

MINISTÉRIO DA SAÚDE
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Caderno Temático do
Programa Saúde na Escola

Alimentação Saudável e Prevenção da Obesidade



Brasília - DF
2022



MINISTÉRIO DA SAÚDE
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

**Caderno Temático do
Programa Saúde na Escola**

Alimentação Saudável e Prevenção da Obesidade



Brasília - DF
2022

2022 Ministério da Saúde. Ministério da Educação.



Esta obra é disponibilizada nos termos da Licença Creative Commons – Atribuição – Não Comercial – Compartilhamento pela mesma licença 4.0 Internacional. É permitida a reprodução parcial ou total desta obra, desde que citada a fonte.

A coleção institucional do Ministério da Saúde pode ser acessada, na íntegra, na Biblioteca Virtual em Saúde do Ministério da Saúde: <http://bvsmms.saude.gov.br>.

Tiragem: 1ª edição – 2022 – versão eletrônica

Elaboração, distribuição e informações:

MINISTÉRIO DA SAÚDE
Secretaria de Atenção Primária à Saúde
Departamento de Promoção da Saúde
Esplanada dos Ministérios, bloco G, Ed. Anexo,
4º andar, ala B Sul
CEP: 70058-900 – Brasília/DF
Tel.: (61) 3315-9004
Site: <https://aps.saude.gov.br>
E-mail: depros@saude.gov.br

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
Secretaria de Educação Básica
Diretoria de Políticas e Diretrizes da Educação Básica
Esplanada dos Ministérios, bloco L, anexo II, 3º andar
CEP: 70047-901 – Brasília/DF
Tel.: (61) 2022-9211
Site: www.mec.gov.br
E-mail: dpd-seb@mec.gov.br

Editor-geral:

Raphael Câmara Medeiros Parente

Supervisão-geral:

Juliana Rezende Melo da Silva

Coordenação-geral:

Secretaria de Atenção Primária à Saúde

Elaboração de texto:

Ana Maria Cavalcante de Lima
Denise Ribeiro Bueno
Fabiana Vieira Santos Azevedo
Iracema Ferreira de Moura
Lucas Agostinho Fernandes

Revisão técnica:

Debora Estela Massarente Pereira
Graziela Tavares
Juliana Michelotti Fleck
Kátia Godoy Cruz

Coordenação editorial:

Júlio César de Carvalho e Silva

Projeto gráfico, ilustração e diagramação:

All Type Assessoria Editorial Eireli

Normalização:

Luciana Cerqueira Brito – Editora MS/CGDI

Ficha Catalográfica

Brasil. Ministério da Saúde.

Caderno temático do Programa Saúde na Escola : alimentação saudável e prevenção da obesidade [recurso eletrônico] / Ministério da Saúde, Ministério da Educação. – Brasília : Ministério da Saúde, 2022.
36 p. : il.

Modo de acesso: World Wide Web:

http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/caderno_tematico_pse_alimentacao_saudavel.pdf
ISBN 978-65-5993-181-1

1. Dieta saudável. 2. Manejo da obesidade. 3. Alimentação escolar. I. Título. II. Ministério da Educação.

CDU 613.24

Catálogo na fonte – Coordenação-Geral de Documentação e Informação – Editora MS – OS 2022/0108

Título para indexação:

PSE Thematic Book – Healthy Food and Obesity Prevention

Sumário

| | |
|---|----|
| Apresentação | 4 |
| 1 Por que promover a alimentação adequada e saudável? | 5 |
| 2 Ações de promoção da alimentação adequada e saudável na escola | 8 |
| 2.1 Panorama nacional do cenário alimentar e nutricional infantil | 9 |
| 2.2 O que é uma alimentação adequada e saudável? | 12 |
| 2.3 Quais são as ações da Promoção da Alimentação Adequada e Saudável (Paas) no ambiente escolar?..... | 16 |
| 2.3.1 Alimentação escolar e Programa Nacional de Alimentação Escolar (Pnae)..... | 16 |
| 2.3.2 Boas práticas de fabricação e manipulação de alimentos nas escolas | 19 |
| 2.3.3 Comércio local e alimentação escolar..... | 22 |
| 2.3.4 Publicidade de alimentos e a escola como um espaço promotor da alimentação adequada e saudável..... | 23 |
| 2.3.5 Educação alimentar e nutricional..... | 25 |
| 3 Praticando a promoção da alimentação adequada e saudável na escola | 28 |
| Referências | 36 |

