilidade de alimentos saudáveis para a população.

Existem várias atividades de EAN que podem ser realizadas com rótulo de alimentos, na **próxima seção** e no **capítulo 4** iremos apresentar algumas.

Estas páginas informativas do Idec podem apoiar muito na compreensão e reflexão crítica quanto aos rótulos de alimentos:

<https://idec.org.br/de-olho-nos-rotulos>



<https://idec.org.br/raio-x-rotulos/o-que-e>



Conheça os conceitos de **desertos** e **pântanos alimentares** para apoiar nessa compreensão.



- **Preço justo:** Atenção aos processos que determinam a formação e a inflação dos preços, desoneração de alimentos saudáveis (isenção de impostos ou regulação dos preços de alimentos essenciais) e maior taxação de ultraprocessados.



Conheça o custo do consumo de ultraprocessados para o Brasil



Comer é um ato político – o que os jovens dizem sobre o preço de alimentos saudáveis?

- **Políticas econômicas, políticas de geração de emprego e renda dignos:** disponibilidade de recursos financeiros para a aquisição de alimentos.

Enfrentamento a questões estruturantes de desigualdades sociais, econômicas, de gênero e raça é central para a garantia deste direito.

- **Circuitos curtos de distribuição:** incentivar dinâmicas de abastecimento localizadas, promovidas pela agricultura familiar, hortas comunitárias, de forma que a produção de alimentos saudáveis esteja próxima ao consumidor e estimular a compra direta do agricultor/ produtor.
- **Varejo diversificado:** setor varejista altamente concentrado (em especial, redes supermercadistas e atacarejo) torna ainda mais caros os alimentos saudáveis; além disso, a lógica do sistema alimentar em larga escala também acarreta um grande desperdício em diferentes etapas do processo de produção e abastecimento. Incentivar o varejo de pequeno e médio porte e a rede de abastecimento popular, como mercados públicos e feiras, também é uma forma de apoiar a transformação do sistema alimentar.

O Instituto Escolha apresenta vários estudos que apontam estratégias para superar o desafio de promover a produção de alimentos saudáveis nas cidades.

Para aprofundar um pouco mais nesse conhecimento, conheça o material “Os caminhos da comida: o papel do planejamento urbano na transformação do sistema alimentar”.



CONSUMO ALIMENTAR

As práticas educativas de alimentação relacionadas aos sistemas alimentares englobam ações relacionadas à educação para o consumo consciente, ao aproveitamento integral dos alimentos, ao cuidado com a destinação de resíduos e também a atenção ao ambiente alimentar, escolar e hortas, entre outras práticas.

- **Aproveitamento integral dos alimentos:** muitas vezes, a falta de planejamento ou falta de conhecimento sobre armazenamento adequado ou como utilizar integralmente um alimento pode levar a um grande desperdício de alimentos nas escolas e nas casas das pessoas.

Adotar práticas conscientes, como aproveitamento integral de alimentos e uso de técnicas culinárias e de armazenamento adequadas, podem apoiar muito na redução desse desperdício. A utilização de técnicas culinárias de aproveitamento integral dos alimentos trata da utilização de todas as partes comestíveis de um alimento, como as polpas, folhas, cascas, sementes e talos. Esse aproveitamento permite explorar novos sabores e texturas, tornando as refeições mais interessantes e criativas. Usar as cascas de frutas cítricas na elaboração de bolos, por exemplo, vai conferir um sabor cítrico e aroma agradável.

A Organização das Nações Unidas para a alimentação e agricultura (FAO) estima que cerca de 17% dos alimentos disponíveis para os consumidores foram desperdiçados em residências, varejo, restaurantes e outros serviços alimentares.

Clique aqui ou leia o QR Code e acesse a notícia.



*“Ao cozinhar, se desconhecemos as características do alimento, certamente faremos uso inadequado de alguma técnica culinária ou mesmo não utilizaremos partes que podem ser consumidas, desperdiçando, assim, grande quantidade de alimento e de nutrientes que poderiam compor um prato nutricionalmente mais rico.”
(Jornada EAN 2017)*

A **Jornada de EAN do FNDE de 2017** teve como um dos temas a “PREVENÇÃO E REDUÇÃO DE PERDAS E DESPERDÍCIOS DE ALIMENTOS” e nesse material você pode conhecer melhor porque o desperdício impacta na segurança alimentar da população e no desenvolvimento econômico e pode ser um tema ótimo para compreender o impacto das nossas escolhas no sistema alimentar (Página 85 – Jornada 2017).



E como fazer isso na prática? Ensinando práticas culinárias e aproveitando esse momento para trabalhar diversos componentes curriculares.

A Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz) e o Instituto Federal da Paraíba disponibilizam receitas ótimas para praticar o aproveitamento integral dos alimentos:



Um outro ponto importante para aproveitamento integral dos alimentos é estimular o consumo de frutas e vegetais “imperfeitos”. Muitas frutas e legumes nascem fora dos padrões estéticos exigidos pelo varejo, aceitar alimentos com imperfeições, mas adequados para consumo, apoia na mudança de paradigmas e redução do desperdício de alimentos.



Para saber mais:

Assista o vídeo do **Núcleo SP da Aliança pela Alimentação Adequada e Saudável** (alimentacaosaudavel.org.br) sobre o desperdício de alimentos nas cidades



Ouça o podcast sobre desperdício de alimentos do Sustentarea da USP.



- **Cultura alimentar:** Pratos e alimentos da cultura alimentar brasileira têm sido substituídos pelo consumo de ultraprocessados, gerando impactos negativos à saúde e ao meio ambiente. Preservar e resgatar a cultura alimentar local, tratando desse tema nas atividades de EAN, é um ponto essencial para promoção de sistemas alimentares saudáveis e sustentáveis. Vamos falar mais dessa dimensão da alimentação adequada e saudável na próxima seção sobre as dimensões da alimentação.
- **Ambiente alimentar:** Um dos determinantes do consumo alimentar é o ambiente alimentar. Conheça mais sobre esse aspecto do sistema alimentar na [seção 2.5](#).
- **Hortas escolares:** As hortas escolares são ambientes ecopedagógicos potenciais para as ações de EAN nas escolas, pois são ferramentas educacionais substanciais para resgatar o vínculo entre consumidor, alimento e a natureza, rompendo com a alienação dos saberes sobre processos produtivos propiciados pela industrialização dos alimentos. Além disso, as hortas podem apoiar na reflexão sobre aproveitamento de alimentos por meio da compostagem, fazendo com que os resíduos orgânicos se transformem em adubo, reduzindo o volume dos resíduos orgânicos que são conduzidos aos aterros sanitários.

A **Jornada de EAN de 2017** teve como um dos temas atividades de EAN com a “Horta Escolar” e nesse material você pode conhecer melhor a potência da horta para o desenvolvimento de conteúdos ambientais envolvendo todas as disciplinas do currículo (Página 108 – Jornada 2017).

As hortas podem apoiar na construção desse conhecimento como:

Promoção da alimentação adequada e saudável;

Reconhecimento da água como patrimônio a ser preservado;

Reflexão sobre o custo da alimentação;

Conhecer os caminhos do alimento;

Refletir sobre as principais causas do desperdício de alimentos no sistema alimentar e formas de prevenção.

Vamos falar mais sobre essa importante ferramenta pedagógica no **capítulo 4** sobre “Como abordar EAN nas escolas”.



Conheça mais experiências com hortas em diferentes países no material “BOAS PRÁTICAS EM HORTAS ESCOLARES E ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – ÁFRICA, ÁSIA E AMÉRICA LATINA E CARIBE.”



MOMENTO REFLEXÃO

Como podemos promover a consciência ambiental e a sustentabilidade na escola por meio da EAN? Como poderíamos integrar a EAN em diversas áreas do currículo escolar para abordar a Síndrome Global?



VÍDEOS DE APOIO:



Um vídeo que vai nos relembrar o que compõe o sistema alimentar, [Clique aqui!](#)



SABIÁ. Centro de Desenvolvimento Agroecológico. [Comida que alimenta 2015.](#)



Fome, Obesidade e Clima: A Solução Existe

idec

Um outro sistema alimentar para garantir uma alimentação saudável.



2.2. A alimentação e suas diferentes dimensões

A alimentação é uma necessidade básica, que garante a vida. Mas, como prática humana, ela está atravessada pela cultura e marcada por questões subjetivas. Dessa forma, não é possível encarar a alimentação meramente como um conjunto de nutrientes para as necessidades orgânicas. Comer envolve prazer, crenças, valores, produção de identidade individuais e coletivas. Neste sentido, a alimentação incorpora, além da dimensão biológica, as dimensões ambiental, econômica, sociopsicocultural e do direito. Estas dimensões estão interligadas e interpostas no nosso cotidiano.

Dimensão Ambiental

O processo de produção abrange a comercialização e o consumo dos alimentos e o impacto dessas ações para o meio ambiente. A seção 2.1, onde conhecemos melhor os sistemas alimentares, apresentou vários elementos dessa dimensão da alimentação adequada e saudável. A Política Nacional de Educação Ambiental (PNEA), instituída pela **Lei nº 9.795, de 27 de abril de 1999**, e regulamentada pelo **Decreto nº 4.281, de 25 de junho de 2002**, estabelece princípios, diretrizes e objetivos para a Educação Ambiental no Brasil, promove conscientização e ações para a preservação do meio ambiente, o uso sustentável dos recursos naturais e o desenvolvimento de uma sociedade mais responsável e comprometida com questões socioambientais. As atividades de educação ambiental e EAN estão fortemente relacionadas por essa dimensão da alimentação adequada e saudável e podem ser trabalhadas conjuntamente.

Sustentabilidade é um termo amplo e complexo. Vem sendo usado por diferentes pessoas e em contextos diversos. Aplicado à alimentação e à nutrição, refere-se às práticas alimentares promotoras da saúde que respeitem a diversidade cultural e que sejam ambiental, cultural, econômica e socialmente sustentáveis.

MOMENTO REFLEXÃO

Como você integraria a EAN com a Educação Ambiental? Que estratégias poderiam ser implementadas para reduzir o desperdício de alimentos na sua escola?



E como trabalhar essa dimensão no currículo da educação básica?

Educação Infantil	Anos Iniciais do Ensino Fundamental	Anos Finais do Ensino Fundamental
<ul style="list-style-type: none"> • Origem dos alimentos • Higiene • Importância da redução do desperdício de alimento • Composteiras 	<ul style="list-style-type: none"> • Produção e destino de resíduos • Desperdício de alimentos • Importância da agricultura local e sustentável • Importância da sazonalidade dos alimentos • Biodiversidade e alimentação • Sistema alimentar (produção, comercialização, consumo de alimentos, agricultura, meio ambiente, água, desperdício em todas as etapas, destino de resíduos) • Impacto ambiental das escolhas alimentares e da produção de alimentos • Alimentos orgânicos e agroecologia 	<ul style="list-style-type: none"> • Desperdício de alimentos e em todas as etapas do sistema alimentar • Impactos das escolhas alimentares e impacto ambiental da produção de alimentos • Sistema alimentar (produção, comercialização, consumo de alimentos, agricultura, meio ambiente, água, desperdício em todas as etapas, destino de resíduos) • Poluição ambiental e das fontes de água e sua influência na saúde e nutrição • Desequilíbrios ambientais (desmatamento, queimadas, seca, caça e pesca indiscriminados) e seus efeitos na saúde, qualidade de vida e na produção de alimentos • Agroecologia e sistemas alimentares sustentáveis • Soberania e segurança alimentar • Importância da sazonalidade dos alimentos

Fonte: Adaptado de Maldonado *et al.* (2021) e Barcelos *et al.* (2022)

Seguem alguns exemplos de como abordar esta dimensão na escola:

Horta Escolar Sustentável

A horta escolar pode ser uma grande aliada para integrar diferentes disciplinas e promover práticas sustentáveis. Com a participação ativa de estudantes, professores(as) e merendeiras(os), é possível planejar atividades que relacionem o cultivo de alimentos saudáveis ao currículo escolar, de forma interdisciplinar.

Por exemplo, temas de geografia e história podem ser explorados a partir da origem dos alimentos e seus ciclos de plantio e colheita. Nas aulas de matemática e língua portuguesa, é possível trabalhar medidas e propor a escrita de receitas, envolvendo inclusive a preparação dos pratos com apoio das merendeiras(os) da escola. Esses momentos também permitem abordar temas como higiene, manipulação dos alimentos, uso consciente da



água, alimentação saudável, plantas alimentícias não convencionais (PANCs) e a classificação dos alimentos segundo o Guia Alimentar.

Para que a escola promova sistemas alimentares saudáveis e sustentáveis, é importante que o trabalho com a horta considere toda a cadeia de produção: o uso do solo, a compostagem, o tipo de sementes ou mudas, o consumo consciente e o respeito ao meio ambiente. Nesse sentido, a horta se torna um espaço vivo de cuidado com a saúde e com a natureza.

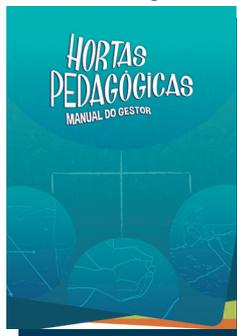
Ainda com foco na sustentabilidade, apresentamos o Projeto Hortas Pedagógicas, uma iniciativa que busca integrar o conhecimento científico ao cotidiano da população brasileira, desenvolvido pelo Ministério do Desenvolvimento e Assistência Social, Família e Combate à Fome em parceria com a Empresa Brasileira de Pesquisa Agropecuária (Embrapa), que é uma empresa pública de referência internacional em pesquisa agrícola, desenvolvimento e inovação para a sustentabilidade da agricultura, e com o apoio do Fundo Nacional do Desenvolvimento da Educação (FNDE), que é uma instituição de referência na educação brasileira.

Veja mais exemplos de como abordar temas de alimentação e nutrição de forma transversal às disciplinas do currículo, por meio de projetos interdisciplinares com hortas escolares nos anos finais do Ensino Fundamental, na **seção 4.4.2 do Capítulo 4**

Manual prático para instalação



Manual do gestor



A horta no prato: planejamento culinário na escola



O projeto conta também com um **curso a distância e gratuito**.



No portal da Viva Agroecologia e da Embrapa, pode-se consultar também diversos materiais educativos para promover a implantação da biodiversidade das PANCs na pedagogia e nas hortas escolares ou comunitárias. Conheça mais sobre as PANCs no site da Embrapa [clikando aqui!](#)

A Jornada de EAN de 2017 teve como um dos temas atividades de EAN com a "Horta Escolar" e nesse material você pode conhecer melhor como a horta pode promover um sentimento de valorização do espaço vivido e uma visão integral do mundo em que vive. (Página 108 – Jornada 2017)

Dimensão Biológica

Abarca os aspectos fisiológicos da alimentação, o metabolismo dos nutrientes, os elementos nutricionais e sanitários dos alimentos, seu potencial de propiciar o desenvolvimento e o funcionamento plenos do corpo humano e de prevenir ou acarretar doenças (dependendo de suas características nutricionais e de suas condições sanitárias).

Nessa dimensão, a alimentação adequada e saudável é caracterizada pelo perfil de consumo alimentar capaz de garantir quantidades adequadas de todos os nutrientes necessários ao crescimento e à manutenção das funções biológicas do organismo. Baseia-se no princípio da melhor combinação de nutrientes em função de necessidades biológicas e na definição de necessidades nutricionais humanas padronizadas e referenciadas aos conceitos de caloria e de nutrientes.

Essa perspectiva é orientada pela ideia de que o saudável é pautado por regras que expressam um padrão "normal" e um único parâmetro ideal de alimentação. Está associado com o reducionismo nutricional que marcou a ciência da nutrição.

Consulte aqui os materiais do projeto PANC nas escolas da Viva Agroecologia.



Conheça o Horta na escola – Passo a Passo da Universidade Federal de Santa Catarina.



Conheça esse livro eletrônica "Curricularização das ações de educação alimentar e nutricional e horta como instrumento pedagógico".



E como trabalhar essa dimensão no currículo da educação básica?

Educação Infantil	Anos Iniciais do Ensino Fundamental	Anos Finais do Ensino Fundamental
<ul style="list-style-type: none"> • Reconhecimento de alimentos saudáveis e não saudáveis, inclusive da água • Identificação de diferentes grupos de alimentos • Corpo (cuidado, crescimento) • Imagem corporal • Características sensoriais 	<ul style="list-style-type: none"> • Grupos de alimentos/ classificação de alimentos de acordo com o nível de processamento • Comer no curso da vida • Metabolismo: alimentos e nutrientes • Digestão • Higiene e alimentos • Água como alimento 	<ul style="list-style-type: none"> • Classificação dos alimentos de acordo com processamento • Corpo e alimentação (subjetividade) • Composição nutricional dos alimentos ultraprocessados e sua influência na saúde • Interpretação da rotulagem dos alimentos • Aprofundamento no estudo do processo da digestão • Tipos de padrões dietéticos (vegetarianismo, veganismo, ovolactovegetarianismo, onivorismo etc.)

Fonte: Maldonado *et al.* (2021); Barcelos *et al.* (2022)

Dimensão Econômica

Podemos olhar para essa dimensão sob dois aspectos:

1- Olha para o sistema alimentar como um sistema econômico e que, no contexto de uma economia de mercado, como todos os sistemas econômicos, tem vencedores e perdedores, sofre instabilidade periódica e ocasionalmente profunda, e é assolado pelo desequilíbrio entre o que procuramos e o que, na verdade, é oferecido;

2- Refere-se às relações de trabalho estabelecidas em todo o sistema alimentar, abrangendo não somente aquelas que se dão no âmbito da produção, armazenamento, transporte e comércio de alimentos, mas também aquelas que ocorrem no âmbito da produção de refeições coletivas (aqui incluídos os programas públicos de fornecimento de refeições, como, no caso do Brasil, o Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE). Abarca, por exemplo, questões relativas às condições objetivas de trabalho; à forma como estes trabalhadores, atores sociais imprescindíveis no sistema alimentar, são reconhecidos e valorizados em seu processo de trabalho; e aos avanços e retrocessos nos mecanismos legais de proteção dos direitos e da saúde dos trabalhadores.

Envolve as relações de trabalho estabelecidas no âmbito do sistema alimentar, o preço dos alimentos e as políticas públicas que incidem sobre ele.



A *Jornada de EAN de 2017* teve como um dos temas de EAN a “Agricultura familiar na escola” e nesse material você pode conhecer melhor a importância do desenvolvimento da agricultura familiar para a promoção da alimentação adequada e saudável e de estimular atividades de EAN que dialoguem com os agricultores familiares, conheça suas histórias e o caminho feito por eles desde o plantio até a distribuição nas escolas. (Página 152 – Jornada 2017)

E como trabalhar essa dimensão no currículo da educação básica?

Educação Infantil	Anos Iniciais do Ensino Fundamental	Anos Finais do Ensino Fundamental
<ul style="list-style-type: none"> • Profissões ligadas ao sistema alimentar • Desperdício de alimentos • Recursos necessários para produzir alimentos (terra, água, sementes, pessoas, sol) 	<ul style="list-style-type: none"> • Profissões no sistema alimentar • Disponibilidade e acesso a alimentos • Produção, armazenamento, transporte e comércio de alimentos 	<ul style="list-style-type: none"> • Relações de trabalho no sistema alimentar • Compreensão do custo dos alimentos e do orçamento familiar • Importância do comércio justo e da agricultura familiar

Fonte: Maldonado *et al.* (2021); Barcelos *et al.* (2022)

Dimensão Sociopsicocultural

O ato de comer, além de satisfazer as necessidades biológicas, é também fonte de prazer, de socialização e de expressão cultural. A dimensão da cultura é anterior às práticas de EAN; portanto, é a partir dela e com ela que as práticas de EAN precisam ser desenvolvidas. Ela aborda os diferentes significados e valores que as pessoas, grupos sociais e sociedade atribuem aos alimentos, os quais são construídos de acordo com suas histórias de vida e que influenciam suas práticas alimentares de diferentes maneiras.

A *Jornada de EAN de 2017* teve como um dos temas atividades de EAN com “Alimentos Regionais” e nesse material você pode conhecer melhor a importância de usufruir dos benefícios desses alimentos. (Página 58 – Jornada 2017)

As comunidades tradicionais, como as populações indígenas, quilombolas, ribeirinhas, do campo e das florestas carregam saberes, práticas e modos de vida profundamente enraizados em suas culturas e territórios, nos quais a EAN encontra um terreno potencialmente fértil para se desenvolver de forma integrada, significativa e contínua no contexto escolar. Isso porque, nesses territórios, a alimentação ocupa um lugar central na vida cotidiana, estando diretamente conectada aos modos de ser, viver e aprender das comunidades.



Os saberes alimentares são transmitidos entre gerações e guardam relação direta com o território, o meio ambiente, as práticas culturais e os valores coletivos. Por essas razões, as condições socioculturais e educativas presentes nesses contextos podem favorecer a inclusão da EAN de forma mais orgânica ao currículo escolar, especialmente no que se refere às dimensões sociopsicocultural e ambiental da alimentação, contribuindo para o fortalecimento da identidade cultural, da autonomia e do sentimento de pertencimento dos(as) estudantes e de suas famílias.

Essa forma de pensar a educação, que valoriza o que as pessoas vivem, sentem e sabem, tem muito a ver com o que Paulo Freire defendia: **uma escola conectada com a realidade dos(as) estudantes, que reconhece seus saberes, suas culturas e seus territórios como ponto de partida para o aprendizado.**

Para ele, o conhecimento se constrói a partir do diálogo entre educadores(as), educandos e o mundo. É nesse caminho que a EAN ganha força, porque fala da vida, da saúde, do cuidado, da memória e da identidade de cada comunidade. Quando isso acontece, o aprender faz mais sentido, aproxima a escola das famílias e ajuda a construir mais autoestima e pertencimento.



Crédito: www.unesco.org

Toda essa potência foi evidenciada nas trocas e vivências promovidas por docentes, diretoras(es) e coordenadoras(es) de escolas vinculadas à Secretaria Municipal de Educação de Belém/PA e à Coordenação da Educação do Campo, das Águas e das Florestas, durante oficinas realizadas entre 2023 e 2024, desenvolvidas em parceria com o UNICEF. Esses espaços de formação e troca de experiências permitiram refletir sobre formas de integrar a EAN ao currículo respeitando os saberes locais e valorizando as identidades e diversidade das comunidades.



Conheça uma experiência de valorização dos saberes tradicionais utilizando o Tucupi Amazônico como ferramenta para o ensino de ciências.
[Clique neste artigo!](#)

E como trabalhar essa dimensão no currículo da educação básica?

É muito importante introduzir temas relacionados à alimentação e cultura alimentar local em diferentes componentes curriculares, como História, Geografia, Língua Portuguesa, Sociologia, Filosofia e Arte. Por exemplo, explorar a história da alimentação brasileira, suas raízes indígenas, africanas, euro-



peias e outras, dependendo do local, e como essas influências se manifestam nas diferentes regiões do país.

Educação Infantil	Anos Iniciais do Ensino Fundamental	Anos Finais do Ensino Fundamental
<ul style="list-style-type: none"> • Culinária • Comensalidade • Amamentação • Celebração de tradições alimentares locais e de diferentes culturas 	<ul style="list-style-type: none"> • Hábitos e costumes alimentares de famílias de regiões e de sociedades • Alimentação ao longo do tempo • Culinária e comensalidade • Amamentação • Mídia e consumo • História da culinária brasileira e seus principais ingredientes • Pratos típicos locais e de diferentes regiões do Brasil 	<ul style="list-style-type: none"> • Escolhas alimentares • Alimentação e contemporaneidade (comensalidade, tempo, globalização, mudança nos padrões alimentares, culinária e gênero) • Amamentação • Mídia, publicidade e consumo • Diversidade cultural na alimentação e cultura alimentar local • Significados culturais e afetivos dos alimentos e alimentação • Importância da alimentação escolar e das escolhas de alimentos saudáveis

Fonte: Maldonado *et al.* (2021); Barcelos *et al.* (2022)



MATERIAIS DE APOIO:

Livro “Na companhia de Dona Fartura: uma história sobre cultura alimentar quilombola”, que pode ser utilizado nas aulas de Língua Portuguesa, História, Geografia e outras disciplinas para abordar a dimensão Sociocultural da alimentação, ao mesmo tempo em que valoriza os saberes quilombolas.



Assista esse vídeo para conhecer as práticas agrícolas tradicionais de um povo indígena da Amazônia brasileira. O material pode ser utilizado em sala de aula para abordar o tema, valorizando os saberes indígenas.



Refletamos sobre outras possibilidades de integrar a EAN de modo transversal ao currículo, a partir dos saberes tradicionais e da cultura alimentar local



Atividades práticas: Promover atividades práticas em sala de aula, como preparação de alimentos típicos da região ou de diferentes regiões do Brasil, visitas a feiras locais, entrevistas com os pais e demais membros da comunidade sobre suas práticas alimentares e tradições culinárias locais.



Valorização da diversidade: Incentivar o respeito e a valorização das diferentes escolhas alimentares, destacando a importância de respeitar as restrições alimentares voluntárias ou necessárias, como dietas vegetarianas, veganas, religiosas ou alergias alimentares, explicando esses estilos de dieta para os(as) estudantes.



Educação para a saúde: Abordar questões relacionadas à saúde e nutrição de forma contextualizada, discutindo como as escolhas alimentares podem influenciar a saúde física e emocional, e como uma alimentação equilibrada pode ser adaptada às diversas culturas e tradições alimentares.



Promoção da inclusão: Garantir que o currículo seja inclusivo e sensível às necessidades de todos(as) os(as) estudantes, incluindo aqueles com necessidades alimentares especiais, oferecendo informações sobre o tema e opções na alimentação escolar com adaptações para diferentes restrições alimentares.



Dimensão do Direito Humano à Alimentação Adequada

A promoção da realização do Direito Humano à Alimentação Adequada é uma obrigação do Estado Brasileiro, responsabilidade de todos nós e está prevista em diversos tratados e documentos internacionais e em vários instrumentos legais vigentes no Estado Brasileiro, entre eles a Constituição Federal.

“O direito à alimentação adequada é observado quando todo homem, mulher ou criança, seja sozinho ou junto com os outros, tem **acesso físico e econômico, em todos os momentos, à alimentação adequada ou a meios para obtê-la**. O direito à alimentação adequada **NÃO** deve ser interpretado, portanto, de forma estrita ou restritiva, equiparando-o a uma quantidade de calorias, proteínas e outros **nutrientes** específicos” (ONU 99)

Esse olhar multidimensional para garantia do Direito Humano à Alimentação Adequada aponta para a inter-relação desse direito com o conceito de segurança alimentar. No Brasil, a Lei Orgânica de Segurança Alimentar e Nutricional (Lei n. 11.346, 2006) reconhece em seu artigo 2º que “a alimentação adequada é um direito fundamental do ser humano, inerente à dignidade da pessoa humana e indispensável à realização dos direitos consagrados na Constituição Federal”. Essa lei cria o Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional – SISAN no Brasil para assegurar o DHAA à população brasileira e define que segurança alimentar e nutricional é:

*“A segurança alimentar e nutricional consiste na realização do direito de todos ao acesso regular e permanente a alimentos de **qualidade, em quantidade** suficiente, sem comprometer o acesso a outras necessidades essenciais, tendo como base práticas alimentares promotoras de saúde que respeitem a diversidade **cultural e que sejam ambiental, cultural, econômica e socialmente sustentáveis**.”* (Lei Orgânica de Segurança Alimentar e Nutricional n. 11.346, 2006)

São muitas as possibilidades para que o DHAA, a cidadania, a ecologia etc. estejam no currículo de forma integrada com outros saberes que são tradicionalmente reconhecidos como pertencentes ao cenário educativo. São temas que, se articulados, possibilitam tanto aos educandos(as) e educadores(as), a discussão da realidade e a viabilidade de propostas de construção de uma sociedade mais humana e cidadã.

Esse tipo de ação educativa pode proporcionar ao estudante a construção dos conhecimentos e habilidades que o instrumentalizam a fazer suas escolhas, julgar o que ouvir na mídia e em outros espaços e agir de forma autônoma e



atuante diante de sua realidade.

Veja no quadro a seguir temas dessa dimensão que podem ser trabalhados no currículo da educação básica:

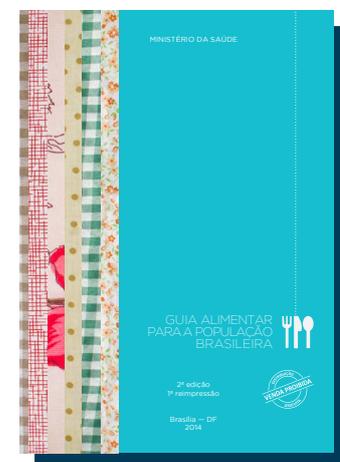
Educação Infantil	Anos Iniciais do Ensino Fundamental	Anos Finais do Ensino Fundamental
<ul style="list-style-type: none"> Direito de comer e de beber água limpa e alimentos saudáveis 	<ul style="list-style-type: none"> Alimentação e noção de direito e cidadania Acesso aos alimentos Segurança alimentar e nutricional (componentes da SAN: disponibilidade e acesso, consumo e utilização, estabilidade e sustentabilidade) 	<ul style="list-style-type: none"> Segurança alimentar e nutricional (alimentação como direito ou mercadoria; papel do Estado; políticas públicas; alimentação escolar como direito; desigualdades; equidade) Soberania Alimentar A fome no Brasil e no mundo e ações para combatê-la

Fonte: Maldonado *et al.* (2021); Barcelos *et al.* (2022)

2.3. Guias Alimentares Brasileiros

Os guias alimentares são instrumentos que definem as diretrizes oficiais sobre alimentação adequada e saudável para a população. Temos no Brasil dois guias alimentares: um destinado às crianças menores de 2 anos e outro para indivíduos acima dessa idade. Os documentos apresentam informações, análises, recomendações e orientações baseadas nas evidências mais atuais e robustas sobre escolha, combinação, preparo e consumo de alimentos, além de sugerir possibilidades de superação de obstáculos.

O Guia Alimentar para a População Brasileira é considerado o melhor do mundo ao relacionar alimentação e sustentabilidade por meio da associação de aspectos ambientais, culturais e socioeconômicos com o processamento de alimentos. Esse olhar inovador do Guia não se apresenta somente na sua relação com a sustentabilidade, mas podemos dizer que também no seu modo de se comunicar com a população (o público-alvo do Guia é a população brasileira e não apenas o profissional de saúde) e a inclusão de mensagens não somente sobre o que comer, mas como comer, com quem comer e quando comer.



CURIOSIDADE



A FAO (Organização das Nações Unidas para a Alimentação e Agricultura) apoia os países membros no desenvolvimento, revisão e implementação de guias alimentares de acordo com as evidências científicas mais atuais disponíveis. A FAO também realiza análises regulares dos progressos realizados no desenvolvimento e utilização de orientações dietéticas, verificando se houve alterações na sua abordagem e orientação global. Mais de 100 países em todo o mundo elaboraram guias alimentares consistentes com as suas respectivas situações alimentares, disponibilidade de alimentos, cultura alimentar e hábitos alimentares. Para saber mais acesse o [site da FAO](#).



Além dos **Guias** serem um **instrumento de EAN**, são também documentos indutores de políticas públicas. Está em sintonia com o conceito de SAN abordando a qualidade da alimentação, por meio da oferta de alimentos mais saudáveis, diversificados e que respeitem a cultura alimentar local e os modos de produção nos diferentes territórios brasileiros.

Então, vamos conhecer os Guias?!

Para começar, te convidamos a assistir ao [vídeo do Ministério da Saúde](#) sobre os princípios do Guia Alimentar para a População Brasileira:

As ações de alimentação e nutrição recomendadas pelos Guias têm como um dos seus princípios que **a alimentação é mais que ingestão de**

nutrientes e nas recomendações abre mão da abordagem quantitativa, como a adotada pela pirâmide alimentar e que apresenta uma série de limitações para abordar a alimentação adequada e saudável. As recomendações dos Guias estão baseadas na **Classificação Nova dos Alimentos**, proposta pela equipe do Núcleo de Pesquisas Epidemiológicas em Nutrição e Saúde (Nupens) da Universidade de São Paulo (USP), que **agrupa os alimentos segundo a extensão e o propósito do processamento a que são submetidos**.



Alimentos <i>in natura</i> ou minimamente processados	Ingredientes culinários processados
 <p>Os alimentos <i>in natura</i> são aqueles aos quais temos acesso da maneira como eles vêm da natureza. O termo inclui partes comestíveis de plantas ou de animais. Também inclui cogumelos e algas.</p> <p>Os minimamente processados são, basicamente, alimentos <i>in natura</i> que precisam de algum processamento antes de chegar ao consumidor final, mas que não têm adição de ingredientes ou transformações que os descaracterizem.</p> <div data-bbox="277 1061 775 1182">  <p>Faça desses alimentos a base da sua alimentação, consumindo a maior variedade possível dentre os grupos de alimentos.</p> </div>	 <p>Ingredientes culinários processados são substâncias extraídas de alimentos do primeiro grupo por procedimentos físicos como prensagem, centrifugação e concentração.</p> <p>Esses ingredientes são essenciais para converter alimentos do primeiro grupo em receitas e refeições deliciosas e, quando usados em pequenas quantidades, são perfeitamente compatíveis com uma alimentação nutricionalmente equilibrada e saudável.</p> <div data-bbox="820 1061 1343 1182">  <p>Use-os com moderação para temperar e preparar os alimentos <i>in natura</i> ou minimamente processados.</p> </div>
Alimentos processados	Alimentos ultraprocessados
 <p>Elaborados a partir dos alimentos <i>in natura</i> ou minimamente processados com adição de sal, açúcar ou gordura para melhorar o seu tempo de conservação e/ou acentuar o seu sabor.</p> <div data-bbox="277 1711 775 1912">  <p>Consuma em pequenas quantidades e, eventualmente, como ingredientes de preparações culinárias ou como parte de refeições baseadas em alimentos <i>in natura</i> ou minimamente processados.</p> </div>	 <p>Feitos pela indústria, a partir de inúmeros ingredientes, com pouquíssimo ou sem alimentos <i>in natura</i>. Incluem a adição de aditivos químicos, realçadores de sabor, cor, odor, textura.</p> <div data-bbox="820 1800 1343 1912">  <p>Evite-os!</p> </div>

Fonte: <https://www.fsp.usp.br/nupens/a-classificacao-nova/>

Regra de ouro: “Prefira sempre alimentos *in natura* ou minimamente processados e preparações culinárias a alimentos ultraprocessados”

O consumo de ultraprocessados tem sido associado ao desenvolvimento de diversos agravos e doenças, abrangendo obesidade, doenças cardiovasculares, respiratórias, gastrointestinal, metabólica, câncer, desfechos de saúde mental, relacionados à duração e qualidade do sono e mortalidade precoce. Além das consequências negativas na saúde humana, os ultraprocessados impactam negativamente no meio ambiente, contribuindo para a degradação ambiental pelo consumo desenfreado dos recursos naturais e geração de lixo pelas suas embalagens.



Conheça mais:

A publicação “**Diálogos sobre ultraprocessados**” da Cátedra Josué de Castro sintetiza as evidências científicas sobre impactos negativos de ultraprocessados.



Classificar os alimentos pelo seu grau de processamento nos permite considerar diferentes aspectos do impacto do processamento industrial dos alimentos sobre a qualidade nutricional da dieta e a saúde humana – em particular dos métodos e ingredientes empregados na produção de milhares de novos produtos alimentícios que chegam aos mercados todos os anos e o efeito desse processamento na saúde humana e no meio ambiente. A utilização da classificação NOVA nos guias alimentares brasileiros pode ser vista como uma estratégia de superação do nutricionismo¹ e uma mudança de paradigma para a área de Nutrição.

A alimentação baseada em alimentos *in natura* ou minimamente processados pode e deve ser variada, diversificada e super saborosa. Veja que os guias alimentares brasileiros demonstram essa diversidade ao apresentar nove grupos de alimentos dentro dessa categoria:

¹ **Nutricionismo** ou reducionismo nutricional é um termo proposto pelo pesquisador Gyorgy Scrinis para referenciar a ênfase redutiva na composição nutricional dos alimentos como forma de identificar o quanto eles são saudáveis e por uma interpretação redutora do papel de tais nutrientes na saúde corporal. Uma das principais características: as preocupações com a qualidade de produção e do processamento do alimento e de seus ingredientes são desconsideradas ou omitidas.



1	2	3	4	5	6	7	8	9
								
Grupo dos feijões (feijão, grão de bico, lentilha, soja etc.)	Grupo dos cereais (arroz, milho, trigo etc.)	Grupo das raízes e tubérculos (aipim ou macaxeira, batata inglesa, batata doce, inhame etc.)	Grupos dos legumes e das verduras (cenoura, abóbora, vagem, rúcula, agrião etc.)	Grupo das frutas (banana, mamão, melancia, fruta-pão, caqui etc.)	Grupo das castanhas e nozes (castanhas, nozes, amêndoas, amendoins etc.)	Grupo do leite e queijos (leite, queijos, iogurtes etc.)	Grupo das carnes e ovos (carne bovina, suína, pescado aves, etc.)	Água

O Guia também aborda recomendações relacionadas a outros aspectos da alimentação que também precisam ser observados ao orientar quanto à alimentação adequada e saudável como a comensalidade, comer com regularidade e atenção, a importância do cozinhar e do planejamento para seguir as recomendações do Guia, etc.

FECHE O PACOTE E ABRA O GUIA

O Idec (Instituto de Defesa dos Consumidores) produz uma *newsletter* semanal, com estratégias e reflexões sobre como aplicar as recomendações do Guia no dia-a-dia. **Entre e inscreva-se** para receber gratuitamente toda semana esse conteúdo.



Clicando aqui ou lendo o Qr Code, você encontra os 10 passos do Guia e dicas para segui-los.

Alimentação saudável e de qualidade para os(as) estudantes da rede pública de ensino é um dos pilares do PNAE. Por isso, **o FNDE, por meio da Coordenação-Geral do PNAE, recomenda o uso do Guia Alimentar para a População Brasileira por nutricionistas e demais atores envolvidos com a alimentação escolar no Brasil.** As atuais recomendações do PNAE são, inclusive, um exemplo de como as políticas públicas podem efetivar, na prática, as diretrizes propostas pelos guias alimentares.

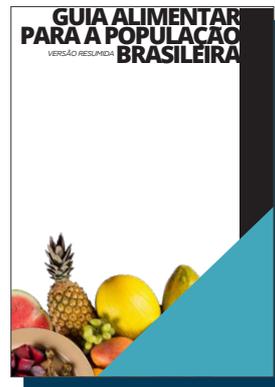


A Jornada de EAN de 2018 teve como um dos temas atividades com a temática “PROMOVENDO A ALIMENTAÇÃO ADEQUADA E SAUDÁVEL NO CURRÍCULO ESCOLAR” e nesse material você pode compreender melhor como essas atividades lúdicas podem integrar a EAN ao currículo escolar, trabalhando a conscientização da comunidade escolar, inclusive os familiares, através do Guia Alimentar para a População Brasileira. (Página 74 – Jornada 2018)

Veja a seguir os links de acesso aos guias alimentares brasileiros (versões completas e resumidas) e outros materiais de apoio.



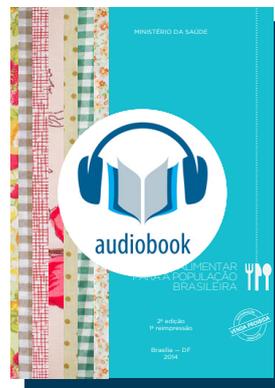
Versão completa do Guia Alimentar para a População Brasileira.



Versão resumida do Guia Alimentar para a População Brasileira.



Teste sua alimentação.



Áudio livro do Guia Alimentar para a População Brasileira.



Folder sobre Guia Alimentar da População Brasileira: tenha mais atenção com a alimentação em seu dia a dia.



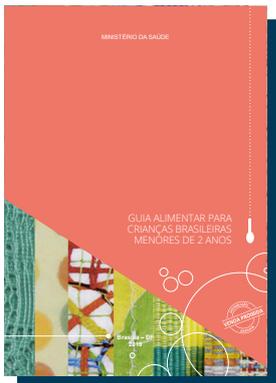
Folder sobre Guia Alimentar da População Brasileira: a escolha dos alimentos.



Folder sobre Guia Alimentar da População Brasileira: habilidades culinárias.



Folder sobre Guia Alimentar da População Brasileira: obstáculos para uma alimentação adequada e saudável.



Versão completa do Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores de 2 Anos.



Versão resumida do Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores de 2 Anos.



Vídeo do Senado Federal “Guia traz dez novas regras para uma alimentação saudável”.



Vídeo OPAS “Guia Alimentar para a População Brasileira ensina 10 simples passos para uma alimentação saudável”.



Vídeo “12 passos para a alimentação saudável das crianças”.



Série de vídeos “Cidinha dá jeito”, sobre habilidade culinária com base nas recomendações dos guias alimentares brasileiros.



Coleção “Promoção da alimentação Adequada e Saudável no ambiente escolar” do Ministério da Saúde. Dicas de atividades e vídeos que traduzem as mensagens do Guia para os escolares.

2.4. Como formamos nossos hábitos alimentares

O que são hábitos alimentares?

Hábitos alimentares são nossas atitudes em relação à alimentação, ou seja, as escolhas do que comemos, quando comemos, como comemos, com quem comemos, como preparamos nossos alimentos etc. Inclui todas as escolhas que fazemos em relação aos alimentos que comemos diariamente. Os hábitos alimentares são imprescindíveis para a qualidade de vida de qualquer indivíduo, quer seja criança ou adulto.

Antes de falarmos sobre a formação dos hábitos alimentares, vale refletirmos sobre algumas questões.

Como aprendemos a comer?

Por que comemos?

Como se constrói o comportamento alimentar na infância?

É possível mudar o comportamento alimentar ao longo da vida?

Comer é fácil?

O que é comer bem?

Como os hábitos são formados?

Ao responder essas questões, percebemos que os hábitos alimentares são formados por meio de uma complexa rede de influências sociais, ambientais e também genéticas. Começam a ser formados ainda na gestação, com a apresentação de diferentes sabores (doce, salgado, azedo e amargo) via ingestão materna. Durante a amamentação, ele continua com os diferentes sabores e aromas, variando conforme a alimentação materna, com o espaçamento entre as refeições (a oferta do leite do peito) e com o ritmo de deglutição. Na fase da introdução de novos alimentos além do leite materno, a criança é apresentada a diferentes sabores, texturas, cheiros e cores dos alimentos, assim como novos espaços, mobiliários, utensílios e práticas da família e dos locais de convívio da criança. E essas práticas vão sendo reforçadas e/ou remodeladas ao longo da vida.



2.4.1. Desenvolvimento e afirmação dos hábitos alimentares nos bebês

Para adquirir o hábito de uma alimentação adequada e saudável, a criança precisa ser apresentada a uma variedade de alimentos e essa prática começa na primeira hora de vida, com a amamentação. A partir dos seis meses de idade, começa a introdução de novos alimentos e além dos alimentos, a variedade e a forma com que eles são oferecidos influenciam a formação do paladar e a relação da criança com a alimentação. A criança leva o que ela aprende nessa época para a vida, inclusive em relação à alimentação. Quando a criança come alimentos adequados e saudáveis quando pequena, ela tem mais chances de se tornar uma pessoa adulta consciente e autônoma para fazer boas escolhas alimentares.

FIQUE ATENTO!

Sabendo disso, a indústria de produtos ultraprocessados, apresenta falsas soluções direcionadas às crianças para ganhar consumidores fiéis durante as suas vidas. Mas não se deixe enganar! Comida de criança é comida de verdade!

Assista ao [vídeo produzido pelo Grupo Temático Comida de Criança da Aliança pela Alimentação Adequada e Saudável](#).



Todas as fases da nossa vida são muito importantes, mas é na primeira infância que se desenvolve (ou não) todo o nosso potencial de crescimento e desenvolvimento, e a alimentação e diversos fatores que são relacionados a ela são cruciais para alcançar esse pleno potencial.

O cérebro do recém-nascido tem 100 bilhões de neurônios, quase todos desconectados. No primeiro ano de vida, há formação de elevadíssimo número de conexões, que permitem estruturação para realização de funções. **As experiências a que as crianças são expostas determinam que genes serão “ligados ou desligados” ou mesmo se serão expressos.**

A construção da arquitetura saudável do cérebro necessita de um *input*² sensorial e relações estáveis e **responsivas**. Dessa forma, construímos uma base sólida para a aprendizagem, comportamento e saúde ao longo da vida.