Apresentação

Conceber a saúde como algo produzido pessoal e coletivamente requer um olhar ampliado sobre a prática profissional, o sujeito e sua condição objetiva de viver e produzir a saúde de que necessita. Permite também compreender que a complexidade na qual o processo saúde-doença se desenvolve na sociedade sugere que esse fenômeno não perpassa unicamente o setor saúde e não está localizado apenas no território onde os indivíduos moram, mas em outros espaços de convivência e construção humana, como a família, as associações comunitárias, os espaços de decisões políticas governamentais, os locais e equipamentos públicos de lazer, as ruas, o trabalho e nas relações intersetoriais, que neste caso, tratam do diálogo entre saúde e educação.

Falar de saúde referenciando o *fazer* na escola e o *fazer* na Unidade Básica de Saúde exige um olhar mais abrangente, que consiga realizar a intersecção necessária ao desenvolvimento de ações que contemplem as intencionalidades das duas áreas e tenham como contexto a realidade dos educandos e suas possibilidades de ressignificar conhecimentos e práticas em prol da melhoria das condições de vida.

Nesse contexto, o Programa Saúde na Escola (PSE), programa essencialmente intersetorial, instituído pelo Decreto Presidencial n.º 6.286, de 5 de dezembro de 2007, visa contribuir para o fortalecimento de ações que integrem as áreas de saúde e de educação no enfrentamento de vulnerabilidades e que ampliem a articulação de saberes e experiências no planejamento, na realização e na avaliação das iniciativas para alcançar o desenvolvimento integral dos estudantes da rede pública de educação básica, e que apoiem o processo formativo dos profissionais de saúde e educação de forma permanente e continuada.

Um dos desafios da implantação do PSE é conseguir produzir algo comum à saúde e à educação, que seja significativo para a vida do estudante. Assim, os materiais têm como proposta oferecer dispositivos para que os gestores desse programa se apropriem das temáticas, das potências e das estratégias para o trabalho intersetorial no território compartilhado entre saúde e educação, da importância do processo formativo intersetorial permanente e continuado dos atores envolvidos no programa, dos mecanismos de articulação com as redes sociais e da criação de parcerias com setores do governo e da sociedade.

Por fim, é um convite à reflexão sobre as potencialidades existentes para a promoção da saúde e da cidadania dos estudantes da rede pública de educação básica, bem como sobre o trabalho intersetorial, centrado em ações compartilhadas e corresponsáveis, que provoca articulação para a produção de um novo cuidado em saúde na escola.



1

**Por que promover a
alimentação adequada
e saudável?**

Alimentação e nutrição constituem requisitos básicos para a promoção e proteção da saúde, pois possibilitam o pleno potencial de crescimento e desenvolvimento humano com qualidade de vida e cidadania. A Promoção da Alimentação Adequada e Saudável (Paas) corresponde a uma das diretrizes da Política Nacional de Alimentação e Nutrição (Pnan) e se insere como eixo estratégico da Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS), cujo enfoque prioritário é a efetivação de um direito humano básico: o direito à alimentação adequada. A Paas também busca estimular a autonomia dos indivíduos para favorecer a escolha e adoção de práticas alimentares apropriadas e saudáveis dos pontos de vista biológico e sociocultural, bem como o uso sustentável do meio ambiente.

As ações de Paas fundamentam-se nas dimensões de incentivo, apoio, proteção e promoção da saúde e contribuem para o enfrentamento do atual cenário epidemiológico, representado por um rápido processo de transição alimentar, nutricional e epidemiológica, caracterizado por um cenário de múltipla carga de má nutrição marcado pela coexistência de desnutrição, excesso de peso e carências nutricionais (FAO, 2018). O cenário epidemiológico aponta fortemente a problemática do excesso de peso como a condição mais prevalente em todas as faixas etárias e apresenta a alimentação inadequada como um de seus principais fatores de risco. A anemia e a hipovitaminose A seguem sendo as carências nutricionais mais prevalentes em crianças, ocorrendo de forma concomitante ao aumento da prevalência de excesso de peso. Por outro lado, apesar da reconhecida redução dos casos de desnutrição, esse agravo nutricional ainda é um problema relevante entre povos e comunidades tradicionais, como povos indígenas e quilombolas.

Considerando que a escola é um equipamento público privilegiado para a convivência social que possibilita a construção de relações favoráveis à promoção da saúde, trata-se de um espaço que permite colocar em prática o conceito de alimentação adequada, com base em discussões ampliadas de saúde que promovem a crítica e a reflexão, levam significado e tornam o processo integrado e qualitativo, considerando todas as dimensões da alimentação adequada e saudável.