2 Conjunto de informações que chegam a um sistema (organismo, mecanismo) e que este vai transformar em informações de saída.



A prática responsiva é uma abordagem que incentiva a atenção aos sinais de fome e saciedade do bebê, promovendo uma relação mais natural e tranquila com a comida. Isso significa oferecer alimentos de forma acolhedora, respeitando o ritmo do bebê, sem forçar ou pressionar, e sempre observando se ele está interessado ou satisfeito. Essa prática ajuda a criar uma experiência positiva com a alimentação, além de fortalecer o vínculo entre as crianças e seus cuidadores.

Principais características da alimentação responsiva

Respeite os sinais do bebê: Observe quando ele demonstra interesse pela comida, como abrir a boca, virar a cabeça ou colocar as mãos na boca. Quando ele mostrar sinais de saciedade, como afastar a colher ou virar a cabeça, respeite esses sinais e não force a alimentação.

Quando bebês, ainda não conseguimos expressar nossas vontades e necessidades usando palavras. Por isso, nos comunicamos de outras maneiras: fazendo sons com a boca, chorando, rindo, mexendo as mãos, a cabeça e o corpo. No que diz respeito à alimentação, desde os primeiros dias de vida, a criança indica que está com fome através de sinais que demonstram seu desejo de se alimentar.

Sinais de fome e saciedade do bebê e criança pequena:

	Sinais de fome	Sinais de saciedade
6 meses	Chora e se inclina para frente quando a colher está próxima, segura a mão da pessoa que está oferecendo a comida e abre a boca.	Vira a cabeça ou o corpo, perde interesse na alimentação, empurra a mão da pessoa que está oferecendo a comida, fecha a boca, parece angustiada ou chora.
entre 7 e 8 meses de idade	Inclina-se para a colher ou alimento, pega ou aponta para a comida.	Come mais devagar, fecha a boca ou empurra o alimento. Fica com a comida parada na boca sem engolir.
entre 9 e 11 meses de idade	Aponta ou pega alimentos, fica excitada quando vê o alimento.	Come mais devagar, fecha a boca ou empurra o alimento. Fica com a comida parada na boca sem engolir.
entre 1 e 2 anos de idade	Combina palavras e gestos para expressar vontade por alimentos específicos, leva a pessoa que cuida ao local onde os alimentos estão, aponta para eles.	Balança a cabeça, diz que não quer, sai da mesa, brinca com o alimento, joga-o longe.

Fonte: BRASIL (2019)



Ofereça alimentos variados e em diferentes texturas: Apresente os alimentos variando sua forma de preparo, de forma segura e adequada à idade. Ofereça as preparações bem cozidas e amassadas com um garfo durante a introdução alimentar inicial. Permita que o bebê explore os alimentos à medida que ele tenha maturidade postural e cognitiva. Isso ajuda o bebê a conhecer diferentes sabores e texturas, estimulando uma alimentação nutricionalmente adequada e saudável.

Crie um ambiente tranquilo: Faça as refeições em um ambiente calmo, sem distrações como televisão, celular ou brinquedos, para que o bebê possa focar na comida e aprender a se alimentar sozinho.

Incentive a autonomia: Permita que o bebê explore os alimentos com as mãos, usando utensílios apropriados à sua idade. Isso ajuda no desenvolvimento motor e na autonomia na alimentação.

Seja paciente e respeitoso: Cada bebê tem seu próprio ritmo. Se ele rejeitar um alimento, não insista. Ofereça novamente em outro momento, sem pressão e sempre de forma positiva.

Seja um exemplo: Mostre bons hábitos alimentares, comendo de forma saudável e tranquila. Os bebês aprendem muito observando os adultos ao redor. A creche pode, além de estimular que as famílias façam suas refeições juntas à mesa com o bebê, também permitir que os(as) educadores(as) se sentem à mesa e façam a refeição com as crianças.

Mantenha a alimentação em horários regulares: Estabeleça rotinas de refeições, o que ajuda o bebê a entender quando é hora de comer e a criar hábitos saudáveis.



O *Nurturing Care Framework* é um modelo que destaca a importância de oferecer cuidados sensíveis, responsivos e de qualidade às crianças pequenas, especialmente nos primeiros anos de vida. Ele reconhece que esses cuidados são essenciais para promover o desenvolvimento saudável, a saúde, a proteção e o bem-estar das crianças, além de fortalecer os vínculos afetivos com os cuidadores.





Boa saúde: garantir que as crianças tenham acesso a cuidados de saúde adequados.

Nutrição adequada: promover uma alimentação adequada para o crescimento e desenvolvimento.

Cuidados responsivos: oferecer atenção, afeto e respostas às necessidades da criança de forma consistente.

Segurança e proteção: assegurar ambientes seguros e livres de violência ou abuso.

Oportunidades de aprendizagem desde o início da vida: estimular o desenvolvimento cognitivo, emocional e social através de brincadeiras e interações.

Foi desenvolvido pela OMS, UNICEF e Grupo Banco Mundial e com diversos parceiros para fornecer um roteiro para garantir a consecução dos ODS e sobreviver, prosperar e transformar as metas da Estratégia Global para a Saúde da Mulher, da Criança e do Adolescente. Foi lançado juntamente com a 71ª Assembleia Mundial da Saúde em maio de 2018 e tem o objetivo de criar ambientes que apoiem o desenvolvimento integral das crianças, reconhecendo que o cuidado de qualidade na primeira infância é fundamental para construir uma sociedade mais saudável e equitativa.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) considera o modelo da alimentação responsiva como a melhor prática de alimentação. Suas recomendações são adotadas pelo Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores de 2 Anos. A alimentação responsiva é uma forma de estimular a autonomia da criança e o respeito dos pais e cuidadores com relação aos sinais internos de fome e saciedade infantil.

Atitudes de estímulo

- Colocar a criança para comer junto da família, fazendo um prato somente para ela.
- Deixar a criança livre para segurar os alimentos e utensílios.
- Variar as formas de apresentação dos alimentos.
- Interagir com a criança, falando sempre o nome dos alimentos que ela está recebendo.
- Dedicar tempo e paciência aos momentos da refeição.
- Parabenizar e elogiar o consumo dos alimentos.



Atitudes que devem ser evitadas

- Forçar a criança a comer.
- Oferecer à criança televisão, celular, tablet, como atrativos enquanto ela come.
- Usar equipamentos eletrônicos enquanto oferecem alimentos à criança.
- Alimentar a criança enquanto ela brinca ou anda pela casa.
- Esconder alimentos que a criança não gosta na comida.
- Prometer recompensas para que a criança coma toda a comida.

Frases que não devem ser ditas

- “Se raspar o prato todo, vai ganhar sobremesa”.
- “Vou ficar tão triste se você não comer”.
- “Se você não comer, não vai brincar”.
- “Por favor, só mais uma colherzinha”.

A alimentação responsiva respeita inclusive as etapas do desenvolvimento da criança. A primeira infância é um período muito importante para o desenvolvimento mental e emocional e de socialização da criança. É fundamental estimular a criança nessa fase, para que ela tenha uma vida saudável e possa se desenvolver bem na infância, na adolescência e na vida adulta. É importante que o profissional de educação acompanhe o desenvolvimento da criança com o profissional de saúde. Se achar que algo não vai bem, não deixe de alertá-lo para que possa examiná-la melhor.

Saiba
MAIS

Conheça o material “O Cuidado Integral e a Parentalidade Positiva na Primeira Infância” do UNICEF.



Assista também ao vídeo do Ministério da Saúde “Guia Alimentar – 6 meses a 2 anos”.



Como a creche pode apoiar o alcance do pleno potencial de crescimento e desenvolvimento da criança por meio da alimentação?

- Oferecer formação permanente sobre a temática para todos os funcionários da creche;
- Abordar o assunto nas ações de EAN com as famílias;
- Promover a amamentação até os dois anos ou mais da criança e o recebimento exclusivo do leite do peito nos primeiros seis meses de vida;
- Oferecer os alimentos a partir dos seis meses permitindo que a criança receba uma variedade de sabores, texturas, cheiros e cores dos alimentos. Esses aspectos são parte essencial na evolução da mastigação, no desenvolvimento como um todo e na formação de hábitos adequados e saudáveis;
- Estimular a criança a ser participativa na hora de se alimentar, interagindo com ela, olhando e conversando, apresentando os alimentos e reconhecendo e respeitando os seus sinais de fome e saciedade;
- Permitir que a criança use o sentido do tato durante as refeições. A oferta de novos alimentos também envolve o tato. O uso das mãos é fundamental para o desenvolvimento de diferentes habilidades, como tocar o próprio corpo, pegar objetos, senti-los e soltá-los. Deixe-a usar as mãos para pegar a colher. Ainda que o faça de forma um pouco desajeitada, isso torna o momento mais interativo e estimula a criança a se alimentar sozinha, mesmo que ainda não consiga. Incentive-a a usar as mãos para tocar os alimentos e sentir as diferentes texturas, ou mesmo a levar os alimentos até perto do nariz para sentir os cheiros e depois levá-los à boca;
- Oferecer mobiliário e utensílios em tamanho adequado para a criança;
- Oferecer um espaço aconchegante para a oferta de alimentos (atenção a climatização, iluminação e sonorização do ambiente).

As práticas alimentares – o que, como e quando a criança come – desempenham papel importante na formação de hábitos saudáveis para toda a vida e influenciarão sua relação com a comida. A alimentação permite que a criança aprenda muito sobre si e sobre o ambiente em que vive. **A hora da comida é um momento de estímulo ao desenvolvimento.**



Conheça a **Nota Técnica do FNDE nº3049124/2022** – Aleitamento materno e alimentação complementar no contexto do PNAE. Este documento contextualiza acerca do tema amamentação e apresenta recomendações sobre:

- Extração, armazenamento e transporte do leite humano;
- Recepção, armazenamento, manipulação e oferta do leite humano nas unidades de educação infantil;
- Sala de amamentação;
- Capacitação dos manipuladores e cuidadores;
- Crianças parcialmente/não amamentadas;
- Contextualiza acerca do tema alimentação saudável e apresenta recomendações sobre introdução da alimentação complementar saudável;
- Destaca a escola como espaço de incentivo, apoio e proteção à alimentação saudável.

Além disso, o FNDE, em parceria com o UNICEF e o Ministério da Saúde, publicou uma **série de 4 vídeos** com o objetivo de **incentivar e apoiar a oferta de leite materno na rede pública de Educação Infantil brasileira**. Os vídeos mostram o passo a passo, começando com a extração, passando pelo armazenamento, recebimento e o transporte do leite materno até a creche e a oferta com segurança. Esse material vai ajudar todos os(as) profissionais que trabalham nas creches a orientar mães e famílias, promovendo e apoiando a amamentação até os dois anos ou mais, sendo de forma exclusiva até os seis meses de vida da criança.

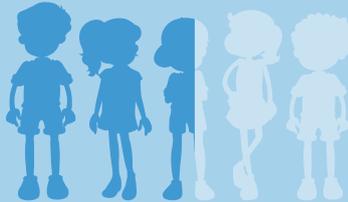


2.4.2. Desenvolvimento e afirmação dos hábitos alimentares nas crianças

Desde os primeiros anos de vida, cada refeição e até o que a criança vê as outras pessoas que fazem parte do seu convívio comendo moldam, de forma profunda, os hábitos alimentares que ela levará para a vida toda. Pais e cuidadores não apenas oferecem alimentos: oferecem exemplos, memórias e valores. É nesse cotidiano que nasce a relação da criança com a comida. Uma relação que pode ser saudável, equilibrada e positiva ou marcada por excessos, rejeições e culpa. A formação de bons hábitos não acontece da noite para o dia, mas começa desde a gestação e depende de escolhas conscientes, consistentes e amorosas.



E como estão os hábitos alimentares das crianças brasileiras?

Consumo referente ao dia anterior da pesquisa	De 6 a 23 meses	De 24 a 59 meses
Diversidade alimentar mínima (pelo menos 5 grupos de alimentos)	 <p>3 em cada 5 consumiram</p>	 <p>2,7 em cada 5 consumiram</p>
Alimentos fonte de vitamina A	 <p>2 em cada 5 consumiram</p>	 <p>1,5 em cada 5 consumiram</p>
Alimentos ultraprocessados	 <p>4 em cada 5 consumiram</p>	 <p>4,7 em cada 5 consumiram</p>
Não Consumo de frutas e hortaliças	 <p>1 em cada 5 não consumiu</p>	 <p>1,4 em cada 5 não consumiu</p>

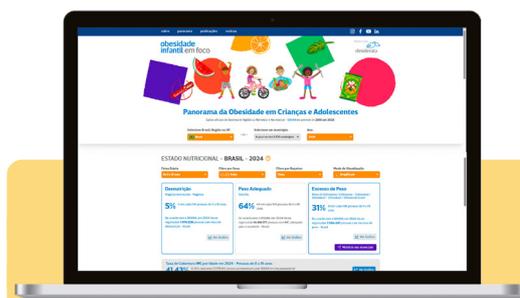


A alimentação da criança desempenha um papel fundamental não apenas no seu crescimento e desenvolvimento físico, mas também na formação da memória afetiva, a construção das lembranças carregadas de emoções e construída a partir de experiências marcantes ligadas à comida. Desde os primeiros anos de vida, o contato com cheiros, sabores e texturas cria conexões emocionais que nos acompanham ao longo de toda a vida. A farofa preparada pela merendeira(o), o cheiro do pão assando na casa da avó ou o sabor do bolo de aniversário são exemplos de alimentos que se tornam símbolos de afeto, cuidado e pertencimento.

Essas experiências não se restringem ao ambiente familiar. O espaço escolar, onde a criança passa grande parte do seu tempo, também exerce forte influência sobre a construção de suas memórias alimentares. As refeições compartilhadas no refeitório, os lanches preparados com cuidado pela escola e partilhados nas festividades e até os momentos de espera na fila para o lanche tornam-se parte do repertório emocional e afetivo da infância. Quando esse ambiente é acolhedor, respeita a individualidade alimentar e promove hábitos saudáveis com afeto, ele contribui significativamente para uma relação positiva com a comida.

A escola tem, portanto, um papel essencial na promoção de uma alimentação que vai além do aspecto nutricional. Ao proporcionar experiências alimentares prazerosas, diversas e culturalmente significativas, ela ajuda a formar não apenas hábitos saudáveis, mas também memórias afetivas positivas. Isso pode se refletir na vida adulta como uma relação mais positiva com a comida, pautada pelo prazer, pela nutrição e pelo autocuidado — e não por culpa ou restrições severas.

Além disso, o ato de comer junto, de maneira respeitosa e acolhedora, fortalece vínculos sociais e estimula a empatia. Quando as crianças participam do preparo de um lanche coletivo ou compartilham histórias sobre a comida de casa, criam-se oportunidades para valorização da diversidade cultural e para o desenvolvimento de um olhar mais sensível e inclusivo.



O Desiderata lançou o portal “Obesidade Infantil em Foco” que reúne publicações e pesquisas fundamentais para mapear e compreender os diversos fatores, perspectivas e dados relacionados à obesidade infantojuvenil no Brasil e no mundo. Nele é possível navegar facilmente pelo Panorama da Obesidade em Crianças e Adolescentes com dados oficiais do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional – SISVAN no período de 2015 em diante.



Por isso, pensar na alimentação infantil no contexto escolar é também pensar em educação emocional, cultural e social. Cada refeição pode ser uma oportunidade de aprendizado, de construção de memórias afetivas positivas e de fortalecimento de vínculos que ultrapassam o prato e alcançam o coração.

A transição entre a infância e a adolescência é uma fase de intensas mudanças físicas, emocionais e mentais e a relação com a comida segue sendo moldada pelas experiências e o ambiente de convívio do adolescente. Assista ao [vídeo “Guia Alimentar/ Crianças e Adolescentes”](#) do Ministério da Saúde, com discussão sobre a alimentação e as mudanças no corpo e mente.

Conheça a página do UNICEF “Bebês e Crianças – Dicas para mães, pais e cuidadores”: [Central da Primeira Infância](#). Nesta página você encontrará materiais diversos dentro de diversas temáticas.



2.4.3. Desenvolvimento e afirmação dos hábitos alimentares na adolescência

A adolescência é uma das mais dinâmicas e complexas transições no nosso curso de vida, marcada por um rápido crescimento físico e desenvolvimento, tornando os jovens altamente vulneráveis a deficiências nutricionais. Além disso, esse período pode representar um risco para o desenvolvimento de doenças crônicas na vida adulta. Durante essa fase, a crescente independência, maior envolvimento na vida social e mudanças nos horários influenciam significativamente os hábitos alimentares dos adolescentes. É comum que comam rapidamente e longe de casa, além de comprarem e prepararem seus próprios alimentos, o que pode resultar em refeições perdidas, como pular o café da manhã e o almoço juntos. Do ponto de vista psicossocial e emocional, trata-se de uma fase em que as escolhas alimentares são impactadas pela dificuldade de pertencimento e reconhecimento à própria fase de vida: não são mais crianças e passam a ter menos apoio externo para a alimentação, todavia não são autônomos o bastante para suas próprias escolhas alimentares saudáveis. Torna-se fundamental a orientação coletiva - e até individualizada - por meio da EAN, com estratégias atrativas que despertem a reflexão por meio de orientação nutricional, quando necessário.

Quais fatores influenciam os hábitos alimentares na adolescência?

São diversos os elementos que influenciam as escolhas alimentares. Durante a infância e a adolescência, os pais têm um papel significativo na formação das preferências alimentares, sendo essa influência crucial na infância e parece continuar durante a adolescência.



Desde a faixa etária de 7 anos até a adolescência, nosso(a) estudante começa a ter maior preocupação com a socialização e independência na hora de se alimentar, o apetite começa a aumentar e esses aspectos podem ser muito aproveitados na estruturação das ações de Educação Alimentar e Nutricional (EAN).

A seleção de alimentos, consciente ou não, ocorre no momento da compra e/ou consumo de determinados alimentos, e é influenciada por uma variedade de fatores (fisiológicos, psicológicos, sociais, econômicos e culturais). Estas escolhas alimentares desempenham um papel crucial na formação dos hábitos alimentares e têm um impacto significativo no estado de saúde ao longo da vida.

Além disso, é importante ressaltar o papel da aprendizagem na formação das preferências alimentares em jovens (crianças e adolescentes), tanto por meio da aprendizagem formal quanto da aprendizagem informal. As influências irão moldar essas preferências.

Têm sido descritos quatro níveis de influência nos hábitos alimentares, a saber:

1. Influências individuais ou intrapessoais:

- **Psicossociais:** gosto, aparência e percepções sensoriais dos alimentos, saúde e nutrição, significados simbólicos e funcionais da comida, autoeficácia, conhecimento e pressões associadas aos padrões sociais de beleza que podem influenciar a autoimagem corporal nesta fase da vida.
- **Biológicos:** fome, gênero e faixa etária, modo de vida.
- **Modo de vida:** tempo e conveniência, custo, padrões de refeição (café da manhã), consumo alimentar.

MOMENTO DE REFLEXÃO

Você observa alguma resistência por parte dos adolescentes em relação a alimentos saudáveis?

Como poderíamos explorar as associações emocionais dos alimentos saudáveis para promover seu consumo?





PONTO DE ATENÇÃO – COMPREENDER SIGNIFICADOS

É crucial compreender o significado que a comida tem para os adolescentes. Muitas vezes, eles associam o consumo de *fast food* a prazer, socialização, ganho de peso, independência e conveniência. Por outro lado, os alimentos saudáveis estão ligados à família, refeições e estar em casa. A comida está profundamente ligada à identidade, autoimagem, amizade, segurança, independência e autoridade dos adolescentes. Isso ressalta a importância de mudar as noções sobre uma alimentação saudável, pois para os adolescentes, abrir mão do que chamam de *fast food* significaria abrir mão de muito mais do que apenas a comida em si, mas também de seus significados. Ao compreender esses significados, podemos explorar as associações emocionais dos alimentos saudáveis para promover seu consumo e desenvolver estratégias em sala de aula para criar novos significados para os alimentos saudáveis que talvez não sejam bem aceitos pelos adolescentes.

2. Influências do ambiente social ou interpessoal:

- **Família:** A família é uma grande influência no comportamento alimentar dos adolescentes, influenciando os padrões alimentares dos adolescentes de duas formas principalmente, ofertando os alimentos e influenciando as atitudes, preferências e valores alimentares que afetam os hábitos ao longo da vida. Assim, dentre os fatores associados à família destacam-se as características socio-demográficas, as refeições familiares (almoço e jantar principalmente) e disponibilidade de alimentos no lar.

Na aprendizagem informal, a influência dos pais é crucial, pois impacta os hábitos alimentares dos jovens por meio do exemplo que dão (aprendizagem vicariante) e da variedade de alimentos disponíveis em casa, além das orientações diretas sobre as escolhas alimentares dos jovens.

- **Amigos:** A influência dos pares e as normas do grupo de amigos e colegas.

MOMENTO DE REFLEXÃO

Você percebe alguma influência significativa dos colegas na formação dos hábitos alimentares dos adolescentes? Como poderíamos abordar essa influência de maneira positiva?

3. Influências do ambiente físico ou comunitário:

- **Escolas:** O ambiente alimentar na escola pode influenciar significativamente nas escolhas e na qualidade da alimentação dos adolescentes, uma vez que uma parte considerável da energia



diária total dos adolescentes é consumida durante o período escolar. Além disso, a escola é reconhecida como um espaço propício para implementar ações de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) para promoção de hábitos alimentares saudáveis desde tenra idade.

- Restaurantes de comida rápida, lojas de conveniência, dentre outros estabelecimentos que compõem o ambiente alimentar ao redor das crianças e adolescentes. Destaca-se que, nessa fase da vida, é comum que os adolescentes frequentem mais este tipo de estabelecimentos com seus amigos e colegas em momentos de socialização.

4. Influências a nível macro sistêmico ou social (mídias de comunicação de massa, marketing e publicidade, normas sociais e culturais):

- São fatores mais amplos da sociedade e dos sistemas alimentares que influenciam os hábitos alimentares dos adolescentes. A **mídia e o marketing** exercem forte influência ao divulgar, por exemplo, produtos ultraprocessados e bebidas açucaradas, criando preferências e fidelidade às marcas desde cedo. As **normas sociais e culturais** também afetam a forma como os jovens percebem o corpo, a beleza e a alimentação. Além disso, os **sistemas de produção e distribuição de alimentos** podem facilitar ou dificultar o acesso a frutas, verduras e outros alimentos saudáveis em algumas regiões. Esses fatores ajudam a explicar muitas escolhas alimentares do dia a dia e as diferenças entre grupos sociais.



MOMENTO DE REFLEXÃO

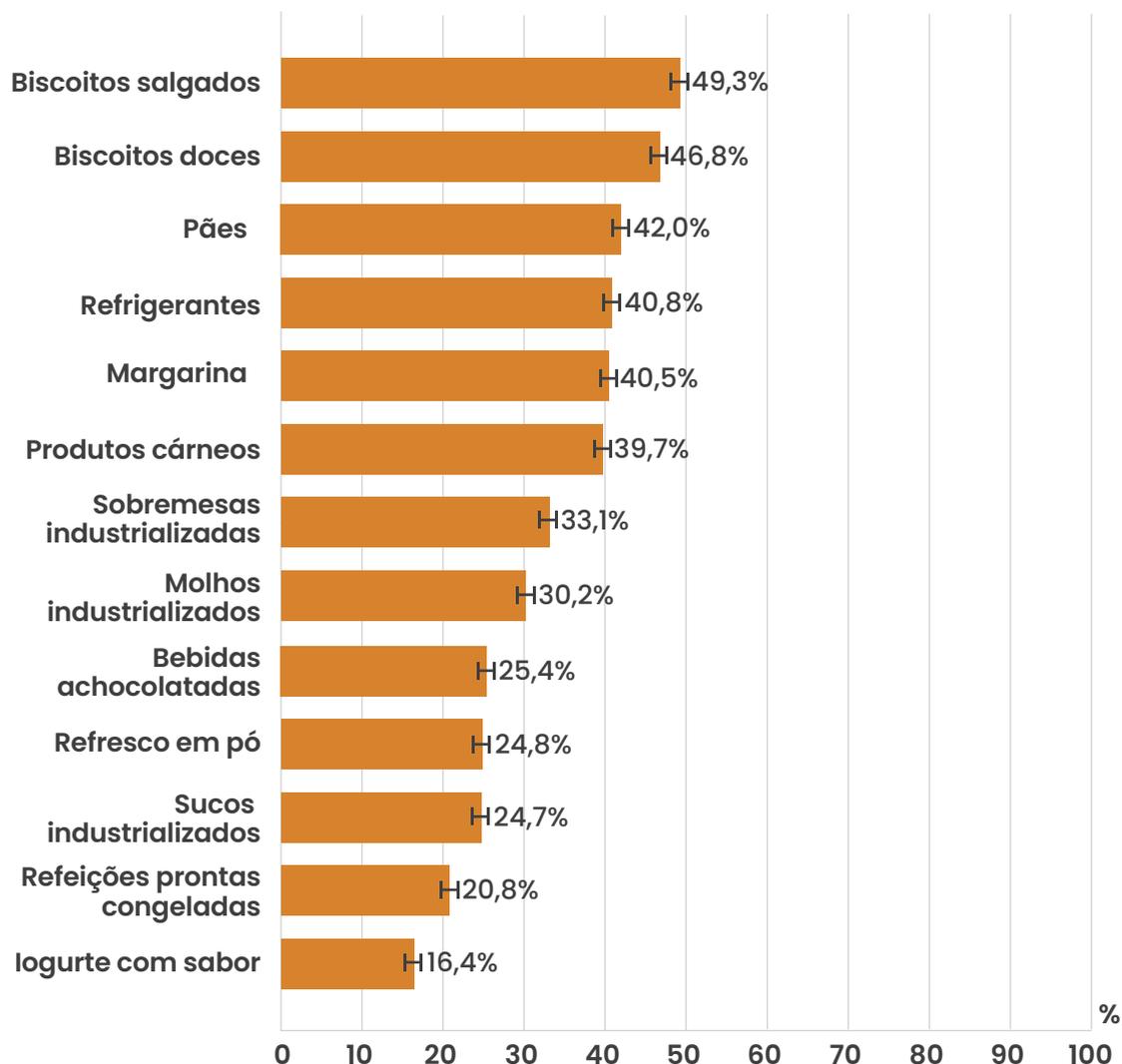
Quais são, na sua opinião, os fatores que mais influenciam os hábitos alimentares das crianças e adolescentes?
Como o aprendizado em sala de aula poderia influenciar esses hábitos positivamente?

E como estão os hábitos alimentares dos adolescentes brasileiros?

A Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF), realizada entre 2008 e 2009, mostrou uma redução no consumo de feijão, salada e verduras, e um aumento no consumo de biscoitos, salgadinhos e carnes ultraprocessadas (*nuggets, hamburguer, salsicha* etc.) por adolescentes. E uma nova POF, conduzida após uma década (2017-2018), revelou uma diminuição contínua no consumo de alimentos como feijão, arroz e leite, enquanto a ingestão de sanduíches aumentou, indicando uma possível substituição de refeições caseiras por lanches e alimentos industrializados nos lares brasileiros.



Percentual de escolares de 13 a 17 anos com consumo de alimentos ultraprocessados (AUP) no dia anterior à pesquisa, com indicação do intervalo de confiança de 95%, segundo o tipo de alimento consumido - Brasil - 2019



Fonte: Pesquisa Nacional de Saúde Escolar (PeNSE, 2019)

Outro aspecto relevante evidenciado na Pesquisa Nacional de Saúde Escolar (PeNSE) do ano 2019 foi o aumento do consumo de ultraprocessados por adolescentes, 97,3% consumiram, ao menos, um alimento ultraprocessado no dia anterior à pesquisa.

Como promover hábitos alimentares saudáveis na população adolescente?

Promover hábitos alimentares saudáveis entre adolescentes requer uma abordagem abrangente e multifacetada. Seguem algumas estratégias e recomendações gerais, bem como outras específicas para o ambiente escolar:



1. EAN transversal e contínua nas escolas: Fornecer educação sobre nutrição e alimentação saudável e sustentável, destacando a importância de uma alimentação equilibrada e os benefícios para a saúde a longo prazo e seus impactos para o meio ambiente, apresentando todas as dimensões da alimentação e destacando o poder das nossas escolhas alimentares como um ato político que retroalimenta e configura nossos sistemas alimentares. Para isso, é recomendável incluir conteúdos sobre alimentação e nutrição nas aulas regulares das diferentes disciplinas do currículo, promovendo uma alimentação saudável e habilidades culinárias por meio de estratégias lúdicas, atividades práticas e participação ativa dos(as) estudantes.

2. Fortalecimento da adesão à alimentação escolar: É essencial desenvolver ações educativas que valorizem e estimulem a adesão dos adolescentes à alimentação ofertada na escola por meio do PNAE. Essa alimentação é nutricionalmente balanceada, de qualidade e adequada à idade dos(as) estudantes. Para ampliar a aceitação e o consumo das refeições, é importante promover o diálogo com os escolares sobre os cardápios, realizar oficinas culinárias e atividades integradas aos componentes curriculares, além de desenvolver campanhas de sensibilização que envolvam também os pais e responsáveis. Quando estudantes e famílias conhecem, compreendem e confiam na alimentação escolar, aumentam as chances de adesão e diminuem o desperdício de alimentos.

3. Envolvimento da família e de toda a comunidade escolar: Envolver a família e outros atores da comunidade escolar em atividades de EAN, fornecendo informações sobre hábitos alimentares saudáveis e incentivando práticas alimentares adequadas no ambiente escolar e em casa. Organizar eventos que envolvam a comensalidade em família na escola, onde os alunos possam compartilhar refeições saudáveis ou realização de hortas escolares com seus colegas e professores. Isso pode propiciar um ambiente social positivo em torno da alimentação no ambiente escolar.

4. Educar desde a prática: Os adultos devem servir como modelos de comportamento alimentar saudável, demonstrando escolhas alimentares adequadas e um relacionamento positivo com a comida. Realizar atividades práticas relacionadas à alimentação saudável, como plantio e cuidado de hortas escolares, preparação de lanches saudáveis em sala de aula e *workshops* de culinária como parte das atividades das disciplinas regulares do currículo.



5. Acesso a alimentos saudáveis: Garantir que os adolescentes tenham acesso a alimentos saudáveis em casa, na escola e em suas comunidades, promovendo a disponibilidade de alimentos saudáveis, priorizando alimentos frescos, frutas, vegetais, grãos integrais em vez de alimentos processados e ricos em gordura e açúcar. Criar um ambiente escolar que promova escolhas alimentares saudáveis, implementando políticas que restrinjam o acesso a alimentos não saudáveis.

6. Uso de meios interativos e comunicação efetiva: Utilizar estratégias de comunicação eficazes, promover atividades interativas e lúdicas que envolvam os adolescentes na aprendizagem sobre alimentação saudável, como jogos educativos, concursos de culinária saudável, feiras de alimentos, oficinas de preparo de refeições, atividades envolvendo mídias e redes sociais, dentre outras atividades adaptadas ao contexto local para transmitir mensagens sobre a importância da alimentação saudável e motivar os adolescentes a fazerem escolhas alimentares adequadas.

7. Garantia do protagonismo: Utilizar estratégias que gerem protagonismo de ação como instrutivos com passo a passo para criarem sua própria ação de EAN, campanhas, programas de rádio, entrevistas, pesquisas, mobilizar os alunos mais novos com materiais visuais atrativos criados pelos adolescentes, debates com a comunidade escolar sobre o que desejam e o que é possível na alimentação escolar.

8. Promoção de hábitos ativos: Promover a prática regular de atividade física como parte de um modo de vida saudável, destacando a relação entre atividade física e uma alimentação equilibrada.



Conheça e utilize nas suas ações EAN os vídeos e animações do [Comer pra quê?](#), um movimento voltado à Promoção da Alimentação Adequada, Saudável e Sustentável com adolescentes e jovens.



E qual o papel da creche e da escola na formação de hábitos alimentares saudáveis?

A creche e a escola desenvolvem papel fundamental para formação de cidadãos mais conscientes, preocupados com a saúde e devem buscar inserir uma alimentação adequada para a formação de bons hábitos alimentares dos escolares.

A alimentação na unidade de ensino deve ser um momento de experiências positivas, aprendizados e afeto!

Alimentação responsiva:

- Sinais de fome e saciedade;
- Apresentar alimentos saudáveis e conseqüentemente formar hábitos saudáveis;
- Paciência, sem pressa;
- Atenção às mensagens subliminares (olhares, gestos, comentários e rituais que vão fundamentando a relação da criança com a comida);
- Promover autorregulação e o autocontrole, a autonomia, o desenvolvimento motor e psicossocial da criança;

Prevenir obesidade infantil, desnutrição, carências nutricionais, doenças crônicas não transmissíveis e problemas de saúde bucal;

Pensar no espaço/ambiente de oferta de alimentos:

- Arejado;
- Acolhedor;
- Tempo suficiente para fazer a refeição;
- Utensílios disponíveis;
- Mobiliários novos, em bom estado e tamanhos adequados para os(as) estudantes;
- Número de cuidadores por criança;



Consistência e textura para a idade;

Tamanho das porções;

Oferecer alimentos da cultura local;

Variedade e diversidade de alimentos (frutas e hortaliças e outros alimentos *in natura* e minimamente processados);

Alimentação no processo de aprendizagem;

Coerência entre práticas educativas e as rotinas escolares que envolvem a alimentação: sala de aula, momento de refeição, atividades extramuros, confraternizações etc.;

Práticas alimentares dos cuidadores, incluindo das famílias;

Envolvimento das famílias nas atividades educativas.

2.5. A influência do ambiente alimentar das escolas nas práticas alimentares

A Convenção sobre os Direitos da Criança, que foi adotada pela Assembleia Geral da ONU em 1989, estabelece a alimentação saudável e a nutrição adequada como direitos fundamentais de todas as crianças e aponta que, especialmente na escola, elas devem estar protegidas da exposição aos alimentos não saudáveis e estratégias de marketing da indústria alimentícia. O Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA), instituído pela Lei Federal nº 8.069, de 13 de julho de 1990, que regulamenta o artigo 227 da Constituição Federal, reafirma esse compromisso e determina que “dever da família, da comunidade, da sociedade e do poder público assegurar, com prioridade absoluta, a efetivação dos direitos”.



Acesso: Alimentos saudáveis não são acessíveis devido à distância até locais que os disponibilizem ou ao custo elevado desses alimentos.



Conflito de interesses: A influência da indústria alimentícia ameaça o direito à alimentação saudável e adequada, seja por meio de marketing ou de ações políticas diretas.

Com esse cenário, podemos afirmar que os indivíduos estão inseridos em um ambiente obesogênico, ou seja, um ambiente que oferece oportunidades e condições de vida que promovem a obesidade, como os desertos e pântanos alimentares que falamos na seção 2.1. Nesse sentido, a culpabilização do indivíduo pelo seu estado nutricional reforça o estigma da obesidade e dificulta a compreensão de um contexto que é muito mais amplo.

O ambiente alimentar escolar

O ambiente alimentar escolar é um fator crucial na formação de hábitos alimentares em crianças e adolescentes e até nos demais atores da comunidade escolar, influenciando significativamente suas escolhas alimentares, principalmente pelo fato da escola ser um espaço onde o indivíduo passa grande parte do dia, durante muitos anos da sua vida. Por isso, é muito importante que o ambiente alimentar escolar seja um espaço promotor de hábitos alimentares e de vida saudáveis.

As principais formas de acesso ao alimento na escola são o PNAE – também chamado carinhosamente de merenda –, as cantinas escolares e os lanches trazidos de casa.

MOMENTO DE REFLEXÃO

Agora pense na sua época de estudante. O ambiente alimentar da escola onde estudou influenciou suas práticas alimentares e sua saúde a longo prazo? Que memórias positivas ou negativas em relação a alimentação você tem da sua época de estudante? Agora pense no território da sua escola: Que tipo de alimento é mais comercializado nos quarteirões mais próximos da escola? Existe feira livre por perto? Horta comunitária? Restaurante popular? Cozinha comunitária? Banco de alimentos?



Credito: UNICEF/BRZ

“Tô com fome, quero merendar”

A alimentação escolar é carinhosamente chamada de merenda nas escolas do Brasil. Ao longo dos seus 70 anos de existência, a alimentação escolar passou por profundas transformações, deixando de ser apenas um lanche ou um alimento com caráter assistencial, voltado a evitar que os(as) estudantes passassem fome, para a garantia do direito humano à alimentação, por meio de uma refeição completa, adequada, saudável e sustentável, que também educa para o comer e contribui para a formação integral dos(as) estudantes. Essa transformação tem levado equipes técnicas e especialistas a utilizarem o termo “alimentação escolar” em substituição ao termo “merenda”, como forma de reafirmar essa mudança, valorizando a dimensão pedagógica, social e nutricional do alimento na escola. No entanto, o termo merenda permanece vivo no cotidiano da comunidade escolar, carregado de significados afetivos, históricos e simbólicos que também são importantes. Reconhecer esse valor é parte do processo de construção de uma cultura alimentar mais consciente e acolhedora nas escolas.



- O PNAE é considerado um dos programas mais eficazes na oferta de alimentos saudáveis. Os cardápios são elaborados por nutricionistas, respeitando as necessidades nutricionais e a cultura alimentar local. A aquisição de alimentos ultraprocessados é restrita, priorizando alimentos *in natura*. O Programa pode ser considerado um fator de proteção para a saúde dos(as) estudantes. Veja mais detalhes sobre o PNAE na [seção 3.1.1](#).
- As cantinas escolares e outros tipos de comércio dentro e fora das escolas são comuns em escolas particulares e também em algumas públicas. Apenas introduzir alimentos saudáveis não é suficiente; é necessário proibir ou limitar a venda de alimentos não saudáveis. A regulamentação, aliada à fiscalização adequada e à conscientização, pode melhorar a qualidade de vida de todos os envolvidos.
- A Nota Técnica [Nº 2974175/2022/COSAN/CGPAE/DIRAE](#) apresenta orientações gerais sobre o comércio de alimentos dentro das unidades escolares da Educação Básica do PNAE que comercializam alimentos e possuem cantinas escolares. Recomenda-se a não comercialização e não recebimento de doações de alimentos ultraprocessados, preparações e bebidas com altos teores de calorias, gordura saturada, gordura trans, açúcar livre e sal, com adição de edulcorantes, bem como a veiculação de estratégias de marketing e comunicação desses produtos nas escolas.
- Lanches trazidos de casa: Apesar da oferta de refeições pelo PNAE, muitos(as) estudantes ainda levam lanches de casa, frequente-



mente compostos por alimentos ultraprocessados, como sucos artificiais, refrigerantes, salgadinhos e bolachas. Para fortalecer a adesão à alimentação escolar e evitar a presença de alimentos não saudáveis no ambiente da escola, é fundamental envolver as famílias em um diálogo construtivo sobre a importância do PNAE. Pais, mães e responsáveis também são atores sociais importantes na promoção da EAN. Na seção 1.2, apresentamos sugestões de como estabelecer essa parceria.

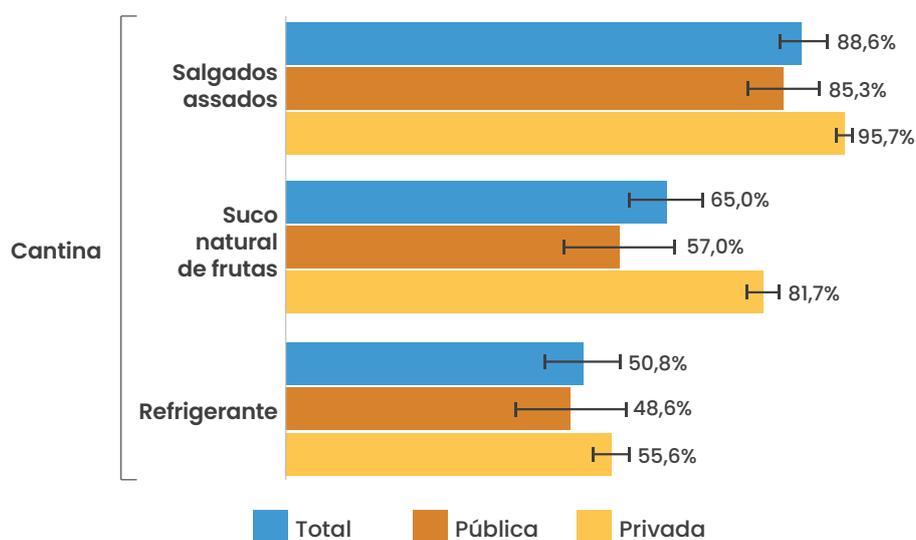
Estudos no Brasil e em outros países da América do Sul mostram que diversos fatores do ambiente alimentar escolar se relacionam com maiores taxas de prevalência do excesso de peso. Alguns desses fatores são:

- EAN insatisfatória: A falta de uma abordagem adequada sobre temas relacionados à alimentação e nutrição nas escolas pode contribuir para a formação de hábitos não saudáveis.
- Falta de refeições adequadas preparadas e/ou oferecidas na escola: A ausência de opções de refeições saudáveis nas escolas e a venda de alimentos ultraprocessados podem levar os(as) estudantes a escolherem opções não saudáveis.

A Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE) de 2019 revela dados preocupantes do ambiente alimentar das escolas brasileiras:

- Escolas informaram possuir cantina: 31,4% escolas públicas e 88,3% privadas.
- Existência de ponto alternativo de venda de alimentos e/ou bebidas no entorno: 54,8% pública e 39% privada.

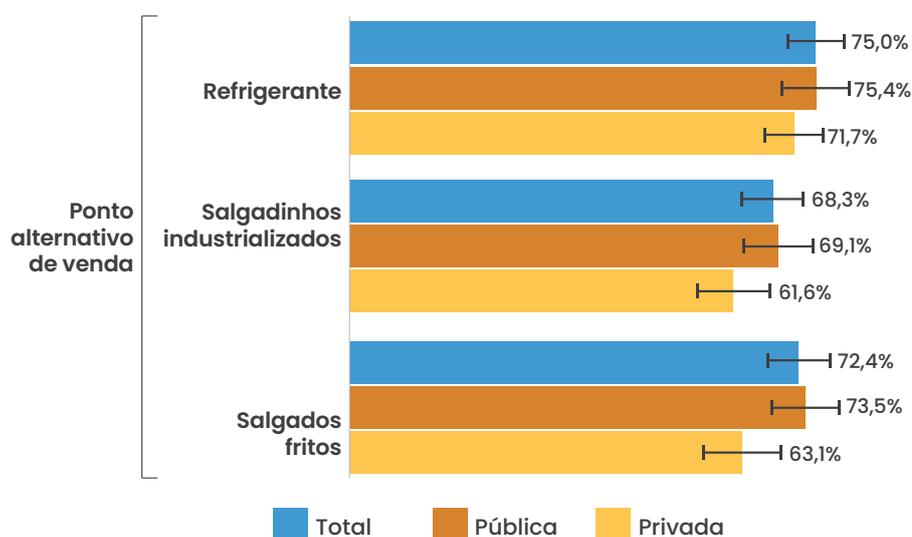
Tipo de alimento ou bebida mais frequentemente vendido na Cantina:



Fonte: IBGE (2021)



Tipo de alimento ou bebida mais frequentemente vendido no entorno da escola:

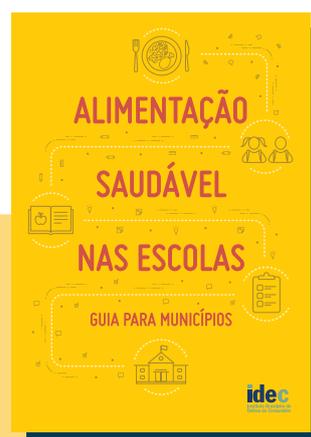


Fonte: IBGE (2021)

Nas escolas públicas, esses produtos estão competindo com a alimentação ofertada por meio do PNAE. A transformação do ambiente alimentar escolar é necessária e urgente. Assim, é preciso que as escolas tenham diretrizes para promover a oferta e disponibilidade de alimentos saudáveis e restringir ultraprocessados. Além disso, é necessário fiscalizar a comercialização, rotulagem e publicidade de alimentos, além de pensar políticas fiscais e de precificação desses produtos. Para isso, são imprescindíveis políticas públicas que promovam ambientes escolares saudáveis e valorizem o PNAE. O Decreto Interministerial Nº 11.821/2023 dispõe sobre esse tema, conheça mais sobre ele na seção 3.1.3.

MOMENTO DE REFLEXÃO

Pense nas cantinas, lanchonetes e outros espaços que você conhece no ambiente escolar. Quais tipos de alimentos são mais comuns? Quais estratégias podemos usar para promover um ambiente alimentar saudável em nossas escolas?



Clique aqui para conhecer mais sobre esses 4 pilares no Guia para Municípios criado pelo Idec para apoiar a promoção de ambientes escolares mais saudáveis



2.6. Conflito de interesses nas políticas de alimentação

Um dos fatores que têm contribuído para o ambiente obesogênico é o conflito de interesses na formulação de políticas públicas, produção e difusão de conhecimento e formação profissional.

Existe um amplo leque de estratégias e ações praticadas pelas indústrias de ultraprocessados com o objetivo de evitar, distorcer, atrasar, enfraquecer, derrotar ou eliminar políticas públicas que, de alguma forma, ameacem seus lucros. Dessa forma, essas corporações mantêm o domínio, não apenas dos governos, mas da academia, da mídia, da opinião pública e, por fim, da população em geral, para moldar políticas em seu favor e em detrimento da saúde das pessoas, do meio ambiente e da democracia.

Clique aqui ou leia o Qr Code e conheça um pouco mais sobre como a indústria de ultraprocessados prejudica o desenho e o avanço de políticas públicas de alimentação e a saúde da população com o objetivo de lucrar cada vez mais.



As estratégias de marketing dessas indústrias para difundir suas marcas e produtos junto à comunidade escolar são muitas. Desde ações publicitárias oferecidas às escolas de modo que pareçam estar em conformidade com projetos pedagógicos ou sociais, com o objetivo de conquistar o apoio e a parceria de diretores(as) e professores(as) até patrocínio de reformas, campeonatos, distribuição de brindes etc. Proteger a criança e o adolescente nesse espaço é primordial, principalmente considerando a dificuldade desse público de identificar práticas abusivas de publicidade encobertas de atividades educacionais.

Reconhecer e problematizar essas estratégias e as situações de conflito de interesses nessas parcerias é uma boa forma de enfrentar essa realidade.



Conheça um pouco mais sobre a prática de interferência de indústria nas escolas no **material** da ACT Promoção da Saúde.



No contexto do PNAE, a **Nota Técnica Nº 3228950/2022/COSAN/CGPAE/DIRAE** é uma ferramenta de apoio que pode auxiliar na identificação e prevenção de conflitos de interesses na execução do Programa. A publicação apresenta uma série de definições específicas sobre situações em que ocorrem conflitos de interesses, com ênfase naquelas em que existem motivações ocultas capazes de influenciar indevidamente as ações e decisões de agentes responsáveis por instituições relacionadas à política de alimentação escolar. Dessa forma, o objetivo é garantir a integridade e efetividade do PNAE, sem conflito de interesses.

Além disso, o documento apresenta como anexo uma árvore decisória para caracterização de agentes externos e uma ferramenta com o objetivo de auxiliar na identificação e na prevenção de conflito de interesses por meio de perguntas orientadoras para embasar o processo de decisão de envolvimento e/ou parcerias com agentes externos. Este instrumento foi elaborado para o contexto do PNAE, a partir da ferramenta da Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS)/ Organização Mundial da Saúde (OMS) sobre Prevenção e Gestão de Conflitos de Interesses em Programas de Nutrição em âmbito nacional.



Para conhecer um pouco mais do assunto, acesse o **episódio 9** do podcast Comer é Aprender: “Como prevenir conflitos de interesses nas ações de EAN”



Bibliografia

BARCELOS, H. R.; NOBRE, L. N.; SILVA, A. C. S. **Educação alimentar e nutricional da escola: promovendo ciência, colhendo saúde**. 1. ed. Diamantina: UFVJM, 2022. 115 p.

BRASIL. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE). **Nota Técnica nº 3049124/2022 – Aleitamento materno e alimentação complementar no contexto do PNAE**. Brasília, DF: FNDE, 2022. Disponível em: https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/media-pnae/nota_tecnica_aleitamento.pdf

BRASIL. **Lei nº 11.326, de 24 de julho de 2006**. Estabelece as diretrizes para a formulação da Política Nacional da Agricultura Familiar e Empreendimentos Familiares Rurais. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 25 jul. 2006. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_Ato2004-2006/2006/Lei/L11326.htm. Acesso em: 23 abr. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde Departamento de Ações Programáticas Estratégicas Coordenação de Saúde da Criança e Aleitamento Materno. **Caderneta da criança (Menina)**. 2. ed. Brasília, DF, 2020. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/caderneta_crianca_menina_passaporte_cidadania_7ed.pdf. Acesso em: 08 ago. 2025.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. **Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas**. Brasília: MDS, 2012.

BRASIL. Ministério da Saúde; Universidade do Estado do Rio de Janeiro. **Caderno de atividades: Promoção da Alimentação Adequada e Saudável: Educação Infantil**. Brasília: MS, 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde; Universidade do Estado do Rio de Janeiro. **Caderno de atividades: Promoção da Alimentação Adequada e Saudável: Anos Iniciais do Ensino Fundamental**. Brasília: MS, 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde; Universidade do Estado do Rio de Janeiro. **Caderno de atividades: Promoção da Alimentação Adequada e Saudável: Anos Finais do Ensino Fundamental**. Brasília: MS, 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia Alimentar para a População Brasileira**. Brasília: MS, 2014.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores de 2 Anos**. Brasília: MS, 2019.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Alimentação e Nutrição**. 2a ed. Brasília: MS, 2013.

BRASIL. NCPI. Núcleo Ciência pela Infância. **O impacto do desenvolvimento na primeira infância sobre a aprendizagem**. Comitê Científico do Núcleo Ciência Pela Infância, 2014. Estudo nº 1. Disponível em: https://www.mds.gov.br/webarquivos/arquivo/crianca_feliz/Treinamento_Multiplicadores_Coordenadores/IMPACTO_DESENVOLVIMENTO_PRIMEIRA%20INFANCIA_SOBRE_APRENDIZAGEM.pdf. Acesso em: 08 ago. 2025.

BRASIL. Presidência da República. Casa Civil. Subchefia para Assuntos Jurídicos. **Emenda Constitucional nº 64, de 4 de fevereiro de 2010**. Altera o art. 6º da Constituição Federal, para introduzir a alimentação como direito social. Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, 4 fev. 2010. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/emendas/emc/emc64.htm



BURITY, V. *et al.* **Direito humano à alimentação adequada no contexto da segurança alimentar e nutricional.** Brasília: ABRANDH, 2010.

CARDOSO, S. *et al.* Escolhas e hábitos alimentares em adolescentes: associação com padrões alimentares do agregado familiar. **Rev Port Saúde Pública** [Internet]. v. 33, n. 2, p. 128-136, 2015.

CARDOZO, N. *et al.* Ambiente alimentar e excesso de peso em escolares: uma revisão sistemática sul-americana. **Rev Panam Salud Publica.** 2022; 46:1. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.26633/rpsp.2022.164>

CONTALDO, F. *et al* Nutrition Transition and Cancer. **Nutrients** [Internet]. v. 12, n. 3, p. 795, 2020.

FAO; IFAD; UNICEF; WFP & WHO. **The State of Food Security and Nutrition in the World 2019: Safeguarding against economic slowdowns and downturns.** Rome: FAO, 2019.

FILHO, M. B.; RISSIN, A. A transição nutricional no Brasil: tendências regionais e temporais. **Cad Saude Publica.** v. 19, n. 1, p. 181-191, 2003.

HAWKES, Corinna *et al.* Double-duty actions: seizing programme and policy opportunities to address malnutrition in all its forms. **The Lancet**, Londres, v. 395, n. 10218, p. 142-155, 2020.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). **Pesquisa de Orçamentos Familiares: 2008-2009, Coordenação de Trabalho e Rendimento.** Rio de Janeiro: IBGE, 2010. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv45419.pdf>

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). **Pesquisa de Orçamentos Familiares: 2017-2018, Coordenação de Trabalho e Rendimento.** Rio de Janeiro: IBGE, 2010. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv101742.pdf>

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). **Pesquisa Nacional de Saúde Escolar (PeNSE) 2019.** Rio de Janeiro: IBGE; 2021. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv101852.pdf>

IDEC e UNICEF. **Promovendo um ambiente alimentar escolar saudável.** Brasília: Fundo das Nações Unidas para a Infância; 2021. Disponível em: <https://www.unicef.org/brazil/media/24556/file/promovendo-um-ambiente-alimentar-escolar-saudavel.pdf>

IDEC. **Alimentação Saudável nas Escolas: Guia para Municípios.** Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor. Disponível em: <http://segurancaalimentar.mprs.mp.br/alergenicos/guia-idec-escolas.pdf>

IDEC. **Ambiente alimentar das Escolas: Guia para gestores.** São Paulo: Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor; 2020. Disponível em: https://www.sed.sc.gov.br/wp-content/uploads/2024/05/idec_ambiente-alimentar-das_escolas.pdf

LEÃO, M. M.; MALUF, R. S. **A construção social de um sistema público de segurança alimentar e nutricional: a experiência brasileira** / Marília Leão; Renato S. Maluf – Brasília: ABRANDH, 2012. 72 p.

MINAYO, M. C. S; GUALHANO, L. Existem relações entre desnutrição, obesidade e mudanças climáticas? **SciELO em Perspectiva** | Press Releases [Internet]. 2019. Disponível em: <https://pressreleases.scielo.org/blog/2019/08/07/existem-relacoes-entre-desnutricao-obesidade-e-mudancas-climaticas/>. Acesso em: 08 ago. 2025.

ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS. **Declaração Universal dos Direitos Humanos.**



(1948). Recuperado de: <https://nacoesunidas.org/wp-content/uploads/2018/10/DUDH.pdf>

POPKIN, B. M.; CORVALAN, C; GRUMMER-STRAWN, L. M. Dynamics of the double burden of malnutrition and the changing nutrition reality. **The Lancet**, Londres, v. 395, n. 10217, p. 65-74, 2020.

QUIRINO, F. **Obesidade, desnutrição e mudança climática representam desafio global** [Internet]. FIAN Brasil, Organização pelo Direito Humano à Alimentação e à Nutrição Adequadas \ Aliança pela Alimentação Saudável. 2019. Disponível em: <https://fianbrasil.org.br/obesidade-desnutricao-e-mudanca-climatica-representam-desafio-global/>. Acesso em: 08 ago. 2025.

SCHWARTZMAN, F. *et al.* Antecedentes e elementos da vinculação do programa de alimentação escolar do Brasil com a agricultura familiar. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 33, 2017.

SILVA, A. C. S. Transição nutricional no Brasil: tendência e desafios contemporâneos. **Rev Saúde.com** [Internet]. v. 19, n. 3, 2023.

SILVA, J. B.; SANTOS, J. Práticas pedagógicas freirianas em Ilha Belenense: um enfoque na unidade pedagógica da comunidade Castanhal do Mari-Mari, Ilha do Mosqueiro (Paper 271). **Papers do NAEA**. v. 1, n. 1, 2010.

SLATER, B. **O encontro entre o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) e a agricultura familiar**: Avaliação do processo de implementação e dos possíveis efeitos das compras locais, segundo a lei 11.947/2009. Tese de livre docente. Faculdade de Saúde Pública (FSP), Universidade de São Paulo. São Paulo, 2017.

SOARES, S. O nutricionista esclarecido para a defesa do direito humano à alimentação adequada: contribuições kantianas. **Holos**, Ano 36, v. 5, e9425, 2020. DOI: <https://doi.org/10.15628/holos.2020.9425>

STORY, M.; NEUMARK-SZTAINER, D.; FRENCH, S. Individual and Environmental Influences on Adolescent Eating Behaviors. **J Am Diet Assoc**. v. 102, n. 3, p. s40-s51, 2002.

SWINBURN, B. A. *et al.* The Global Syndemic of Obesity, Undernutrition, and Climate Change: The Lancet Commission report [Internet]. **The Lancet**. Lancet Publishing Group, v. 393, 2019.

THE LANCET. A Sindemia Global da obesidade, desnutrição e mudanças climáticas: Relatório da Comissão The Lancet. Alimentando Políticas, [S. l.], jan. 2019.

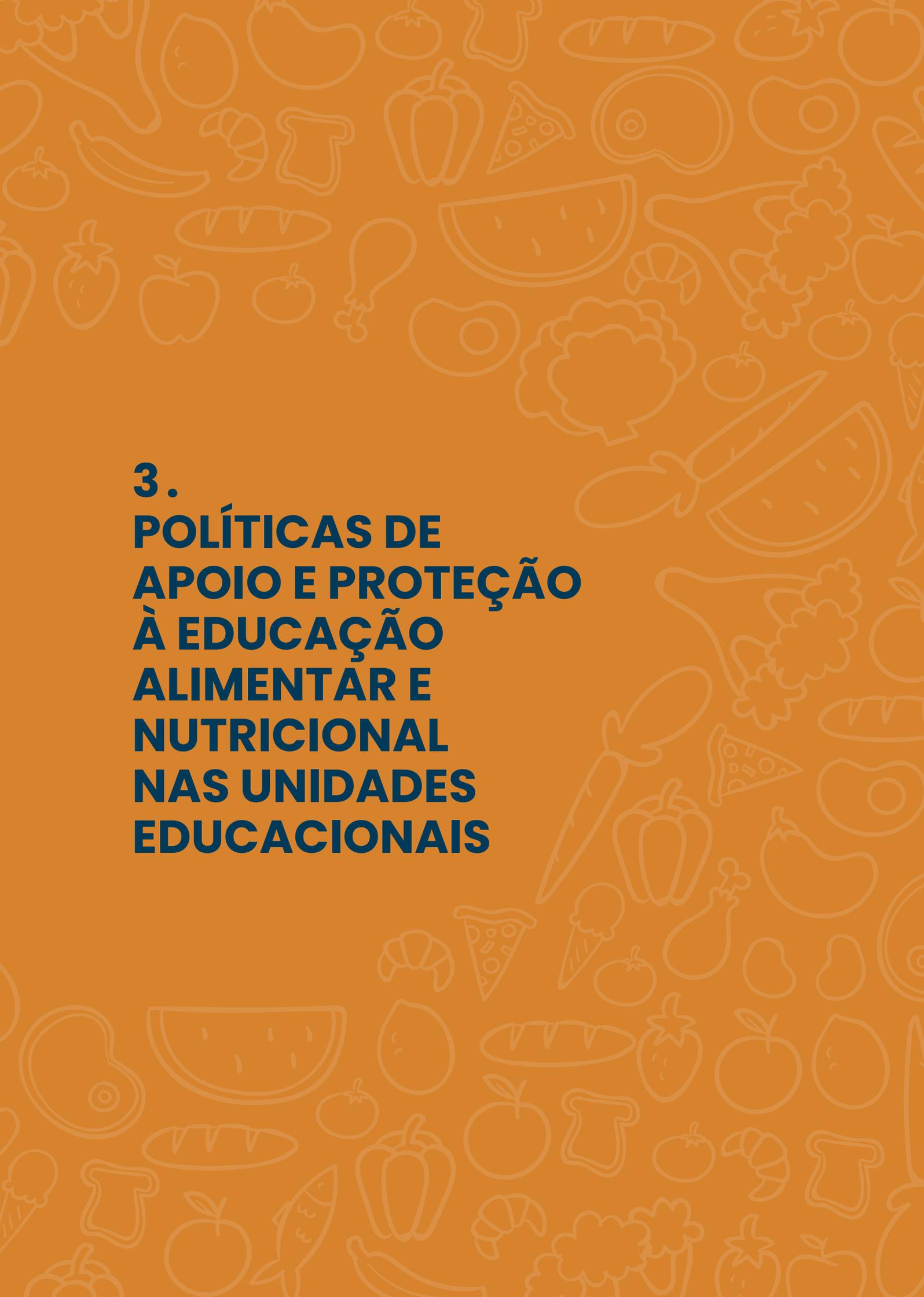
UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO. **Alimentação Infantil I: Prevalência de indicadores de alimentação de crianças menores de 5 anos: ENANI 2019**. Documento eletrônico. Rio de Janeiro, RJ: UFRJ, 2021. (135 p.). Coordenador geral, Gilberto Kac. Disponível em: <https://enani.nutricao.ufrj.br/index.php/relatorios/>. Acesso em: 17 jun. 2025.

WHO - World Health Organization. **Malnutrición** [Internet]. 2023. Disponível em: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/malnutrition>. Acesso em: 08 ago. 2025.

WHO; WBG; UNICEF. **Nurturing care for early childhood development**. Disponível em: <https://nurturing-care.org/>





The background is a solid orange color with a repeating pattern of white line-art icons representing various food items. These include fruits like apples, oranges, lemons, and watermelon slices; vegetables like carrots, bell peppers, and broccoli; and other food items like bread, pizza slices, and ice cream cones.

3. POLÍTICAS DE APOIO E PROTEÇÃO À EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NAS UNIDADES EDUCACIONAIS

O reconhecimento da importância e o fortalecimento da EAN no ambiente escolar é apoiada por diversas políticas públicas e marcos legais que visam garantir o acesso a uma alimentação adequada e saudável e o desenvolvimento de práticas educativas voltadas para a promoção da saúde. Esses marcos legais e políticas públicas constituem um conjunto robusto de ações que buscam garantir a EAN no ambiente escolar, promovendo a saúde e a inclusão de práticas alimentares saudáveis no cotidiano dos(as) estudantes.

Apesar dos avanços significativos nas políticas públicas e normativas que apoiam a implementação da EAN nas escolas, como a Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN), o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), o Programa Saúde na Escola (PSE) e o Decreto Interministerial nº 11.821/2023, um dos principais desafios ainda é sua efetiva integração ao currículo escolar. Portanto, a curricularização da EAN no cotidiano escolar é um processo complexo, mas essencial para formar cidadãos mais conscientes e responsáveis em relação à alimentação, à saúde e ao meio ambiente. Superar esses desafios requer um compromisso coletivo e uma abordagem integrada que se baseie nas políticas e diretrizes, transformando o conceito de alimentação adequada e saudável em uma prática cotidiana, viva e incorporada ao currículo escolar de forma efetiva.

A seguir, apresenta-se algumas políticas e marcos legais que apoiam a inclusão da EAN no ambiente escolar.

3.1. Políticas e programas que protegem a alimentação escolar adequada, saudável e sustentável

3.1.1. Programa Nacional de Alimentação Escolar

A diversidade de ações do setor educação para concretizar as políticas de SAN reforçam o papel do PNAE como uma política pública de educação e de SAN, não só no sentido de acesso ao alimento adequado e saudável, mas também como um programa que pode promover transformações positivas nos sistemas alimentares, conectar os setores de saúde, desenvolvimento social, educação, agricultura e enfrentar as diversas formas de má nutrição ao promover a EAN e ofertar alimentos saudáveis e sustentáveis.

Como relatado na apresentação desse material, o PNAE é uma das maiores políticas públicas de alimentação escolar do mundo que busca promover o acesso universal e equitativo à alimentação, considerando as diferenças biológicas relacionadas à idade, às condições de saúde que demandam atenção específica, bem como às situações de vulnerabilidade social.



UM DOS MAIORES PROGRAMAS DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DO MUNDO

PNAE
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

POR DIA
50 MILHÕES de refeições
40 MILHÕES de estudantes beneficiados
150 MIL escolas atendidas

POR ANO
10 BILHÕES de refeições
R\$ 5,5 BILHÕES investidos

1 FINE/MEC envia recursos
2 Aquisição de alimentos
3 30% destinado para agricultura familiar
4 Criação de cardápios por nutricionistas
5 Educação alimentar e nutricional
6 Valorização das merendas
7 Comida saudável no prato

SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL

- Oferta semanal de frutas e hortaliças
- Cardápios adaptados à faixa etária e às necessidades alimentares específicas dos alunos.
- Inclusão de alimentos ricos em ferro e vitamina A nos cardápios.
- Limitação de alimentos processados

AGRICULTURA FAMILIAR

- Geração de emprego e renda no campo.
- Mais alimentos frescos e de qualidade.
- Resgate de tradições alimentares
- Preservação da biodiversidade

EM 2023 R\$ 1,5 BILHÃO A MAIS NO ORÇAMENTO ATÉ 39% A MAIS DE RECURSOS



O Marco legal do PNAE, a Lei nº 11.947 de 2009, apresenta em seu artigo 2º a EAN como uma das diretrizes do Programa:

Art. 2º 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.

A legislação ainda enfatiza a relevância da EAN como instrumento para sua concretização:

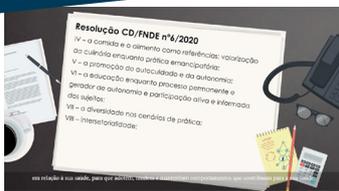
Art. 4º O Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE tem por objetivo contribuir para o crescimento e o desenvolvimento biopsi-cossocial, a aprendizagem, o rendimento escolar e a formação de hábitos alimentares saudáveis dos(as) alunos(as), **por meio de ações de educação alimentar e nutricional** e da oferta de refeições que cubram as suas necessidades nutricionais durante o período letivo.

Para fins do PNAE, considera-se o conceito de EAN alinhado ao Marco de Referência de EAN:

“O conjunto de ações formativas, de prática contínua e permanente, transdisciplinar, intersetorial e multiprofissional, que objetiva estimular a adoção voluntária de práticas e escolhas alimentares



saudáveis que colaborem para a aprendizagem, o estado de saúde do escolar e a qualidade de vida do indivíduo.”



Para saber mais sobre a EAN no PNAE, acesse o vídeo [clikando aqui](#) ou leia o Qr Code.



E no parágrafo 3º apresenta os princípios que devem ser observados no processo de ensino e aprendizagem de EAN, conforme proposto no Marco de EAN. Saiba mais sobre o Marco de EAN na [seção 3.2](#).

No início de 2025, o FNDE anunciou novas diretrizes para a alimentação escolar, com mudanças significativas para aprimorar a qualidade dos alimentos oferecidos e alinhadas às recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira. A nova norma indica a redução para 15% no percentual máximo de aquisição de alimentos processados e ultraprocessados e para 10% a partir de 2026 (antes o percentual era de 20%). Além disso, 80% dos recursos destinados à alimentação escolar deverão ser usados na compra de alimentos *in natura* e minimamente processados em 2025, aumentando para 85% a partir de 2026. (Antes o percentual era de 75%).

Outra inovação importante é que passa a ser recomendado que não sejam adquiridos alimentos com rotulagem nutricional frontal de alto conteúdo de nutrientes prejudiciais (açúcares, sódio ou gorduras saturadas). Ademais, recomenda-se que os municípios adquiram pelo menos 50 tipos diferentes de alimentos *in natura* ou minimamente processados anualmente.

Além disso, os cardápios devem estar disponíveis em locais de fácil acesso e ampla visibilidade: nas Secretarias de Educação, nas unidades escolares e nos sites oficiais da entidade executora.

Divulgar o cardápio não é apenas uma obrigação legal – é também uma forma de promover o diálogo sobre alimentação saudável no ambiente escolar. Essa simples ação pode estimular reflexões entre estudantes, famílias/responsáveis, profissionais da educação e membros do Conselho de Alimentação Escolar.

Você sabia que, conforme a Lei 11.947/2009, é o(a) nutricionista responsável técnico(a) pelo Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) quem deve elaborar os cardápios das escola?

Com isso, quando o cardápio é elaborado a partir dos princípios de uma alimentação adequada e saudável, torna-se um ponto de partida para fortalecer a EAN, envolvendo os diversos atores sociais que participam do PNAE.

Se você é nutricionista ou outro ator social do PNAE, é importante entender o potencial do Programa na formação de hábitos alimentares adequados e saudáveis, além dos outros aspectos. Portanto, defenda e valorize o PNAE como ferramenta de EAN no currículo escolar!

Para defender e valorizar o programa, a participação de toda comunidade escolar no controle social será essencial. O PNAE é uma política pública que prevê em sua concepção o diálogo constante com a comunidade escolar e a sociedade civil organizada. É por meio do Conselho de Alimentação Escolar, o CAE, que uma das diretrizes do PNAE se efetua: a comunidade escolar envolvida no acompanhamento das ações realizadas pelos Estados, pelo Distrito Federal e pelos Municípios para garantir a oferta de alimentação adequada e saudável nas escolas.

O CAE representa uma conquista no âmbito do PNAE, tendo em vista que é responsável por esse controle social do Programa, isto é, por acompanhar a aquisição dos produtos, a qualidade da alimentação ofertada aos alunos, as condições higiênico-sanitárias em que os alimentos são armazenados, preparados e servidos, a distribuição e o consumo, a execução financeira e a tarefa de avaliação da prestação de contas das Entidades Executoras (EEx) e emissão do Parecer Conclusivo.

Você já conhece o CAE do seu estado e/ou município?
Se sim, costuma acompanhar quais atividades o conselho tem desenvolvido?

É muito importante que as escolas sejam informadas sobre o CAE e suas atividades. Dessa forma, os Estados, o Distrito Federal e os Municípios devem tanto divulgar as atividades do CAE por meio de comunicação oficial da EEx, quanto comunicar às escolas sobre o CAE, no início de cada ano letivo e a cada troca de mandato, informando as atribuições do Conselho e a sua composição, com a indicação dos representantes.

A composição do CAE inclui representantes do Poder Executivo, de entidades de trabalhadores da educação e de discentes, de pais de alunos matriculados na rede de ensino a qual pertence a EEx, e de entidades civis organizadas. Ou seja, diferentes entidades e atores sociais do PNAE podem fazer parte do CAE.

Buscar o acesso ao CAE do seu estado e/ou município pode ser uma estra-



tégia para incentivar e articular o envolvimento da comunidade escolar para a exigibilidade do direito à alimentação escolar adequada e saudável. Ademais, o CAE também pode buscar parcerias com os Conselhos Escolares para, em cooperação, desenvolver suas atribuições. A sua interação com o conselho escolar deve ocorrer de modo a levantar os diversos problemas relacionados à alimentação escolar para buscar a garantia de uma alimentação adequada e saudável para os alunos.

Deseja consultar o CAE do seu estado e/ ou município? Conheça o Espelho CAE - ferramenta de consulta de dados como endereço e telefone do conselho, situação do mandato e dados dos membros que compõem o CAE.



3.1.2. Política Nacional de Alimentação e Nutrição

A Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN) é um conjunto de diretrizes e princípios que visa 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. Esta política integra os esforços do Estado Brasileiro de, por meio de um conjunto de políticas públicas, respeitar, proteger e prover os direitos humanos à saúde e à alimentação.

A PNAN baseia-se nos direitos à saúde e à alimentação, sendo orientada pelos princípios fundamentais e organizacionais do SUS (universalidade, integralidade, equidade, descentralização, regionalização, hierarquização e participação popular), aos quais se agregam os seguintes **princípios**:

- **A alimentação como elemento de humanização das práticas de saúde:** A alimentação reflete as relações sociais, os valores e a história tanto do indivíduo quanto dos grupos sociais, impactando diretamente a saúde e a qualidade de vida. A perspectiva relacional da alimentação e nutrição fortalece as práticas oferecidas pelo setor de saúde, valorizando o ser humano não apenas em sua dimensão biológica, mas também reconhecendo sua importância central no processo de promoção da saúde.
- **O respeito à diversidade e à cultura alimentar:** A alimentação no Brasil, com suas características regionais, é o resultado de um longo processo histórico de intercâmbio cultural, que envolve as influências



das tradições indígena, africana e portuguesa, e que se enriquecem com as práticas e conhecimentos alimentares de outros povos, trazidos pelos fluxos migratórios. Reconhecer, respeitar, preservar, resgatar e promover a diversidade de alimentos e práticas alimentares brasileiras é fundamental para o desenvolvimento de ações que valorizem a identidade e a cultura alimentar da população.

• **O fortalecimento da autonomia dos indivíduos:** O fortalecimento da autonomia nas escolhas alimentares envolve, por um lado, a capacidade de analisar e compreender o mundo e, por outro, a habilidade de tomar decisões e gerir a própria vida. Para isso, é essencial que o indivíduo desenvolva a capacidade de entender os fatores que influenciam seus problemas alimentares e enfrente-os com uma visão crítica. Diante das pressões do mercado de alimentos e das prescrições dietéticas, ter autonomia significa conhecer diferentes perspectivas, experimentar, decidir e contar com apoio nas escolhas alimentares. Há um equilíbrio delicado entre os benefícios e danos das práticas alimentares, o que leva profissionais de saúde a buscar um meio termo entre a omissão e o controle excessivo. Para isso, é necessário investir em estratégias de comunicação e educação em saúde que ajudem na socialização do conhecimento e no apoio às escolhas saudáveis.

• **A determinação social e a natureza interdisciplinar e intersetorial da alimentação e nutrição:** O conhecimento das questões socioeconômicas e culturais que influenciam a alimentação e nutrição das pessoas ajuda a promover o acesso a uma alimentação saudável e adequada, colaborando com a transformação do modelo de produção e consumo de alimentos, que impacta o perfil epidemiológico atual. A busca pela integralidade na atenção nutricional envolve a colaboração entre diferentes setores sociais, visando superar a fragmentação do conhecimento e das estruturas sociais e institucionais, a fim de responder aos desafios alimentares e nutricionais enfrentados pela população brasileira.

• **A Segurança Alimentar e Nutricional com Soberania:** A SAN no Brasil garante o direito de todos(as) ao acesso constante e regular a alimentos de qualidade, em quantidade suficiente, sem comprometer outras necessidades essenciais. Ela se baseia em práticas alimentares que promovem a saúde e respeitam a diversidade cultural, além de serem sustentáveis em termos ambientais, econômicos e sociais. Já a Soberania Alimentar refere-se ao direito dos povos de decidir seu próprio sistema alimentar, produzir alimentos saudáveis e culturalmente adequados de forma sustentável, priorizando as necessidades dos produtores, distribuidores e consumidores em relação às exigências do mercado.



Diretrizes da PNAN

As diretrizes da PNAN são as orientações que guiam as ações concretas e as estratégias para a implementação dos princípios da política.



Fonte: Brasil (2012)

A implementação da PNAN nas escolas não é apenas responsabilidade das equipes de nutrição e saúde, mas também dos(as) profissionais da educação, que desempenham papel fundamental na formação dos(as) estudantes, não só no aspecto cognitivo, mas também na formação de práticas alimentares adequadas e saudáveis.

Alguns exemplos de como as escolas podem contribuir:

Integração transversal da EAN no Currículo Escolar

Incorporação de temas de alimentação adequada e saudável dentro de todos os campos de experiência da Educação Infantil e dos componentes curriculares do Ensino Fundamental, abordando o impacto da alimentação na saúde individual, coletiva e do planeta.



Promoção de Atividades Práticas

Desenvolvimento de atividades como oficinas de culinária saudável, visitas a hortas escolares ou projetos sobre a origem dos alimentos, tornando o aprendizado mais significativo e prático para os(as) estudantes.

Incentivo à Reflexão Crítica

Estimular os(as) estudantes a refletirem sobre suas escolhas alimentares e como estas influenciam sua saúde, bem-estar e o meio ambiente.

A PNAN oferece uma base sólida para que todos os envolvidos na educação básica possam contribuir para o desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis entre as crianças e adolescentes. A colaboração de todos — educadores(as), profissionais de saúde e todos os demais atores da comunidade escolar — é essencial para que essa política seja efetivamente aplicada, promovendo a saúde e a qualidade de vida das futuras gerações.

Se você atua no ambiente escolar, é fundamental entender que a escola tem um papel chave na formação dos(as) estudantes não apenas intelectualmente, mas também em suas escolhas alimentares. A PNAN pode ser uma ferramenta transformadora e a integração das suas diretrizes nas práticas pedagógicas fortalece ainda mais esse impacto.

3.1.3. Programa Saúde na Escola

Em 2007 foi sancionado o [Decreto Interministerial nº 6.286](#) que cria o Programa Saúde na Escola (PSE). **Este visa atender a formação integral e o desenvolvimento da cidadania de estudantes da educação básica por meio de ações de prevenção, promoção e atenção à saúde.** O Programa, instituído no âmbito dos Ministérios da Educação e da Saúde, prevê o repasse de recursos financeiros aos municípios que aderiram ao PSE. Esses recursos são transferidos do Fundo Nacional de Saúde (FNS) aos Fundos de Saúde dos municípios e do Distrito Federal.

O PSE objetiva promover a saúde e a cultura da paz; articular as ações do SUS às ações das redes de educação básica pública; contribuir para a constituição de condições para a formação integral de educandos; contribuir para a construção de sistema de atenção social, com foco na promoção da cidadania e nos direitos humanos; fortalecer o enfrentamento das vulnerabilidades; promover a comunicação entre escolas e unidades de saúde; e fortalecer a participação comunitária nas políticas de educação básica e saúde, nos três níveis de governo.



São diretrizes do PSE:

I – Descentralização e respeito à autonomia federativa.

II – Integração e articulação das redes públicas de ensino e de saúde, por meio da junção das ações do Sistema Único de Saúde (SUS) às ações das redes de educação pública, de forma a ampliar o alcance e o impacto de suas ações relativas aos educandos e suas famílias, otimizando a utilização dos espaços, dos equipamentos e dos recursos disponíveis.

III – Territorialidade, respeitando as realidades e as diversidades existentes no espaço sob responsabilidade compartilhada.

IV – Interdisciplinaridade e intersetorialidade, permitindo a progressiva ampliação da troca de saberes entre diferentes profissões e a articulação das ações executadas pelos sistemas de Saúde e de Educação, com vistas à atenção integral à saúde dos(as) estudantes.

V – Integralidade, tratando a saúde e educação integrais como parte de uma formação ampla para a cidadania e o usufruto pleno dos direitos humanos, fortalecendo o enfrentamento das vulnerabilidades, que possam comprometer o pleno desenvolvimento do(a) estudante.

VI – Cuidado ao longo do tempo, atuando, efetivamente, no acompanhamento compartilhado durante o desenvolvimento dos(as) estudantes, prevendo a reorientação dos serviços para além de suas responsabilidades técnicas.

VII – Controle social, buscando promover a articulação de saberes, a participação dos educandos, pais, comunidade escolar e sociedade em geral na construção das políticas públicas da Saúde e Educação.

VIII – Monitoramento e avaliação permanentes, visando o aperfeiçoamento das práticas desenvolvidas, de vislumbre das implicações propagadas nos cenários que envolvem a intervenção e das estratégias empregadas na macro e micropolítica.



A territorialidade se traduz na valorização dos aspectos locais, na construção de espaços de convivência social a partir da parceria com a Atenção Primária à Saúde e creches e escolas. Para isso, torna-se essencial o envolvimento de atores locais nas ações de saúde que, juntos, serão capazes de transformar a realidade com base nas suas interpretações e ressignificações das características e questões do território.

A fim de facilitar o entrosamento entre os diferentes atores, o PSE propõe a criação, nos três níveis de governo, dos **Grupos de Trabalho Intersetoriais (GTI)**, uma estratégia de planejamento e execução compartilhada das ações de forma a atender as necessidades e demandas do território, através da articulação de diferentes setores e envolvimento de representantes da educação, saúde e comunidade. Os GTI devem ser compostos, obrigatória e minimamente, por representantes das secretarias de Saúde e de Educação e, facultativamente, por outros parceiros locais representantes de políticas e movimentos sociais (assistência social, cultura, lazer, esporte, transporte, planejamento urbano, representação de jovens, sociedade civil, entre outros).

Desde sua criação até 2024, houve um aumento considerável no número de municípios que aderiram ao PSE, passando de 613 (11%) no primeiro ano de adesão, em 2008, para 5.505 (98,8%) municípios brasileiros. Além do número de municípios, também houve crescimento do número total de creches, escolas e de estudantes pactuados e alteração dos critérios de adesão ao longo dos anos.

As ações do PSE devem estar inseridas nas propostas pedagógicas da escola, levando-se em consideração as características e diversidades dos territórios e a autonomia dos(as) profissionais que atuam no PSE, quer sejam da educação ou da saúde.

A articulação entre os(as) profissionais da educação e da saúde é, portanto, uma importante demanda do PSE.

As ações educativas do PSE devem ser associadas com a BNCC. Considerando que esta tem uma parte comum e uma parte diversificada, as temáticas do PSE devem ser realizadas como práticas pedagógicas que se integram



Clique aqui ou leia o QR Code e conheça os Cadernos temáticos e Guias de Bolso do PSE.



às macro áreas dos TCT e que contextualizam as habilidades nos componentes curriculares do ensino fundamental e médio e nos campos de experiências da Educação Infantil.



PONTO DE ATENÇÃO

Você sabe se o seu município aderiu ao PSE? Conheça a equipe do PSE do seu território, tanto os(as) profissionais da secretaria de educação quanto os da secretaria de saúde? Caso não conheça, converse com a direção da sua unidade e entre em contato com a unidade de saúde mais próxima da escola para firmar esta parceria e potencializar as ações de EAN realizadas com toda a comunidade escolar.



Assista o Episódio 6 do Podcast Comer é Aprender - “Gestão e apoio de projetos de EAN na escola” que trata sobre o PSE e o Plano de Ações Articuladas (PAR)



3.1.4. Decreto Interministerial Nº 11.821/2023

O **Decreto Nº 11.821, de 12 de DEZEMBRO de 2023**, dispõe sobre os princípios, os objetivos, os eixos estratégicos e as diretrizes que orientam as ações de promoção da alimentação adequada e saudável no ambiente escolar, no intuito de combater o **ambiente alimentar obesogênico**, apoiando a construção de ambientes alimentares das escolas mais adequados, saudáveis e sustentáveis e fomentando o papel das unidades de ensino na promoção da saúde, qualidade de vida e proteção dos(as) estudantes e dos demais atores da comunidade escolar.

O Decreto reconhece que as ações que efetivamente irão proteger a crianças e os adolescentes da exposição a fatores e situações que estimulem práticas não saudáveis são as ações de caráter regulatório e, assim, recomenda que Estados, Distrito Federal e Municípios desenvolvam estratégias e regulamentações que apoiem a implementação dos eixos estratégicos da promoção da alimentação adequada e saudável no ambiente escolar, considerando as especificidades regionais, culturais e socioeconômicas e as necessidades alimentares especiais dos(as) estudantes.

O Decreto entende como princípios orientadores das ações de Promoção da Alimentação Adequada e Saudável no ambiente escolar:

O direito Humano à Alimentação Adequada;

O direito à saúde;



O direito das crianças e dos adolescentes;

A intersetorialidade das ações e dos programas relacionados à alimentação; e

A participação popular e o controle social.

E estabelece como eixos estratégicos das ações de promoção da alimentação adequada e saudável no ambiente escolar:

Eixo I – Educação Alimentar e Nutricional: reforça a importância das ações de EAN que precisam estar atreladas às medidas de restrição de comercialização e publicidade de alimentos nas escolas.

O eixo “Educação Alimentar e Nutricional” compreende a inclusão da temática:

- I** - No **currículo escolar**, de forma transversal, com ênfase em alimentação, nutrição e práticas saudáveis de vida no processo de ensino e aprendizagem, que deverá ser inserido no projeto político pedagógico das escolas, nos termos do disposto no § 9º-A do art. 26 da Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996;
- II** - Nas ações de **educação permanente** destinadas aos professores e aos colaboradores das escolas;
- III** - Nas **atividades práticas com os(as) estudantes**, como oficinas culinárias e organização de hortas no ambiente escolar, com a utilização dos alimentos produzidos na alimentação ofertada, respeitada a infraestrutura das escolas; e
- IV** - Nas **ações destinadas à comunidade escolar** sobre a importância da alimentação adequada e saudável e em orientações sobre os lanches levados para a escola.



Eixo II – Doação e Comercialização de Alimentos e Bebidas: orienta que o comércio e doação de alimentos no ambiente escolar ofereça alimentos saudáveis e restrinja da oferta daqueles alimentos prejudiciais à saúde para promover boas escolhas das crianças e adolescentes que estão nesse ambiente mercadológico sem a supervisão de suas famílias ou responsáveis e protegê-las contra a exposição à produtos alimentícios ultraprocessados.

Entende doação e comercialização de alimentos na escola como qualquer forma de distribuição e venda de alimentos, bebidas e preparações culinárias a estudantes e seus familiares, professores, colaboradores, funcionários e demais membros da comunidade escolar, de forma terceirizada ou por gestão direta da escola.

Eixo III – Comunicação Mercadológica de Alimentos e Bebidas: garante a proteção contra ações de comunicação comercial veiculadas na escola que envolvam produtos alimentícios ultraprocessados, dentre outros alimentos em desacordo com o Guia Alimentar para a População Brasileira e o Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores de Dois anos.

Compreende a comunicação mercadológica como qualquer atividade de comunicação comercial destinada à divulgação, no ambiente escolar, de produtos, serviços, marcas e empresas, que envolva alimentos ultraprocessados, independentemente do suporte, da mídia ou do meio utilizado, o que pode abranger publicidade e patrocínio de atividades culturais e esportivas, incluídas aquelas realizadas no espaço físico da escola e em atividades extracurriculares.

Foi lançado pelo Governo Federal um **projeto de apoio à implementação do Decreto**. O material de apoio do Ministério do Desenvolvimento e Assistência Social, Família e Combate à Fome (MDS) recomenda o envolvimento de diversos atores estratégicos nas discussões e ações em torno do projeto de lei: os conselhos locais (como os de segurança alimentar e nutricional, escolar, de saúde, dos direitos da criança e do adolescente, dentre outros), associações de pais e mestres, os cantineiros e cantineiras, as entidades e associações de profissionais de saúde e todos os outros que possam contribuir com o tema.



A construção de regulamentações viáveis e consistentes e que estejam em sintonia com a realidade do território necessita de um caminho que passa pelo processo participativo, envolvendo sociedade civil, poder legislativo e executivo na discussão. Para apoiar iniciativas que tornem as escolas espaços promotores de saúde para as crianças, adolescentes e para toda a comunidade escolar, o UNICEF e o Idec elaboraram uma **cartilha com orientações e um passo-a-passo para realizar essa discussão no seu território**.



3.2. Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas

O Marco de EAN é um documento orientador publicado em 2012 pelo governo federal e construído coletivamente por pessoas cidadãs, profissionais, gestores(as), representantes da sociedade civil, professores(as) e acadêmicos(as) que se dedicam ao tema. O documento fornece orientações e diretrizes para a implementação de EAN no âmbito das políticas públicas. Ele tem como objetivo orientar e fortalecer as ações de promoção da alimentação adequada e saudável em diversos setores, como saúde, educação, assistência social, entre outros. Objetiva promover práticas alimentares saudáveis, desenvolver habilidades alimentares e conscientizar a população sobre a importância da alimentação adequada e saudável para a saúde e o bem-estar, sob a perspectiva da realização do Direito Humano à Alimentação Adequada.

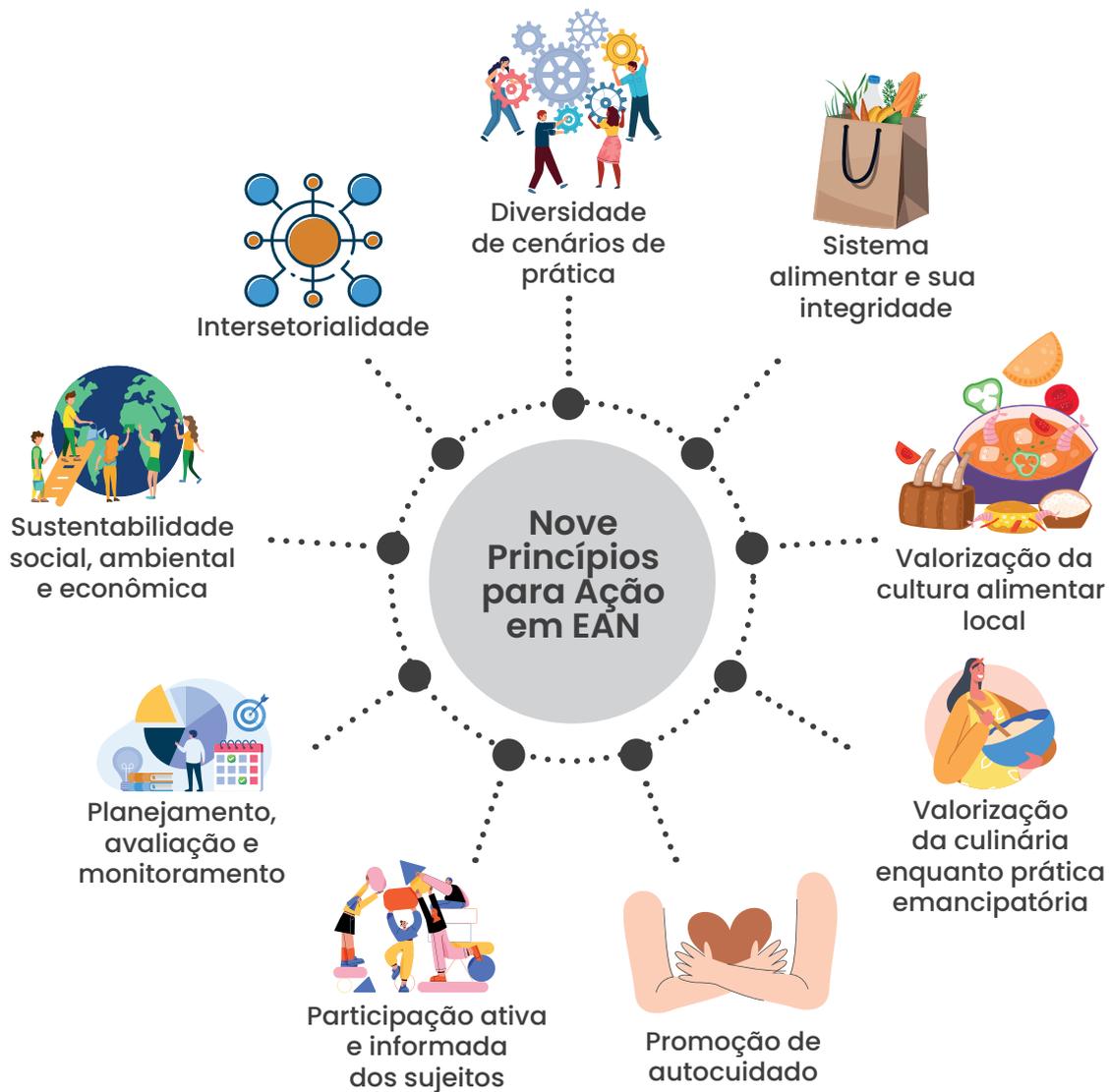
Nesse sentido, o Marco de EAN complementa e fortalece as diretrizes estabelecidas pela PNAN, PSE e PNAE, contribuindo para a efetiva implementação de políticas e programas que visam a promoção da saúde, escolhas alimentares saudáveis e a prevenção de doenças relacionadas à alimentação na população brasileira.