Nessa perspectiva, o desenvolvimento de ações de promoção da saúde com toda a comunidade escolar precisa ser o ponto de partida para a prevenção e o controle da obesidade. É preciso envolver cada ator, de maneira a fazê-lo interpretar o dia a dia e atuar de modo a incorporar atitudes e/ou comportamentos adequados para a melhoria da qualidade de vida. Sabe-se que intervenções em escolas são bastante efetivas em crianças e, considerando que os escolares permanecem na escola, realizando refeições, estabelecendo



uma rotina e desenvolvendo novos hábitos, a escola é uma oportunidade potencializada para o desenvolvimento de ações de promoção da saúde, prevenção e controle da obesidade infantil.

Destaque deve ser feito à alimentação escolar ofertada por meio do Programa Nacional de Alimentação Escolar (Pnae), que atende os estudantes de toda a educação básica (educação infantil, ensino fundamental, ensino médio e educação de jovens e adultos) matriculados em escolas públicas, filantrópicas e em entidades comunitárias (conveniadas com o poder público). Entre os eixos de atuação do Pnae estão as ações de avaliação do estado nutricional dos estudantes; a identificação de indivíduos com necessidades nutricionais específicas; a realização de ações de educação alimentar e nutricional para estimular a adoção voluntária de práticas e escolhas alimentares saudáveis que colaborem para a aprendizagem, a boa saúde do escolar e a qualidade de vida do indivíduo e da comunidade escolar; a interação com os agricultores familiares e empreendedores familiares rurais de forma a conhecer a produção local, inserindo esses produtos na alimentação escolar; e o planejamento e acompanhamento dos cardápios da alimentação escolar.

Uma questão primordial em todo esse processo é garantir o alinhamento entre as ações e práticas escolares que envolvem a alimentação. Por exemplo, a alimentação escolar precisa ser adequada e saudável, e outros locais que, porventura, comercializem alimentos dentro e nos arredores das escolas precisam ser regulados para não contribuir com o acesso a alimentos não saudáveis. As cantinas escolares, que muitas vezes oferecem alimentos de baixo valor nutricional, geralmente ricos em energia, gorduras, açúcar e sal e pobres em vitaminas e sais minerais, contribuem para escolhas não saudáveis pelas crianças. E, diante desse cenário preocupante de obesidade infantil, é imprescindível um olhar atento das equipes de saúde e educação para a implementação de programas abrangentes que promovam ambientes escolares saudáveis, eliminando a provisão, a propaganda ou venda de alimentos não saudáveis dentro do ambiente escolar. O Programa Saúde na Escola (PSE) concentra e reforça as ações de prevenção e controle da obesidade infantil por se tratar de um espaço que permite colocar em prática a promoção da alimentação adequada e saudável diretamente com os escolares por meio do esforço coordenado entre saúde e educação. Possivelmente, a atuação multidisciplinar e interinstitucional em torno dos escolares, somada ao cuidado continuado das equipes de Atenção Primária à Saúde, possibilitará maior investimento na implementação das ações de promoção da alimentação adequada e saudável e impulsionará os efeitos na prevenção e no controle da obesidade infantil.

Outra ação intersetorial que envolve o ambiente escolar é o Programa Auxílio Brasil (PAB), programa federal de transferência direta de renda no qual o recebimento do auxílio está vinculado ao cumprimento de compromissos assumidos pelas famílias e pelo poder público nas áreas de saúde, educação e assistência social. As condicionalidades visam ampliar o acesso das famílias às políticas de saúde, educação e assistência social, promovendo a melhoria das condições de vida da população beneficiária. A escola promove a crianças e jovens em idade escolar de famílias beneficiárias a inclusão social pelo acompanhamento da frequência escolar, e também pode se constituir como espaço potente para orientar estudantes sobre a importância do acompanhamento das condicionalidade da saúde das famílias beneficiárias do PAB.

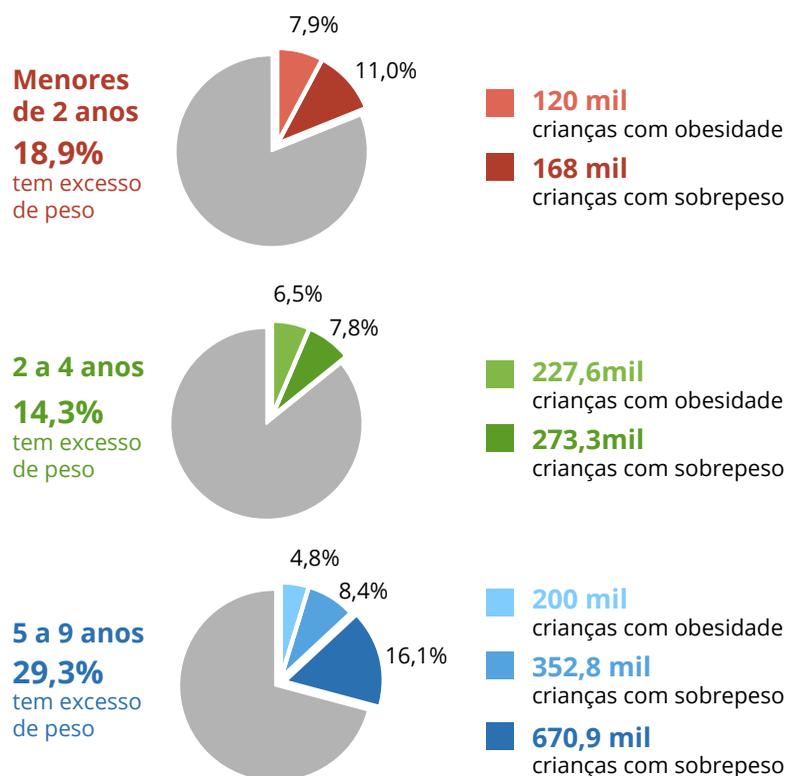
2

**Ações de promoção da
alimentação adequada
e saudável na escola**

2.1 Panorama nacional do cenário alimentar e nutricional infantil

O cenário epidemiológico alimentar e nutricional no Brasil aponta a problemática do excesso de peso como a condição mais prevalente em todas as faixas etárias e apresenta a alimentação inadequada como um de seus principais fatores de risco. A Pesquisa Nacional de Demografia e Saúde da Criança e da Mulher (PNDS) (BRASIL, 2009) mostrava, em 2006, uma prevalência de excesso de peso entre crianças menores de 5 anos igual a 7,3%. A Pesquisa de Orçamentos Familiares (IBGE, 2010) em 2008/2009 mostrou que um terço das crianças de 5 a 9 anos de idade apresentavam excesso de peso. Dados do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (Sisvan) mostraram que, em 2018, 15,7% das crianças menores de 5 anos e 29,3% das crianças entre 5 e 9 anos tinham excesso de peso, sendo 7% e 13,2% as prevalências de obesidade, respectivamente. O excesso de peso atinge 23,7% dos escolares de 13 a 17 anos, sendo que 7,8% apresentam obesidade, segundo dados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE) (IBGE, 2016) em 2015.

Figura 1 – Cenário da situação nutricional de crianças menores de 10 anos



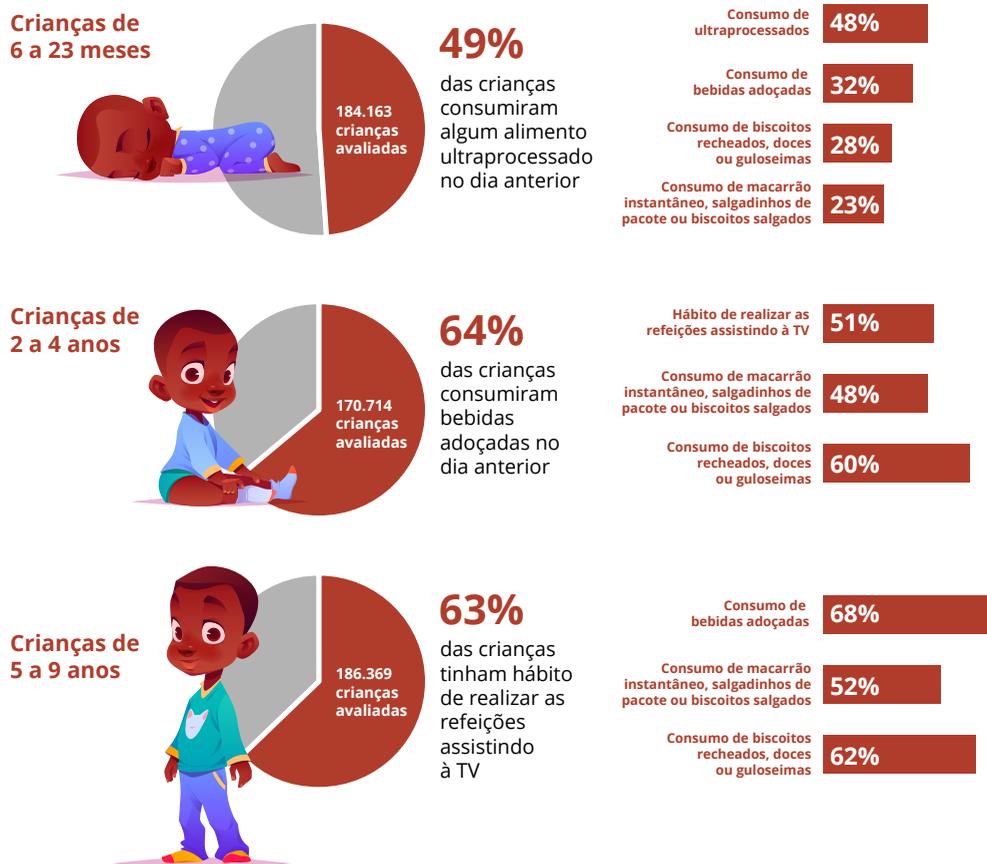
Fonte: Dados nacionais do Sisvan, relatórios públicos: <https://bit.ly/3yTPW3R>.