Importância do Marco de EAN para o ambiente escolar

O Marco de EAN pode ser considerado pioneiro como um documento específico e abrangente voltado exclusivamente para orientar as políticas públicas de EAN. Ele representa um esforço significativo para promover práticas alimentares adequadas, saudáveis e sustentáveis e a conscientização sobre a importância da nutrição adequada no contexto brasileiro e a realização do Direito Humano à Alimentação Adequada, considerando o sistema alimentar em sua integralidade e a diversidade de saberes, modos de vida e culturas relacionadas a alimentação, servindo como um recurso muito importante para a implementação de políticas de EAN em diversos setores.

O Marco de EAN estabelece nove princípios que norteiam as práticas de EAN em diferentes contextos. Esses princípios visam promover a autonomia e a participação ativa das pessoas na construção de hábitos alimentares saudáveis, considerando a sustentabilidade social, ambiental e econômica, a valorização da cultura alimentar local e a intersetorialidade.





Fonte: MDS (2018)

Princípio I. Sustentabilidade social, ambiental e econômica:

O tema da sustentabilidade é muito importante quando pensamos no desenvolvimento e na forma como produzimos, distribuimos e consumimos alimentos. Aqui, a ideia de “sustentabilidade” não se limita só ao meio ambiente, mas também inclui as relações humanas, sociais e econômicas em todas as etapas desse processo. Então, quando a EAN promove uma alimentação saudável, ela busca garantir que as necessidades alimentares das pessoas sejam atendidas sem prejudicar os recursos naturais, seguindo princípios éticos, justos e igualitários.

Na **seção 2.2**, quando apresentamos a dimensão ambiental da alimentação apresentamos vários elementos que apoiam a compreensão desse princípio do Marco e como abordar este princípio na escola. A **seção 4.4.2** do capítulo 4 também traz mais exemplos de ações.



Princípio II. Abordagem do sistema alimentar, na sua integralidade:

Conforme relatamos na [seção 2.1](#), o sistema alimentar engloba desde como conseguimos a terra, a água e os meios para produzir alimentos, até como os alimentos são processados, distribuídos, comercializados e consumidos. Isso inclui as escolhas que fazemos ao comer, tanto individualmente quanto em grupo, até mesmo o que fazemos com os resíduos que sobram. O Marco aponta que, na abordagem da EAN, é importante considerar todos esses aspectos para que as pessoas possam fazer escolhas mais conscientes. Lembrando que essas escolhas também podem influenciar todas as etapas anteriores do sistema alimentar.

Princípio III. Valorização da cultura alimentar local e respeito à diversidade de opiniões e perspectivas, considerando a legitimidade dos saberes de diferentes naturezas:

A alimentação brasileira, com suas particularidades regionais, é uma expressão do processo histórico e de intercâmbio cultural entre os diferentes povos que formaram o país. É importante que a EAN reconheça e respeite os conhecimentos que vêm da cultura, religião e ciência, bem como respeitar e valorizar as diferentes expressões da identidade e da cultura alimentar da população, reconhecendo e difundindo a riqueza incomensurável dos alimentos, das preparações, das combinações e das práticas alimentares locais e regionais. Esse princípio fala sobre a diversidade na alimentação e deve abranger as tradições e conhecimentos de povos e comunidades tradicionais, assim como as diferentes escolhas alimentares, sejam elas voluntárias ou não, como por exemplo, as pessoas com necessidades alimentares especiais.

Para abordar o princípio da valorização da cultura alimentar local e o respeito à diversidade de opiniões e perspectivas no currículo escolar podem ser adotadas várias estratégias interdisciplinares e pedagógicas.

Na [seção 2.2](#), na dimensão cultural da alimentação, foram apresentadas algumas formas de abordar esse princípio na EAN. Veja também a [seção 4.2](#) do capítulo 4.

Princípio IV. A comida e o alimento como referências; Valorização da culinária enquanto prática emancipatória:

A alimentação é muito mais do que apenas comer para se nutrir. Ela envolve diferentes aspectos como cultura, costumes sociais, sentimentos e experiências sensoriais. As pessoas escolhem e combinam alimentos de maneiras únicas, levando em conta o cheiro, a cor, a temperatura, a textura e o sabor. Além disso, a comida também carrega significados especiais e simbólicos.

Quando abordamos a EAN no ambiente escolar, estamos nos aproximando



da vida real das pessoas e podemos estabelecer conexões entre o processo educativo e as diferentes realidades e necessidades locais e familiares.

Igualmente, saber preparar a própria comida é importante porque proporciona autonomia, permite praticar habilidades técnicas e oferece mais opções aos indivíduos. Além disso, cozinhar também nos faz refletir sobre as diferentes dimensões da alimentação, como os aspectos sensoriais, cognitivos e simbólicos. Mesmo que não seja possível realizar atividades práticas de preparo de alimentos, é importante discutir com os(as) estudantes, pais e demais membros da comunidade escolar sobre a importância e o valor da culinária para uma alimentação saudável.

Nas **seções 4.4.2 e 4.4.3** do capítulo 4, você vai encontrar exemplos de como as receitas tradicionais podem se transformar em poderosas ferramentas pedagógicas. Lá mostramos exemplos práticos para trabalhar conteúdos dos anos iniciais e finais do Ensino Fundamental de maneira criativa e significativa, conectando saberes, sabores e aprendizados!

Princípio V. A Promoção do autocuidado e da autonomia:

O autocuidado é um aspecto importante do viver saudável. Envolve a realização de ações dirigidas a si mesmo ou ao ambiente, visando regular o próprio funcionamento de acordo com os interesses na vida e promover o bem-estar. Essas ações são voluntárias e intencionais, envolvendo a tomada de decisões que contribuem para a integridade estrutural, o funcionamento e o desenvolvimento humano. O autocuidado é influenciado por fatores individuais, ambientais, socioculturais e de acesso a serviços, entre outros. Promover o autocuidado tem como objetivo principal apoiar as pessoas para que se tornem agentes ativos na produção de sua saúde, capacitando-as a compreender seu contexto de vida e a adotar comportamentos saudáveis.

Princípio VI. A Educação enquanto processo permanente e gerador de autonomia e participação ativa e informada dos sujeitos:

As abordagens educativas e pedagógicas adotadas em EAN devem ser dinâmicas e interativas, incorporando o conhecimento popular e adaptando-o à realidade dos(as) estudantes e suas famílias. É importante que as aulas integrem teoria e prática, permitindo que os escolares aprendam de forma contínua ao longo da vida, desde a formação dos hábitos alimentares na infância até a alimentação saudável na adolescência e vida adulta.

Para promover uma participação ativa e aumentar a autonomia dos(as) alunos(as) na escolha e prática alimentar, é essencial que desenvolvam habilidades de pensamento crítico e sejam capazes de tomar decisões informadas. Diante das diversas opções de alimentos e das diferentes orien-

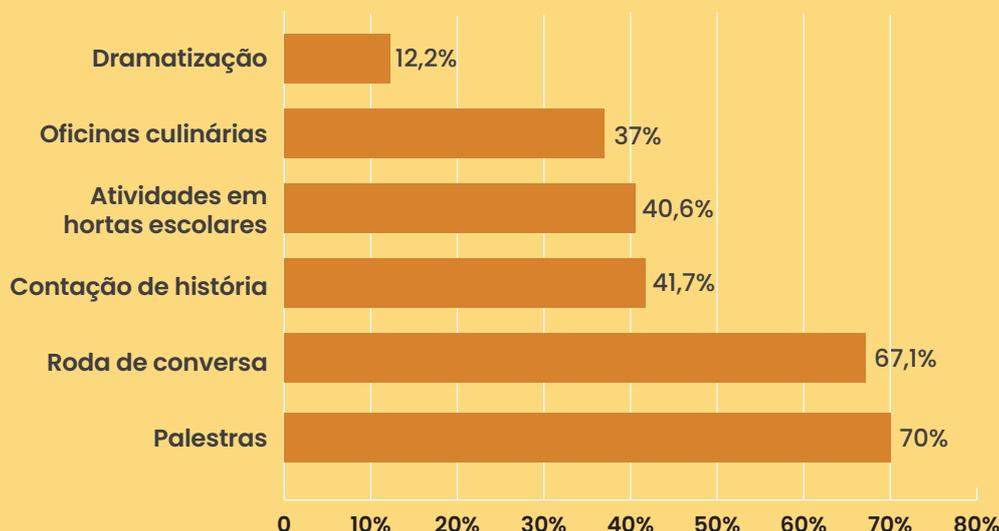


tações dietéticas, é fundamental que os alunos possam analisar as situações, experimentar, decidir e ajustar suas escolhas, aumentando sua liberdade de escolha em relação à alimentação.

Portanto, a EAN não deve se limitar apenas à transmissão de conhecimento, mas também deve promover reflexão sobre situações cotidianas, incentivar a busca por soluções e oferecer oportunidades para a prática de alternativas alimentares saudáveis.

O levantamento realizado pelo FNDE para subsidiar a construção deste material (seção 5.2) indica os tipos de atividades de EAN que ocorrem nas escolas:

Assim como em outras pesquisas, as palestras foram as atividades mais mencionadas. No entanto, é importante reforçar que essa metodologia deve ser conduzida de forma ativa e problematizadora, promovendo a participação efetiva dos envolvidos, e não se restringindo à mera transmissão de conhecimentos.



Princípio VII. A diversidade nos cenários de prática:

As estratégias e os conteúdos de EAN devem ser planejados de forma coordenada e integrada, usando abordagens que se complementem bem. Devem abranger diferentes espaços para alcançar os diversos grupos de pessoas. Desenvolver ações e estratégias adaptadas às necessidades de cada contexto é essencial para alcançar os objetivos da EAN e garantir que as ações funcionem bem em conjunto.

Assim, é essencial pensarmos em estratégias pedagógicas que envolvam todos ou a maioria dos atores da comunidade escolar e que se somem e que valorizem os espaços físicos diversos.



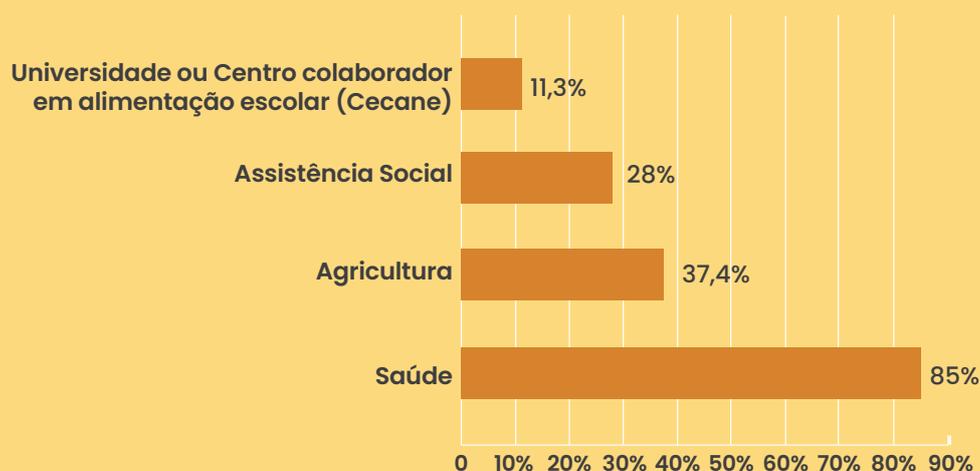
Princípio VIII. Intersetorialidade:

Entende-se por intersetorialidade quando diferentes órgãos do governo trabalham juntos para garantir que as pessoas tenham uma alimentação adequada e saudável. Isso envolve compartilhar conhecimentos, ideias e práticas entre diferentes setores, como saúde, educação e assistência social. Trabalhando juntos, esses setores podem encontrar novas soluções para melhorar a qualidade da alimentação e da vida das pessoas. Isso significa que cada setor pode aprender com os outros e tornar suas próprias operações mais eficazes. Ao trabalharem em conjunto, todos podem alcançar melhores resultados.

Nesse sentido, é importante a criação de parcerias com profissionais de outros setores como os profissionais do PSE, PNAE, agricultores familiares, membros do CAE, dentre outros, que possam apoiar as ações de EAN implementadas na escola.

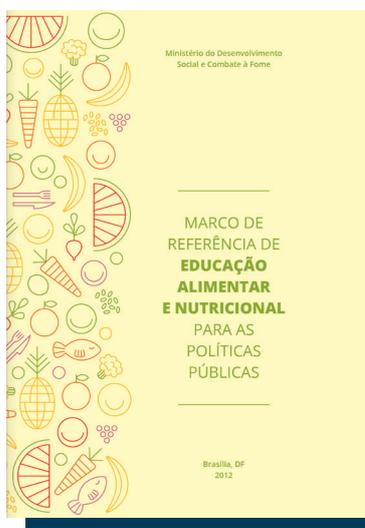
A intersetorialidade entre os Centros Colaboradores em Alimentação e Nutrição Escolar (CECANEs) e as escolas é fundamental para o fortalecimento da EAN. Essa articulação permite que o conhecimento técnico e científico produzido pelos CECANEs seja integrado ao contexto pedagógico e cotidiano das escolas, promovendo formações, assessoramento e apoio na implementação de práticas educativas alinhadas às diretrizes do PNAE. Além disso, a atuação conjunta favorece a construção de estratégias mais contextualizadas, participativas e sustentáveis, potencializando o impacto da EAN na promoção da alimentação adequada e saudável entre os(as) estudantes.

No levantamento realizado pelo FNDE para subsidiar a construção deste material (seção 5.2), 65,1% dos relatos indicaram a articulação com outros setores ou instituições para o desenvolvimento da EAN, entre os quais se destacam:



Princípio IX. Planejamento, avaliação e monitoramento das ações:

O planejamento é essencial para que as iniciativas de EAN sejam eficazes e sustentáveis. Ele envolve entender o que precisa ser feito, definir metas e estratégias, organizar recursos e responsabilidades, e acompanhar os resultados. A qualidade desse processo depende do compromisso não só dos profissionais, mas também das pessoas e grupos envolvidos. É importante que todos participem das decisões para garantir que as necessidades reais sejam atendidas e que os objetivos sejam alcançados.



Para ler o Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas, [clique aqui](#) ou leia o QR Code.



Veja o relato de experiência do município de Alfenas/MG: As ações foram pensadas de forma a envolver diferentes atores sociais no âmbito do PNAE para além da equipe de nutrição tais como professores(as), agricultores(as) familiares, merendeiras(os) e o CAE. Outro eixo importante foi garantir a transversalidade com o currículo escolar, alinhando às atividades cotidianas dos(as) estudantes e **considerando os princípios para ações segundo o Marco de EAN**. Foram desenvolvidas atividades que contemplaram um ciclo de diagnóstico, planejamento, execução e avaliação, divididas em 6 etapas em cada tema. [Clique aqui](#) ou leia o QR Code e veja a descrição detalhada.



Bibliografia

BRASIL. Decreto nº 6.286, de 5 de dezembro de 2007. Institui o Programa Saúde na Escola-PSE, e dá outras providências. Brasília, DF, **D.O.U.**, 2007.

BRASIL. Decreto nº 11.821, de 12 de dezembro de 2023. Dispõe sobre os princípios, os objetivos, os eixos estratégicos e as diretrizes que orientam as ações de promoção da alimentação adequada e saudável no ambiente escolar. Diário Oficial da República Federativa do Brasil, Poder Executivo, Brasília, DF, **D.O.U.**, 12 dez. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Caderno temático do Programa Saúde na Escola: alimentação saudável e prevenção da obesidade**. Brasília: MS, 2022. 36 p.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Caderno do Gestor do PSE**. Brasília: MS, 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia Alimentar para a População Brasileira**. Brasília: MS, 2014.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores de 2 Anos**. Brasília: MS, 2019.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia de Bolso do Programa Saúde na Escola: alimentação saudável e prevenção da obesidade**. Brasília: MS, 2022. 36 p.

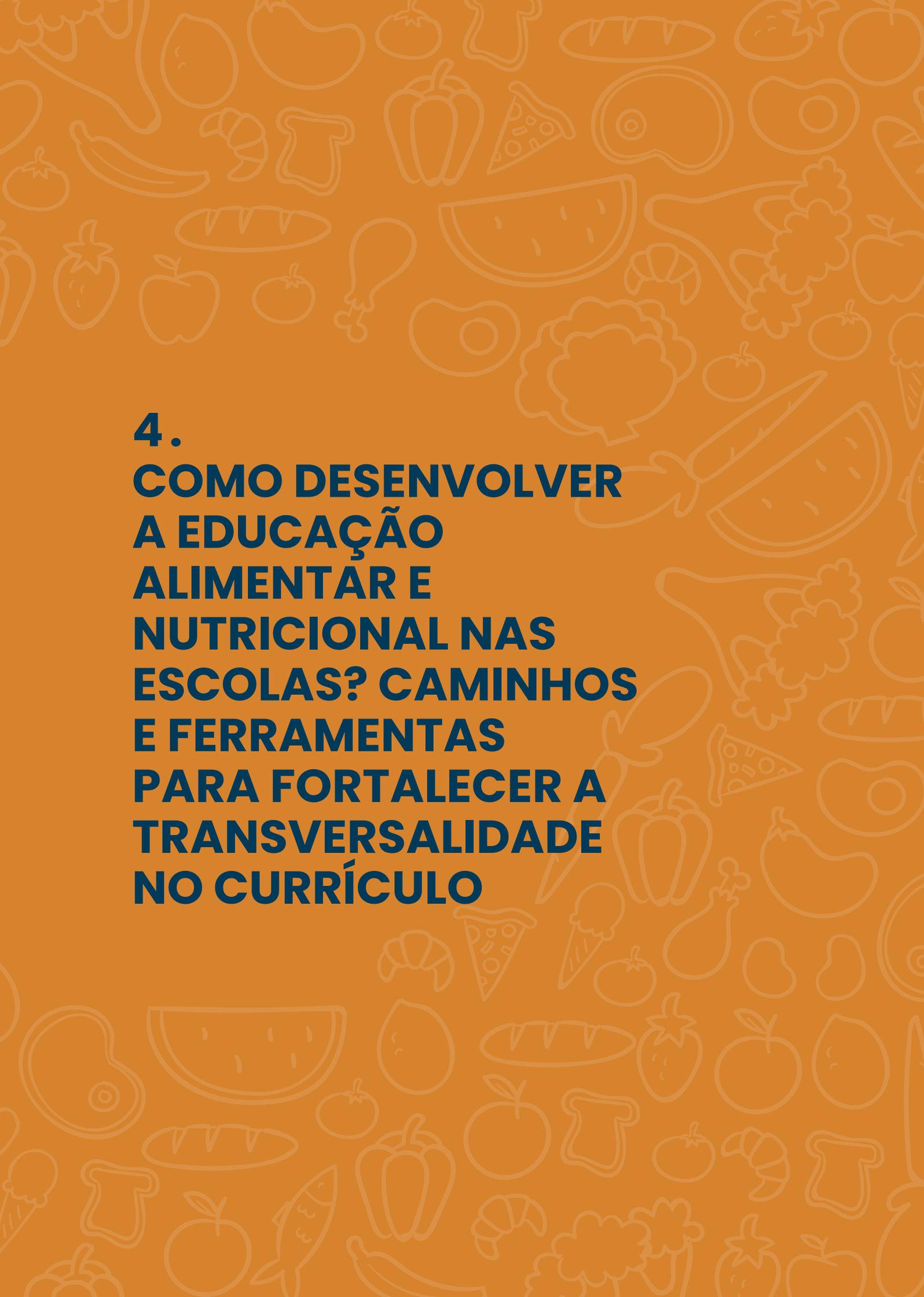
BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Alimentação e Nutrição**. 2a ed. Brasília: MS, 2013.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. **Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas**. Brasília: MDS, 2012.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. **Princípios e Práticas para Educação Alimentar e Nutricional**. Brasília, DF: MDS, 2018.

FLORINTINO, C. S. *et al.* Princípios do Marco de Educação Alimentar e Nutricional na prática escolar: análise em uma capital brasileira. **Demetra**. v. 19, p. e76703, 2024.



The background is a solid orange color with a repeating pattern of white line-art icons representing various food items. These include fruits like apples, oranges, lemons, and watermelon slices; vegetables like bell peppers, carrots, and broccoli; and other food items like bread, pizza slices, and ice cream cones.

**4.
COMO DESENVOLVER
A EDUCAÇÃO
ALIMENTAR E
NUTRICIONAL NAS
ESCOLAS? CAMINHOS
E FERRAMENTAS
PARA FORTALECER A
TRANSVERSALIDADE
NO CURRÍCULO**

A EAN não é apenas um conteúdo a ser ensinado: é uma poderosa ferramenta de transformação. Quando integrada de forma viva e transversal ao currículo escolar, ela aumenta sua potência. Deixa de ser teoria e se torna prática, cultura, identidade, cuidado consigo, com o outro e com o Planeta.

Imagine uma escola onde a Matemática se aprende calculando receitas saudáveis; onde a Geografia revela de onde vêm os alimentos que chegam à mesa; onde a História resgata saberes ancestrais da culinária local. Onde cada componente curricular é uma porta aberta para um novo olhar sobre a alimentação e onde os aprendizados sobre alimentação oportunizam reflexões concretas e conectadas com a realidade dos(as) estudantes.

Essa integração desperta curiosidade, promove autonomia e fortalece vínculos (com o corpo, com o outro, com a natureza, com o território). E quando a comunidade escolar se envolve, o impacto é ainda maior: familiares, merendeiras(os), agricultores(as) familiares, nutricionistas etc. passam a fazer parte do processo. A escola se transforma em um espaço vivo de aprendizado coletivo.

Mas, para que isso aconteça de verdade, a EAN precisa ser contínua, sensível à realidade de cada creche, pré-escola e escola e adaptada às necessidades específicas de cada território e de sua comunidade. Só assim conseguimos formar estudantes mais conscientes, críticos e preparados para fazer escolhas alimentares adequadas, saudáveis e sustentáveis por toda a vida.

Conforme abordado nos princípios do Marco de EAN, conteúdos de EAN devem ser planejados de forma coordenada e integrada. Para isso, podem ser utilizadas diversas ferramentas de avaliação, tais como:

- 1.** Aplicação de questionários aos estudantes, professores(as), pais e demais envolvidos para avaliar o conhecimento prévio, a percepção das ações de EAN e o impacto percebido nas práticas alimentares e no ambiente escolar.
- 2.** Realização de observações diretas durante as atividades de EAN para avaliar o engajamento dos(as) alunos(as), a eficácia das estratégias pedagógicas e o ambiente escolar em relação à promoção da alimentação saudável.
- 3.** Entrevistas individuais ou em grupo com os diferentes atores da comunidade escolar para coletar informações qualitativas sobre suas percepções, experiências e sugestões de melhoria em relação às EAN.
- 4.** Coleta e análise das produções e/ou atividades, como trabalhos dos(as) alunos(as), materiais educativos produzidos, fotos e vídeos das atividades realizadas, para avaliar o alcance dos objetivos propostos e o impacto das ações de EAN.



5. Realização de grupos focais com alunos(as), professores(as) e outros membros da comunidade escolar para discutir temas específicos relacionados à EAN na escola, identificar desafios e propor soluções colaborativas.

6. Avaliação formativa: Incorporação de momentos de reflexão e autoavaliação ao longo do processo de ensino e aprendizagem, permitindo que os(as) estudantes e professores(as) identifiquem pontos fortes e áreas de melhoria e ajustem suas práticas. Isso pode ser feito por meio de registros pessoais, diários de aprendizagem, debates em sala de aula e feedback entre pares.

Os apêndices apresentam um roteiro de autoavaliação para planejamento de EAN na creche, pré-escola e escola e uma proposta de planejamento de um projeto pedagógico com detalhamento de cada etapa do planejamento, inclusive da avaliação e monitoramento das ações.

Você já parou pra pensar em como os materiais didáticos podem apoiar o desenvolvimento da EAN?

No contexto do Programa Nacional do Livro e do Material Didático (PNLD) do FNDE, a partir de 2015 houve a revisão dos conteúdos dos editais de convocação para o processo de inscrição e avaliação das obras didáticas. A partir disso, os editais do PNLD apresentaram como critério eliminatório dos conteúdos pedagógicos das obras didáticas o alinhamento com o Marco legal do PNAE, a Lei nº 11.947/2009. Além disso, a partir de 2016, a quarta capa do livro didático passou a veicular mensagens e ilustrações sobre alimentação saudável.

Nesse sentido, o livro didático pode servir como potente instrumento pedagógico para trabalhar a EAN de forma transversal e permanente no currículo escolar, potencializando diálogos e reflexões sobre alimentação saudável entre educadores(as), estudantes, suas famílias e toda a comunidade escolar.



Veja abaixo alguns exemplos de capas:



Quartas capas do **PNLD 2022** (Educação Infantil)



Quartas capas do **PNLD 2023** (Ensino Fundamental – anos iniciais)

Apresentaremos a seguir como colocar em prática no ambiente escolar os passos para uma alimentação saudável dos guias alimentares brasileiros e os princípios do Marco de EAN e como se dá o diálogo entre o conteúdo de alimentação e nutrição e dos diferentes TCTs. Além disso, abordaremos sobre as reflexões e estratégias para a inclusão da EAN nos segmentos da Educação Infantil e dos Anos Iniciais e Finais do Ensino Fundamental.

4.1. Como abordar os Guias Alimentares Brasileiros na creche e na escola?

Conhecemos sobre os guias alimentares brasileiros na [seção 2.3](#) e agora apresentamos ações de EAN que podem ser realizadas na creche e na escola para colocar em prática dez passos para uma alimentação adequada e saudável do **Guia Alimentar para a População Brasileira** e os Doze passos para a alimentação saudável da criança do **Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores de 2 Anos**.

10 passos para uma alimentação adequada e saudável

1

Fazer de alimentos *in natura* ou minimamente processados a base da alimentação

- Oferecer alimentos *in natura* e minimamente processados no cardápio da alimentação escolar e em cantinas escolares.
- Fazer oficinas culinárias e outras atividades sensoriais com alimentos *in natura* ou minimamente processados.
- Visitar produções de agricultura familiar.
- Produzir hortas escolares pedagógicas.

2

Utilizar óleos, gorduras, sal e açúcar em pequenas quantidades ao temperar e cozinhar alimentos e criar preparações culinárias

Cozinhar as preparações culinárias do cardápio escolar e oferecidas nas cantinas escolares com pequenas quantidades dos ingredientes culinários.

3

Limitar o consumo de alimentos processados

Incluir alimentos processados como enlatados e geleias no cardápio escolar e em preparações vendidas nas cantinas escolares com moderação e como ingredientes de preparações culinárias caseiras.

4

Evitar o consumo de alimentos ultraprocessados

- Não ofertar no cardápio escolar, em preparações vendidas nas cantinas escolares, em festividades e em qualquer espaço da unidade escolar, mesmo que não seja para consumo direto dos(as) estudantes.
- Proteger a criança da publicidade de ultraprocessados no ambiente escolar, inclusive nos equipamentos das cantinas escolares.
- Não realizar passeios às indústrias de alimentos.
- Não realizar atividades mercadológicas transvestidas de ação educativa com a indústria de alimentos, como entrega de materiais com a logomarca da empresa, realização de gincanas etc.



5

Comer com regularidade e atenção, em ambientes apropriados e, sempre que possível, com companhia

- Garantir que o refeitório tenha uma boa iluminação, climatização e que a mobília e os utensílios sejam apropriados para a faixa etária.
- Permitir a socialização entre os(as) estudantes durante a refeição sem exigir que comam em silêncio.
- Organizar para que os(as) estudantes possam ingerir sua refeição sem pressa.

6

Fazer compras em locais que ofereçam variedades de alimentos *in natura* ou minimamente processados

- Organizar passeios em feiras livres e pequenos mercados do bairro.
- Fazer roda de conversa com os agricultores(as) familiares.
- Estimular que as famílias levem às crianças para fazer as compras de alimentos nesses locais.

7

Desenvolver, exercitar e partilhar habilidades culinárias

- Levar os(as) estudantes para conhecerem a cozinha da escola.
- Fazer roda de conversa com as merendeiras(os).
- Realizar oficinas culinárias.
- Propor brincadeiras de fazer comida.
- Estimular que famílias incluam as crianças no preparo dos alimentos.

8

Planejar o uso do tempo para dar à alimentação o espaço que ela merece

Estimular que a criança desfrute da comida, sem distratores.

9

Dar preferência, quando fora de casa, a locais que servem refeições feitas na hora

Estimular atividades como piqueniques sem alimentos ultraprocessados.

10

Ser crítico quanto a informações, orientações e mensagens sobre alimentação veiculadas em propagandas comerciais

Propor atividades para que os(as) estudantes reconheçam estratégias abusivas e reflitam sobre o que comem e como comem.



12 passos para a alimentação saudável da criança menor de 2 anos

1

Amamentar até 2 anos ou mais, oferecendo somente o leite materno até os 6 meses

- Permitir que as famílias amamentem dentro da unidade.
- Estimular que a criança seja amamentada antes da entrada e após a saída.
- Receber, armazenar e ofertar adequadamente o leite retirado do peito.
- Capacitar a comunidade escolar para a promoção da amamentação.

2

Oferecer alimentos *in natura* ou minimamente processados, além do leite materno, a partir dos 6 meses

- Oferecer alimentos *in natura* e minimamente processados no cardápio da alimentação escolar e em cantinas escolares.
- Fazer oficinas culinárias e outras atividades sensoriais com alimentos *in natura* ou minimamente processados.
- Visitar produções de agricultores(as) familiares
- Produzir hortas escolares pedagógicas.

3

Oferecer água própria para o consumo em vez de sucos, refrigerantes e outras bebidas açucaradas

- Disponibilizar bebedouros de água potável para a comunidade escolar.
- Oferecer água potável para as crianças que não estão recebendo leite do peito exclusivamente.

4

Oferecer comida amassada quando a criança começar a comer outros alimentos além do leite materno

Orientar merendeiras(os) e cuidadoras sobre a consistência adequada de acordo com a faixa etária da criança.

5

Não oferecer preparações ou produtos que contenham açúcar até os 2 anos de idade

Não incluir açúcar, mel, melaço, rapadura ou adoçantes em nenhum alimento no cardápio escolar.



6

Não oferecer alimentos ultraprocessados para a criança

Não incluir nenhum ultraprocessado no cardápio escolar.

7

Cozinhar a mesma comida para a criança e para a família

- Se a Entidade Executora, com recurso próprio, oferece alimentação para os funcionários consumirem na creche, preparar o mesmo cardápio para todos(as). Dessa forma, estimula-se também o consumo pelas crianças.
- Estimular famílias a fazerem o mesmo em casa, elaborando preparações sem nenhum tipo de ultraprocessado, inclusive temperos industrializados como molhos e temperos prontos.

8

Zelar para que a hora da alimentação da criança seja um momento de experiências positivas, aprendizado e afeto

- Garantir que o refeitório tenha uma boa iluminação, climatização e que a mobília e os utensílios sejam apropriados para a faixa etária.
- Permitir a socialização entre as crianças durante a refeição sem exigir que comam em silêncio.

9

Prestar atenção aos sinais de fome e saciedade da criança e conversar com ela durante a refeição

- Atenção ao número de crianças por cuidador, para que este consiga efetivamente se ater aos sinais de fome e saciedade das crianças.
- Capacitar os profissionais para que reconheçam os sinais de fome e saciedade.

10

Cuidar da higiene em todas as etapas da alimentação da criança e da família

Capacitar a equipe para os cuidados com a higiene no pré-preparo, preparo, oferta e descarte dos alimentos, bem como a higiene das crianças antes e após o consumo.



11

Oferecer alimentação adequada e saudável também fora de casa

- Estimular atividades como piqueniques e festividades sem alimentos ultraprocessados.
- Realizar ações educativas com as famílias sobre alimentos ofertados fora da creche.

12

Proteger a criança da publicidade de alimentos

- Proteger a criança da publicidade de ultraprocessados no ambiente escolar.
- Não realizar passeios às indústrias de alimentos.
- Não realizar atividades mercadológicas transvestidas de ação educativa com a indústria de alimentos, como entrega de materiais com a logomarca da empresa, realização de gincanas etc.



E para estimular o uso dos guias alimentares brasileiros e suas recomendações no desenvolvimento da EAN com a comunidade escolar segue uma DICA DE ATIVIDADE:

Objetivo: Refletir sobre o consumo alimentar familiar e levantar sugestões para superação dos obstáculos para a adoção de uma alimentação adequada e saudável.

Descrição da atividade: Fazer um quadro com as quatro categorias de alimentos de acordo com a classificação nova “*in natura* ou minimamente processados, ingredientes culinários, processados, ultraprocessados”. Discutir com a turma o significado de cada uma. Solicitar aos(às) estudantes que digam exemplos de alimentos em cada categoria. Problematicar: Qual a categoria que eles e suas famílias mais consomem? Por que a família escolhe determinados alimentos? Qual a recomendação de consumo de cada categoria? Apresentar as recomendações e a regra de ouro do Guia Alimentar para a População Brasileira, discutir os obstáculos para colocar em prática essas recomendações e desnaturalizar a culpabilização exclusiva dos próprios indivíduos por suas escolhas alimentares (fazer gancho com o tema sistemas alimentares e interferências da indústria de alimentos). Solicitar que montem um cartaz/folder/cartilha com as recomendações para uma alimentação adequada e saudável e sugestões para superação dos obstáculos a partir das discussões feitas em sala e disponibilizar em um mural na escola.

4.2. Como abordar os Princípios do Marco de EAN na creche e na escola?

A seguir, apresentamos alguns exemplos de abordagem dos Princípios do Marco de EAN, inspirados em experiências identificadas no **mapeamento de boas práticas de Educação Alimentar e Nutricional** desenvolvido pelo UNICEF, como parte do Projeto EscolaAAS. Esse levantamento foi realizado a partir da consulta a diferentes fontes que reúnem iniciativas desenvolvidas em diversas regiões do país:



Princípio e descrição	Ações desenvolvidas	Experiências (Nível de ensino e Fonte)
<p>I. Sustentabilidade social, ambiental e econômica</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Criação de hortas escolares com compostagem e cultivo de PANCs. • Aproveitamento integral dos alimentos, com uso de cascas em sucos e receitas. • Realização de feiras escolares com participação da comunidade. • Estabelecimento de parcerias com agricultores(as) familiares locais tanto para visitação às produções quanto para a realização de rodas de conversa sobre uso de recursos naturais, modos de produção dos alimentos, dignidade e justiça nos meios de trabalho. • Discussões sobre custo dos alimentos, composição e valores dos itens da cesta básica. • Ações educativas para redução do desperdício, como campanhas com cartazes e projetos “lixo zero”. <p>Outras ideias:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Trabalhar a EAN de forma transversal às disciplinas, conectando temas da dimensão ambiental, econômica e sociopsicocultural da alimentação. • Desenvolver hortas sustentáveis com foco na biodiversidade e uso racional da água. • Discutir sobre o uso de transgenia e agrotóxicos e os impactos para a saúde humana e ambiental. • Promover feiras de trocas e incentivar práticas de consumo consciente. • Envolver toda a comunidade escolar em ações de educação ambiental e alimentar. 	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Da horta para a alimentação escolar</i> (Ensino Fundamental). EM George Chalmers, MG – Jornada EAN 2023, FNDE. • <i>Projeto Horta Solidária</i> (Educação Infantil). EMEI Padre Alcides, RS – CGAN/MS, OPAS, UFMG, UFS, UFSM. • <i>Foi de lá do quintal!</i> (Educação Infantil). Escola Municipal Josefina Anísia do Rego, BA – Jornada EAN 2023, FNDE. • <i>Evitar desperdício e perda de alimentos: Escola e comunidade de mãos dadas nesta luta</i> (Educação Infantil). Sala Avançada José Lucindo Ribeiro, BA – Jornada de EAN 2017, FNDE. • <i>Integrando escolas: uso das mídias para socializar projetos e instigar a consciência de uma alimentação saudável</i> (Ensino Fundamental). EEF Pedro Paques, SC – Jornada de EAN 2023, FNDE.
<p>II. Abordagem do sistema alimentar na sua integralidade</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Visitas pedagógicas a feiras, mercados e propriedades agrícolas. • Construção coletiva de mapas e cartografias sobre a origem e o percurso dos alimentos. • Investigação e registro do desperdício alimentar na escola, com pesagem e relatórios. • Vivências de preparo e degustação de alimentos no ambiente escolar. • Promoção de feiras escolares com participação de produtores locais. <p>Outras ideias:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Desenvolver projetos interdisciplinares sobre a cadeia do alimento. • Discutir os impactos ambientais e sociais do desperdício de alimentos. • Trabalhar a trajetória dos alimentos desde a produção até o consumo e descarte. • Considerar todas as etapas do sistema alimentar nas atividades transversais ao currículo: produção, distribuição, comercialização, consumo e descarte. 	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Restaurante do jardim: uma experiência para além da escola</i> (Educação Infantil). Jardim de Infância 603 do Recanto das Emas, DF – Jornada EAN 2022, FNDE. • <i>Prazeres da cozinha regional</i> (Educação Infantil). EMEIEF Carlos Giovani Bolles, SP – Jornada de EAN 2017, FNDE. • <i>Brasil e seus sabores</i> (Educação Infantil). EM Doutor Borges de Medeiros, PR – Jornada de EAN 2017. • <i>Oficina dos Sabores</i> (Educação Infantil). EM Governador Agamenon Sérgio de Godoy Magalhães, MT – Jornada de EAN 2018, FNDE. • <i>Alimentação Saudável</i> (Ensino Fundamental). EMEIEF Dr. Urbano Garcia, RS – CECANE.



Princípio e descrição	Ações desenvolvidas	Experiências (Nível de ensino e Fonte)
<p>III. Valorização da cultura alimentar local e respeito à diversidade de opiniões e perspectivas, considerando a legitimidade dos saberes de diferentes naturezas</p>	<ul style="list-style-type: none"> Resgate e preparo de receitas tradicionais em atividades escolares. Atividades de valorização de saberes alimentares indígenas, quilombolas e familiares. Entrevistas com membros da comunidade local sobre hábitos alimentares. Produção de vídeos, rodas de conversa e materiais com participação das famílias. Divulgação de receitas e práticas alimentares de diferentes culturas. <p>Outras ideias:</p> <ul style="list-style-type: none"> Integrar conteúdos de cultura alimentar às aulas de História, Geografia, Artes e outras áreas do conhecimento e campos de experiência. Valorizar escolhas alimentares diversas, promovendo práticas inclusivas. Utilizar literatura infantil e audiovisual para apresentar tradições alimentares. Discutir restrições alimentares e promover a inclusão de todos/as os/as estudantes. Valorizar práticas e conhecimentos alimentares tradicionais de diferentes grupos sociais. 	<ul style="list-style-type: none"> <i>Provando o tempero da Vovó</i> (Ensino Fundamental). EMEIEF Assunta Maria Gianini Favaleça, RO – Jornada EAN 2022, FNDE. <i>Pertencimento e resgate da Cultura Quilombola</i> (Ensino Fundamental). João José de Carvalho, RJ – Jornada EAN 2023, FNDE. <i>A cultura alimentar com seus saberes e seus sabores</i> (Ensino Fundamental/Médio). Escola Estadual Indígena de Ensino Médio “Yvy Poty”, MS – Jornada EAN 2023, FNDE. <i>Compartilhando plantas e saberes</i> (Ensino de Jovens e Adultos). CIEJA Clóvis Caitano Miquelazzo, SP – Jornada EAN 2023, FNDE. <i>Nosso peixe é com banana!</i> (Educação Infantil). Creche Escola Municipal Maria Amélia Oliveira de Souza, RJ – Jornada EAN 2023, FNDE.
<p>IV. A comida e o alimento como referências; valorização da culinária enquanto prática emancipatória</p>	<ul style="list-style-type: none"> Realização de degustações sensoriais com diferentes partes dos alimentos. Oficinas culinárias em que estudantes preparam seus próprios lanches ou refeições. Atividades com merendeiras(os) explicando o preparo dos alimentos e outros aspectos da culinária. Produção de vídeos, receitas ilustradas e registros das atividades culinárias. <p>Outras ideias:</p> <ul style="list-style-type: none"> Propor aulas práticas e oficinas com envolvimento da comunidade escolar. Explorar os aspectos simbólicos e afetivos da comida. Abordar técnicas culinárias e utensílios nas aulas. Promover eventos culinários colaborativos com as famílias. 	<ul style="list-style-type: none"> <i>Programa NUTRISMT Educação Alimentar e Nutricional</i> (Educação Infantil). Unidades Escolares de São Miguel do Tapuio, PI – CECANE. <i>Um delicioso bolo de cenoura</i> (Educação Infantil). CEI Branca de Neve, SC – Jornada EAN 2023, FNDE. <i>Sorvete na escola? Como os alunos aprenderam que isso é possível!</i> (Ensino Fundamental). Wagner Ribeiro Macedo, MG – Jornada EAN 2023, FNDE. <i>Conhecendo a cultura alimentar do nosso país! Uma viagem saborosa pelas regiões com enfoque no Sudeste/São Paulo/Santo André</i> (Ensino Fundamental). EMEIEF Arquitecto Estevão de Faria Ribeiro, SP – Jornada EAN 2023, FNDE. <i>Caminhos dos tropeiros: Garimpando sabores e resgatando saberes</i> (Educação Infantil). EMEI Professor Célio Hugo Alves Pereira, MG – Jornada EAN 2023, FNDE.
<p>V. A Promoção do autocuidado e da autonomia</p>	<ul style="list-style-type: none"> Atividades de degustação guiada e preparo de sucos naturais. Registros audiovisuais de hábitos alimentares (vídeos e fotos compartilhados com as famílias). Propostas em que os(as) estudantes montem seus próprios lanches. Discussões e práticas sobre higiene pessoal e dos alimentos. <p>Outras ideias:</p> <ul style="list-style-type: none"> Inserir temas de autocuidado nas aulas de Ciências e Educação Física. Estimular a criação de diários ou murais de hábitos saudáveis. Realizar oficinas com apoio do PSE sobre cuidados com o corpo e alimentação. Promover competências socioemocionais ligadas ao bem-estar e à empatia. Estimular hábitos saudáveis e atitudes autônomas no cuidado com o corpo e a alimentação. 	<ul style="list-style-type: none"> <i>Projeto “Comer Bem Faz Bem”: a potencialidade no uso das mídias sociais para o incentivo a uma alimentação saudável</i> (Educação Infantil). CMEI Bom Jesus, MG – Jornada EAN 2023, FNDE. <i>Alimentação Saudável, uma rotina para a vida</i> (Educação Infantil e Ensino Fundamental). Escolas Municipais de Cruzeiro do Sul, RS – CECANE. <i>Variedade Alimentar</i> (Educação Infantil e Ensino Fundamental). EM Maria Tereza Lopes de Souza, GO – Jornada de EAN 2023, FNDE. <i>Compartilhando saberes e sabores para uma alimentação saudável</i> (Educação Infantil). EMEIF Josefa Araújo Pinheiro, PB – Jornada de EAN 2023, FNDE. <i>Sustentabilidade: cultivo consciente</i> (Educação Infantil). CMEI Angelina Fernandes da Fonseca, MT – Jornada EAN 2019, FNDE.