O perfil alimentar também apresentou mudanças alarmantes nas últimas décadas, caracterizadas pela redução do consumo de alimentos básicos e tradicionais e pelo aumento do consumo de alimentos processados e ultraprocessados, associados a padrões alimentares inadequados. Dados do Sisvan sobre o consumo

alimentar de crianças menores de 2 anos atendidas na Atenção Primária à Saúde (APS) do SUS mostraram prevalência de aleitamento materno exclusivo de 54,0% entre crianças menores de 6 meses, e, entre crianças de 6 a 23 meses, 32% consumiram bebidas adoçadas, 48% consumiram algum alimento ultraprocessado e 31% consumiram biscoito recheado, doces ou guloseimas. Dados do Sisvan mostraram que o consumo de bebidas adoçadas chegou a 68,2% entre crianças de 5 a 9 anos de idade em 2018.

Os dados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE) (IBGE, 2021) em 2019 mostraram que 97,3% dos escolares brasileiros de 13 a 17 anos consumiram, ao menos, um alimento ultraprocessado no dia anterior à pesquisa. No extremo oposto, apenas 2,7% deles não consumiu qualquer um desses alimentos.

Figura 2 – Cenário da situação alimentar e marcadores de consumo alimentar de crianças menores de 10 anos



Fonte: Dados nacionais do Sisvan, relatórios públicos: <https://bit.ly/3yTPW3R>.

Dicas

Você, gestor e profissional de saúde e educação, conhece o cenário alimentar e nutricional da população no seu território de atuação? Verifique nos relatórios públicos do Sisvan (disponíveis em <https://bit.ly/3yTPW3R>) se o seu município promove ações da vigilância alimentar e nutricional. Analise os dados e compartilhe com a equipe e a comunidade! O monitoramento do crescimento infantil auxilia na prevenção e no controle da obesidade infantil, e reconhecer o cenário alimentar e nutricional da população contribui com o planejamento das equipes e a priorização das necessidades da comunidade. Veja mais informações sobre como operacionalizar a vigilância alimentar e nutricional no link: <https://bit.ly/3PE3p5y>.



Fique atento!

Uma vez que o monitoramento do estado nutricional permanece como uma das condicionalidades de saúde do Programa Auxílio Brasil, as informações de peso e altura dos beneficiários acompanhados passam a compor o banco de dados do Sisvan ao final de cada vigência/semestre. Assim, quanto mais famílias realizarem o acompanhamento, mais informações teremos para a vigilância nutricional da comunidade. A cada vigência são registradas as seguintes informações para o acompanhamento das condicionalidades: estado nutricional de crianças menores de 7 anos e mulheres, situação do calendário vacinal de crianças menores de 7 anos e, caso a mulher esteja gestante, data da última menstruação (DUM) e situação de acesso ao pré-natal. O acompanhamento das condicionalidades de saúde é obrigatório para as crianças menores de 7 anos e para as mulheres de 14 a 44 anos e não obrigatório para as mulheres de 7 a 13 anos e de 45 a 60 anos. Verifique se as famílias beneficiárias de sua comunidade estão cumprindo com as condicionalidades de saúde por meio dos relatórios públicos disponíveis em <https://bit.ly/3yTBZmy>.

Lembre-se de que as condicionalidades de saúde podem ser realizadas juntamente com as ações do PSE, pois fazem parte das ações do programa.

2.2 O que é uma alimentação adequada e saudável?

Segundo a Política Nacional de Alimentação e Nutrição (Pnan), uma 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; 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 prazer; e baseada em práticas produtivas adequadas e sustentáveis.

Na prática, compreende um conjunto de estratégias que objetivam proporcionar aos indivíduos e coletividades a realização de práticas alimentares apropriadas, com base nas recomendações nacionais, que, no caso do Brasil, encontram-se no *Guia Alimentar para a População Brasileira* e no *Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores de Dois Anos*.

Espera-se que as diretrizes para uma alimentação adequada e saudável, somadas ao conjunto de materiais de apoio à implementação das ações de Paas, sejam utilizadas pelos gestores e profissionais da APS em parceria com outros setores, como a educação, privilegiando a participação da comunidade.



Fique atento!

Os Guias Alimentares têm como objetivo melhorar os padrões de alimentação e nutrição da população e contribuir para a promoção da saúde. Eles fornecem informações à população para facilitar a adoção de escolhas alimentares mais saudáveis, tendo em conta a cultura local. No Brasil existem dois Guias Alimentares. O *Guia Alimentar para a População Brasileira* é um marco de referência para indivíduos e famílias, governos e profissionais de saúde sobre a promoção da alimentação adequada e saudável; o *Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores de 2 Anos*, alinhado às recomendações do *Guia Alimentar para a População Brasileira*, apresenta um conjunto de recomendações e informações sobre alimentação de crianças nos dois primeiros anos de vida, com o objetivo de promover saúde, crescimento e desenvolvimento para que elas alcancem todo o seu potencial. Além disso, os guias apoiam a família no cuidado cotidiano, subsidiam os profissionais no desenvolvimento de ações de educação alimentar e nutricional em âmbito individual e coletivo no SUS e em outros setores.



Para conhecer os Guias Alimentares, acesse: <https://bit.ly/3wB7kIS>.

Segundo o *Guia Alimentar para a População Brasileira*, uma alimentação adequada e saudável deve seguir quatro recomendações e uma regra de ouro:

- ✔ Faça de alimentos *in natura* ou minimamente processados a base de sua alimentação – Alimentos *in natura* ou minimamente processados, em grande variedade e predominantemente de origem vegetal, são a base de uma alimentação nutricionalmente balanceada, saborosa, culturalmente apropriada e promotora de um sistema alimentar socialmente e ambientalmente sustentável.
- ✔ Utilize óleos, gorduras, sal e açúcar em pequenas quantidades ao temperar e cozinhar alimentos e criar preparações culinárias. Desde que utilizados com moderação em preparações culinárias com base em alimentos *in natura* ou minimamente processados, óleos, gorduras, sal e açúcar contribuem para diversificar e tornar mais saborosa a alimentação sem torná-la nutricionalmente desbalanceada.
- ✔ Limite o uso de alimentos processados, consumindo-os em pequenas quantidades, como ingredientes de preparações culinárias ou como parte de refeições baseadas em alimentos *in natura* ou minimamente processados. Os ingredientes e métodos usados na fabricação de alimentos processados – como conservas de legumes, compotas de frutas, queijos e pães – alteram de modo desfavorável a composição nutricional dos alimentos dos quais derivam.
- ✔ Evite alimentos ultraprocessados. Devido a seus ingredientes, alimentos ultraprocessados – como biscoitos recheados, “salgadinhos de pacote”, refrigerantes e “macarrão instantâneo” – são nutricionalmente desbalanceados. Por conta de sua formulação e apresentação, tendem a ser consumidos em excesso e a substituir alimentos *in natura* ou minimamente processados. Suas formas de produção, distribuição, comercialização e consumo afetam de modo desfavorável a cultura, a vida social e o meio ambiente.
- ✔ A regra de ouro: prefira sempre alimentos *in natura* ou minimamente processados e preparações culinárias a alimentos ultraprocessados; opte por água, leite e frutas no lugar de refrigerantes, bebidas lácteas e biscoitos recheados; não troque a “comida feita na hora” (caldos, sopas, saladas, molhos, arroz e feijão, macarronada, refogados de legumes e verduras, farofas, tortas) por produtos que dispensam preparação culinária (“sopas de pacote”, “macarrão instantâneo”, pratos congelados prontos para aquecer, sanduíches, frios e embutidos, maioneses e molhos industrializados, misturas prontas para tortas) e fique com sobremesas caseiras, dispensando as industrializadas.