Princípio e descrição	Ações desenvolvidas	Experiências (Nível de ensino e Fonte)
<p>VI. A Educação enquanto processo permanente e gerador de autonomia e participação ativa e informada dos sujeitos</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Debates e rodas de conversa sobre alimentação e saúde. • Pesquisas orientadas com uso de tablets, folders e materiais gráficos. • Análise crítica de rótulos e propagandas de alimentos. • Sequências didáticas com vídeos, formulários, questionários e registros reflexivos. • Compartilhamento de conhecimentos e opiniões por meio de vídeos, textos e apresentações. <p>Outras ideias:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Envolver estudantes no planejamento e avaliação da EAN. • Criar espaços permanentes para escuta e protagonismo estudantil. • Estimular a produção de textos, projetos e conteúdos autorais sobre o tema. • Promover pensamento crítico sobre alimentação, mídia e consumo. • Incentivar a participação ativa dos(as) estudantes com base em práticas reflexivas e críticas. • Estimular práticas pedagógicas baseadas na reflexão, crítica e protagonismo estudantil. 	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Tecnologias x Alimentação</i> (Educação Infantil e Ensino Fundamental). EEF Nossa Senhora da Salete, SC – Jornada EAN 2023, FNDE. • <i>Gastronomia Afro-Brasileira e Africana: resgatando a identidade cultural brasileira</i> (Ensino Médio). EEB Professora Emérita Duarte Silva e Souza, SC – Jornada de EAN 2023, FNDE. • <i>Todos na luta contra o desperdício de alimentos</i> (Educação Infantil). Creche Municipal Santa Luzia, PB – Jornada de EAN 2017, FNDE. • <i>Fome, face invisível da pobreza: quem sente? quem lucra?</i> (Ensino de Jovens e Adultos). CIEJA Clóvis Caitano Miquelazzo, SP – CECANE. • <i>Conectando e Compartilhando: Mídias sociais na integração da comunidade escolar nas atividades de educação alimentar e nutricional</i> (Educação Infantil). EMEI “Pequeno Príncipe” e anexo “Padre Edir Negrão de Lima”, PA – Jornada de EAN 2023, FNDE.
<p>VII. A diversidade nos cenários de prática</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Envolvimento de merendeiras(os), famílias, profissionais da saúde e comunidade em geral. • Atividades realizadas em diferentes espaços da escola e do território, como hortas, cozinhas, feiras, sítios, praças etc. • Aulas ao ar livre e oficinas interativas. • Rodas de conversa, vídeos e encontros com as famílias. <p>Outras ideias:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Planejar estratégias pedagógicas integradas com diferentes áreas da escola. • Mapear os espaços disponíveis e propor ações conforme às necessidades específicas. • Promover intercâmbios entre turmas e séries. • Organizar eventos educativos com participação de diferentes setores e atores da comunidade escolar. 	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Merendeira, a arte de conduzir o conhecimento por meio do paladar</i> (Educação Infantil). Governador Agamenon Sérgio de Godoy Magalhães, MT – Jornada de EAN 2019, FNDE. • <i>Jornada de Educação Alimentar e Nutricional: um relato de experiência do município de Alfenas-MG</i> (Educação Infantil). CEMEI Professor Pedro Paulo Csizmar de Oliveira, MG – E-Book dos 10 anos do Marco EAN. • <i>Alimentação saudável com Tia Nani</i> (Educação Infantil). CMEI Tom e Jerry, ES – Jornada de EAN 2017, FNDE. • <i>Misturando Sabores e afetos na cozinha!</i> (Educação Infantil). EDI Professora Norma Andrade Nogueira, RJ – Jornada de EAN 2023, FNDE. • <i>Cozinhando memórias</i> (Educação Infantil e Ensino Fundamental). EMEF Camilo Ataíde, PA – Jornada de EAN 2023, FNDE.
<p>VIII. Intersetorialidade</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Atividades conjuntas com profissionais da saúde (PSE, ESF), assistência social e conselhos locais. • Oficinas, visitas técnicas e eventos organizados em parceria com diferentes setores. • Aulas e formações envolvendo nutricionistas, conselheiros(as) e agricultores(as) familiares. • Participação ativa do CAE. <p>Outras ideias:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Criar comissões intersetoriais na escola. • Articular ações do PNAE e PSE em projetos educativos. • Estabelecer trocas formativas com cooperativas e redes comunitárias. • Incluir diferentes setores da comunidade no planejamento e execução das atividades. 	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Comer bem não faz mal a ninguém: construindo nossa horta</i> (Educação Infantil). CREI Delegada Maria Tereza de Sousa Leite, PB – Jornada de EAN 2017, FNDE. • <i>Ambiente escolar: espaço para promoção da saúde e da alimentação saudável e equilibrada</i> (Educação Infantil e Ensino Fundamental). Unidades escolares da Comarca de Diamantina, MG; e, remotamente, de diversas regiões do Brasil – E-Book dos 10 anos do Marco EAN. • <i>Projeto EDUCAN</i> (Educação Infantil e Ensino Fundamental). 136 instituições de ensino da Rede Municipal de Vitória da Conquista, BA, localizadas nas zonas urbana e rural e comunidades Quilombolas – CGAN/MS, OPAS, UFMG, UFS, UFSM. • <i>Agricultura familiar na escola – conhecendo as verduras e os legumes</i> (Educação Infantil e Ensino Fundamental). EMEIEF Arco Íris, PR – Jornada de EAN 2017, FNDE. • <i>Felicidade sem rótulos</i> (Ensino Fundamental). EMEF Madre Felicidade, RS – Jornada de EAN 2018, FNDE.

Princípio e descrição	Ações desenvolvidas	Experiências (Nível de ensino e Fonte)
<p>IX. Planejamento, avaliação e monitoramento das ações</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Aplicação de formulários e questionários para pais, estudantes e professores. • Uso de vídeos, portfólios, registros fotográficos e relatórios reflexivos. • Coleta e análise de dados sobre práticas alimentares na escola. • Inserção da EAN no PPP da escola. <p>Outras ideias:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Promover rodas de escuta e grupos focais para avaliação das ações. • Estimular o uso de diários, rubricas e entrevistas. • Criar estratégias participativas de avaliação com a comunidade escolar. • Utilizar os dados para retroalimentar o planejamento pedagógico. 	<ul style="list-style-type: none"> • <i>As mídias sociais: um caminho para aproximar os familiares</i> (Educação Infantil e Ensino Fundamental). EMEI Santa Rita de Cássia, MG – Jornada EAN 2023, FNDE. • <i>Conhecendo os alimentos regionais e as PANCS</i> (Educação Infantil). EMEI Professora Maria Conceição Carvalho “Dona Zinica”, MG – Jornada de EAN 2023, FNDE. • <i>Brincando e aprendendo a ser saudável</i> (Educação Infantil). Pré-Escolar Maria de Lourdes Maranhão de Aguiar, BA – Jornada de EAN 2018, FNDE. • <i>O mundo divertido das frutas</i> (Educação Infantil e Ensino Fundamental). EMEB Prof^a Honorina Frota Rogero Bosshard, SP – Jornada de EAN 2022, FNDE. • <i>Alimentação do sertanejo: a verdade sobre a comida</i> (Ensino Fundamental). Escola Municipal do Iracema, PE – Jornada de EAN 2018, FNDE.

Fonte: Elaboração própria

4.3. Temas Contemporâneos Transversais

Vivemos em um mundo cada vez mais complexo, dinâmico e interconectado. Nossas crianças e jovens enfrentam desafios que vão muito além do conteúdo tradicional das disciplinas escolares. Eles precisam compreender o mundo para transformá-lo e é exatamente aí que os TCT entram em cena.

Educar e aprender são fenômenos que envolvem todas as dimensões do ser humano e, quando isso deixa de acontecer, produz alienação e perda do sentido social e individual no viver. É preciso superar as formas de fragmentação do processo pedagógico em que os conteúdos não se relacionam, não se integram e não interagem.

A BNCC nos convida a ir além das fronteiras do currículo fragmentado. Ela propõe uma educação mais viva, significativa e conectada com a realidade. Os TCT são portas de entrada para uma formação humana integral. E, dentro desse cenário, alimentação e nutrição se tornam muito mais do que assuntos da sala de aula. Elas se tornam instrumentos de transformação social.

Nesse sentido, os TCT têm a condição de explicitar a ligação entre os diferentes componentes curriculares de forma integrada, bem como de fazer sua conexão com situações vivenciadas pelos(as) estudantes em suas realidades, contribuindo para trazer contexto e contemporaneidade aos objetos do conhecimento descritos na BNCC.

Esse é um bom caminho para aumentar o interesse dos(as) estudantes durante o processo e despertar a relevância desses temas no seu desen-



volvimento como cidadão. O maior objetivo dessa abordagem é que o(a) estudante conclua a sua educação formal reconhecendo e aprendendo sobre os temas que são relevantes para sua atuação na sociedade. Assim, espera-se que a abordagem dos TCT permita ao estudante compreender questões diversas, tais como cuidar do planeta, a partir do território em que vive; administrar o seu dinheiro; cuidar de sua saúde; usar as novas tecnologias digitais; entender e respeitar aqueles que são diferentes e quais são seus direitos e deveres como cidadão, contribuindo para a formação integral do(a) estudante como ser humano, sendo essa uma das funções sociais da escola.

Entretanto, um dos desafios postos se refere às normativas da educação, que não detalham o conceito de EAN e nem exemplificam formas para a sua abordagem no ambiente escolar. Na BNCC, a EAN é um TCT que está dentro da macroárea Saúde, sem apontamento do conceito ampliado de saúde e de alimentação. O conteúdo de alimentação e nutrição, na verdade, dialoga não somente com a macroárea Saúde, mas com todas as demais macroáreas e TCT. Vejamos a seguir exemplos de conteúdos de alimentação e nutrição que podem ser discutidos nos diferentes TCT.

Macroárea	TCT	Conteúdo de alimentação e nutrição
Saúde	Saúde	<ul style="list-style-type: none"> • Amamentação; • Grupos de alimentos; • Água como alimento; • Classificação de alimentos de acordo com o processamento; • Valor nutricional; • Metabolismo de alimentos e nutrientes; • Alimentação no curso da vida; • Alimentação como cuidado com o corpo; • Funcionamento do corpo (sistema digestivo); • Características sensoriais; • Formação de hábitos alimentares; • Controle higiênico sanitário de alimentos; • Necessidades alimentares especiais; • Doenças crônicas não transmissíveis e outras patologias relacionadas à alimentação; • Alimentação e saúde bucal; • Alimentação e saúde mental; • Transtornos alimentares; • Avaliação nutricional/ Estado nutricional (Peso e altura); • Imagem corporal; • Promoção da alimentação adequada e saudável.
	Educação Alimentar e Nutricional	<ul style="list-style-type: none"> • Alimentação e expressão afetiva (memórias, emoções e identidade); • Transição alimentar e nutricional; • Síndrome global de desnutrição, obesidade e mudanças climáticas; • Ambientes alimentares; • Mídia e consumo; • Hortas escolares; • Culinária; • Conflitos de interesse em alimentação e nutrição; • Todos os conteúdos abordados nos demais TCTs.



Macroárea	TCT	Conteúdo de alimentação e nutrição
Cidadania e Civismo	Vida familiar e social	<ul style="list-style-type: none"> Estímulo a participação da família nas ações de EAN da escola; Estímulo a ações de EAN com o envolvimento da comunidade; Hábitos e costumes alimentares da família e da região; Comensalidade.
	Educação para o trânsito	<ul style="list-style-type: none"> Consumo de bebidas alcoólicas e efeitos no corpo humano; Metabolismo do álcool.
	Educação em Direitos Humanos	<ul style="list-style-type: none"> Alimentação e noção de direito e cidadania; Alimentação como direito ou mercadoria; Acesso aos alimentos; Papel do Estado; Políticas públicas de alimentação e nutrição; Reconhecimento e valorização das diferenças e das diversidades alimentares; Espaços de controle social relacionados à alimentação e nutrição, como o conselho de alimentação escolar; Desigualdades e equidade; Questões de gênero (papel de homens e mulheres na cozinha e em outras atividades relacionadas à alimentação); Respeito à diversidade (diferenças físicas/corporais); Segurança alimentar e nutricional; Soberania alimentar; Relações de trabalho nos sistemas alimentares.
	Direitos da criança e do adolescente	<ul style="list-style-type: none"> Direito à amamentação; Direito de comer alimentos adequados e saudáveis e de beber água própria para o consumo; Direito à alimentação escolar adequada e saudável.
	Processo de envelhecimento, respeito e valorização do idoso	<ul style="list-style-type: none"> Mudanças corporais e no metabolismo e alimentação da pessoa idosa; Avaliação nutricional/ Estado nutricional (Peso e altura) da pessoa idosa.
	Multiculturalismo	Diversidade cultural
Educação para valorização do multiculturalismo nas matrizes históricas e culturais brasileiras		<ul style="list-style-type: none"> Valorização da diversidade étnica e regional; Contribuição dos negros e dos povos originários na construção e formação da cultura alimentar; Diversidade de saberes, corpos, identidades e histórias relacionadas à alimentação dos negros e dos povos originários a fim de reverter o legado colonizador; Alimentação decolonial; Alimentação nos quilombos; Alimentação escolar quilombola; História e cultura alimentar dos negros e dos povos originários no Brasil.



Macroárea	TCT	Conteúdo de alimentação e nutrição
Ciência e Tecnologia	Ciência e Tecnologia	<ul style="list-style-type: none"> • Uso da tecnologia na alimentação (produção, comercialização, consumo); • Tecnologia de alimentos (processamento de alimentos); • Ambiente alimentar digital; • Elementos digitais que influenciam a escolha alimentar.
Meio Ambiente	Educação ambiental	<ul style="list-style-type: none"> • Sistemas alimentares adequados, saudáveis e sustentáveis; • Agricultura; • Agroecologia; • Monoculturas e impactos no meio ambiente; • Uso de pesticidas, agrotóxicos e transgenia; • Uso do solo, água e recursos naturais nos sistemas alimentares; • Produção de alimentos e destino de resíduos; • Comercialização de alimentos; • Rotulagem de alimentos; • Monitoramento e fiscalização ambiental, sanitária e agropecuária; • Alimentação e mudanças climáticas.
	Educação para o consumo	<ul style="list-style-type: none"> • Desperdício de alimentos; • Descarte pós consumo de alimentos; • Coleta seletiva; • Impacto das escolhas alimentares; • Modos de preparo de alimentos que menos impactam o meio ambiente.
Economia	Trabalho	<ul style="list-style-type: none"> • Profissões no sistema alimentar; • Trabalhos relacionados à alimentação (agricultor, engenheiro agrônomo, nutricionista, chefe de cozinha, cozinheiro, engenheiro de alimentos etc.).
	Educação Financeira	<ul style="list-style-type: none"> • Valores da cesta básica de alimentos; • Representação dos gastos com alimentação em relação aos gastos com os demais bens e serviços essenciais para a vida; • Gastos com alimentação fora de casa.
	Educação Fiscal	<ul style="list-style-type: none"> • Impostos sobre os alimentos; • Taxação de alimentos ultraprocessados; • Alimentos com tributação zero; • Importação e exportação de alimentos.

Fonte: Farias (2025)



4.4. Currículos escolares

4.4.1. Educação Infantil

Todas as fases da nossa vida são muito importantes, mas a **primeira infância é a fase de ouro. É nela que a gente desenvolve (ou não) todo o nosso potencial de crescimento e desenvolvimento. E a alimentação e os diversos fatores que são relacionados a ela são cruciais para alcançar esse pleno potencial.** Por exemplo, até os dois anos ou mais a criança deve receber o leite materno e somente ele, nos primeiros seis meses de vida. A amamentação oferece diversos fatores que vão apoiar profundamente esse crescimento e desenvolvimento, como a presença de anticorpos e outras substâncias que têm a função de proteger a criança de infecções como diarreia, otite e até de prevenir doenças no futuro, como diabetes, obesidade e asma. E estudos já comprovam que quanto mais duradouro o período de amamentação na infância, maiores os níveis de inteligência e renda média na vida adulta até os 30 anos.

A **primeira infância** corresponde aos **primeiros seis anos completos** ou 72 meses de vida da criança. É nesse período que acontecem o amadurecimento do cérebro, a aquisição dos movimentos, o desenvolvimento das habilidades de aprender, além do início das relações sociais e afetivas.

O desenvolvimento da criança é muito intenso e contínuo nesse período. O corpo dela se modifica muito rapidamente e o cérebro aperfeiçoa habilidades fundamentais como inteligência e capacidade de interação. Esse desenvolvimento é resultado de uma série de interações. Não só de características de quando a criança nasce ou do leite que ela recebe, mas além dos processos biológicos e físicos, também de processos afetivos, psicológicos, cognitivos, intelectuais e também sociais. Então, o meio em que a criança vive também interfere diretamente nas oportunidades de ela atingir seu potencial de desenvolvimento.

A faixa etária de zero a dois anos é conhecida como estágio sensorio motor, momento em que as crianças começam a aprender através de seus corpos. É nesse período que elas fazem suas primeiras experiências e descobertas do mundo ao seu redor. Muito curiosas, elas necessitam de atividades que envolvam experimentação dos cinco sentidos (tato, olfato, paladar, audição e visão). **É importante lembrar que o desenvolvimento de cada criança ocorre em seu próprio ritmo e os marcos de crescimento são apenas referências para orientar pais e cuidadores.**



Idade	Aspectos do desenvolvimento infantil relacionados com a alimentação
6 meses	<ul style="list-style-type: none"> • Senta com pouco ou nenhum apoio. • Diminui o movimento de empurrar com a língua os alimentos para fora da boca. • Mastiga. • Surgem os primeiros dentes.
7 a 8 meses	<ul style="list-style-type: none"> • Senta sem apoio. • Pega alimentos e leva à boca. • Surgem novos dentes.
9 a 11 meses	<ul style="list-style-type: none"> • Engatinha ou anda com apoio. • Faz movimentos de pinça com a mão para segurar pequenos objetos. • Pode comer de forma independente, mas ainda precisa de ajuda. • Dá dentadas e mastiga os alimentos mais duros.
1 a 2 anos	<ul style="list-style-type: none"> • Anda com algum ou nenhum auxílio. • Come com colher. • Segura o alimento com as mãos. • Segura o copo com ambas as mãos. • Apresenta maior habilidade para mastigar. • Os dentes molares começam a aparecer.
3 anos	<ul style="list-style-type: none"> • Brinca de faz de conta e usa mais a imaginação. • Brinca com outras crianças (momento estratégico para o brincar de conta de cozinhar). • Aprendem a usar o banheiro e o penico.
4 anos	<ul style="list-style-type: none"> • Fala sobre gostos e interesses. • Conta e reconta histórias. • Entende conceitos como igual e diferente.
5 anos	<ul style="list-style-type: none"> • Quer ser como os amigos. • Distingue a realidade do faz de conta.

Fonte: Brasil (2018, 2019)



DICA DE LEITURA:

Conheça o material **“O cuidado às crianças em desenvolvimento: orientações para as famílias e cuidadores”** do Ministério da Saúde.



Então, o período da Educação Infantil, que compreende a primeira etapa da educação básica e atende crianças de 0 a 6 anos de idade (a creche, até os 3 anos, e a pré-escola, dos 4 aos 6), é caracterizado como o fundamento do processo pedagógico e tem o objetivo de ampliar o universo de experiências, de conhecimentos e de habilidades dessas crianças. Dessa forma, diversifica e consolida novas aprendizagens, atuando de maneira complementar à educação da família — especialmente quando se trata da educação dos bebês e das crianças bem pequenas, que envolve aprendizagens muito próximas aos dois contextos (familiar e escolar), como a socialização, a autonomia e a comunicação.

O espaço da Educação Infantil passa a ser não só um espaço de produção de habilidades, de comportamento e de saúde para a vida, mas também um espaço de promoção do cuidado, de crescimento e desenvolvimento infantil, sendo fundamental desenvolver ações no intuito de atender às necessidades de afeto, cuidado, segurança, integridade corporal e psíquica e de alimentação das crianças. A criança passa a se relacionar com outras pessoas que não da sua família e vai desenvolver relacionamentos, criar vínculos e hábitos que vão influenciar a formação da sua personalidade.

Em relação aos alimentos que serão oferecidos, suas texturas, sabores e cheiros são cruciais para o crescimento e desenvolvimento da criança. Eles vão apoiar e influenciar no desenvolvimento da linguagem, da fala, da percepção do ambiente, da relação dela com outras pessoas e na formação de hábitos saudáveis.

O que a criança come, como ela come, onde ela come, quando ela come, com quem ela come, tudo isso vai influenciar na relação que a criança vai desenvolver com a comida.

Veja na **seção 2.2** sobre a alimentação e suas diferentes dimensões, como abordar as temáticas de alimentação e nutrição na Educação Básica, incluindo a Educação Infantil.



Conheça o **Polinizabuzz**, um laboratório imersivo de desenvolvimento de livros infantis sobre sistemas alimentares saudáveis e sustentáveis realizado pelo Instituto Comida do Amanhã.



Em muitos documentos normativos da Educação Infantil a temática da alimentação e nutrição se entrelaça com as normas de aprendizagem. Nos Parâmetros Nacionais da Qualidade e Equidade da Educação Infantil ficam explícitos dois pontos centrais: A **importância da intersetorialidade** “O acesso de bebês e crianças à alimentação equilibrada, saudável e natural e ao aleitamento materno exclusivo e complementado após o sexto mês de vida” deve ser assegurado pelas políticas públicas, como parte das ações integradas entre as secretarias de Educação, Saúde, Assistência Social, entre outras. E a **relevância do PNAE** - “Priorização de programas de alimentação escolar, nas instituições de Educação Infantil, que se baseiam em produtos de agricultura familiar e de povos e comunidades tradicionais”. Veja o documento completo [clcando aqui](#) ou leia o QR Code.



Então, é fundamental que a EAN esteja na pauta da Educação Infantil e que traga a abordagem de forma lúdica, orgânica e vivencial, já que nessa fase a curiosidade e a vitalidade estão muito presentes. Os eixos estruturantes das práticas pedagógicas dessa etapa da educação básica são as interações e a brincadeira, experiências nas quais as crianças podem construir e apropriar-se de conhecimentos por meio de suas ações e interações com seus pares e com os adultos, o que possibilita aprendizagens, desenvolvimento e socialização.

A **Jornada de EAN de 2017** teve como um dos temas atividades de EAN como o “ATIVIDADES LÚDICAS PARA O DESENVOLVIMENTO SOCIAL E RELACIONADO AO ATO DE COMER”. Nesse material, você pode compreender melhor como atividades lúdicas de EAN permitem maior aprendizado devido ao grande envolvimento da criança na atividade que está participando, proporcionando a elas uma forma fácil e prazerosa de aprender sobre alimentação adequada. Assim, precisam ocupar um lugar importante no dia a dia das escolas. (Página 190 – Jornada 2017)



Você também pode acessar o [vídeo orientador](#) desse tema.

Os gestores(as) das Unidades de Educação Infantil (UEIs) devem garantir a inclusão de EAN no cotidiano, bem como a capacitação dos(as) profissionais que atuam nas unidades para desenvolver ações de incentivo, apoio e proteção à alimentação adequada e saudável com toda a comunidade escolar, inclusive com as famílias, desenvolvendo essa parceria diariamente.



É fundamental que haja coerência entre as práticas educativas e as rotinas das UEs relacionadas à alimentação, quer seja na convivência no espaço da sala de aula, no momento da refeição (pensando em todos os aspectos relacionados aos alimentos e preparações culinárias e ao ambiente – consistência, textura, sabor, cheiro, aparência da comida, tamanho das porções, ao recebimento, armazenamento e oferta do leite materno, a promoção da amamentação no espaço da creche, a climatização do ambiente, mobiliário, utensílios, tempo destinado à realização da refeição, número de cuidadoras por criança, atitudes de quem está oferecendo a comida etc.), nos passeios e outras atividades extramuros, nos alimentos partilhados pelos(as) educadores(as) e familiares em seus lanches ou em comemorações e em festas.

Um grande aliado para a inclusão da temática de alimentação e nutrição no cotidiano da UE é o currículo escolar. **Os princípios e diretrizes que fundamentam o currículo devem dialogar com a transversalidade do tema alimentação e nutrição e com os momentos de oferta de alimentos, tendo como base a garantia do direito humano, a dialogicidade e o protagonismo infantil e os aspectos subjetivos relacionados à comida e ao comer.** O desenvolvimento de ações que sejam articuladas ao currículo objetiva trabalhar a temática de alimentação e nutrição de forma ampliada e correlacionar o conteúdo do currículo escolar com a diversidade de fatores ligados às práticas alimentares.

As ações de Promoção da Alimentação Adequada e Saudável a serem desenvolvidas no âmbito da UEI devem considerar seus contextos interno e externo. Esse processo de desenvolvimento envolve o planejamento e a implementação coordenada de ações realizadas por agentes tanto internos quanto externos à UEI. Essas ações incluem incentivar a adoção de hábitos alimentares saudáveis, integrando a EAN como uma prática diária e transversal ao currículo, além de mobilizar e capacitar as famílias sobre a alimentação adequada e saudável. Também envolve apoiar a prática de alimentação adequada e saudável, oferecendo leite humano e alimentos adequados às necessidades específicas de cada criança, incluindo aquelas com necessidades alimentares especiais. Além disso, há a proteção por meio de medidas de controle higiênico-sanitário na preparação e oferta de refeições, prevenção de acidentes nos locais de preparo, e a regulação da oferta, comércio e publicidade de alimentos ultraprocessados e não recomendados. Essas ações são complementadas por atividades de formação contínua dos profissionais, interação com outros agentes, setores ou instâncias, além de ações de monitoramento e avaliação.



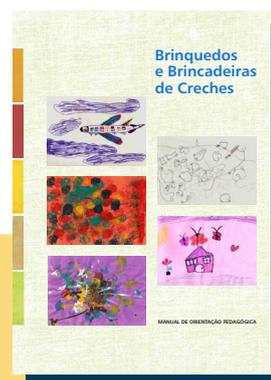
A LDB e a BNCC, que orientam os currículos do sistema de educação e as propostas pedagógicas das redes de ensino da educação no Brasil, indicam o comprometimento com uma formação humana integral, que considera o sujeito de aprendizagem em sua singularidade, integridade, diversidade e alteridade, visando ao desenvolvimento humano global.

Ao realizar a EAN, a UEI contribui para a construção de conhecimentos e formação de senso crítico sobre a alimentação, uma prática estruturante das relações sociais. Estas características favorecem a promoção da alimentação adequada e saudável no ambiente escolar.

Como já vimos, o desenvolvimento das práticas alimentares envolve uma complexa relação entre as influências familiares, sociais e do ambiente de convívio da criança, além da interação com as preferências, os sabores e o acesso aos diferentes alimentos. Neste sentido, o ambiente escolar se torna fundamental para a formação dos hábitos alimentares adequados e saudáveis, tendo em vista que as crianças passam boa parte do seu dia na unidade.

A *Jornada de EAN de 2017* teve como um dos temas a “Alimentação complementar e prevenção da obesidade infantil” e nesse material você pode conhecer melhor porque a prática alimentar na infância é tão importante para formação de hábitos alimentares. (Página 28 – Jornada 2017)

Antes de tudo, vale resgatarmos os seis direitos de aprendizagem e desenvolvimento que asseguram “as condições para que as crianças aprendam em situações nas quais possam desempenhar um papel ativo em ambientes que as convidem a vivenciar desafios e a sentirem-se provocadas a resolvê-los, nas quais possam construir significados sobre si, os outros e o mundo social e natural” (BNCC, 2018).



Conheça o documento **Brinquedos e Brincadeiras de Creches** do Ministério da Educação e UNICEF.



Direitos de aprendizagem e desenvolvimento na Educação Infantil



Conviver com outras crianças e adultos, em pequenos e grandes grupos, utilizando diferentes linguagens, ampliando o conhecimento de si e do outro, o respeito em relação à cultura e às diferenças entre as pessoas.

Brincar cotidianamente de diversas formas, em diferentes espaços e tempos, com diferentes parceiros (crianças e adultos), ampliando e diversificando seu acesso a produções culturais, seus conhecimentos, sua imaginação, sua criatividade, suas experiências emocionais, corporais, sensoriais, expressivas, cognitivas, sociais e relacionais.



Participar ativamente, com adultos e outras crianças, tanto do planejamento da gestão da escola e das atividades propostas pelo educador quanto da realização das atividades da vida cotidiana, tais como a escolha das brincadeiras, dos materiais e dos ambientes, desenvolvendo diferentes linguagens e elaborando conhecimentos, decidindo e se posicionando.



Explorar movimentos, gestos, sons, formas, texturas, cores, palavras, emoções, transformações, relacionamentos, histórias, objetos, elementos da natureza, na escola e fora dela, ampliando seus saberes sobre a cultura, em suas diversas modalidades: as artes, a escrita, a ciência e a tecnologia.



Expressar, como sujeito dialógico, criativo e sensível, suas necessidades, emoções, sentimentos, dúvidas, hipóteses, descobertas, opiniões e questionamentos, por meio de diferentes linguagens.

Conhecer-se e construir sua identidade pessoal, social e cultural, constituindo uma imagem positiva de si e de seus grupos de pertencimento, nas diversas experiências de cuidados, interações, brincadeiras e linguagens vivenciadas na instituição escolar e em seu contexto familiar e comunitário.



Levando em conta que, na primeira infância, as aprendizagens e o desenvolvimento das crianças são fundamentados nas interações e brincadeira, garantindo a elas o direito de conviver, brincar, participar, explorar, expressar-se e conhecer-se, a organização do currículo na Educação Infantil, conforme a BNCC, está dividida em cinco áreas de experiências (BNCC, 2018).

Campos de experiência da BNCC

O eu, o outro e o nós

Tem como objetivo ampliar o modo de perceber a si mesmas e ao outro, valorizar sua identidade, respeitar os outros e reconhecer as diferenças que nos constituem como seres humanos.

Corpo, gestos e movimentos

Tem como objetivo mostrar as diferentes linguagens artísticas e culturais com base na exploração e vivência de um amplo repertório de movimentos, gestos, olhares, sons e mímicas com o corpo, para descobrir variados modos de ocupação e uso do espaço (tais como sentar com apoio, rastejar, engatinhar, escorregar, caminhar apoiando-se em berços, mesas e cordas, saltar, escalar, equilibrar-se, correr, dar cambalhotas, alongar-se etc.).

Traços, sons, cores e formas

Tem como objetivo incentivar as crianças a terem experiências diversificadas, vivenciar diversas formas de expressão e linguagens, como as artes visuais (pintura, modelagem, colagem, fotografia etc.), a música, o teatro, a dança e o audiovisual, entre outras.

Escuta, fala, pensamento e imaginação

Tem como objetivo propiciar experiências nas quais as crianças possam falar e ouvir, potencializando sua participação na cultura oral, pois é na escuta de histórias, na participação em conversas, nas descrições, nas narrativas elaboradas individualmente ou em grupo e nas implicações com as múltiplas linguagens que a criança se constitui ativamente como sujeito singular e pertencente a um grupo social.

Espaços, tempos, quantidades, relações e transformações

Tem como objetivo promover experiências nas quais as crianças possam fazer observações, manipular objetos, investigar e explorar seu entorno, levantar hipóteses e consultar fontes de informação para buscar respostas às suas curiosidades e indagações.



“Deixa que eu conto” é uma série de podcasts do UNICEF para a Educação Infantil.

Uma boa dica de história é a “Saco vazio não pára em pé”. Na plataforma, você acessa essa e outras histórias e materiais!



Na dinâmica da Educação Infantil, os conteúdos curriculares são apresentados e trabalhados de forma multi-inter-campos, uma vez que a vida assim o é. Trabalhar a alimentação no cotidiano da creche permite a construção de hábitos alimentares adequados e saudáveis e a articulação com os demais atores da comunidade escolar, como famílias e funcionários da creche. Vejamos, então, de que forma a temática de alimentação e nutrição pode estar presente ao se trabalhar os diferentes campos de experiência.

Campo de experiência	Bebês (zero a 1 ano e 6 meses)	
	Objetivos de aprendizagem e desenvolvimento	Possíveis abordagens de alimentação e nutrição que apresentam interface com o campo de experiência
O eu, o outro e o nós	<ul style="list-style-type: none"> Perceber que suas ações têm efeitos nas outras crianças e nos adultos. Perceber as possibilidades e os limites de seu corpo nas brincadeiras e interações das quais participa. Interagir com crianças da mesma faixa etária e adultos ao explorar espaços, materiais, objetos, brinquedos. Comunicar necessidades, desejos e emoções, utilizando gestos, balbucios, palavras. Reconhecer seu corpo e expressar suas sensações em momentos de alimentação, higiene, brincadeira e descanso. Interagir com outras crianças da mesma faixa etária e adultos, adaptando-se ao convívio social. 	<ul style="list-style-type: none"> Brincar de “cozinha de faz de conta”. Brincar de amamentar bonecas. Solicitar às famílias e decorar o ambiente com fotos das próprias crianças mamando no peito e se alimentando e em alguns momentos estimular que se identifiquem e identifiquem as demais crianças. Adequar os mobiliários, utensílios e ambiente de oferta de alimentos para a criança, permitindo que ela interaja com os colegas e vá desenvolvendo a autonomia e autocuidado. Permitir, sempre que possível, que a criança exercite comer sozinha junto aos colegas. Para bebês que ainda não conseguem sustentar seu corpo e que precisam ficar no colo do educador, permitir que eles interajam também com as demais crianças e se atentar aos sinais de fome e saciedade. Para os bebês incluir a montagem de um cesto do tesouro só com itens de cozinha (panelas, tampas, colheres de pau pequenas, itens de plástico duro...). Variar as formas de apresentação dos alimentos: um prato bonito, colorido, cheiroso e saboroso motiva a criança a comer. Experimentar sabores, perceber cheiros e escolher o que quer comer. Identificar no ambiente texturas e sons, inclusive de diferentes alimentos. Oferecer diferentes texturas de alimentos e deixar que os bebês manipulem e estimulem os alimentos. Interagir com a criança dizendo sempre o nome dos alimentos que ela está comendo. Ouvir histórias sobre a temática alimentação.
Corpo, gestos e movimentos	<ul style="list-style-type: none"> Movimentar as partes do corpo para exprimir corporalmente emoções, necessidades e desejos. Experimentar as possibilidades corporais nas brincadeiras e interações em ambientes acolhedores e desafiantes. Imitar gestos e movimentos de outras crianças, adultos e animais. Participar do cuidado do seu corpo e da promoção do seu bem-estar. Utilizar os movimentos de preensão, encaixe e lançamento, ampliando suas possibilidades de manuseio de diferentes materiais e objetos. 	<ul style="list-style-type: none"> Pegar, amassar, empilhar e manusear alimentos de diferentes formas, tamanhos, cores e texturas. Brincar com água, terra e outros elementos naturais. Brincar de procurar e achar objetos escondidos. Participar com autonomia crescente dos momentos de alimentação. Participar ativamente de histórias com a temática de alimentação que a estimulem a se movimentar.



Campo de experiência	Bebês (zero a 1 ano e 6 meses)	
	Objetivos de aprendizagem e desenvolvimento	Possíveis abordagens de alimentação e nutrição que apresentam interface com o campo de experiência
<p>Traços, sons, cores e formas</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Explorar sons produzidos com o próprio corpo e com objetos do ambiente. • Traçar marcas gráficas, em diferentes suportes, usando instrumentos riscantes e tintas. • Explorar diferentes fontes sonoras e materiais para acompanhar brincadeiras cantadas, canções, músicas e melodias. 	<ul style="list-style-type: none"> • Estimular a reação a sons, músicas e histórias com a temática de alimentação por meio de movimento corporal, ou batendo ou chacoalhando objetos sonoros, que também pode ser feito a partir de alimentos. • Pintar com tintas naturais feita a partir de alimentos (beterraba, espinafre, cenoura etc.). Veja como fazer tinta natural em: https://educacao.curitiba.pr.gov.br/noticias/maternal-ii-conhecendo-as-tintas-naturais/27699
<p>Escuta, fala, pensamento e imaginação</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Reconhecer quando é chamado por seu nome e reconhecer os nomes de pessoas com quem convive. • Demonstrar interesse ao ouvir a leitura de poemas e a apresentação de músicas. • Demonstrar interesse ao ouvir histórias lidas ou contadas, observando ilustrações e os movimentos de leitura do adulto-leitor (modo de segurar o portador e de virar as páginas). • Reconhecer elementos das ilustrações de histórias, apontando-os, a pedido do adulto-leitor. • Imitar as variações de entonação e gestos realizados pelos adultos ao ler histórias e ao cantar. • Comunicar-se com outras pessoas usando movimentos, gestos, balbucios, fala e outras formas de expressão. • Conhecer e manipular materiais impressos e audiovisuais em diferentes portadores (livro, revista, gibi, jornal, cartaz, CD, tablet etc.). • Participar de situações de escuta de textos em diferentes gêneros textuais (poemas, fábulas, contos, receitas, quadrinhos, anúncios etc.). • Conhecer e manipular diferentes instrumentos e suportes de escrita. 	<ul style="list-style-type: none"> • Brincar de “o que é, o que é” com alimentos, onde o(a) educador(a) aponta os alimentos e as crianças devem dizer o nome. • Brincar de repetir as cores dos alimentos. • Repetir cantigas sobre alimentação.
<p>Espaços, tempos, quantidades, relações e transformações</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Explorar e descobrir as propriedades de objetos e materiais (odor, cor, sabor, temperatura). • Explorar relações de causa e efeito (transbordar, tingir, misturar, mover e remover etc.) na interação com o mundo físico. • Explorar o ambiente pela ação e observação, manipulando, experimentando e fazendo descobertas. • Manipular, experimentar, arrumar e explorar o espaço por meio de experiências de deslocamentos de si e dos objetos. • Manipular materiais diversos e variados para comparar as diferenças e semelhanças entre eles. • Vivenciar diferentes ritmos, velocidades e fluxos nas interações e brincadeiras (em danças, balanços, escorregadores etc.). 	<ul style="list-style-type: none"> • Brincar de retirar alimentos de dentro de caixas. • Produzir cubinhos de gelo com chá de ervas ou sucos de fruta e oferecer em bandejas para as crianças pegarem e levarem à boca, sentindo o gelado e observando descongelamento.



Campo de experiência	Crianças bem pequenas (1 ano e 7 meses a 3 anos e 11 meses)	
	Objetivos de aprendizagem e desenvolvimento	Possíveis abordagens de alimentação e nutrição que apresentam interface com o campo de experiência
O eu, o outro e o nós	<ul style="list-style-type: none"> • Demonstrar atitudes de cuidado e solidariedade na interação com crianças e adultos. • Demonstrar imagem positiva de si e confiança em sua capacidade para enfrentar dificuldades e desafios. • Compartilhar os objetos e os espaços com crianças da mesma faixa etária e adultos. • Comunicar-se com os colegas e os adultos, buscando compreendê-los e fazendo-se compreender. • Perceber que as pessoas têm características físicas diferentes, respeitando essas diferenças. • Respeitar regras básicas de convívio social nas interações e brincadeiras. • Resolver conflitos nas interações e brincadeiras, com a orientação de um adulto. 	<ul style="list-style-type: none"> • Brincar de “cozinha de faz de conta” (de preparo das refeições e do momento da comensalidade). • Exercitar a comensalidade em um piquenique com alimentos <i>in natura</i> e minimamente processados. • Construir o livro de diversidade da turma, incluindo os gostos alimentares de cada criança. • Contar histórias sobre alimentos e vestir as crianças com as respectivas fantasias destes alimentos.
Corpo, gestos e movimentos	<ul style="list-style-type: none"> • Apropriar-se de gestos e movimentos de sua cultura no cuidado de si e nos jogos e brincadeiras. • Deslocar seu corpo no espaço, orientando-se por noções como em frente, atrás, no alto, embaixo, dentro, fora etc., ao se envolver em brincadeiras e atividades de diferentes naturezas. • Explorar formas de deslocamento no espaço (pular, saltar, dançar), combinando movimentos e seguindo orientações. • Demonstrar progressiva independência no cuidado do seu corpo. • Desenvolver progressivamente as habilidades manuais, adquirindo controle para desenhar, pintar, rasgar, folhear, entre outros. 	<ul style="list-style-type: none"> • Brincar com marionetes reproduzindo falas de personagens que memorizaram ou inventadas pelas crianças de histórias sobre alimentação. • Fazer amarelinha dos alimentos <i>in natura</i>, onde em cada casa deve ter a numeração e um alimento. No céu pode estar uma preparação feita com os ingredientes/alimentos. • Com o próprio corpo, imitar frutas e legumes.
Traços, sons, cores e formas	<ul style="list-style-type: none"> • Criar sons com materiais, objetos e instrumentos musicais para acompanhar diversos ritmos de música. • Utilizar materiais variados com possibilidades de manipulação (argila, massa de modelar), explorando cores, texturas, superfícies, planos, formas e volumes ao criar objetos tridimensionais. • Utilizar diferentes fontes sonoras disponíveis no ambiente em brincadeiras cantadas, canções, músicas e melodias. 	<ul style="list-style-type: none"> • Construir instrumentos musicais a partir de alimentos minimamente processados como arroz e feijão. • Construir alimentos para um piquenique de faz de conta com massa de modelar. • Explorar com diferentes alimentos, relações de peso, tamanho e volume na criação de formas tridimensionais. • Desenhar e pintar alimentos <i>in natura</i>.



Campo de experiência	Crianças bem pequenas (1 ano e 7 meses a 3 anos e 11 meses)	
	Objetivos de aprendizagem e desenvolvimento	Possíveis abordagens de alimentação e nutrição que apresentam interface com o campo de experiência
Escuta, fala, pensamento e imaginação	<ul style="list-style-type: none"> • Dialogar com crianças e adultos, expressando seus desejos, necessidades, sentimentos e opiniões. • Identificar e criar diferentes sons e reconhecer rimas e aliterações em cantigas de roda e textos poéticos. • Demonstrar interesse e atenção ao ouvir a leitura de histórias e outros textos, diferenciando escrita de ilustrações, e acompanhando, com orientação do adulto-leitor, a direção da leitura (de cima para baixo, da esquerda para a direita). • Formular e responder perguntas sobre fatos da história narrada, identificando cenários, personagens e principais acontecimentos. • Relatar experiências e fatos acontecidos, histórias ouvidas, filmes ou peças teatrais assistidos etc. • Criar e contar histórias oralmente, com base em imagens ou temas sugeridos. • Manusear diferentes portadores textuais, demonstrando reconhecer seus usos sociais. • Manipular textos e participar de situações de escuta para ampliar seu contato com diferentes gêneros textuais (parlendas, histórias de aventura, tirinhas, cartazes de sala, cardápios, notícias etc.). • Manusear diferentes instrumentos e suportes de escrita para desenhar, traçar letras e outros sinais gráficos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Dialogar com a turma sobre os alimentos preferidos e desenhá-los. • Contornar as letras do seu nome com alimentos minimamente processados, tipo feijão ou milho, e verbalizar os alimentos utilizados. • Pesquisar em revistas imagens e ilustrações que se relacionam (árvore/ fruta; vaca/leite; galinha/ovo etc.). • Pintar os alimentos <i>in natura</i> com as suas respectivas cores. • Pesquisar diferentes alimentos <i>in natura</i> com ajuda de uma balança (na internet é possível encontrar exemplos de confecção de balanças artesanais). As crianças podem primeiro segurar os alimentos e verbalizar o que é mais leve e o que é mais pesado. • Criar personagens ou super heróis usando os alimentos como inspiração.
Espaços, tempos, quantidades, relações e transformações	<ul style="list-style-type: none"> • Explorar e descrever semelhanças e diferenças entre as características e propriedades dos objetos (textura, massa, tamanho). • Observar, relatar e descrever incidentes do cotidiano e fenômenos naturais (luz solar, vento, chuva etc.). • Compartilhar, com outras crianças, situações de cuidado de plantas e animais nos espaços da instituição e fora dela. • Identificar relações espaciais (dentro e fora, em cima, embaixo, acima, abaixo, entre e do lado) e temporais (antes, durante e depois). • Classificar objetos, considerando determinado atributo (tamanho, peso, cor, forma etc.). • Utilizar conceitos básicos de tempo (agora, antes, durante, depois, ontem, hoje, amanhã, lento, rápido, depressa, devagar). • Contar oralmente objetos, pessoas, livros etc., em contextos diversos. • Registrar com números a quantidade de crianças (meninas e meninos, presentes e ausentes) e a quantidade de objetos da mesma natureza (bonecas, bolas, livros etc.). 	<ul style="list-style-type: none"> • Observar fenômenos e elementos do cozimento de alimentos. • Participação do cuidado e colheita de alimentos da horta escolar. • Explorar os sentidos a partir dos alimentos <i>in natura</i>. • Vivenciar a utilização integral dos alimentos. Por exemplo, mostrar um pé de banana com cacho, a banana com casca e apresentar o preparo de um bolo de banana com casca. • Acompanhar o crescimento de um alimento na horta escolar ou na produção de algum agricultor próximo a creche. • Brincar seguindo orientações como: em frente, atrás, no alto, em cima, embaixo, dentro, fora para encontrar alimentos <i>in natura</i>.



Campo de experiência	Crianças pequenas (4 anos a 5 anos e 11 meses)	
	Objetivos de aprendizagem e desenvolvimento	Possíveis abordagens de alimentação e nutrição que apresentam interface com o campo de experiência
O eu, o outro e o nós	<ul style="list-style-type: none"> • Demonstrar empatia pelos outros, percebendo que as pessoas têm diferentes sentimentos, necessidades e maneiras de pensar e agir. • Agir de maneira independente, com confiança em suas capacidades, reconhecendo suas conquistas e limitações. • Ampliar as relações interpessoais, desenvolvendo atitudes de participação e cooperação. • Comunicar suas ideias e sentimentos a pessoas e grupos diversos. • Demonstrar valorização das características de seu corpo e respeitar as características dos outros (crianças e adultos) com os quais convive. • Manifestar interesse e respeito por diferentes culturas e modos de vida. • Usar estratégias pautadas no respeito mútuo para lidar com conflitos nas interações com crianças e adultos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Vivenciar o preparo do seu lanche, exercitando a autonomia. • Conversar sobre como as pessoas devem ser tratadas, trazendo a discussão sobre o direito humano à alimentação adequada. • Pesquisar em casa, com familiares, sobre a origem da família e trazer fotos de preparações culinárias típicas para discutir sobre as diferentes culturas e modos de vida. • Solicitar que as crianças tragam uma receita de família escrita e construir um livro de receitas da turma. • Arrumar a mesa para realizar as refeições com as demais crianças. • Planejar um piquenique no pátio da escola ou em outro espaço em contato com a natureza.
Corpo, gestos e movimentos	<ul style="list-style-type: none"> • Criar com o corpo formas diversificadas de expressão de sentimentos, sensações e emoções, tanto nas situações do cotidiano quanto em brincadeiras, dança, teatro, música. • Demonstrar controle e adequação do uso de seu corpo em brincadeiras e jogos, escuta e relato de histórias, atividades artísticas, entre outras possibilidades. • Criar movimentos, gestos, olhares e mímicas em brincadeiras, jogos e atividades artísticas como dança, teatro e música. • Adotar hábitos de autocuidado relacionados à higiene, alimentação, conforto e aparência. • Coordenar suas habilidades manuais no atendimento adequado a seus interesses e necessidades em situações diversas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Imitar mímicas relacionadas à alimentação feitas pelo(a) educador(a) e descobrir a qual alimento/situação se refere. • Construir com o(a) educador(a) a ambientação de uma encenação sobre alimentação, onde as próprias crianças serão também os atores. • Participar de uma roda de degustação de alimentos <i>in natura</i>, que pode começar com a turma lendo as letras que formam os nomes dos alimentos e, só depois, com o nome formado, devem identificar o alimento, para então degustá-lo. • Participar de um jogo de tabuleiro, onde as crianças são os peões, a fim de reconhecer os alimentos <i>in natura</i> e o benefício do seu consumo para a sua saúde e do planeta. Por exemplo, pode ter casas com desafios e orientações como “Diga o nome de alimentos que nos deixam saudáveis e fortes” e “Você consumiu muito biscoito e está contribuindo para a geração de lixo que está contaminando nossos mares e rios. Volte uma casa.”
Traços, sons, cores e formas	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizar sons produzidos por materiais, objetos e instrumentos musicais durante brincadeiras de faz de conta, encenações, criações musicais, festas. • Expressar-se livremente por meio de desenho, pintura, colagem, dobradura e escultura, criando produções bidimensionais e tridimensionais. • Reconhecer as qualidades do som (intensidade, duração, altura e timbre), utilizando-as em suas produções sonoras e ao ouvir músicas e sons. 	<ul style="list-style-type: none"> • Construir instrumentos musicais a partir de alimentos para alguma encenação a partir da leitura de uma história sobre alimentação. • Fazer dobradura de papéis em formato de alimentos. • Pintar um quadro de uma natureza morta. • Fazer mosaicos com desenhos de alimentos <i>in natura</i>. • Pintar com tintas naturais.



Campo de experiência	Crianças pequenas (4 anos a 5 anos e 11 meses)	
	Objetivos de aprendizagem e desenvolvimento	Possíveis abordagens de alimentação e nutrição que apresentam interface com o campo de experiência
Escuta, fala, pensamento e imaginação	<ul style="list-style-type: none"> Expressar ideias, desejos e sentimentos sobre suas vivências, por meio da linguagem oral e escrita (escrita espontânea), de fotos, desenhos e outras formas de expressão. Inventar brincadeiras cantadas, poemas e canções, criando rimas, aliterações e ritmos. Escolher e folhear livros, procurando orientar-se por temas e ilustrações e tentando identificar palavras conhecidas. Recontar histórias ouvidas e planejar coletivamente roteiros de vídeos e de encenações, definindo os contextos, os personagens, a estrutura da história. Recontar histórias ouvidas para produção de reconto escrito, tendo o professor como escriba. Produzir suas próprias histórias orais e escritas (escrita espontânea), em situações com função social significativa. Levantar hipóteses sobre gêneros textuais veiculados em portadores conhecidos, recorrendo a estratégias de observação gráfica e/ou de leitura. Selecionar livros e textos de gêneros conhecidos para a leitura de um adulto e/ou para sua própria leitura (partindo de seu repertório sobre esses textos, como a recuperação pela memória, pela leitura das ilustrações etc.). Levantar hipóteses em relação à linguagem escrita, realizando registros de palavras e textos, por meio de escrita espontânea. 	<ul style="list-style-type: none"> Desenhar um momento de refeição em família e verbalizar para a turma como foi, quem estava presente e o que mais gostou do momento da refeição. Visitar feiras de alimentos próximos à creche ou mercearias e conversar sobre como é a organização, quem trabalha na feira, como é o trabalho de quem vende os alimentos etc. Visitar a cozinha da creche/unidade de Educação Infantil e conversar com as merendeiras(os) sobre a produção dos alimentos do cardápio da creche, a organização dos alimentos, os utensílios e equipamentos necessários e a importância das merendeiras(os) para o preparo de refeições adequadas e saudáveis. Escolher uma preparação do cardápio da alimentação escolar e a partir dela conversar com a turma sobre o caminho percorrido pelos alimentos até chegar no prato deles e sobre os profissionais envolvidos em cada etapa do sistema alimentar. Jogo da memória com alimentos <i>in natura</i>. Montar refeições saudáveis a partir da imagem de alimentos.
Espaços, tempos, quantidades, relações e transformações	<ul style="list-style-type: none"> Estabelecer relações de comparação entre objetos, observando suas propriedades. Observar e descrever mudanças em diferentes materiais, resultantes de ações sobre eles, em experimentos envolvendo fenômenos naturais e artificiais. Identificar e selecionar fontes de informações, para responder a questões sobre a natureza, seus fenômenos, sua conservação. Registrar observações, manipulações e medidas, usando múltiplas linguagens (desenho, registro por números ou escrita espontânea), em diferentes suportes. Classificar objetos e figuras de acordo com suas semelhanças e diferenças. Relatar fatos importantes sobre seu nascimento e desenvolvimento, a história dos seus familiares e da sua comunidade. Relacionar números às suas respectivas quantidades e identificar o antes, o depois e o entre em uma sequência. Expressar medidas (peso, altura etc.), construindo gráficos básicos. 	<ul style="list-style-type: none"> Simular uma feirinha de alimentos, permitindo a contagem de quantidades e valores, onde as crianças devem se dividir entre vendedores e consumidores. Pode-se convidar feirantes para uma conversa com a turma. Participar de oficinas culinárias. Brincadeira de "adivinha o desenho dos alimentos", onde uma criança deve escolher um alimento, que pode estar escrito em um papelzinho ou ser dito pelo(a) educador(a), desenhar num papel ou no quadro e as demais crianças devem tentar descobrir.



Não existe uma receita de bolo para EAN. É muito importante conhecer o público e as comunidades escolares e conhecer e ouvir experiências. Fazer essa troca pode ajudar a encontrar caminhos e superar possíveis desafios.

A alimentação está presente no nosso dia a dia, inclusive no das crianças. Essas foram apenas algumas das interfaces entre os conteúdos de alimentação e nutrição e os campos de experiências e seus respectivos objetivos de aprendizagem e desenvolvimento. Observe as peculiaridades do seu grupo e pense de que forma a alimentação pode ser trabalhada!

Mais do que ofertar uma alimentação adequada e saudável, construir bons hábitos que podem ser levados no decorrer da vida requer abordar a alimentação e seus diferentes fatores no cotidiano da criança. A creche tem um papel importantíssimo nessa tarefa e o diálogo do conteúdo de alimentação e nutrição com os objetivos de aprendizagem e desenvolvimento dos Campos de Experiência propostos pela BNCC são grandes aliados para esse planejamento de ação.



SEGUE A DICA:

Caderno de atividades para Educação Infantil com breve abordagem teórica dos conteúdos, interface com o currículo e com as dimensões da alimentação, integração entre saúde e educação e sugestões de atividades.



COMPARTILHANDO UMA EXPERIÊNCIA EXITOSA

Conheça o **Projeto do Centro de Educação Infantil - CMEI - Bom Jesus**, em Minas Gerais, incluído no PPP de forma transversal com objetivo de estimular uma alimentação saudável para toda a comunidade escolar e coordenado em parceria pela nutricionista e gerente da Educação Infantil da SME, supervisora pedagógica, vice-diretora e diretora da unidade de ensino.



“A alimentação está ligada diretamente à aprendizagem, pois uma criança bem alimentada mostra uma melhor disposição para aprender e desenvolver em suas habilidades, contribuindo para um melhor crescimento e desenvolvimento integral (cognitivo, ponderal, intelectual e motor) das crianças na instituição educativa e fora dela. (...) O objetivo geral deste projeto é estimular uma alimentação saudável para toda a comunidade escolar (crianças de 0 a 5 anos de idade, pais e responsáveis, além de todos os servidores envolvidos) de forma dinâmica e criativa. Já os objetivos específicos visavam levar para as crianças o conhecimento sobre nutrição e alimentação saudável, bem como construir novos hábitos alimentares, gerando uma relação amigável com os variados grupos de alimentos, além de articular as ações com os cinco campos de experiência (...). Vale ressaltar que o projeto “Comer Bem Faz Bem” já está contemplado na proposta do Projeto Político Pedagógico (PPP) para o ano de 2024, com o intuito de continuar incentivando as crianças e familiares no que tange a uma alimentação saudável. Além disso, visa a continuidade do envolvimento das mídias sociais para expansão, divulgação e replicação por outras unidades escolares da rede municipal de ensino.”

4.4.2. Anos Iniciais do Ensino Fundamental

No Ensino Fundamental, **as crianças trazem consigo um mundo de experiências, suas vivências familiares, suas raízes culturais, suas histórias compartilhadas em comunidade.** Cada memória, cada laço de pertencimento, cada interação com as tecnologias e com o mundo ao seu redor é uma janela para a curiosidade, um convite à descoberta. E é justamente essa riqueza de saberes que as impulsiona a questionar, explorar e aprender de forma significativa.

A **alimentação é um tema que atravessa a vida**, desde a cultura, economia, meio ambiente, saúde e direito. **Integrar a EAN ao currículo não deve ser considerada “mais uma tarefa”, mas uma oportunidade de tornar o aprendizado mais significativo e transversal. As diferentes dimensões da alimentação podem ser usadas como elo entre os conteúdos curriculares e a vida das crianças e de suas famílias**, tornando o processo de ensino-aprendizagem mais envolvente e conectado com o cotidiano.



Dessa forma, a escola supera a fragmentação do ensino e passa a promover uma cultura interdisciplinar, onde o conhecimento ganha sentido prático e o(a) estudante compreende como os conteúdos escolares se relacionam com sua vida, seu corpo, seu território e sua comunidade.

Um ótimo exemplo dessa proposta é a experiência “**A cultura alimentar com seus saberes e seus sabores**”, desenvolvida na **Escola Estadual Indígena de Ensino Médio “Yvy Poty”** durante a Jornada de EAN de 2023, promovida pelo FNDE. A iniciativa envolveu estudantes do Ensino Fundamental e Médio, merendeiras(os), professores(as) e nutricionista, integrando a EAN ao currículo com um teste de aceitabilidade do *puchero* (prato tradicional Guarani Kaiowá) e aulas sobre nutrição com alimentos da horta. Os(as) estudantes do Ensino Médio resgataram receitas afetivas ancestrais, como *chipa guasu* e *jopara*, que foram traduzidas para o Guarani e compartilhadas nas redes sociais da escola, fortalecendo a cultura alimentar com ingredientes tradicionais.

Eles relataram que “*Para cada um dos pratos observados, foi enfatizado sobre os ingredientes utilizados e o valor nutricional, na sua maioria com influência indígena. [...] ao final da aula, a professora [...] solicitou que os alunos trouxessem receitas de costumes locais, preferencialmente aquelas receitas com valor afetivo pelas famílias. Foi combinado um prazo para a entrega do material para que possa ser compartilhado com a escola. Posteriormente [...] essas receitas foram traduzidas também para a língua Guarani. Esse material será postado nas redes sociais da escola para que a comunidade escolar tenha acesso e possa manter os hábitos culinários da aldeia e também para que os seguidores possam conhecer um pouco sobre a alimentação dos povos originários regionais.*”

Essa experiência mostra a potência da cultura alimentar tradicional indígena como ponto de partida para integrar a EAN ao currículo de forma viva, afetiva, significativa e adaptada às realidades locais. As receitas tradicionais indígenas, histórias e formas de preparo carregam saberes ancestrais que ensinam sobre identidade, memória, território e respeito à natureza. As formas tradicionais de plantar, colher e cozinhar expressam uma cosmovisão profundamente conectada ao meio ambiente e abrem espaço para refletir sobre modos sustentáveis de produzir e consumir alimentos. Ao valorizar essa diversidade, a escola amplia o olhar das crianças sobre a cultura brasileira, promove o respeito aos saberes tradicionais e conecta os conteúdos escolares à vida real.





Para aprofundar essas reflexões, ouça o episódio **Povos e Comunidades Tradicionais: Valorizando saberes e conexões na alimentação escolar** do podcast **"Comer é Aprender"**, do FNDE em parceria com o UNICEF

Brasil, e conheça experiências que valorizam saberes tradicionais na alimentação escolar e fortalecem a diversidade cultural no cotidiano da escola.



Ouçã também o episódio **"Olha o mate: dos rituais sagrados às praias"** do podcast **"Prato Cheio"** e conheça a origem indígena do mate, seu valor espiritual para o povo Guarani Mbya e como essa erva sagrada foi transformada em produto industrial.



Conheça o livro **Tempero de Quilombo na Escola: experiências de extensão do projeto CulinAfro (UFRJ-Macaé)**, que aborda a culinária afro-brasileira como promotora da alimentação saudável e dos saberes tradicionais quilombolas. Uma inspiração para educadores que buscam práticas antirracistas e diálogos entre escola e comunidade.



Para colocar essas ideias em prática, a partir de práticas como a leitura, preparação ou estudo de uma receita tradicional, é possível abordar conteúdos de alimentação e nutrição de forma articulada com diferentes componentes curriculares dos anos iniciais do Ensino Fundamental. Veja alguns exemplos:



Ciências: conhecer os alimentos que compõem a receita, falar sobre cores, sabores e texturas, aprender sobre higiene na hora de preparar a comida e observar mudanças simples, como o cozimento ou congelamento dos alimentos.



Matemática: contar e medir ingredientes com copos e colheres, comparar quantidades, perceber conceitos básicos de volume e peso e fazer estimativas simples relacionadas à receita.



Língua Portuguesa: ler e escrever receitas simples, seguir instruções, contar histórias sobre pratos tradicionais da família ou da comunidade, aprender e usar palavras novas relacionadas à alimentação.



Geografia: descobrir de onde vêm os ingredientes da receita, conhecer as regiões do Brasil onde são produzidos e relacionar com o ambiente local.



História: conversar sobre a origem da receita, as tradições que envolvem sua preparação e como ela faz parte da cultura da família e da comunidade.



Arte: desenhar e pintar os alimentos e pratos da receita, criar cartazes ou pequenos teatros sobre o preparo e a importância da alimentação.



Língua Inglesa: aprender nomes simples de alimentos e utensílios em inglês, cantar músicas e brincar com jogos que ajudam a aprender vocabulário relacionado à comida.



Ensino Religioso: conhecer os significados e tradições ligados a alimentos em festas e celebrações religiosas da comunidade.



Educação Física: falar sobre a importância da alimentação saudável para brincar, correr e ter energia, e fazer jogos que envolvam temas de cuidado com o corpo e a alimentação.



Veja na **seção 4.4.3** como aprofundar esses temas por meio do uso de receitas nos anos finais do Ensino Fundamental.

Confira dois materiais de apoio que podem inspirar novas atividades, conectando diferentes conteúdos do currículo com o uso de receitas, da culinária, e outras ferramentas e estratégias pedagógicas:



Acesse aqui um material pensado para fortalecer a EAN nos Anos iniciais do Ensino Fundamental.

Produzido pelo Ministério da Saúde com a UERJ, o caderno traz propostas práticas que integram alimentação, saúde, cultura e território, incentivando vivências significativas e a abordagem transversal da EAN no currículo.



Acesse aqui um livro de atividades elaborado para apoiar professores na inclusão da EAN nas disciplinas dos Anos Iniciais do Ensino Fundamental.

Elaborado e validado pela UFVJM, o material organiza sugestões por área da BNCC, abordando diferentes dimensões da alimentação e estimulando práticas conectadas à realidade de cada turma.



Além de todo esse aprendizado, **uma receita que representa a identidade de uma comunidade** pode apoiar a criança e o adolescente a lidar com



mudanças relacionadas a aspectos físicos, cognitivos, afetivos, sociais, emocionais que ocorrem nessa fase, ancorando nas suas origens para compreender e aceitar com mais segurança essas mudanças. Já **uma receita de família pode apoiar o(a) estudante a afirmar a sua identidade em relação ao coletivo.**

Inspire-se com a experiência do **Anexo Escolar “Santo Antônio” da EMEC Sebastião Quaresma, localizado na Ilha do Combu, em Belém/PA**, onde foi realizado em 2024, o **1º Concurso de Alimentação Saudável: Memória Afetiva**. A iniciativa envolveu a equipe diretiva e docente, famílias e outros membros da comunidade escolar, que compartilharam e prepararam receitas carregadas de memórias afetivas. A atividade proporcionou um momento especial de partilha, no qual as crianças experimentaram os pratos e atuaram como júri degustador. O prato campeão foi o **“Guisado de Palmito e Sardinha”**, preparado por uma mãe da escola, que relatou as seguintes memórias sobre o prato:

“Memórias da minha infância de quando a gente era criança, nossos pais trabalhavam cortando o palmito e minha mãe e minha vó faziam o guisado pra gente comer junto com o suco de cacau e a macaxeira cozida”.

Essa experiência foi promovida pela equipe diretiva e docente que participou do projeto piloto ESCOLAAS em Belém do Pará, após oficinas presenciais e curso EaD com profissionais da educação e do PSE da região, promovendo a integração da EAN ao currículo escolar de forma transversal e significativa.

Buscar a **transversalidade e a interdisciplinaridade na EAN é uma forma de reintegrar saberes que se fragmentam em disciplinas isoladas**. Esse enfoque nos permite enxergar a realidade alimentar em sua complexidade, já que, na vida prática, a alimentação saudável não se divide em ‘caixinhas’ estanques de nutrição, economia ou cultura.

As características dessa faixa etária demandam um trabalho no ambiente escolar que se organize em torno dos interesses manifestos pelas crianças, de suas vivências mais imediatas para que, com base nessas vivências, elas possam, progressivamente, ampliar essa compreensão, o que se dá pela mobilização de operações cognitivas cada vez mais complexas e pela sensibilidade para apreender o mundo, expressar-se sobre ele e nele atuar (BNCC).





Para nos inspirar: Muitas tradições culturais amplamente celebradas no Brasil também oferecem momentos valiosos para trabalhar temas ligados à alimentação e à nutrição de forma integrada ao currículo. As festas juninas, por exemplo, são ricas em expressões da cultura alimentar regional e podem ser ponto de partida para explorar receitas típicas, ingredientes locais, modos de preparo tradicionais e os significados afetivos e históricos dos alimentos. Esses momentos também permitem ampliar o olhar para o sistema alimentar como um todo, desde a produção e o acesso aos alimentos até os hábitos de consumo e o impacto dessas escolhas na saúde, na cultura e no meio ambiente.

Essa abordagem interdisciplinar da EAN e do sistema alimentar também possibilita aos estudantes uma compreensão de si mesmos, do efeito de suas escolhas alimentares, do mundo natural e social, das relações dos seres humanos entre si e com a natureza.

Esse tema também pode ser muito profícuo para apoiar o(a) estudante em um dos desafios do ensino fundamental que é o desenvolvimento de novas possibilidades de ler e formular hipóteses sobre os fenômenos, de testá-las, de refutá-las, de elaborar conclusões, em uma atitude ativa na construção de conhecimentos.

Quando desenvolvemos a **EAN de forma integrada ao currículo, não apenas facilitamos nosso trabalho como educadores(as), como também transformamos a alimentação em uma ponte concreta com o cotidiano dos(as) estudantes e suas famílias**, promovendo uma aprendizagem verdadeiramente significativa e transformadora.

A BNCC já abre espaço para isso. Só precisamos de criatividade e, claro, fugir da armadilha do nutricionismo e do biologicismo!

Alguns desafios e oportunidades

Apesar das inúmeras possibilidades que a EAN oferece, ao observarmos como ela vem sendo trabalhada nas escolas, percebemos uma diferença significativa: enquanto na Educação Infantil a temática aparece com mais frequência integrada aos direitos de aprendizagem e aos diferentes campos de experiência, no Ensino Fundamental, especialmente nos anos finais, a ênfase em competências acadêmicas mais padronizadas e fragmentadas pode dificultar uma abordagem realmente integrada.

Essa diferença pode estar relacionada, em grande parte, à própria estrutura curricular de cada etapa. Na Educação Infantil, o foco no desenvolvimento integral da criança favorece a inserção de temas como a alimentação de forma mais orgânica e contextualizada. Já no Ensino Fundamental, a orga-



nização em disciplinas mais isoladas tende a limitar a EAN a ações mais pontuais ou a conteúdos específicos, geralmente ligados à área de Ciências.

A boa notícia é que, mesmo diante desses desafios, há caminhos possíveis e muitas escolas já estão colocando isso em prática com ótimos resultados. Algumas estratégias que podem fazer toda a diferença incluem:

Incluir a EAN no PPP da escola é um passo fundamental. Quando o tema está presente no PPP, ele passa a ser trabalhado de forma contínua e aprofundada ao longo dos anos e bimestres, deixando de ser apenas uma ação pontual para se tornar parte natural do processo educativo.

Criar espaços regulares de planejamento conjunto entre os(as) professores(as) também é essencial. Esses momentos favorecem a construção de atividades interdisciplinares, permitindo que diferentes áreas do conhecimento se articulem em torno da EAN.

Aproximar a escola de atores sociais importantes do território, como os agricultores(as) familiares que fornecem alimentos para a alimentação escolar, as(os) merendeiras(os)/cozinheiras(os) do PNAE, nutricionistas e os(as) profissionais do PSE também enriquece demais o trabalho pedagógico. Essas parcerias trazem para o cotidiano escolar saberes e experiências reais que ajudam a dar sentido ao que os(as) estudantes aprendem em sala de aula.

Um bom exemplo disso é a experiência **“Brincar, pintar e desenhar: atividades lúdicas para o desenvolvimento social e ao ato de comer”**, desenvolvida pela Unidade Pedagógica São José, anexo da Escola Municipal Milton Monte, no Pará. A proposta fez parte da **Jornada de EAN de 2017** promovida pelo FNDE e uniu atividades como desenhos, pinturas ao ar livre e cuidados com a horta, envolvendo as merendeiras(os) e a nutricionista da escola. O resultado? As crianças se engajaram, interagiram, aprenderam sobre alimentação de forma divertida e essas ações se tornaram permanentes no projeto pedagógico da escola, tanto na Educação Infantil quanto no Ensino Fundamental. (Página 212 da Jornada de EAN do FNDE 2017)



Investir na formação continuada dos(as) educadores(as) e garantir o acesso a materiais que mostrem na prática como trabalhar a EAN de forma transversal é outro ponto chave.

Enã podemos deixar de lado o papel das famílias. Envolver mães, pais e responsáveis em projetos, atividades comunitárias e ações conjuntas amplia o alcance da EAN. Afinal, os hábitos alimentares se formam também em casa e ninguém melhor que as famílias para apoiar a escola nesse processo, especialmente quando as crianças começam a se aproximar da adolescência, com todas as transformações físicas, emocionais e sociais que isso envolve.

Inspire-se com a experiência da Escola **Municipal de Tempo Integral "Nair Duarte" no Tocantins, intitulada "Comer certo - Crescer Saudável"**, que fez parte da **Jornada de EAN de 2023 promovida pelo FNDE**, onde os(as) estudantes do 1º e 2º ano trabalharam alimentação saudável através de: palestra sobre nutrientes, análise de rótulos em sala, criação de planos alimentares individuais, visita a hortifruti, preparo de receitas saudáveis e almoço em restaurante/escola com famílias. As atividades integraram conhecimentos teóricos e vivências práticas, promovendo mudanças nos hábitos alimentares das crianças e envolvendo ativamente as famílias no processo educativo.

Por fim, é importante lembrar que uma abordagem eficaz da EAN precisa fazer sentido para a comunidade escolar. Ou seja, os temas trabalhados devem estar conectados ao contexto local, às vivências dos(as) estudantes e à realidade da escola. Por isso, é essencial que a EAN seja debatida e planejada coletivamente durante a construção do PPP.

Trilha pedagógica para o desenvolvimento da EAN nos anos iniciais do Ensino Fundamental

Agora que já vimos o quanto a alimentação pode ser uma porta de entrada para trabalhar valores, identidades, tradições e aprendizagens significativas, vale refletir também sobre como isso pode acontecer na prática pedagógica, respeitando as características de cada etapa do Ensino Fundamental.



A BNCC dos Anos Iniciais do Ensino Fundamental valoriza as atividades lúdicas de aprendizagem pela importância de conectar essas experiências com o que as crianças já viveram na Educação Infantil. Essa conexão deve ir introduzindo, aos poucos, uma organização mais sistemática.

Nos anos iniciais do Ensino Fundamental, onde as crianças de 6 a 10 anos estão consolidando suas bases de aprendizagem, o foco principal nos 1º e 2º anos é a alfabetização, enquanto do 3º ao 5º ano busca-se o aprofundamento de conhecimentos e ampliação das habilidades cognitivas.

- **1º e 2º anos**, as crianças estão em pleno processo de descoberta da linguagem escrita, podemos explorar a EAN por meio de propostas bem concretas e próximas do cotidiano: ler e escrever receitas simples, montar listas de compras, criar histórias com personagens que cozinham, brincar com cores e sabores dos alimentos. Tudo isso fortalece a alfabetização e, ao mesmo tempo, amplia o repertório cultural e alimentar dos(as) estudantes.

- **3º ao 5º ano**, é possível ir um pouco além. A leitura crítica de rótulos, a pesquisa sobre os hábitos alimentares da comunidade, a comparação entre alimentos *in natura* e industrializados, a criação de campanhas educativas, dentre outras, são atividades que despertam o pensamento reflexivo e estimulam a autonomia das crianças, ao mesmo tempo em que promovem o senso crítico.

Lembre-se: não é sobre criar conteúdos novos, mas sobre enxergar as conexões que já existem e que tornam o aprendizado muito mais gostoso e significativo! Essa visão integrada e transversal da EAN, que respeita as particularidades de cada etapa de aprendizagem, pode transformar a EAN numa prática realmente efetiva na escola.

É possível identificar diversos temas ligados à alimentação e nutrição que podem ser integrados de maneira interdisciplinar nas diversas áreas do conhecimento. Por exemplo, os princípios de nutrição podem ser facilmente explorados nas aulas de Ciências, por meio da apresentação do [Guia Alimentar para a População Brasileira](#) e da classificação NOVA dos alimentos. Isso sem mencionar os conteúdos já previstos na BNCC, como os processos de digestão, absorção de nutrientes e seu papel crucial no crescimento e desenvolvimento humano, a relevância dos nutrientes para a manutenção da saúde, além da higiene e segurança alimentar.



Contudo, o universo da alimentação abrange temáticas ainda mais amplas e presentes no dia a dia, que extrapolam a dimensão biológica, como as dimensões ambiental, econômica, sociopsicocultural e do direito da alimentação. Esses temas podem ser abordados de forma transversal em disciplinas como História, Matemática, Geografia, Arte, Língua Portuguesa e Inglesa e Educação Física. Esta abordagem interdisciplinar enriquece o processo educativo, promovendo uma compreensão mais ampla e integrada da alimentação em seus diversos contextos.

Por exemplo, nas práticas de **leitura e escrita, os(as) estudantes podem explorar e interpretar rótulos de alimentos, a produção de textos informativos sobre alimentação saudável e a cultura alimentar local, a análise crítica de propagandas de alimentos**, entre outras atividades.

Além disso, **muitos aspectos culturais e históricos da alimentação podem ser discutidos em disciplinas como Geografia, Arte, História e Ensino Religioso**, com atividades que abordem a distribuição geográfica dos alimentos e preparações culinárias e suas influências culturais, o impacto da globalização na alimentação, o estudo das condições climáticas e geográficas na produção de alimentos, as épocas de safra de alimentos, a evolução da alimentação ao longo da história da humanidade, o papel dos alimentos na cultura local e nas tradições de diferentes povos, as transformações históricas na produção e no consumo de alimentos, o impacto de eventos históricos na disponibilidade e acesso a alimentos, a reflexão sobre os tipos de produção e consumo de alimentos e seus impactos no meio ambiente, a discussão sobre os direitos e deveres relacionados à alimentação, a diversidade de padrões ou regimes alimentares, como o vegetarianismo e o veganismo, entre outros.

Veja na **seção 2.2**, sobre a alimentação e suas diferentes dimensões, como abordar as temáticas de alimentação e nutrição na Educação Básica, incluindo os anos iniciais do Ensino Fundamental.

Essas abordagens favorecem a formação de estudantes críticos e conscientes, capazes de compreender o papel da alimentação em suas vidas e em suas comunidades. E, ao mesmo tempo, fortalecem o vínculo entre escola, território e família.



Para apoiar o planejamento pedagógico, deixamos algumas perguntas norteadoras:

- Quais estratégias podem tornar o tema da alimentação mais próximo da realidade dos(as) estudantes e das suas famílias?
- Como os conhecimentos prévios e as experiências cotidianas dos(as) estudantes podem ser mobilizados para desenvolver a EAN de forma significativa?
- De que maneira a articulação entre diferentes componentes curriculares pode enriquecer a EAN nos anos iniciais?
- Como o uso de materiais como o Guia Alimentar para a População Brasileira ou a classificação NOVA pode apoiar a compreensão ampliada do sistema alimentar?
- Que temas atuais, como o desperdício, o consumo consciente ou a publicidade, podem ser integrados ao currículo a partir da alimentação?

Para ilustrar, apresentamos a seguir um exemplo de como os temas relacionados à alimentação e nutrição podem ser integrados às aulas de **Língua Portuguesa** nos anos iniciais do Ensino Fundamental, com **foco na dimensão do Direito Humano à Alimentação Adequada**. Essa proposta segue uma sequência pedagógica que respeita os diferentes níveis de desenvolvimento cognitivo dos(as) estudantes e permite o aprofundamento progressivo dos conteúdos à medida que novas habilidades e conhecimentos são construídos de forma interdisciplinar, conforme orienta a BNCC.



Trilha de aprendizagem: integrando a dimensão do DHAA nos anos iniciais do Ensino Fundamental

	1º e 2º anos	3º ao 5º ano
Anos iniciais	<p>Componente curricular (Disciplina)/ Objeto de Conhecimento/Habilidade: Compreensão em leitura: Ler e compreender, em colaboração com os colegas e com a ajuda do professor ou já com certa autonomia [...] (Língua Portuguesa).</p>	<p>Componente curricular (Disciplina)/ Objeto de Conhecimento/Habilidade: Relato oral/Registro formal e informal (Língua Portuguesa).</p>
	<p>Objetivos de aprendizagem: Resultado geral que almeja alcançar com a aula. Complementação da frase: "Ao final da atividade o educando será capaz de..." compreender a importância da alimentação adequada e saudável como um direito fundamental de todas e todos.</p>	<p>Objetivos de aprendizagem: Resultado geral que almeja alcançar com a aula. Complementação da frase: "Ao final da atividade o educando será capaz de..." expressar em relatos orais a diversidade de hábitos alimentares em diferentes culturas, destacando a importância do respeito e a valorização da riqueza cultural na alimentação.</p>
	<p>Conteúdo Programático: Com base na definição do tema e no objetivo planejado - Direito Humano à Alimentação Adequada e Saudável e Alimentação e noção de direito e cidadania.</p>	<p>Conteúdo Programático: Com base na definição do tema e no objetivo planejado - Exploração da relação entre cultura e alimentação, destacando a diversidade de hábitos alimentares em diferentes culturas e a importância do respeito a essa diversidade.</p>
	<p>Estratégia de ensino: Método escolhido para desenvolver o conteúdo. Descrição da atividade: Alfabetização e leitura de contos e tiras/desenhos em quadrinhos que abordem temas relacionados à alimentação adequada e ao DHAA. Discussões grupais sobre as fontes de acesso a alimentos saudáveis na comunidade escolar, com destaque do PNAE.</p>	<p>Estratégia de ensino: Método escolhido para desenvolver o conteúdo. Descrição da atividade: Os(as) estudantes farão pesquisas sobre os hábitos alimentares de uma cultura específica e apresentarão oralmente. Discussão grupal sobre como esses hábitos se relacionam com o DHAA e a importância de preservar as tradições alimentares das comunidades.</p>

Acompanhe a continuação dessa sequência pedagógica nos anos finais do Ensino Fundamental ao final da próxima seção: "Anos Finais do Ensino Fundamental".

No próximo exemplo, veremos uma sequência pedagógica que integra temáticas sobre alimentação e nutrição da **dimensão sociopsicocultural** com conteúdos/objetos de conhecimento e/ou habilidades de disciplinas como **Arte e História**.



Exemplo de sequência pedagógica abordando a dimensão sociopsicocultural nos anos iniciais do Ensino Fundamental

	1º e 2º anos	3º ao 5º ano
Anos iniciais	<p>Componente curricular (Disciplina)/ Objeto de Conhecimento/Habilidade:</p> <ul style="list-style-type: none"> Patrimônio cultural material e imaterial: Reconhecer e analisar a influência de distintas matrizes estéticas e culturais das artes visuais nas manifestações artísticas locais, regionais e nacionais (Arte); A comunidade e seus registros: Formas de registro e memória; selecionar situações cotidianas que remetam à percepção de mudança, pertencimento e memória (História). 	<p>Componente curricular (Disciplina)/ Objeto de Conhecimento/Habilidade:</p> <p>Experimentar a criação em artes visuais de modo individual, coletivo e colaborativo, explorando diferentes espaços da escola e da comunidade (Arte).</p>
	<p>Objetivos de aprendizagem: <i>Resultado geral que almeja alcançar com a aula. Complementação da frase: "Ao final da atividade o educando será capaz de..."</i></p> <p>reconhecer a diversidade culinária brasileira, identificando pratos e ingredientes típicos de diferentes regiões do país através da prática de habilidades artísticas.</p>	<p>Objetivos de aprendizagem: <i>Resultado geral que almeja alcançar com a aula. Complementação da frase: "Ao final da atividade o educando será capaz de..."</i></p> <p>desenvolver processos de criação artística de forma autônoma e colaborativa, relacionando a alimentação à construção da identidade pessoal e coletiva.</p>
	<p>Conteúdo Programático: <i>Com base na definição do tema e no objetivo planejado</i> - História da culinária brasileira; pratos típicos e ingredientes característicos por região, festividades e tradições alimentares regionais e técnicas de recorte e colagem.</p>	<p>Conteúdo Programático: <i>Com base na definição do tema e no objetivo planejado</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Exploração da relação entre alimentação e identidade. Processos de criação artística. Desenvolvimento da autonomia e autoria na arte. Trabalho coletivo e colaborativo nas atividades artísticas.
	<p>Estratégia de ensino: <i>Método escolhido para desenvolver o conteúdo. Descrição da atividade</i> - Os(as) estudantes serão divididos em grupos para pesquisar pratos típicos e ingredientes de diferentes regiões do Brasil. Usando recortes e colagens, criarão um mapa culinário ilustrado. Cada grupo apresentará suas descobertas e o mapa final será exposto na escola.</p>	<p>Estratégia de ensino: <i>Método escolhido para desenvolver o conteúdo. Descrição da atividade</i> - Os(as) estudantes serão divididos em grupos para pesquisar a relação entre alimentação e identidade. Cada grupo criará uma obra de arte que represente essa relação, usando técnicas à sua escolha. Eles desenvolverão autonomia e colaboração, compartilhando ideias e habilidades, e apresentarão suas obras à turma.</p>

Confira a continuação dessa sequência pedagógica nos anos finais do Ensino Fundamental ao final da próxima seção deste material.

Esperamos que os exemplos apresentados possam servir de inspiração para que você e a equipe pedagógica desenvolvam sequências pedagógicas criativas e contextualizadas, adaptadas aos anos escolares e às etapas de aprendizagem dos e das estudantes, bem como à realidade local da sua



escola. Com planejamento coletivo e intencionalidade pedagógica, é possível assegurar que a EAN seja integrada de forma permanente e significativa ao currículo do Ensino Fundamental.

Na próxima seção, vamos seguir ampliando esse trabalho com propostas voltadas aos anos finais do Ensino Fundamental, explorando novas possibilidades de articulação entre a alimentação, o currículo escolar e o desenvolvimento integral dos(as) estudantes. E, ao final desta seção, confira também um exemplo de como as dimensões ambiental, econômica e do DHAA da alimentação podem ser integradas de maneira transversal às práticas pedagógicas em todos os anos do Ensino Fundamental!

4.4.3. Anos Finais do Ensino Fundamental

Nos anos finais do Ensino Fundamental, que compreendem do 6º ao 9º ano, desenvolver a EAN traz desafios específicos, mas também abre portas para oportunidades muito ricas. É nessa fase, **entre os 11 e 14 anos, que os adolescentes começam a consolidar hábitos que podem acompanhar toda a vida.** Por isso, a escola tem um papel essencial nesse processo. Essa etapa pode ser compreendida da seguinte forma:

- Os **6º e 7º anos** representam um momento importante para o aprofundamento dos conhecimentos e para o desenvolvimento de maior autonomia.
- E os **8º e 9º anos** correspondem a uma fase de consolidação de saberes e de preparação para a transição ao Ensino Médio.

Ao longo desses anos, os(as) estudantes vivenciam um período de intensas transformações físicas, emocionais, sociais e cognitivas. A adolescência é marcada por descobertas, ampliação dos vínculos sociais, desejo de autonomia e forte influência dos grupos de pares. Essas características precisam ser levadas em conta no planejamento pedagógico, já que impactam diretamente a forma como os jovens aprendem, interagem e se engajam nas atividades escolares.

Nessa fase, cada componente curricular passa a ser trabalhado por professores diferentes, o que contribui para que os(as) estudantes desenvolvam mais independência,



responsabilidade e organização. Ao mesmo tempo, essa estrutura favorece abordagens mais especializadas e aprofundadas dos conteúdos, inclusive os relacionados à alimentação e nutrição.

Além disso, os(as) estudantes estão cada vez mais inseridos na cultura digital, o que amplia o acesso à informação, mas também exige da escola estratégias para desenvolver o pensamento crítico, o discernimento e a capacidade de argumentação diante das múltiplas mensagens que recebem diariamente. Integrar a EAN nesse contexto significa também educar para escolhas alimentares conscientes, éticas e sustentáveis.

Para que a EAN seja integrada de forma significativa ao currículo dos anos finais do Ensino Fundamental é importante levar em conta as características próprias dessa etapa de desenvolvimento.

Atividades interdisciplinares, projetos colaborativos e debates contextualizados com o cotidiano dos(as) estudantes podem ser estratégias potentes para engajá-los e favorecer a construção de hábitos alimentares saudáveis que façam sentido em sua realidade.



É nesse momento que a escola pode exercer um papel ainda mais transformador ao promover experiências que dialoguem com os valores, as culturas e as vivências dos adolescentes. A valorização dos saberes juvenis, o uso de linguagens mais próximas de seu universo e a construção de vínculos com os territórios e comunidades locais são caminhos importantes para que a EAN se torne realmente significativa para eles.

Vale lembrar que, nesse momento da vida escolar, **os adolescentes também passam a ter mais autonomia nos estudos e acesso a múltiplas fontes de informação.** Isso amplia suas habilidades e oferece uma ótima **oportunidade para desenvolver o pensamento crítico, a capacidade de argumentação e a consciência sobre as escolhas alimentares.**

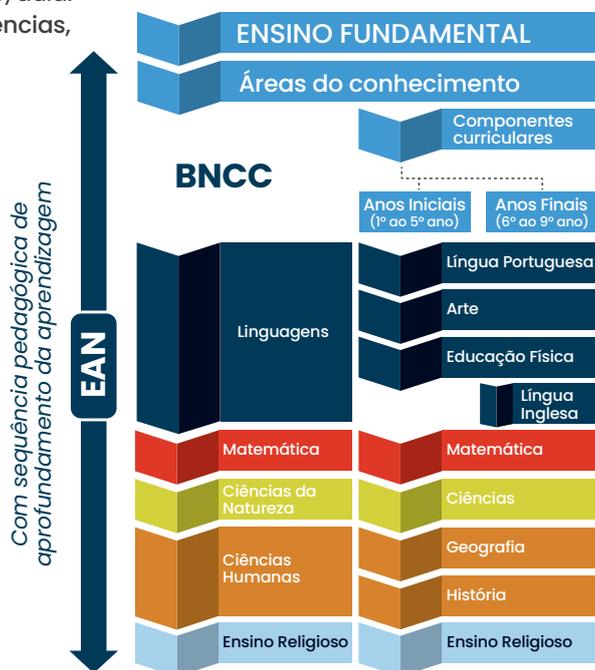
Para facilitar a integração da EAN de forma transversal e interdisciplinar ao currículo escolar nessa etapa, vale a pena olhar para alguns aspectos chave que ajudam muito nesse processo. Muitos deles já foram descritos e exemplificados na seção anterior, quando falamos da EAN nos anos iniciais do



Ensino Fundamental, e agora serão retomados de forma resumida como ponto de partida para seguir avançando nessa trilha:

Planejamento pedagógico/aula:
Conteúdos, Ações, Experiências,
Participação ativa

- **Conteúdos Transversais** das diferentes dimensões da EAN.
- **Projetos Interdisciplinares** que envolvam EAN.
- **Recursos Multimídia.**
- **Visitas Educativas** a feiras, hortas etc. -> Experiências práticas.
- **Parcerias:** nutricionistas, agricultores etc.
- **Capacitação Docente**



Unid. Temáticas, Obj. de Conhecimento, Habilidades

- **Envolver toda a Comunidade Escolar**, além da sala de aula.
- **Avaliação Formativa e Reflexiva** de aprendizado.
- **Temas Locais e Culturais** sobre alimentação.
- **Monitoramento e Avaliação** contínuos da abordagem da EAN (Eficácia das estratégias + Ajustes para garantir o sucesso).