Para crianças menores de 2 anos, os cuidados em relação à alimentação são elencados nos 12 passos para uma alimentação saudável:

- ✔ Amamentar até 2 anos ou mais, oferecendo somente o leite materno até 6 meses.
- ✔ Oferecer alimentos *in natura* ou minimamente processados, além do leite materno, a partir dos 6 meses.
- ✔ Oferecer água própria para o consumo à criança em vez de sucos, refrigerantes e outras bebidas açucaradas.
- ✔ Oferecer a comida amassada quando a criança começar a comer outros alimentos além do leite materno.
- ✔ Não oferecer açúcar nem preparações ou produtos que contenham açúcar à criança até 2 anos de idade.
- ✔ Não oferecer alimentos ultraprocessados para a criança.
- ✔ Cozinhar a mesma comida para a criança e para a família.
- ✔ Zelar para que a hora da alimentação da criança seja um momento de experiências positivas, aprendizado e afeto junto da família.
- ✔ Prestar atenção aos sinais de fome e saciedade da criança e conversar com ela durante a refeição.
- ✔ Cuidar da higiene em todas as etapas da alimentação da criança e da família.
- ✔ Oferecer à criança alimentação adequada e saudável também fora de casa.
- ✔ Proteger a criança da publicidade de alimentos.

As recomendações para uma alimentação saudável, com base nos Guias Alimentares, consideram o tipo de processamento a que são submetidos os alimentos antes de sua aquisição, preparo e consumo, e quatro categorias de alimentos são definidas de acordo com o tipo de processamento empregado na sua produção.

A primeira categoria reúne alimentos *in natura* ou minimamente processados, que são aqueles obtidos diretamente de plantas ou de animais e adquiridos para consumo sem que tenham sofrido qualquer alteração após deixarem a natureza; e os alimentos minimamente processados, que são alimentos *in natura* que, antes de sua aquisição, foram submetidos a alterações mínimas (secagem, polimento, empacotamento, entre outros). A segunda categoria corresponde a produtos extraídos de alimentos *in natura* ou diretamente da natureza e usados pelas pessoas para temperar e cozinhar alimentos e criar preparações culinárias, tais como óleos, gorduras, açúcar e sal. A terceira categoria corresponde a produtos fabricados essencialmente com a adição de sal ou açúcar a um alimento *in natura* ou minimamente processado; e a quarta categoria corresponde a produtos cuja fabricação envolve diversas etapas e técnicas de processamento e vários ingredientes, muitos deles de uso exclusivamente industrial. O quadro a seguir mostra exemplos de alimentos de cada uma das categorias. De acordo com a recomendação para uma alimentação adequada e saudável, quanto menor o nível de processamento, mais saudável é o alimento.

Quadro 1 – Os alimentos e suas categorias

| | |
|---|---|
|  <p>Alimentos <i>in natura</i> ou minimamente processados</p> | <p>Legumes, verduras, frutas, batata, mandioca e outras raízes e tubérculos <i>in natura</i> ou embalados, fracionados, refrigerados ou congelados; arroz branco, integral ou parboilizado, a granel ou embalado; milho em grão ou na espiga, grãos de trigo e de outros cereais; feijão de todas as cores, lentilhas, grão-de-bico e outras leguminosas; cogumelos frescos ou secos; frutas secas, sucos de frutas e sucos de frutas pasteurizados e sem adição de açúcar ou outras substâncias; castanhas, nozes, amendoim e outras oleaginosas sem sal ou açúcar; cravo, canela, especiarias em geral e ervas frescas ou secas; farinhas de mandioca, de milho ou de trigo e macarrão ou massas frescas ou secas feitas com essas farinhas e água; carnes de gado, de porco e de aves e pescados frescos, resfriados ou congelados; leite pasteurizado, ultrapasteurizado (“longa vida”) ou em pó, iogurte (sem adição de açúcar); ovos; chá, café e água potável.</p> |
|  <p>Óleos, gordura, sal e açúcar</p> | <p>Óleos de soja, de milho, de girassol ou de oliva, manteiga, banha de porco, gordura de coco, açúcar de mesa branco, demerara ou mascavo, sal de cozinha refinado ou grosso.</p> |
|  <p>Alimentos processados</p> | <p>Cenoura, pepino, ervilhas, palmito, cebola, couve-flor preservados em salmoura ou em solução de sal e vinagre; extrato ou concentrados de tomate (com sal e ou açúcar); frutas em calda e frutas cristalizadas; carne seca e toucinho; sardinha e atum enlatados; queijos; e pães feitos de farinha de trigo, leveduras, água e sal.</p> |
|  <p>Alimentos ultraprocessados</p> | <p>Vários tipos de biscoitos, sorvetes, balas e guloseimas em geral, cereais açucarados para o desjejum matinal, bolos e misturas para bolo, barras de cereal, sopas, macarrão e temperos instantâneos, molhos, salgadinhos de pacote, refrescos e refrigerantes, iogurtes e bebidas lácteas adoçados e aromatizados, bebidas energéticas, produtos congelados e prontos para aquecimento como pratos de massas, pizzas, hambúrgueres e extratos de carne de frango ou peixe empanados do tipo nuggets, salsichas e outros embutidos, pães de forma, pães para hambúrguer ou cachorro-quente, pães doces e produtos panificados cujos ingredientes incluem substâncias como gordura vegetal hidrogenada, açúcar, amido, soro de leite, emulsificantes e outros aditivos.</p> |