Caráter permanente no projeto política pedagógico

Fonte: elaboração própria

Além de trabalhar os conteúdos transversais relacionados às diferentes dimensões da alimentação de forma integrada entre as disciplinas, unidades temáticas, objetos de conhecimento, habilidades e/ou totalidades previstas na BNCC, é essencial que o planejamento pedagógico também promova experiências significativas. Isso inclui **ações e vivências que envolvam ativamente os(as) estudantes, suas famílias e os diversos atores sociais ligados ao PNAE**, sempre respeitando uma sequência pedagógica que aprofunde os aprendizados conforme a etapa de desenvolvimento de crianças e adolescentes.

Nesse contexto, um ponto central é o **planejamento colaborativo**, ou seja, criar espaços para que professores(as) de diferentes áreas possam se reunir com regularidade, discutir estratégias conjuntas, compartilhar recursos e construir, em equipe, atividades que abordem a EAN de forma transversal e conectada com o cotidiano dos(as) estudantes de forma interdisciplinar.

MOMENTO REFLEXÃO

Como você pode colaborar com outros professores(as) e atores sociais para fortalecer a promoção de práticas alimentares adequadas, saudáveis e sustentáveis entre os(as) estudantes e suas famílias?; Quais outras estratégias podem ser implementadas para engajar os adolescentes na adoção de práticas alimentares adequadas, saudáveis e sustentáveis?; Como podemos incentivar os adolescentes a se tornarem agentes ativos na promoção de uma alimentação adequada e saudável em suas comunidades?



Desenvolver **projetos interdisciplinares** é uma estratégia poderosa para integrar a EAN ao currículo escolar de forma transversal e significativa. Projetos desse tipo permitem que a temática da alimentação seja trabalhada ao mesmo tempo em que se desenvolvem diversos conteúdos previstos nas diferentes disciplinas.

Por exemplo, ao **propor um projeto sobre a produção de alimentos saudáveis**, podemos envolver a turma em **atividades que dialogam com várias áreas do conhecimento**: **Ciências**, ao explorar os nutrientes e os benefícios dos alimentos; **Matemática**, com cálculos de medidas e proporções em receitas ou plantio; **Língua Portuguesa**, na produção de relatórios, textos informativos ou entrevistas; e **Educação Física**, ao refletir sobre os vínculos entre alimentação e saúde no corpo em movimento.

As **hortas escolares ou pedagógicas**, nesse sentido, se destacam como experiências riquíssimas. Elas possibilitam **trabalhar os conteúdos de maneira prática e contextualizada, fazendo da EAN o eixo transversal que conecta todos esses saberes**.

A seguir, propomos um exemplo de como a horta escolar pode ser ponto de partida para abordar, de forma integrada, temas sobre alimentação e nutrição nas diferentes disciplinas do currículo:

	6º e 7º anos	8º e 9º anos
Ciências 	Observar e descrever características das plantas da horta (tamanho, forma, cor, fases da vida, local onde se desenvolvem). Investigar a importância da luz e da água para o crescimento das plantas.	Estudar a cadeia alimentar, o solo e suas propriedades, e o processo de compostagem. Acompanhar o desenvolvimento das plantas e analisar os fatores que influenciam esse crescimento no ambiente da horta.
Língua Portuguesa: 	Produzir textos instrucionais (como plantar), manter diários de bordo sobre o cultivo na horta e ler contos ou crônicas que tratem de agricultura e alimentação.	Criar campanhas informativas sobre os alimentos da horta e alimentação saudável. Produzir <i>podcasts</i> , fotorreportagens, infográficos e entrevistas com agricultores locais.
Geografia: 	Estudar o clima e o solo da região, localizar a horta no espaço e mapear a origem dos alimentos cultivados na horta.	Analisar modificações nas paisagens locais ligadas à produção de alimentos e compará-las com o uso desses espaços em diferentes tempos e culturas, especialmente entre povos originários. Discutir o impacto ambiental da agricultura e pesquisar alternativas sustentáveis.
História: 	Investigar a história da alimentação no Brasil e os alimentos originários do território nacional e da região, presentes na horta escolar.	Refletir sobre as mudanças nos hábitos alimentares ao longo do tempo e sobre a influência das culturas indígenas, africanas e europeias na alimentação brasileira, além de pesquisar a origem dos alimentos cultivados na horta (em articulação com o mapeamento realizado na disciplina de Geografia).
Matemática: 	Medir a área da horta, calcular proporções para o plantio e registrar o crescimento das plantas em gráficos simples.	Analisar custos da produção na horta, calcular desperdícios e interpretar estatísticas sobre os hábitos alimentares da turma.

	6º e 7º anos	8º e 9º anos
Arte: 	Criar ilustrações botânicas das plantas cultivadas e produzir murais ou trabalhos visuais sobre alimentação saudável.	Pesquisar técnicas de ilustração botânica e desenvolver vídeos, poemas ou projetos artísticos sobre a relação entre alimentação, meio ambiente e cultura.
Ensino Religioso: 	Identificar os usos tradicionais das plantas na região e sua relação com práticas espirituais de diferentes religiões. Estudar a cosmovisão dos povos originários sobre a natureza e as plantas.	Pesquisar práticas de cura com plantas locais ou cultivadas na horta e promover rodas de conversa com as famílias sobre o tema e sobre o sincretismo religioso, promovendo o respeito à diversidade de crenças e questionando práticas que violem esse direito.
Língua Inglesa: 	Aprender vocabulário básico sobre alimentos e partes das plantas. Ler receitas simples em inglês e traduzir textos instrucionais produzidos na disciplina de Língua Portuguesa para o inglês.	Ler textos informativos sobre agricultura familiar, agroecologia e agricultura urbana. Criar glossários bilíngues sobre alimentação, agricultura e sustentabilidade.
Educação Física: 	Realizar jogos cooperativos e atividades ao ar livre relacionadas ao cultivo e à colheita.	Refletir sobre a relação entre alimentação e saúde. Promover circuitos de saúde envolvendo a horta escolar.



A horta escolar, como mostra o exemplo, é um excelente ponto de partida para **integrar diferentes componentes curriculares em torno de um projeto comum e significativo**. Ao abordar temas como alimentação saudável, sustentabilidade e cultura alimentar, os(as) professores(as) podem articular os saberes de suas áreas com experiências concretas vividas pelos(as) estudantes. Essa integração fortalece a aprendizagem, pois conecta teoria e prática e contribui para o desenvolvimento de competências previstas na BNCC.

Inspire-se com a experiência **“Pertencimento e resgate da Cultura Quilombola”**, que fez parte da **Jornada de EAN de 2023 promovida pelo FNDE**, realizada pela **Escola Municipal João José de Carvalho no Rio de Janeiro**. Nessa iniciativa, foram desenvolvidas atividades e pesquisas voltadas para o fortalecimento da identidade pessoal e institucional por meio da alimentação, com o intuito de fomentar na comunidade escolar o sentimento de pertencimento ao território, especialmente pela comunidade quilombola em que a unidade de ensino está inserida. Os atores envolvidos compartilharam o seguinte depoimento: “[...] iniciamos um



trabalho de mapeamento da nossa comunidade escolar, realizamos um trabalho de formação continuada com os nossos professores, visando ampliar o conhecimento dos nossos educadores a respeito da cultura Quilombola. Uma das maiores marcas da culinária quilombola é a utilização de materiais orgânicos para a alimentação, fato que nos incentivou a desejar a instalação de uma horta em nossa escola, onde os(as) estudantes pudessem participar e entender o processo, podendo saborear alimentos cultivados por suas próprias mãos e desmistificando alguns conceitos a respeito do plantio em de hortaliças em casa.”



Ouçá o episódio **Hortas Escolares Pedagógicas** do podcast **“Comer é Aprender”**, do FNDE em parceria com UNICEF Brasil, e conheça como as hortas podem ser integradas ao PPP das escolas, fortalecendo a EAN por meio da participação da comunidade e de práticas de sustentabilidade.

Lembra do conto **“Na companhia de Dona Fartura, uma história sobre cultura alimentar quilombola”**? Ele pode ser utilizado para trabalhar componentes curriculares de Língua Portuguesa, História, Geografia e

outras disciplinas, explorando temáticas das dimensões sociopsicocultural e ambiental da alimentação.



Ouçá também o episódio **“Guia Alimentar em Afroperspectiva”** do podcast **Prato Cheio**, que pode ser utilizado como ferramenta para enriquecer o trabalho com a EAN a partir de uma perspectiva ampliada no currículo escolar.



Outra possibilidade potente para enriquecer o trabalho com a EAN é o **uso de recursos multimídia e tecnológicos**. Ferramentas como vídeos educativos, aplicativos interativos, podcasts e atividades on-line podem ajudar a despertar o interesse dos(as) estudantes e ampliar a compreensão sobre temas relacionados à alimentação e nutrição. Esses recursos, quando bem escolhidos e alinhados aos objetivos de aprendizagem, permitem explorar diferentes linguagens e formas de expressão, além de facilitar a conexão com o universo digital em que os adolescentes já estão inseridos.

Também é importante **abrir a escola para o mundo e trazer o mundo para dentro da escola. Visitas a feiras orgânicas, hortas comunitárias, mercados locais ou centros de nutrição são oportunidades valiosas para vivências práticas**. Essas experiências ajudam os(as) estudantes a entender, de forma concreta, os caminhos dos alimentos, do campo ao prato. Além disso, **parcerias com nutricionistas, profissionais da saúde, merendeiras(os)/cozinheiras(os) ou agricultores(as) familiares podem trazer novos olhares e enriquecer o trabalho pedagógico**. Essas trocas fortalecem o vínculo entre a escola e a comunidade, tornando a aprendizagem mais contextualizada e significativa. Segue experiência para se inspirar:

O **relato de experiência da Jornada de EAN de Ribeirão Preto/SP, descrito no Laboratório de Inovação em Educação Alimentar e Nutricional: Uma Celebração dos 10 anos do Marco de Referência de EAN** relata a realização de um projeto permanente de EAN integrado ao currículo escolar que promove visitas a assentamentos agroecológicos e aulas interdisciplinares (Ciências: análise de solos; Matemática: medidas em receitas; História: reforma agrária etc.) e inclui oficinas culinárias com famílias e pesquisa sobre hábitos alimentares, com planejamento conjunto entre nutricionistas e professores, fortalecendo a EAN de forma contínua. Veja o relato completo na página 85 do **E-Book dos 10 anos do Marco EAN**.



Buscar o **envolvimento ativo da comunidade escolar e valorizar os saberes locais e culturais** são passos fundamentais para fortalecer a abordagem transversal da EAN. Tanto nas atividades que envolvem componentes curriculares quanto por meio da promoção de eventos, como feiras de alimentação saudável, concursos de receitas com a participação de famílias, estudantes, merendeiras(os) e professores(as), essas ações ampliam o diálogo sobre os hábitos alimentares e levam esse aprendizado para além dos muros da escola.



Durante as oficinas presenciais do projeto piloto EscolAAS, realizadas em 2024, surgiram falas potentes que reforçam a valorização dos saberes da comunidade. Um professor da **EMEC Angelus Nascimento, localizada no Quilombo do Sucurijuquara, em Mosqueiro, Belém/PA**, destacou: **“Nosso referencial são nossos povos originários, nossa ancestralidade”**, ressaltando a importância de reconhecer e integrar os conhecimentos tradicionais e territoriais sobre alimentação e nutrição como parte do currículo escolar. Em outro momento, provocou reflexões ao questionar: **“Por que a tia da merenda não pode dar aula se ela entende tanto de alimentos, de per capita[...]?”**, destacando a importância de reconhecer os saberes cotidianos, culturais e do senso comum, assim como os diversos ofícios presentes nas comunidades, que muitas vezes não encontram espaço no ambiente escolar, mas são essenciais para enriquecer a educação e vincular o currículo à realidade vivida.

Levar em conta os hábitos alimentares da comunidade e a diversidade de saberes contribui para uma abordagem mais sensível, inclusiva e conectada com a realidade. Isso torna o trabalho com EAN mais significativo e promove o respeito às múltiplas formas de se relacionar com os alimentos.

Avaliar o processo de integração da EAN no currículo de forma contínua e reflexiva também é fundamental. Mais do que verificar resultados, trata-se de acompanhar o percurso de aprendizagem dos(as) estudantes, considerando produções escritas, debates, projetos e atividades práticas que revelem suas compreensões e reflexões sobre a alimentação.

Para que tudo isso aconteça de forma segura e consistente, é importante que os professores(as) se sintam preparados. **Formações continuadas, oficinas práticas e espaços de troca entre educadores(as)** são caminhos valiosos para ampliar o repertório pedagógico e fortalecer a confiança dos docentes.

Por fim, acompanhar de perto as estratégias adotadas pela escola é essencial. O **monitoramento contínuo** permite identificar o que está funcionando bem, onde estão os desafios e quais ajustes podem ser feitos para que a integração da EAN ao currículo seja, de fato, efetiva e transformadora.

MOMENTO REFLEXÃO

Como podemos garantir que a abordagem da EAN seja contextualizada à realidade dos(as) estudantes nos anos finais do Ensino Fundamental?;
Quais recursos e abordagens podem ser utilizados para tornar o tema mais acessível e envolvente para os jovens?;
Quais são os desafios potenciais na integração da EAN ao currículo nessa etapa? Como podemos superar esses desafios?



Mas, como engajar adolescentes?

Para desenvolver a EAN com estudantes nos anos finais do Ensino Fundamental é essencial considerar o que realmente influencia suas escolhas alimentares, como vimos na seção 2.4.3. Na adolescência, essas escolhas estão fortemente marcadas por fatores sociais, emocionais, culturais e ambientais, mais do que por argumentos puramente biológicos ou nutricionais.

Nesse contexto, **uma abordagem integral, que considere as diferentes dimensões da alimentação, pode ser muito mais eficaz. É importante conectar os conteúdos escolares à realidade vivida pelos jovens, valorizando seus repertórios culturais, suas identidades e o interesse crescente por temas como sustentabilidade e justiça social.**

Veja na **seção 2.2** sobre a alimentação e suas diferentes dimensões, como abordar as temáticas de alimentação e nutrição na Educação Básica, incluindo os anos finais do Ensino Fundamental.

A diversidade brasileira oferece inúmeras possibilidades pedagógicas para isso. A partir de temas como os biomas e os alimentos regionais, o impacto ambiental das dietas, as tradições culinárias e os sistemas alimentares locais, é possível criar projetos interdisciplinares que favorecem a reflexão crítica e o protagonismo dos(as) estudantes.

Entre os aspectos que podem ser trabalhados com pré-adolescentes e adolescentes, destacam-se:

- As referências identitárias: “o que o meu grupo consome”;
- As heranças culturais: “o que minha família come”;
- A acessibilidade dos alimentos: “o que está disponível na minha comunidade”;
- E as consequências ambientais das escolhas alimentares: “qual é a pegada ecológica do que comemos?”.

Ao explorar essas questões, ampliamos o olhar dos(as) estudantes sobre a alimentação, promovendo o respeito à diversidade, o consumo consciente e a valorização dos saberes tradicionais.



Como podemos abordar conteúdos curriculares dos anos finais do Ensino Fundamental a partir de práticas como a leitura, preparação ou estudo de receitas tradicionais? Seguem alguns exemplos:



Ciências: conhecer os grupos alimentares, entender as funções dos nutrientes, aprofundar a higiene na manipulação dos alimentos, estudar transformações físicas durante a cocção, compostagem e aproveitamento integral dos alimentos.



Matemática: realizar medidas mais precisas de massa e volume, trabalhar com proporções e frações, fazer conversão de unidades e resolver problemas relacionados à quantidade de ingredientes.



Língua Portuguesa: ler e escrever receitas detalhadas, produzir textos instrucionais usando o modo imperativo, realizar entrevistas com familiares ou pessoas da comunidade sobre pratos típicos.



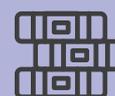
Geografia: identificar a origem dos ingredientes, mapear onde são produzidos, entender os circuitos de produção e distribuição de alimentos e as relações com o território.



História: estudar a história da receita, sua origem cultural, os alimentos presentes em diferentes períodos históricos e a influência de diversos povos na formação da cultura alimentar brasileira.



Arte: criar ilustrações elaboradas de pratos típicos, elaborar cartazes ou exposições sobre a alimentação local, desenvolver receitas em forma de cordel, música ou teatro.



Língua Inglesa: aprender nomes de alimentos e utensílios em inglês, escrever receitas simples em outra língua, comparar hábitos alimentares de diferentes países.



Ensino Religioso: explorar tradições e significados simbólicos dos alimentos em diferentes culturas e religiões, incluindo rituais e festas ligados à comida.



Educação Física: discutir os efeitos da alimentação na saúde e no desempenho físico, criar circuitos com jogos que envolvam o tema da alimentação saudável.



Conheça a experiência “**Caderno de Receitas**” que fez parte da **Jornada de EAN de 2023 promovida pelo FNDE, pela EEB Odir Zanelatto em Santa Catarina**, na qual desenvolveram trabalhos interdisciplinares nos Anos Iniciais e os componentes de Ciências, Geografia e Língua Portuguesa e nos Anos Finais com abordagem da alimentação e os cinco sentidos, sistema digestivo, a falta de alimentos em determinadas regiões do Brasil e o desperdício de alimentos, dentre outros. Eles descrevem que *“foi trabalhado com os alunos a cultura alimentar, solicitando a eles para que adquirissem de seus familiares, avós, pais, tios, como era a alimentação deles, como eram os alimentos, cultivados, comprados, como também receitas que resgatem essa cultura que muitas vezes fica esquecida no tempo, e é tão importante para a comunidade. E com este propósito foi desenvolvido o livro de receitas para resgate de preparações culinárias relacionadas à cultura, com as receitas resgatadas pelos alunos”*.

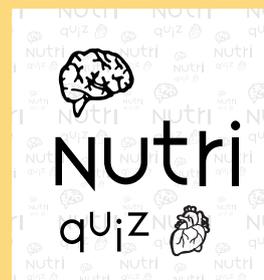
Sabemos que muitas escolas já desenvolvem práticas potentes nesse campo. No entanto, **para garantir que a EAN seja contínua, estruturada e não apenas pontual é fundamental integrá-la ao PPP e ao planejamento nos diferentes anos escolares**. A articulação entre áreas do conhecimento e o acompanhamento do desenvolvimento dos(as) estudantes ao longo do tempo são estratégias essenciais para consolidar essa abordagem transversal de forma significativa e transformadora.



Acesse aqui um material de apoio com sugestões de atividades que articulam a EAN de forma transversal aos conteúdos dos Anos Finais do Ensino Fundamental. Desenvolvido pelo Ministério da Saúde em parceria com a UERJ, ele pode oferecer ainda mais ideias para facilitar a integração da EAN ao currículo.



Acesse aqui um material de apoio com sugestões de atividades que articulam a EAN de forma transversal aos conteúdos dos Anos Finais do Ensino Fundamental. Desenvolvido pelo Ministério da Saúde em parceria com a UERJ, ele pode oferecer ainda mais ideias para facilitar a integração da EAN ao currículo.



Confira o jogo “**NutriQuiz**”, desenvolvido pelo **CECANE-UNIRIO**, que utiliza receitas culinárias regionais como metáfora para a refletir sobre a alimentação. Com cartas que levam os(as) participantes a “pensar a comida” e “sentir a comida”, o jogo aborda a EAN de forma lúdica e significativa.



Conheça dois jogos da **Multiteca de Interação do movimento Comer pra quê?**, voltados a adolescentes e jovens, que instigam a curiosidade e reflexão sobre a alimentação, considerando suas múltiplas dimensões e a complexidade do sistema alimentar, bem como a promoção do direito ao esporte seguro e inclusivo.



Para ilustrar, apresentamos a seguir um exemplo de como os temas relacionados à alimentação e nutrição podem ser integrados às aulas de **Língua Portuguesa** nos anos finais do Ensino Fundamental, com foco na **dimensão do DHAA**. Essa proposta segue uma sequência pedagógica que considera o crescente nível de autonomia e pensamento crítico dos adolescentes, permitindo o aprofundamento dos conteúdos de forma interdisciplinar e contextualizada, conforme orienta a BNCC:

Trilha de aprendizagem: abordando a dimensão do DHAA nos anos finais do Ensino Fundamental

	6º e 7º anos	8º e 9º anos
Anos finais	<p>Componente curricular (Disciplina)/ Objeto de Conhecimento/ Habilidades: Estratégias de produção: planejamento de textos informativos e narrativos (Língua Portuguesa).</p>	<p>Componente curricular (Disciplina)/ Objeto de Conhecimento/ Habilidades (BNCC): Caracterização do campo jornalístico e relação entre os gêneros em circulação, mídias e práticas da cultura digital (Língua Portuguesa).</p>
	<p>Objetivos de aprendizagem: Resultado geral que almeja alcançar com a aula. Complementação da frase: "Ao final da atividade o educando será capaz de..." Identificar o conceito de Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) e expressá-lo através da produção de textos informativos e narrativos.</p>	<p>Objetivos de aprendizagem: Resultado geral que almeja alcançar com a aula. Complementação da frase: "Ao final da atividade o educando será capaz de..." compreender que existem desigualdades sociais relacionadas ao acesso a alimentos saudáveis e a importância de políticas equitativas e estratégias para garantir uma alimentação adequada para todos(as).</p>
	<p>Conteúdo Programático: Com base na definição do tema e no objetivo planejado - Exploração de tipos de textos informativos e narrativos e dos fatores que influenciam o acesso aos alimentos, como a disponibilidade local de alimentos e a economia das famílias.</p>	<p>Conteúdo Programático: Com base na definição do tema e no objetivo planejado - Produção de artigos jornalísticos, entrevistas e reportagens sobre a fome no Brasil e no mundo e ações para garantir o acesso a alimentos saudáveis, destacando políticas como o PNAE.</p>
	<p>Estratégia de ensino: Método escolhido para desenvolver o conteúdo. Descrição da atividade - Os(as) estudantes criam contos ou quadrinhos que ilustrem a importância do acesso a alimentos saudáveis, incorporando conceitos econômicos e de DHAA, como a SAN e alguns dos seus componentes (Ex.: disponibilidade e acesso econômico a alimentos).</p>	<p>Estratégia de ensino: Método escolhido para desenvolver o conteúdo. Descrição da atividade - Os(as) estudantes, em equipes, pesquisam e produzem conteúdo jornalístico sobre SAN, com foco nas desigualdades sociais no acesso aos alimentos. Podem utilizar ferramentas digitais para criar um jornal escolar on-line, compartilhando suas reportagens, entrevistas e análises.</p>

No próximo exemplo, veremos uma sequência pedagógica que integra temáticas sobre alimentação e nutrição da **dimensão sociopsicocultural** com conteúdos/objetos de conhecimento e/ou habilidades de disciplinas como **Arte**:



Trilha de aprendizagem: integrando a dimensão sociopsicocultural nos anos finais do Ensino Fundamental

	6º e 7º anos	8º e 9º anos
Anos finais	<p>Componente curricular (Disciplina)/ Objeto de Conhecimento/ Habilidades: Contextos e práticas: Pesquisar, apreciar e analisar formas distintas das artes visuais tradicionais e contemporâneas, em obras de artistas brasileiros e estrangeiros de diferentes épocas e em diferentes matrizes estéticas e culturais, de modo a ampliar a experiência com diferentes contextos e práticas artístico-visuais e cultivar a percepção, o imaginário, a capacidade de simbolizar e o repertório imagético (Arte).</p>	<p>Componente curricular (Disciplina)/ Objeto de Conhecimento/ Habilidades: Materialidades: Experimentar e analisar diferentes formas de expressão artística (desenho, pintura, colagem, quadrinhos, dobradura, escultura, modelagem, instalação, vídeo, fotografia, performance etc.) (Arte).</p>
	<p>Objetivos de aprendizagem: Resultado geral que almeja alcançar com a aula. Complementação da frase: "Ao final da atividade o educando será capaz de..." compreender a relação entre arte, identidade e contexto sociocultural, bem como analisar criticamente como esses fatores influenciam as escolhas alimentares.</p>	<p>Objetivos de aprendizagem: Resultado geral que almeja alcançar com a aula. Complementação da frase: "Ao final da atividade o educando será capaz de..." utilizar formas artísticas para expressar ideias sobre alimentação e cultura, entender a relevância da diversidade cultural na alimentação e analisar as desigualdades de gênero nesse contexto.</p>
	<p>Conteúdo Programático: Com base na definição do tema e no objetivo planejado</p> <ul style="list-style-type: none"> • Influências socioculturais na construção de identidades (gênero, raça). • Fatores que influenciam as escolhas alimentares (cultura, família, amigos, mídia). • Análise crítica de hábitos alimentares e escolhas informadas e saudáveis. 	<p>Conteúdo Programático: Com base na definição do tema e no objetivo planejado</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilização de formas artísticas na comunicação e expressão. • Diversidade cultural na alimentação e preservação das tradições culinárias. • Significados culturais e afetivos dos alimentos na construção da identidade. • Desigualdades de gênero na alimentação.
	<p>Estratégia de ensino: Método escolhido para desenvolver o conteúdo. Descrição da atividade - Os(as) estudantes devem pesquisar obras de arte que permitam refletir sobre identidade, contextos socioculturais e escolhas alimentares. Realizarão apresentações visuais que reflitam essas relações para a turma, utilizando colagens, desenhos ou maquetes, refletindo em grupo sobre as influências socioculturais nas escolhas alimentares.</p>	<p>Estratégia de ensino: Método escolhido para desenvolver o conteúdo. Descrição da atividade - Os(as) estudantes formarão grupos e escolherão uma forma artística (visuais, música, dança, teatro) para representar a diversidade cultural na alimentação e discutir desigualdades de gênero. As produções serão apresentadas em um evento cultural seguido de debates e reflexões.</p>

Como já comentamos antes, a EAN pode ser integrada aos conteúdos de diferentes disciplinas do Ensino Fundamental, tanto por meio de projetos interdisciplinares que envolvam diferentes anos escolares quanto por meio de sequências pedagógicas que se aprofundam ao longo dos anos. Vimos também como hortas escolares, receitas e eventos (como festas juninas) podem ser ótimas oportunidades para essa articulação. Agora, vamos ver um



exemplo prático dessa proposta, com uma trilha de aprendizagem que integra **diversas disciplinas (Matemática, Ciências, História, Geografia e Língua Portuguesa)** e temáticas das dimensões da alimentação (**ambiental, econômica e do DHAA**) nos anos iniciais e finais do Ensino Fundamental:

Trilha de aprendizagem integrando diversas disciplinas e dimensões da alimentação nos anos iniciais e finais do Ensino Fundamental

	1º e 2º anos	3º e 5º anos
Anos iniciais	<p>Componente curricular (Disciplina)/ Objeto de Conhecimento/Habilidade (BNCC): Medidas de tempo: unidades de medida de tempo, suas relações e uso do calendário (Matemática); Vida e evolução: Plantas. Identificar as principais partes de uma planta (raiz, caule, folhas, flores e frutos) e analisar as relações entre as plantas, o ambiente e os demais seres vivos (Ciências).</p>	<p>Componente curricular (Disciplina)/ Objeto de Conhecimento/Habilidade (BNCC): Transformações e permanência nas trajetórias dos grupos humanos/ As ações das pessoas, grupos sociais e comunidades no tempo e no espaço: nomadismo, agricultura, e indústria (História).</p>
	<p>Objetivos de aprendizagem: Resultado geral que almeja alcançar com a aula. Complementação da frase: "Ao final da atividade o educando será capaz de..." identificar e utilizar unidades de medida de tempo, reconhecer a importância da biodiversidade e das PANCs na alimentação, e analisar a disponibilidade e acesso a alimentos saudáveis na comunidade.</p>	<p>Objetivos de aprendizagem: Resultado geral que almeja alcançar com a aula. Complementação da frase: "Ao final da atividade o educando será capaz de..." compreender práticas alimentares sustentáveis, analisar o sistema alimentar e seus impactos, reconhecer os benefícios dos alimentos orgânicos e da agroecologia, e desenvolver habilidades práticas na horta escolar.</p>
	<p>Conteúdo Programático: Com base na definição do tema e no objetivo planejado - Unidades de medida de tempo e uso do calendário; cultura amazônica, festivais, colheitas e produtos típicos; disponibilidade e acesso a alimentos na comunidade; importância das PANCs para a biodiversidade e alimentação; cultivo e características das PANCs na horta escolar.</p>	<p>Conteúdo Programático: Com base na definição do tema e no objetivo planejado - Conceitos de alimentação economicamente sustentável, sistema alimentar (produção, comercialização, consumo, desperdício) e alimentos orgânicos/ agroecologia, integrando-os com a sustentabilidade da comunidade.</p>
	<p>Estratégia de ensino: Método escolhido para desenvolver o conteúdo. Descrição da atividade - Os(as) estudantes pesquisarão medidas de tempo e usarão calendários para relacionar eventos culturais com épocas de colheita. Cada grupo criará um calendário ilustrado com alimentos típicos da região ao longo do ano e identificará em mapas locais de venda de alimentos na comunidade. Na horta escolar, plantarão PANCs, aprendendo sobre suas características e importância. Apresentarão seus calendários, mapas e experiências na horta, refletindo sobre o acesso a alimentos saudáveis, a relevância das PANCs e a preservação da identidade cultural e biodiversidade.</p>	<p>Estratégia de ensino: Método escolhido para desenvolver o conteúdo. Descrição da atividade - Os(as) estudantes serão divididos em grupos para pesquisar sobre alimentação sustentável, sistema alimentar e alimentos orgânicos, incluindo entrevistas com agricultores(as) locais. Após as discussões, aplicarão esse conhecimento na horta escolar, cultivando e cuidando dos alimentos. Durante o processo, criarão materiais visuais para compartilhar com a turma e poderão organizar uma feirinha para a comunidade escolar, promovendo a troca de conhecimentos.</p>



Anos finais	6º e 7º anos	8º e 9º anos
	<p>Componente curricular (Disciplina)/ Objeto de Conhecimento/ Habilidades (BNCC): O sujeito e seu lugar no mundo: Identidade sociocultural/Comparar modificações das paisagens nos lugares de vivência e os usos desses lugares em diferentes tempos (Geografia).</p>	<p>Componente curricular (Disciplina)/ Objeto de Conhecimento/ Habilidades (BNCC): Reconstrução do contexto de produção, circulação e recepção de textos legais e normativos: Relacionar textos e documentos legais e normativos de importância universal, nacional ou local que envolvam direitos, em especial, de crianças, adolescentes e jovens [...] (Língua Portuguesa).</p>
	<p>Objetivos de aprendizagem: Resultado geral que almeja alcançar com a aula. Complementação da frase: "Ao final da atividade o educando será capaz de..." compreender o papel do agir humano na sociedade, no contexto do sistema alimentar, reconhecendo as transformações no espaço geográfico causadas por diferentes formas de produção e consumo de alimentos; valorizar os trabalhadores envolvidos em cada etapa desse sistema e refletir sobre os impactos socioambientais relacionados, reconhecendo a relevância do comércio justo e da agricultura familiar para garantir alimentos saudáveis e sustentáveis.</p>	<p>Objetivos de aprendizagem: Resultado geral que almeja alcançar com a aula. Complementação da frase: "Ao final da atividade o educando será capaz de..." compreender o papel do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) na garantia dos direitos, além de analisar sua relação com a soberania alimentar, segurança alimentar e preservação do meio ambiente.</p>
	<p>Conteúdo Programático: Com base na definição do tema e no objetivo planejado</p> <ul style="list-style-type: none"> • Papel do agir humano no sistema alimentar e suas implicações na produção do espaço geográfico. • Relações de trabalho no sistema alimentar valorizando os trabalhadores envolvidos. • Importância do comércio justo e da agricultura familiar na garantia de alimentos saudáveis e sustentáveis. • Princípios éticos das escolhas alimentares e sua relação com valores políticos, sociais e ambientais. • Interferência humana no planeta por meio dos modos de produção, transporte e consumo de alimentos. • Relação entre os tempos da natureza e os tempos sociais na cadeia alimentar. 	<p>Conteúdo Programático: Com base na definição do tema e no objetivo planejado</p> <ul style="list-style-type: none"> • Principais políticas públicas e programas de alimentação e nutrição na escola, com foco no PNAE. • Análise da relação entre essas políticas/programas e a soberania alimentar, segurança alimentar nutricional (SAN) e preservação do meio ambiente.
<p>Estratégia de ensino: Método escolhido para desenvolver o conteúdo. Descrição da atividade - Os(as) estudantes investigarão o percurso dos alimentos e suas implicações sociais e ambientais, entrevistando membros da comunidade escolar (como merendeiras(os) e agricultores(as) familiares) e discutindo alternativas para um sistema alimentar mais justo. A atividade poderá ser finalizada com produções visuais (mapas, cartazes ou apresentações) que relacionem o tema às transformações do espaço geográfico provocadas pelo agir humano.</p>	<p>Estratégia de ensino: Método escolhido para desenvolver o conteúdo. Descrição da atividade - Os(as) estudantes participarão de um estudo de caso, analisando políticas públicas de alimentação e nutrição como o PNAE e o Programa de Aquisição de Alimentos (PAA), e discutindo sua importância para garantir o acesso a alimentos saudáveis e o desenvolvimento local. Após a pesquisa, realizarão atividades práticas, como criar materiais informativos e campanhas de conscientização sobre soberania alimentar e sustentabilidade ambiental, envolvendo outros membros da comunidade escolar.</p>	



Ao manter esse enfoque contínuo da EAN no currículo, é possível promover práticas alimentares adequadas, saudáveis e sustentáveis, e, ao mesmo tempo, fortalecer o desenvolvimento do senso crítico do(as) estudantes de maneira mais consistente e significativa.

EAN na Educação de Jovens e Adultos

O desenvolvimento de EAN na Educação de Jovens e Adultos (EJA), em suas diversas etapas de ensino, é fundamental para garantir o direito à alimentação adequada deste público. Ao considerar as vivências, saberes e realidades dos(as) estudantes da EJA, a EAN pode promover reflexões críticas sobre os hábitos alimentares, incentivar práticas saudáveis e fortalecer a autonomia alimentar e nutricional das pessoas. Além disso, **a inclusão da EAN na EJA contribui para a valorização do vínculo entre alimentação, cultura, trabalho e território, respeitando as especificidades dessa modalidade de ensino e ampliando seu potencial transformador.**

Essa abordagem é especialmente importante na EJA, onde os(as) educandos(as) trazem saberes e experiências que, quando valorizados, tornam o aprendizado mais conectado com suas vidas. Nesse espaço, cada aula na EJA é uma chance de transformação. Como muitos(as) estudantes conciliam trabalho, família e estudo, é preciso propor atividades que motivem a permanência. A EAN é uma aliada nesse processo, pois, ao promover reflexões críticas sobre alimentação saudável, sustentável e culturalmente adaptada, ajuda a fortalecer a autonomia para escolhas conscientes no dia a dia. Essa perspectiva reconhece que **a alimentação é um ato sócio-político, cultural e ambiental, promovendo que os(as) educandos(as) transformem sua relação com a comida a partir de seus próprios contextos e saberes.**

Conheça a experiência **“Compartilhando plantas e saberes”**, desenvolvida no **CIEJA Clóvis Caitano Miquelazzo, em São Paulo**, e que fez parte da **Jornada de EAN de 2023 promovida pelo FNDE**, na qual aproveitaram a Horta pedagógica com apoio da nutricionista do PNAE, professores de ciências, geografia e de oficina de práticas sustentáveis, gestão e conselho de escola. Realizam oficinas optativas de práticas sustentáveis para os(as) estudantes com o objetivo de desenvolver a consciência agroecológica a partir do plantio, do cultivo e conhecimento de plantas. Eles relataram que *“A partir desse espaço, promovemos rodas de conversas nas quais são discutidos temas referentes à agroecologia: técnicas de plantio não agressivas ao meio ambiente, processos de aproveitamento das águas pluviais, formas naturais de preservação das plantas, entre outros. Todas as conversas são seguidas de ações referentes ao cuidado dos espaços.”*



Esse tipo de projeto mostra como, também no contexto da EJA, a EAN pode envolver diferentes disciplinas e atores sociais da comunidade escolar, articulando aprendizagens diversas de forma viva, concreta e relevante e valorizando os saberes de todas as pessoas envolvidas no processo.

DICA PARA EDUCADORES(AS): Inicie e planeje as aulas na EJA a partir de perguntas como “Quais desafios vocês enfrentam para se alimentar bem?” para construir coletivamente abordagens significativas. Assim, a EAN se torna resposta concreta às necessidades da comunidade.

Outras experiências mostram o grande potencial da EAN na EJA:

- A experiência “**Fome, face invisível da pobreza: quem sente? quem lucra?**”, desenvolvida também **CIEJA Clóvis Caitano Miquelazzo/SP**, por meio de parcerias com agricultores familiares, Conselho de Segurança Alimentar e ONGs, promoveu feira de alimentos orgânicos e debates sobre fome e ODS 2, abordando dimensões do DHAA, ambiental, nutricional e econômica da alimentação;
- Oficinas de **Aproveitamento Integral de Alimentos na EJA (Colégio Imaculada Conceição, Belo Horizonte/MG)**, com preparo e degustação de receitas nutritivas e redução do desperdício alimentar, incentivando a autonomia dos(as) participantes e oferecendo material para replicação ([E-Book dos 10 anos do Marco EAN](#) - página 95);
- O jogo “**NutriQuiz**”, desenvolvido pelo **CECANE-UNIRIO**, pode ser utilizado em turmas da EJA como uma alternativa lúdica para a abordagem da EAN.



Bibliografia

BRASIL. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE). **Nota Técnica Nº 2810740/2022/COSAN/CGPAE/DIRAE**. Brasília, DF: FNDE, 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/media-pnae/notas-tecnicas/2022/NotaTecnicaEANassinada.pdf>

BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular**. Brasília, DF: MEC, 2018. Disponível em: http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC_EI_EF_110518_versaofinal_site.pdf

BRASIL. Ministério da Educação. **Temas Contemporâneos Transversais na BNCC: Contexto Histórico e Pressupostos Pedagógicos**. Brasília: MEC, 2019. 20p.

BRASIL. Ministério da Educação. Secretaria de Educação Básica. **Diretrizes curriculares nacionais para a educação infantil**. Brasília: MEC, SEB, 2010.

BRASIL. Ministério da Saúde; Universidade de Brasília; Organização Pan-Americana da Saúde. **Laboratório de Inovação em Educação Alimentar e Nutricional: Uma celebração dos 10 anos do Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as políticas públicas [recurso eletrônico]**. Brasília: Ministério da Saúde, 2023. 98 p. Disponível em: http://bvsm.s.saude.gov.br/bvs/publicacoes/laboratorio_inovacao_educacao_alimentar_10anos.pdf

BRASIL. Ministério da Saúde; Universidade do Estado do Rio de Janeiro. **Caderno de atividades: Promoção da Alimentação Adequada e Saudável: Educação Infantil**. Brasília: MS, 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde; Universidade do Estado do Rio de Janeiro. **Caderno de Atividades: Promoção da Alimentação Adequada e Saudável – Anos finais**. Brasília, DF: MS, 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde; Universidade do Estado do Rio de Janeiro. **Caderno de Atividades: Promoção da Alimentação Adequada e Saudável – Anos iniciais**. Brasília, DF: MS, 2025.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. **Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as políticas públicas**. Brasília, DF: MDS, 2012.

CARVALHO, M. J. de P. **Currículo e prática pedagógica na educação infantil**. [Tese de doutorado]. Recife: Universidade Federal de Pernambuco, 2019.

COSTA, R. R. S.; CASTRO, M. L. L.; FONSECA, A. B. (Orgs.). **Tempero de quilombo na escola: experiências de extensão do projeto CulinAfro (UFRJ-Macacé)**. Rio de Janeiro: UFRJ/NUTES, 2021. 240 p. Disponível em: https://neab.uff.br/wp-content/uploads/sites/416/2021/10/CulinAfro_Livro-versa%CC%83o-final.pdf. Acesso em: 11 ago. 2025.

DA SILVA, J. B.; DOS SANTOS, J. Práticas pedagógicas freirianas em Ilha Belenense: um enfoque na unidade pedagógica da comunidade Castanhal do Mari-Mari, Ilha do Mosqueiro (Paper 271). **Papers do NAEA**, v. 1, n. 1, 2010.

FARIAS, S. **Educação Alimentar e Nutricional no âmbito do Programa Saúde na Escola da cidade do Rio de Janeiro: análise de contexto e desenvolvimento de estratégia de implementação de uma série de materiais educativos para Promoção da Alimentação Adequada e Saudável**. 2015. Tese. (Doutorado em Alimentação, Nutrição e Saúde)



– Instituto de Nutrição, Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2025. [no prelo]

FUNDO NACIONAL DE DESENVOLVIMENTO DA EDUCAÇÃO (FNDE); FUNDO DAS NAÇÕES UNIDAS PARA A INFÂNCIA (UNICEF). **Comer é aprender**. Brasília: FNDE. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=qjT_e5Sp-yA&list=PLIDvWZNqAtqITHvzgy9hh-Vly9Rgh-aOTb.

INSTITUTO SOCIOAMBIENTAL (ISA). **Na companhia de Dona Fartura**: uma história sobre cultura alimentar quilombola. São Paulo: ISA. Disponível em: <https://acervo.socioambiental.org/acervo/publicacoes-isa/na-companhia-de-dona-fartura-uma-historia-sobre-cultura-alimentar-quilombola>

MALDONADO, L. *et al.* Proposta de educação alimentar e nutricional integrada ao currículo de Educação Infantil e Ensino Fundamental. **Cad. Saúde Pública**, v. 37, supl. 1, 2021.

MEDEIROS NOGUEIRA, G.; DELAUNE, A.; MACIEL VAHL, M. Currículo da Educação Infantil no Brasil e na Aotearoa Nova Zelândia: reflexões a partir de documentos oficiais. **Debates em Educação**, v. 14, p. 64-85, 2022.

MERCADANTE URQUÍA, Y. J.; NERI NOBRE, L. Educação alimentar e nutricional em ambiente escolar no Brasil pré-pandemia: docentes como alvo das ações. **ARETÉ**, v. 9, n. 17, 2023

MERCADANTE URQUÍA, Y. J.; SOUZA SILVA, A. C.; NOBRE, L. N. Validação de uma tecnologia educacional para promoção da alimentação saudável na escola. **Arch Latinoamer Nutr**, v. 71, n. 4, p. 270-280, 2021.

NOBRE, L. N. *et al.* **Livro de atividades para promoção da alimentação saudável na escola**: ensino fundamental I. 1. ed. Diamantina: UFVJM, 2020. 184 p. ISBN 978-65-990231-4-9. Disponível em: https://crn9.org.br/wp-content/uploads/2021/04/Livro-EAN-digital-09-04-2021-Luciana-Neri_compressed.pdf

O JOIO E O TRIGO. **Prato cheio: o podcast sobre alimentação**. [S.l.]: O Joio e o Trigo. Podcast. Disponível em: <https://ojoioetrigo.com.br/prato-cheio/>

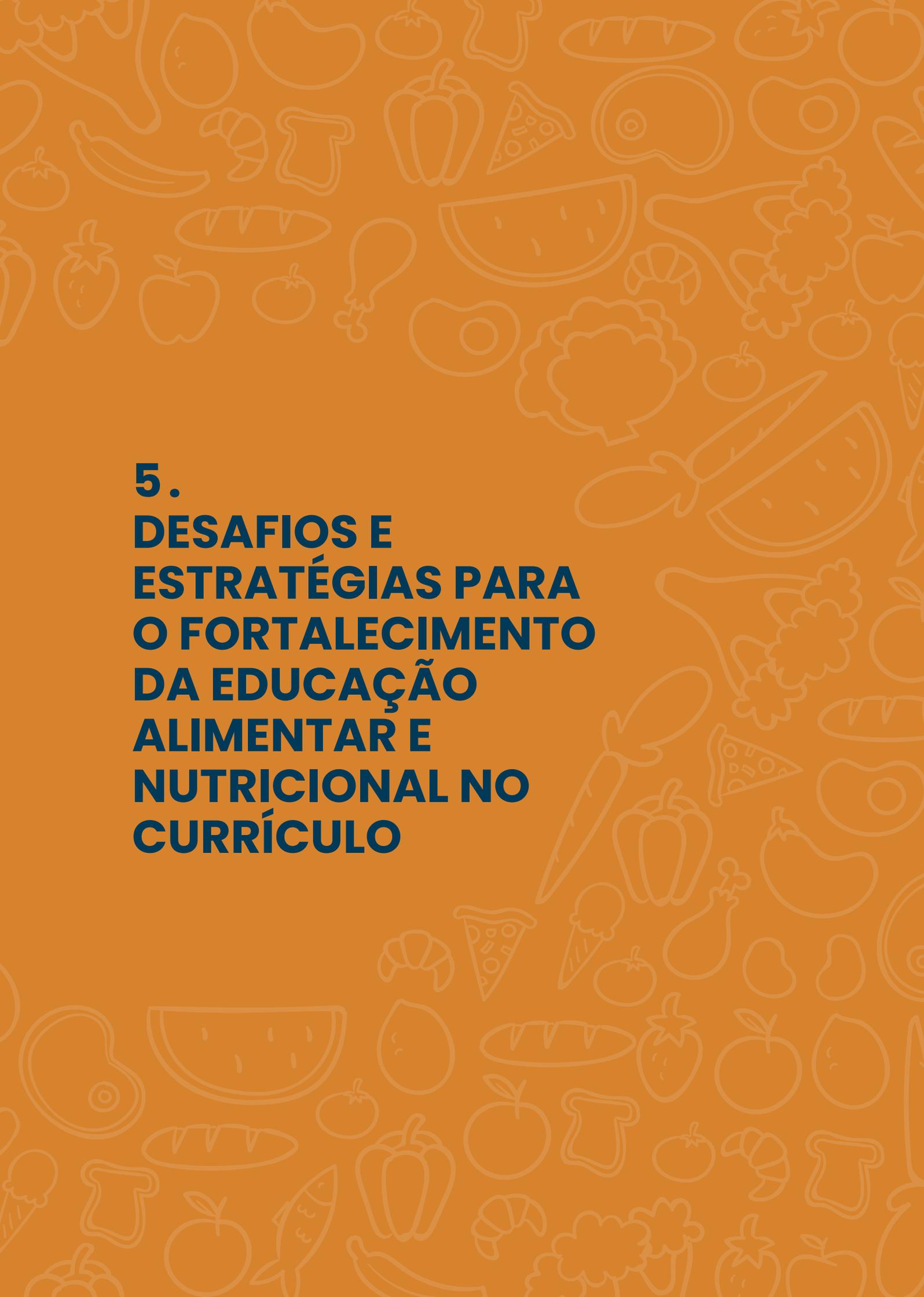
RAIKES, A.; ALVARENGA LIMA, J. H. N.; ABUCHAIM, B. Early childhood education in Brazil: child rights to ECE in context of great disparities. **Children**, v. 10, n. 6, p. 919, 2023.

SILVA, G. E. A. Análise do tema “alimentação e nutrição” nos materiais didáticos de uma rede pública do ensino infantil. **Revista Univap**, v. 31, n. 70, 2025.

STOCCO-PADILHA, A. B.; GERMANI, A. C. C. G. Ações de educação alimentar e nutricional no ambiente escolar: uma revisão de escopo. **Research, Society and Development**, v. 12, n. 6, p. 1-16, 2023.





The background of the page is a solid orange color with a repeating pattern of white line-art icons representing various food items. These icons include fruits like apples, oranges, lemons, and watermelon slices; vegetables like carrots, bell peppers, and mushrooms; and other food items like bread, pizza slices, and ice cream cones.

5. DESAFIOS E ESTRATÉGIAS PARA O FORTALECIMENTO DA EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NO CURRÍCULO

5.1. Resultados do mapeamento de boas práticas de Educação Alimentar e Nutricional

Para apoiar o processo de integração da EAN ao currículo, o UNICEF Brasil desenvolveu um mapeamento de experiências no âmbito do projeto Esco-IAAS. O objetivo desse levantamento foi identificar boas práticas de EAN no ambiente escolar, focando em estratégias eficazes para sua inclusão no currículo da educação básica de forma permanente, envolvendo diferentes atores da comunidade escolar e diversos componentes curriculares. A proposta foi compreender o que tem funcionado bem e refletir sobre como fortalecer essas estratégias para que a EAN esteja cada vez mais presente e transversal no cotidiano das escolas.

O levantamento foi realizado a partir da consulta a diferentes fontes que reúnem iniciativas desenvolvidas em diversas regiões do país. Entre elas, destacam-se:



Jornadas de EAN promovidas pelo FNDE, realizadas entre 2017 e 2023. Esses eventos reuniram projetos e ações de escolas públicas de todo o Brasil com foco na promoção da alimentação adequada e saudável.

E-book comemorativo dos 10 anos do Marco de Referência de EAN para as Políticas Públicas, que sistematiza práticas alinhadas a esse documento fundamental para a área.



Experiências descritas na chamada **“Ações Promotoras da Alimentação Adequada e Saudável no Ambiente Escolar”**, realizada pelo Ministério da Saúde (CGAN/DEPPROS/SAPS/MS) em parceria com a Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS) e três universidades públicas: UFMG, UFS e UFSM.

Esse levantamento apresenta um conjunto de experiências realizadas em diferentes contextos escolares.

Relatos enviados pelos Centros Colaboradores em Alimentação e Nutrição Escolar (CECANEs), que acompanham e apoiam a implementação da alimentação escolar em diversos estados brasileiros, oferecendo uma visão prática e regionalizada sobre o tema.



Ao todo, foram avaliadas 456 experiências vindas dessas diferentes fontes. Para analisá-las, foram considerados os seguintes critérios:

Alinhamento com os princípios do **Marco de Referência de EAN para as Políticas Públicas**;

Alinhamento com os **Guias Alimentares Brasileiros**;

Diálogo com a estrutura curricular: direitos de aprendizagem da Educação Infantil e/ou com o conteúdo dos componentes curriculares do Ensino Fundamental para além de ciências e educação física;

Abordagem ampliada da alimentação, ou seja, indo além da dimensão biológica, incluindo também as dimensões socio-psicocultural, ambiental, econômica e do Direito Humano à Alimentação Adequada;

Participação de outros atores da comunidade escolar, além do(a) estudante e professores(as), como as famílias, merendeiras(os), agricultores(as) locais que fornecem os alimentos da alimentação escolar, nutricionistas do PNAE etc.

Continuidade das ações ao longo do tempo, ou seja, ações trabalhadas de forma permanente, perpassando o currículo escolar, e não apenas como ações pontuais ou esporádicas.

Os resultados mostraram avanços importantes. Quase todas as experiências (98%) estavam alinhadas aos Guias Alimentares, e mais de 70% abordavam três ou mais dimensões da alimentação, o que evidencia o potencial já existente nas escolas para tratar o tema de forma abrangente. No entanto, um dado chama atenção: apenas 33% das ações eram realizadas de forma permanente e integradas ao currículo. Ou seja, muitas iniciativas acontecem, mas ainda enfrentam o desafio de se consolidarem como parte contínua do trabalho pedagógico.



AVANÇOS
IMPORTANTES

98%

das experiências
estavam alinhadas
aos Guias Alimentares



MAIS DE 70%
abordavam **três ou mais**
dimensões da alimentação

APENAS 33%

das ações eram **realizadas
de forma permanente
e integradas ao
currículo**

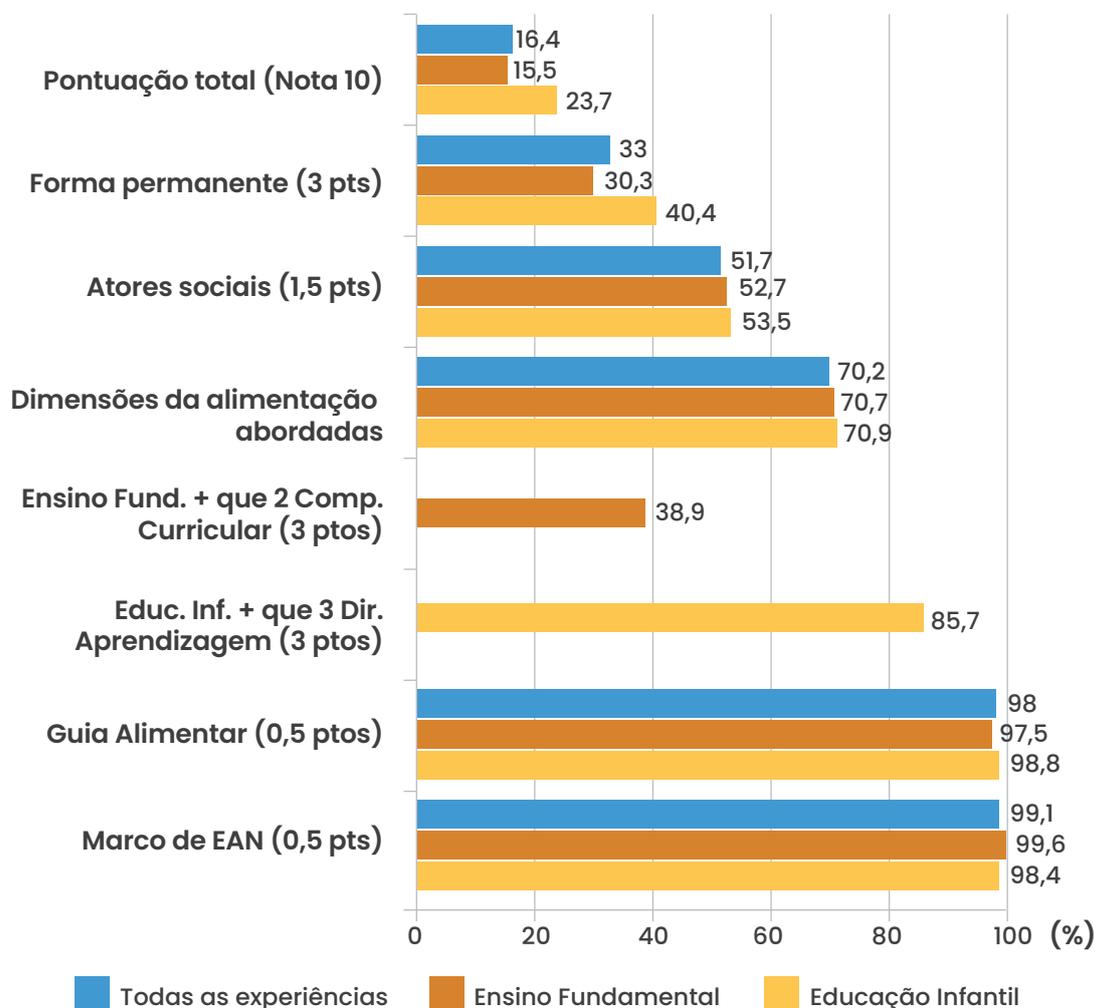


...muitas iniciativas acontecem,
**mas ainda enfrentam
o desafio de se
consolidarem** como
parte contínua do trabalho
pedagógico.



Veja, no gráfico a seguir, o comparativo das experiências de EAN no ambiente escolar que alcançaram a pontuação máxima nos critérios de avaliação e na pontuação total, de acordo com o nível de ensino:

Critérios avaliados com pontuação máxima



Fonte: Elaboração própria

A Educação Infantil se destacou com a maior proporção de práticas bem-sucedidas (23,7% com nota máxima), possivelmente por contar com um currículo mais flexível e centrado no desenvolvimento integral da criança. Já no Ensino Fundamental, os desafios foram maiores, provavelmente pela maior fragmentação curricular, que dificulta a articulação de temas de forma integrada.

Os resultados do mapeamento reforçam aquilo que muitos de nós já percebemos na prática: é fundamental investir na formação continuada dos(as) educadores(as),

A
B C
23,7%
de práticas bem-sucedidas com nota máxima na Educação infantil



planejar a EAN com a participação da comunidade escolar e garantir que o tema esteja contemplado no PPP das creches e escolas. Também se recomenda revisar diretrizes e normativas educacionais, para que a alimentação saudável seja abordada de forma transversal e permanente no currículo, contribuindo para que os(as) estudantes desenvolvam um olhar crítico sobre suas escolhas alimentares e sobre o sistema alimentar em que estão inseridos. Nesse processo, destaca-se ainda a importância do diálogo e do compartilhamento de saberes entre a(o) nutricionista responsável pela alimentação escolar e a equipe pedagógica, fortalecendo a integração da temática da alimentação e nutrição no cotidiano escolar.

5.2. Levantamento do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE) dos principais desafios para a inclusão da Educação Alimentar e Nutricional no currículo escolar

Em 2025, o FNDE realizou um levantamento de experiências exitosas de EAN e dos principais desafios enfrentados para a execução dessas ações nas escolas públicas atendidas pelo PNAE. O objetivo foi subsidiar a construção deste material, que visa apoiar os atores sociais envolvidos com a EAN na superação desses desafios, de forma conectada com a realidade local.

Para isso, foi aplicado um formulário via Google Forms, enviado aos(às) nutricionistas cadastrados(as) no Sistema de Monitoramento do PNAE (SIGPNAE) e aos diretores(as) de escolas registrados no Sistema Integrado de Monitoramento, Execução e Controle (SIMEC). A pesquisa recebeu um total de 14.430 respostas.

Além dos desafios, a pesquisa também buscou compreender de que forma as ações de EAN estão sendo implementadas, quais atores do PNAE estão envolvidos, em quais componentes curriculares essas ações estão inseridas, entre outras informações que já foram apresentadas ao longo deste material.

Informa NUTRI Nº 16/2025
Educação Alimentar e Nutricional

Levantamento sobre as ações de Educação Alimentar e Nutricional nas escolas públicas de Educação Básica atendidas no Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE)



Prezada(o) Nutricionista,

O FNDE, por meio da Divisão de Educação Alimentar e Nutricional (DIEAN), está conduzindo um levantamento com o objetivo de **identificar os principais desafios enfrentados pelas redes de ensino municipais, estaduais e federais na realização e execução de ações de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) alinhadas ao currículo escolar, nas unidades de ensino.** Além disso, buscamos mapear experiências exitosas de EAN.

O questionário leva cerca de 5 minutos para ser respondido e as informações coletadas são sigilosas e auxiliarão em avanços para o PNAE.

O formulário ficará disponível para receber respostas até o dia 26/05.

Para acessá-lo, clique no seguinte link ou QRCode:
<https://forms.gle/bBsmpekN15LY76C96>

Vem contar sua experiência, queremos ouvir você!



Para maiores esclarecimentos, entre em contato pelo e-mail: diean@fnde.gov.br



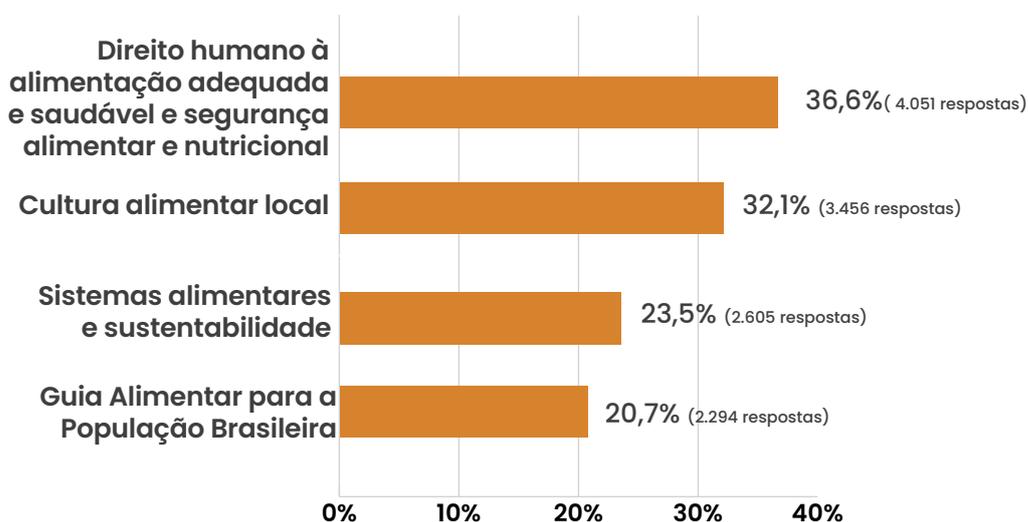
MINISTÉRIO DA
EDUCAÇÃO





O relatório indica que grande parte das escolas (76,7%) realiza ações EAN. No entanto, os temas mais frequentemente abordados são “alimentos e seus benefícios à saúde”, com 88% das respostas (9.845 respostas), e “higiene dos alimentos”, com 78,4% (8.681 respostas).

Outros temas mencionados foram:



Temas como desperdício de alimentos, alimentos proibidos na alimentação escolar e conscientização sobre os alimentos enviados pela família para a escola foram citados com menor frequência.

Observa-se que os temas mais citados estão associados a uma abordagem predominantemente biológica da alimentação, centrada nos nutrientes e na relação saúde-doença. Nesse sentido, destaca-se a importância de promover, na EAN, uma visão ampliada, multidimensional e sistêmica sobre a alimentação e o ato de se alimentar, conforme discutido na seção 2.2 deste material.

Continuidade das ações de EAN

Quanto à perenidade das ações de EAN, 77,5% dos respondentes (n = 8.582) afirmaram realizar ações de forma contínua e permanente ao longo do ano letivo, enquanto 22,5% (n = 2.493) relataram realizar ações de forma pontual.

Esse é um aspecto positivo para as ações de EAN que estão sendo realizadas nas escolas, tendo em vista que, em consonância com as diretrizes do Marco de EAN, as ações de EAN são um conjunto de ações formativas de prática contínua e permanente, que objetiva estimular a adoção voluntária de práticas e escolhas alimentares saudáveis.

Esse resultado representa um aspecto positivo das ações de EAN nas escolas, uma vez que, em consonância com as diretrizes do Marco de Referência de EAN, essas ações devem constituir um conjunto formativo de caráter contínuo

e permanente, com o objetivo de estimular a adoção voluntária de práticas e escolhas alimentares saudáveis.

Entretanto, apesar do dado positivo, a manutenção da continuidade ao longo do período letivo ainda representa um desafio. Em muitos contextos, a abordagem sobre alimentação e nutrição permanece pontual, descontextualizada ou restrita a datas comemorativas ou eventos específicos. Esse cenário é evidenciado por relatos dos participantes do levantamento, como:

- “Os professores trabalham a temática de **acordo com as situações que surgem no dia a dia.**”
- “A escola não conta com equipe técnica que trabalhe a EAN, esse trabalho é desenvolvido pelos professores em sala de aula e em **projetos específicos.**”
- “**Projeto pontual** Segunda Sem Carne que não prosseguiu.”

Além disso, embora



53,3% dos respondentes tenham **afirmado que as ações de EAN estão inseridas no currículo escolar e integradas ao Projeto Político-Pedagógico (PPP),**



28,7% relataram que **não estão ou não souberam informar.** Essa informação reforça que **a inserção da EAN no currículo escolar** ainda é um desafio e, **em muitos casos, não há previsão de continuidade dessas ações.**

Outros relatos reforçam essa dificuldade:

- “**Não há ações de EAN em nossa escola.**”
- “**Desconheço a EAN.**”
- “**Ainda não foi incluída na nossa escola.**”

Esses dados demonstram a importância de fortalecer a institucionalização das ações de EAN no planejamento pedagógico das escolas, garantindo sua regularidade, integração curricular e vínculo com os objetivos da educação integral.

Desafios para a implementação da EAN

Entre os principais desafios apontados pelas escolas, destacam-se a falta de recursos financeiros, a ausência de equipe técnica especializada e o engajamento da gestão escolar. No que se refere aos recursos financeiros, quase 40% dos respondentes relataram a inexistência de recursos específicos para as ações de EAN, enquanto 32% afirmaram que os recursos disponíveis são limitados e utilizados apenas de forma pontual.



Essa realidade é evidenciada pelos seguintes relatos coletados no levantamento:

“Falta de recursos financeiros.”

“Nem sempre temos os recursos necessários (como terra para a horta, por exemplo).”

“Falta de espaço e condições para realizar outros trabalhos, como hortas, visitas externas e atividades no espaço da cozinha.”

Esse contexto evidencia a fragilidade na efetividade e continuidade das ações de EAN, frequentemente comprometidas pela falta ou insuficiência de recursos materiais, financeiros e estruturais, o que limita o alcance e a sustentabilidade das iniciativas desenvolvidas no ambiente escolar.

Estratégias para fortalecimento da EAN

Diante desse cenário, é possível apontar algumas estratégias para viabilizar e fortalecer a EAN nas unidades educacionais. Uma delas é a utilização de recursos do Programa Dinheiro Direto na Escola (PDDE), do FNDE, que prevê o repasse anual de recursos financeiros, em caráter suplementar, às entidades participantes.

Entre as possibilidades de uso desses recursos, destacam-se:



Aquisição de materiais de consumo para a realização de projetos de hortas escolares, como sementes, mudas de plantas e materiais de proteção;



Aquisição de materiais permanentes como mangueiras, carrinho de mão, enxada e aparelhos e equipamentos para a prática de esportes;



Compra de bebedouros e instalação de bicicletários, desde que essas ações estejam alinhadas com as prioridades definidas pela comunidade escolar.

Em relação à equipe técnica,

25,7% dos respondentes informaram que **as ações de EAN ficam concentradas na responsabilidade do(a) nutricionista;**

23,9% afirmaram que a **equipe é adequada e atua de forma articulada;**



21,4% relataram que **há poucos profissionais**, com conseqüente sobrecarga de tarefas; e

14,8% apontaram que **não há profissionais capacitados ou são insuficientes** para desenvolver ações de EAN.

Diante desse cenário, algumas estratégias podem ser consideradas:



Definição clara de responsabilidades e estabelecimento de parcerias, garantindo a atuação de forma ética e sem conflitos de interesse;



Envolvimento dos diversos atores sociais da escola, como professores(as), coordenadores(as) pedagógicos(as), nutricionistas, merendeiras(os) e estudantes;



Reconhecimento da alimentação e nutrição como parte integrante dos processos pedagógicos, com inserção no planejamento escolar e no currículo.

No que se refere ao engajamento da gestão escolar,

72,8% relataram que a **gestão é ativa e incentiva a EAN**.

No entanto,

23,5% indicaram que, embora a gestão apoie, sua **participação prática é limitada**, e

1,7% afirmaram que a **gestão é indiferente ou pouco envolvida**.

Para fortalecer o papel da gestão escolar, recomenda-se:



A **inclusão explícita da EAN no currículo escolar e no PPP**, considerando que esse documento deve refletir continuamente as necessidades e contextos da comunidade escolar;



A **participação ativa da gestão escolar no planejamento, organização e apoio às ações de EAN**, garantindo estrutura, equipe e subsídios técnicos e materiais;



A promoção da **intersectorialidade**, por meio de parcerias com gestores(as) locais da saúde, assistência social, meio ambiente, entre outros setores e organizações sociais do território;



A **aproximação, escuta e envolvimento das famílias**, valorizando seus saberes, práticas e hábitos alimentares, de forma a fortalecer os vínculos entre escola, comunidade e território.



Um desafio que merece destaque, ainda pouco mencionado diretamente pelo(as) participantes, refere-se ao monitoramento das ações da EAN. Em diversos contextos formativos com equipes pedagógicas, essa questão tem se mostrado central: muitas escolas e secretarias de educação relatam dificuldades em estabelecer estratégias e ferramentas eficazes de acompanhamento e avaliação das ações de EAN. A ausência de indicadores claros, de metodologias sistematizadas e de instâncias locais capacitadas para esse fim compromete não apenas o registro e a continuidade das iniciativas, mas também a capacidade de utilizar os resultados para subsidiar o planejamento, a gestão e a tomada de decisões. Nesse sentido, é fundamental fortalecer a cultura do monitoramento e da avaliação, com a construção coletiva de ferramentas simples, contextualizadas e úteis tanto para a escola quanto para a gestão municipal, promovendo maior autonomia e sustentabilidade das ações educativas no campo da alimentação e nutrição.



Bibliografia

BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular**. Brasília, DF: MEC, 2018. Disponível em: http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC_EI_EF_110518_versaofinal_site.pdf

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia Alimentar para a População Brasileira**. Brasília: MS, 2014.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores de 2 Anos**. Brasília: MS, 2019.

BRASIL. Ministério da Saúde; Universidade de Brasília; Organização Pan-Americana da Saúde. **Laboratório de Inovação em Educação Alimentar e Nutricional: Uma celebração dos 10 anos do Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as políticas públicas** [recurso eletrônico]. Brasília: Ministério da Saúde, 2023. 98 p. Disponível em: http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/laboratorio_inovacao_educacao_alimentar_10anos.pdf

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. **Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as políticas públicas**. Brasília, DF: MDS, 2012.

CAMOZZI, A. B. Q. *et al.* Promoção da Alimentação Saudável na Escola: realidade ou utopia? **Cad. Saude Colet.**, Rio de Janeiro, v. 23, n. 1, p. 32-37, mar. 2015.

MALDONADO, L. *et al.* Proposta de educação alimentar e nutricional integrada ao currículo de Educação Infantil e Ensino Fundamental. **Cad. Saúde Pública**, v. 37, supl. 1, 2021.

STOCCO-PADILHA, A. B.; GERMANI, A. C. C. G. Ações de educação alimentar e nutricional no ambiente escolar: uma revisão de escopo. **Research, Society and Development**, v. 12, n. 6, p. 1-16, 2023.



The background of the page is a solid orange color with a repeating pattern of white line-art icons representing various food items. These icons include fruits like apples, oranges, lemons, and watermelon slices; vegetables like bell peppers, carrots, and mushrooms; breads like loaves and pizza slices; and other items like a fish, a kiwi, and a kiwi. The icons are scattered across the entire page.

6. **CONSIDERAÇÕES** **FINAIS**

Incluir a EAN de forma transversal e estruturada no currículo escolar é mais do que cumprir uma diretriz legal, é uma oportunidade de aproximar a creche e a escola da vida real dos(as) estudantes e de suas famílias. Quando a alimentação é tratada no ambiente escolar como parte da cultura, da história e do cotidiano das pessoas, o aprendizado ganha mais sentido, desperta o interesse e fortalece os vínculos entre creche/escola e a comunidade.

A alimentação está presente em todas as casas e demais espaços de relações sociais, em todas as infâncias e fases da vida, e também carrega memórias, afetos, dificuldades e resistências. Trazer essa temática para o centro das práticas pedagógicas é reconhecer que se aprende com o que se vive e com os saberes que já existem no território.

Mesmo com importantes avanços nas políticas públicas, como a inclusão da EAN como tema transversal na BNCC, a consolidação dessa abordagem ainda enfrenta desafios no cotidiano escolar. Embora a BNCC reconheça a relevância do tema, cabe aos estados e municípios definir o que e como será melhor integrado em seus currículos locais.

Como a BNCC não apresenta uma estrutura detalhada para a abordagem ampliada da EAN ao longo das diferentes etapas da educação básica, torna-se essencial que os sistemas de ensino desenvolvam diretrizes próprias, articuladas ao PPP e ao currículo escolar, com ações concretas que integrem a alimentação de forma contínua e significativa. A inclusão da EAN no PPP, de forma clara e estruturada, é fundamental para que ela seja, de fato, colocada em prática. Isso garante um planejamento consistente, a execução e o acompanhamento das ações, e que o tema permaneça como prioridade no cotidiano da creche/escola.

Nesse processo, destacam-se os princípios do Marco de EAN e os Guias Alimentares Brasileiros, que vêm sendo crescentemente adotados nas práticas pedagógicas. Esse movimento tem ganhado força por meio de iniciativas como as Jornadas de EAN promovidas pelo FNDE desde 2017, que, com temas diversos e fundamentação técnica e cultural, ampliam o olhar sobre o papel da alimentação no contexto educativo.

Para que a EAN se torne uma prática viva no cotidiano escolar, é essencial investir na formação permanente dos educadores(as), ampliando a compreensão sobre a complexidade da temática e suas múltiplas conexões com os conteúdos do currículo. A alimentação é um campo fértil para trabalhar conhecimentos interdisciplinares e para desenvolver habilidades críticas, éticas e criativas. Quando os(as) professores(as) reconhecem esse potencial, passam a atuar como agentes fundamentais na transformação do ambiente escolar e na construção de uma educação mais significativa e comprometida com a vida.



Outro aspecto essencial para essa transformação é o fortalecimento das ações intersetoriais, especialmente a articulação entre os(as) nutricionistas do PNAE e os(as) profissionais do PSE. Essa colaboração amplia as possibilidades de atuação e contribui para que o cuidado com a alimentação esteja presente em diferentes âmbitos da vida escolar. Além disso, reconhecer os demais atores sociais como educadores é essencial para enfrentar os desafios relacionados à sobrecarga da equipe técnica e à centralização da EAN na figura do(a) nutricionista.

A presença de materiais educativos de apoio, como este e outros que têm sido desenvolvidos nos últimos anos por diferentes entidades, têm papel estratégico para ampliar a sensibilização e a capacidade de ação de todos os envolvidos. Sempre que produzidos de forma contextualizada e acessível, esses materiais contribuem para a formação de professores(as), merendeiras(os), gestores(as), agricultores(as), famílias e demais integrantes da comunidade escolar, estimulando práticas mais integradas e transformadoras no processo de abordagem da EAN no currículo.

Mais do que um conteúdo adicional, a EAN é uma ferramenta potente para ensinar para a vida e formar um ser humano integral. Ao tratar da alimentação, discutimos também identidade, pertencimento, soberania, justiça social, sustentabilidade, autonomia, saúde e futuro. Por isso, é tão importante valorizar os saberes do território e da comunidade, reconhecer as práticas alimentares locais, os modos de preparo e as formas de partilha da comida como dimensões educativas tão legítimas quanto os conteúdos formais, como os saberes tradicionais dos povos indígenas, quilombolas e outras comunidades tradicionais do Brasil, que ensinam há gerações formas sustentáveis e coletivas de se relacionar com a comida e com a natureza.

Existem muitos caminhos possíveis, e necessários, para isso. Quando a EAN é construída de forma participativa, democrática e coerente com a realidade da creche/escola, todos(as) ganham. O(a) estudante compreende melhor sua relação com os alimentos e com o mundo. O professor amplia suas estratégias de ensino e se aproxima da comunidade. A escola se fortalece como espaço de cidadania, de saúde e de sentido.

É importante lembrar que a alimentação escolar não é apenas uma refeição, é também um ato educativo. E quando conseguimos integrar o que se ensina com o que se vive, a escola deixa de ser um espaço distante da realidade e passa a ser um lugar de transformação da vida. Que cada creche, pré-escola e escola se reconheça como capaz de realizar essa integração. E que cada pessoa da comunidade escolar: professores(as), merendeiras(os), gestores(as), nutricionistas, profissionais do PSE, agricultores(as), famílias e estudantes, se perceba como parte essencial dessa construção coletiva. Porque a alimentação é, também, um caminho para aprender e nutrir o currículo.





The background of the page is a solid orange color with a repeating pattern of white line-art icons representing various food items. These icons include fruits like apples, oranges, lemons, and watermelon slices; vegetables like carrots, bell peppers, and broccoli; breads like loaves and pizza slices; and other items like a fish, a kiwi, and a kiwi. The icons are scattered across the entire page.

7. ANEXOS

Anexo A



Nota Técnica N° 2810740/2022/COSAN/CGPAE/DIRAE: Educação Alimentar e Nutricional no PNAE: atores sociais e possibilidades de atuação.

Anexo B



Nota Técnica N° 4816230/2025/DIEAN/COSAN/CGPAE/DIRAE: Inclusão da Educação Alimentar e Nutricional no currículo escolar e no Projeto Político-Pedagógico de escolas da Educação Básica beneficiárias do Programa Nacional de Alimentação Escolar nas redes federal, estadual, distrital e municipal.

Anexo C – Notas Técnicas complementares



Nota Técnica do FNDE sobre aleitamento materno e alimentação complementar saudável no contexto do PNAE.

A nota técnica apresenta sugestões e recomendações sobre o aleitamento materno até dois anos ou mais no ambiente escolar e a oferta de uma alimentação complementar adequada e saudável a partir dos seis meses de idade.



Nota Técnica para identificação e prevenção de Conflitos de Interesses na execução do Programa Nacional de Alimentação Escolar.

A publicação apresenta uma série de definições específicas de situações nas quais ocorrem conflitos de interesse e traz uma árvore decisória para caracterização de agentes externos e uma ferramenta com o objetivo de auxiliar na identificação e na prevenção de conflito de interesses por meio de perguntas orientadoras para embasar o processo de decisão de envolvimento e/ou parcerias com agentes externos.



Nota Técnica sobre o Posicionamento Técnico e Orientações Gerais sobre o Comércio de Alimentos dentro das Escolas da Rede Pública de Educação Básica contempladas com o Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE

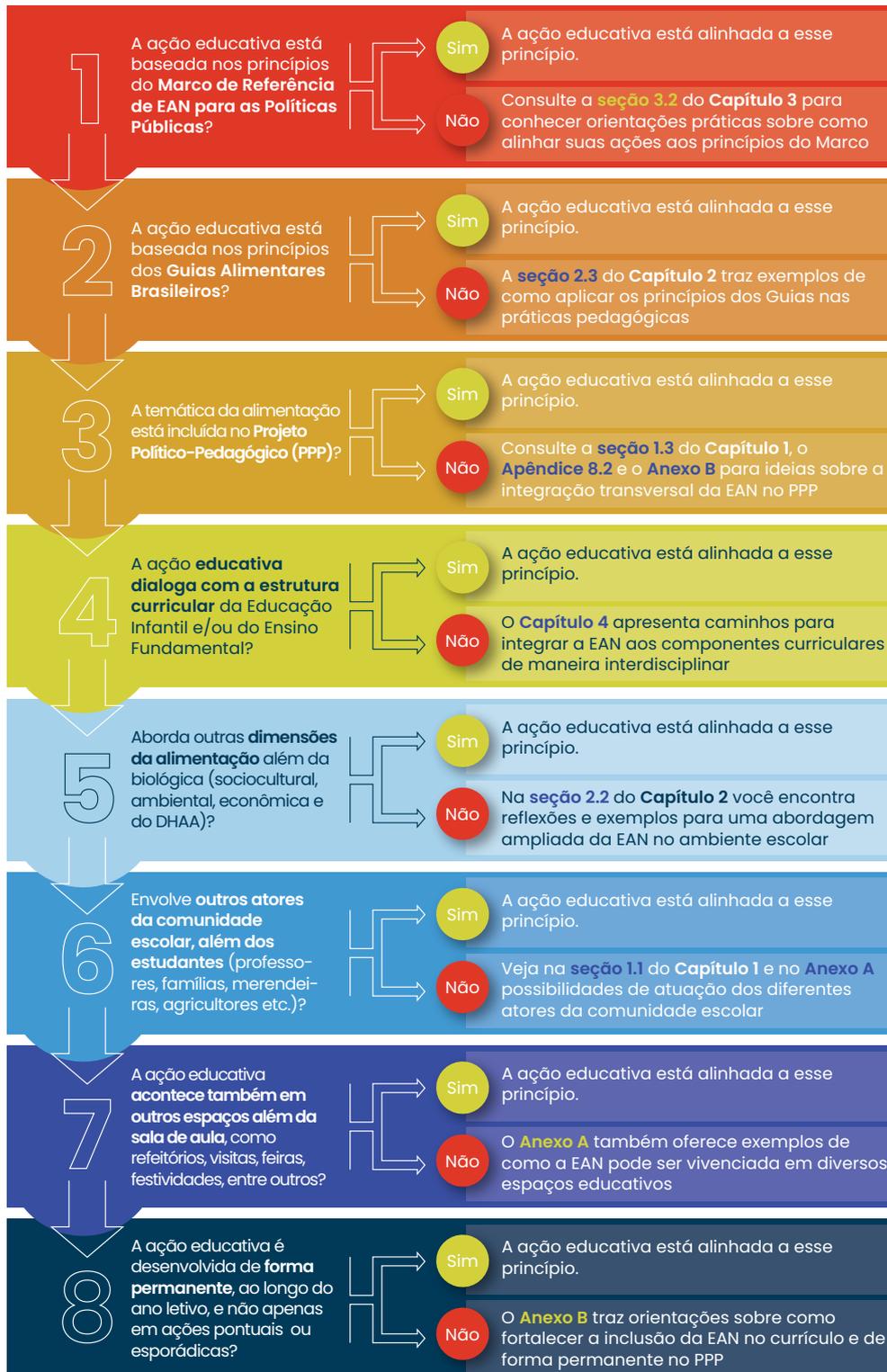
A Nota Técnica apresenta orientações gerais sobre o comércio de alimentos dentro das unidades escolares da Educação Básica do PNAE que comercializam alimentos e possuem cantinas escolares. Recomenda-se a não comercialização e não recebimento de doações de alimentos ultraprocessados, preparações e bebidas com altos teores de calorias, gordura saturada, gordura trans, açúcar livre e sal, com adição de edulcorantes, bem como a veiculação de estratégias de marketing e comunicação desses produtos nas escolas.



The background of the page is a solid light orange color, overlaid with a repeating pattern of white line-art icons representing various food items. These icons include fruits like apples, oranges, lemons, and watermelon slices; vegetables like bell peppers, carrots, and mushrooms; breads like loaves and pizza slices; and other items like a croissant, a fish, and a kiwi. The icons are scattered across the entire page.

8. **APÊNDICES**

8.1. Roteiro de autoavaliação e apoio para organização das ações de Educação Alimentar e Nutricional nas unidades de ensino



Fonte: Elaboração própria



8.2. Proposta de planejamento de um projeto pedagógico

Passo 1: Diagnóstico

Conhecer o contexto social

A. Realidade social

- Quais as informações demográficas e socioeconômicas dos(as) estudantes e famílias?
- Quais as condições de moradia dos(as) estudantes e famílias?
- Quais as informações de saúde dos(as) estudantes e famílias?
- Quais as práticas culturais da localidade?
- Há presença de conhecimentos de comercialização e consumo de alimentos (restaurantes, lanchonetes, padarias, cafés, sorveterias, supermercados, feiras livres e mercados municipais)?
- Quais os programas e políticas públicas os(as) estudantes têm acesso? (Exemplos: Programa Bolsa Família, Programa Saúde na Escola etc.)

Conhecer a unidade educacional

A. Localidade

- Onde a unidade escolar está localizada?
- É de fácil ou difícil acesso?

b. Espaço

- A unidade possui um espaço específico onde as ações podem ser desenvolvidas?
- As ações serão desenvolvidas nas salas de aula?
- A cozinha e o refeitório escolar podem ser utilizados como espaços de aprendizagem?
- Há algum espaço próximo onde as ações podem ser realizadas? (Exemplos: praças, parques, feiras, produção rural etc.)



As ações de EAN devem ser elaboradas a partir dos dados do diagnóstico. Seguem algumas perguntas que podem nortear o levantamento de pontos-chave.

1. Qual a situação de prioridade, ou seja, o que é identificado como um ponto-chave que precisa de intervenção/mudança? Exemplo: identificação de alta prevalência de sobrepeso e obesidade entre os(as) estudantes.
2. Quais as causas da situação problema? Exemplo: alto consumo de alimentos ultraprocessados pelos(as) estudantes.
3. Quais os principais problemas a serem resolvidos? Exemplo: estimular o consumo da alimentação escolar, sensibilizar os(as) estudantes e familiares sobre a importância da alimentação adequada e saudável.
4. Quais metodologias ativas seriam interessantes para trabalhar a temática? E neste sentido, quais os recursos pedagógicos podem ajudar na comunicação com o público? Exemplo: abordagens pedagógicas: rodas de conversa, oficinas culinárias, aprendizagem baseada em problemas, estudo de caso etc./ recursos pedagógicos: murais, cartazes, jogos, fantoches etc.
5. Quais recursos disponíveis para o desenvolvimento das ações? Exemplo: se possui materiais de papelaria ou parcerias com outros(as) profissionais e setores para apoiar a ação.

Passo 2: Planejamento

Identificar o público-alvo

A. Atores

- A ação será realizada com quais atores do ambiente escolar: (estudantes, famílias, merendeiras(os), agricultores(as) familiares, conselheiros(as) do CAE, nutricionistas, profissionais do PSE, gestores(as) da escola, professores(as))?



B. Faixa etária

- Qual a faixa etária do público-alvo?

C. Características

- Quais as principais características do público-alvo?

Definir o conteúdo da ação

A. Tema

- Qual(is) assunto(s) será(ão) abordado(s) na ação?

B. Dimensões da alimentação

- Qual(is) dimensão(ões) da alimentação será(ão) trabalhada(s) na ação?

C. Princípios do Marco de EAN

- Qual(is) princípio(s) do Marco de EAN será(ão) trabalhada(s) na ação?

D. Guias alimentares

- Qual(is) passos dos Guias alimentares brasileiros será(ão) trabalhada(s) na ação?

E. Campo(s) de experiência/ Componente(s) curricular(es) da BNCC

- Qual(is) Campo(s) de experiência/ Componente(s) curricular(es) da BNCC será(ão) trabalhada(s) na ação?

F. Objetivos de aprendizagem

- Resultado geral que almeja alcançar com a aula. Complementação da frase: "Ao final da atividade a criança será capaz de..."

G. Conteúdo programático

- Com base na definição do tema e no objetivo planejado.

Estabelecer o quantitativo do público-alvo na ação

A. Quantidade

- Quantos escolares estão matriculados?
- A ação será desenvolvida com todos?



Determinar o tempo destinado à ação

A. Duração

- A ação será desenvolvida em quanto tempo (horas e minutos)?
- Quantos dias serão necessários para realização a ação tendo em vista o objetivo?

Definir os dias, horários, ambientes e momentos em que as ações serão realizadas.

OBSERVAÇÃO: lembre-se que as ações não devem ser pontuais, mas sim contempladas no cotidiano da creche e da escola e a EAN inserida transversalmente no currículo escolar.

A. Dia

- Qual(is) o(s) dia(s) disponível(is)?
- Qual(is) o(s) horário(s)?
- Qual(is) será(ão) o(s) horário(s) de início e fim da ação?

B. Ambiente

- Será no refeitório da escola, no pátio, em sala de aula, em um ambiente de convivência ou ambiente externo?
- (Pensar cuidadosamente no local, de forma que seja estratégico para o que se espera de cada atividade).

C. Momento

- Será quando os escolares chegarem na escola, quando estiverem saindo, antes, durante ou após as refeições?

Definir responsáveis pela ação

A. Atores sociais

- Quem poderá apoiar e executar a ação? (gestores(as), coordenação pedagógica, professores(as), merendeiras(os), famílias, membros do CAE, agricultores(as) familiares etc.)



Definir parcerias

A. Parceiros

- Quais instituições/órgãos públicos/pessoas podem apoiar a realização da ação? (universidades, secretarias de saúde, ongs etc.)

Levantar os recursos disponíveis

A. Recursos disponíveis

- Quais os recursos disponíveis?

Exemplos:

Recursos audiovisuais/ tecnológicos: televisão, gravadores, caixa de som, computador, notebook, celular, pen drive, projetor multimídia.

Recursos pedagógicos: imagens, fotos/figuras, painéis, *folders*, cartazes, murais, fantoches, livros, jornais, revistas, textos, mapas, desenhos, gráficos, maquetes, histórias em quadrinho, materiais recicláveis.

Recursos de papelaria: lápis de cor, *post it*, pincel, cartolina, régua, prancheta.

Recursos financeiros: para aluguel de transporte para visita a um produtor de alimentos.

Recursos humanos: quantas pessoas estão disponíveis para apoiar a realização da ação? Quem são essas pessoas?

Passo 3: Avaliação

A avaliação tem os objetivos de:

- I. verificar se os objetivos e as metas foram alcançados;
- II. escutar o que os participantes têm a dizer, se estão gostando, se precisam de maior suporte ou se precisa mudar algo;
- III. identificar os erros e acertos ocorridos em todas as fases de execução, visando o aperfeiçoamento de ações futuras.



Sugerimos que a avaliação seja contínua e participativa, pois permite intervenções, adaptações e aprimoramentos das práticas educativas.

Alguns pontos para a avaliação são:

- Adesão do grupo durante a ação: os participantes demonstraram interesse?
- Compreensão do grupo sobre o tema abordado: houve compreensão dos temas abordados?
- Observar a reação do grupo sobre o tema: as expressões/reações são de confusão? Compreensão? Aceitação?
- Avaliação dos métodos e recursos utilizados: foram suficientes em quantidade e número? Foram adequados ao público?
- Feedback dos participantes: positivo? negativo? sugestões?
- Formulário com questões abertas e/ou fechadas para avaliação do aprendizado;
- Análise de conversas informais que registram a fala e opiniões dos participantes.

Fonte: adaptado de Bezerra *et al.* (2024)



unicef 
para cada criança

 **FNDE**

MINISTÉRIO DA
EDUCAÇÃO

GOVERNO DO
BRASIL
DO LADO DO POVO BRASILEIRO