Fonte: Guia Alimentar para a População Brasileira: <https://bit.ly/3G7zXAj>.

A divulgação ampliada das recomendações dos Guias Alimentares tem a finalidade de expandir o seu alcance para que eles sejam utilizados nas casas das pessoas, nas unidades de saúde, nas escolas e em todo e qualquer espaço onde atividades de promoção da saúde tenham lugar, como centros comunitários, centros de referência de assistência social, sindicatos, centros de formação de trabalhadores e sedes de movimentos sociais. Acreditamos que o Programa Saúde na Escola seja uma excelente oportunidade para disseminar as diretrizes e orientações dos Guias Alimentares à população.

2.3 Quais são as ações da Promoção da Alimentação Adequada e Saudável (Paas) no ambiente escolar?

As ações de Paas a serem implementadas no ambiente escolar não se restringem à oferta de uma alimentação de qualidade ou à realização de ações educativas sobre alimentação e nutrição. É preciso compreender os fatores que influenciam as escolhas e o consumo alimentar, sejam eles sociais (família, amigos, status, mídia, escola, trabalho, moda), culturais (cultura alimentar local, valor simbólico e afetivo do alimento), econômicos (preço dos alimentos, renda do consumidor), psicológicos (prazer, memória afetiva) e ambientais (produção de alimentos, uso dos recursos naturais, acesso físico aos alimentos). Com um ambiente como a escola, promotor de práticas saudáveis e que favoreça escolhas saudáveis, o diálogo e a compreensão das famílias e dos escolares sobre uma prática alimentar adequada e saudável é facilitado. Assim, serão descritas algumas estratégias que podem apoiar gestores e profissionais a colocar em prática as ações de Paas na escola.

2.3.1 Alimentação escolar e Programa Nacional de Alimentação Escolar (Pnae)

Muitos estudantes têm na refeição oferecida na escola o único momento para se alimentar, enquanto outros evitam a refeição oferecida, substituindo-a por lanches prontos e alimentos comprados fora da escola, que nem sempre são os mais adequados e seguros. No Brasil, o Programa Nacional de Alimentação Escolar é uma política pública que objetiva contribuir para o crescimento, o desenvolvimento, a aprendizagem e a formação de práticas alimentares saudáveis dos educandos por meio de ações de educação alimentar e nutricional (EAN) e da oferta de refeições que contemplem as suas necessidades nutricionais durante o período em que eles estão na escola.

A alimentação escolar preparada com alimentos *in natura* ou minimamente processados e de forma variada, com tipos e quantidades adequadas às distintas fases da vida, compondo refeições nutritivas, coloridas e saborosas, auxilia a formação de hábitos alimentares saudáveis dos escolares. Dessa maneira, promove a melhoria das condições de saúde da população e contribui para a segurança alimentar e nutricional (SAN) das crianças e jovens e adultos do Brasil. Além disso, a alimentação escolar balanceada e saudável pode exercer influência positiva no rendimento escolar, uma vez que aumenta a capacidade de concentração e desenvolvimento cognitivo dos educandos, e nos hábitos das famílias, já que a criança ou jovem pode orientar pais e cuidadores sobre os hábitos adquiridos na escola.



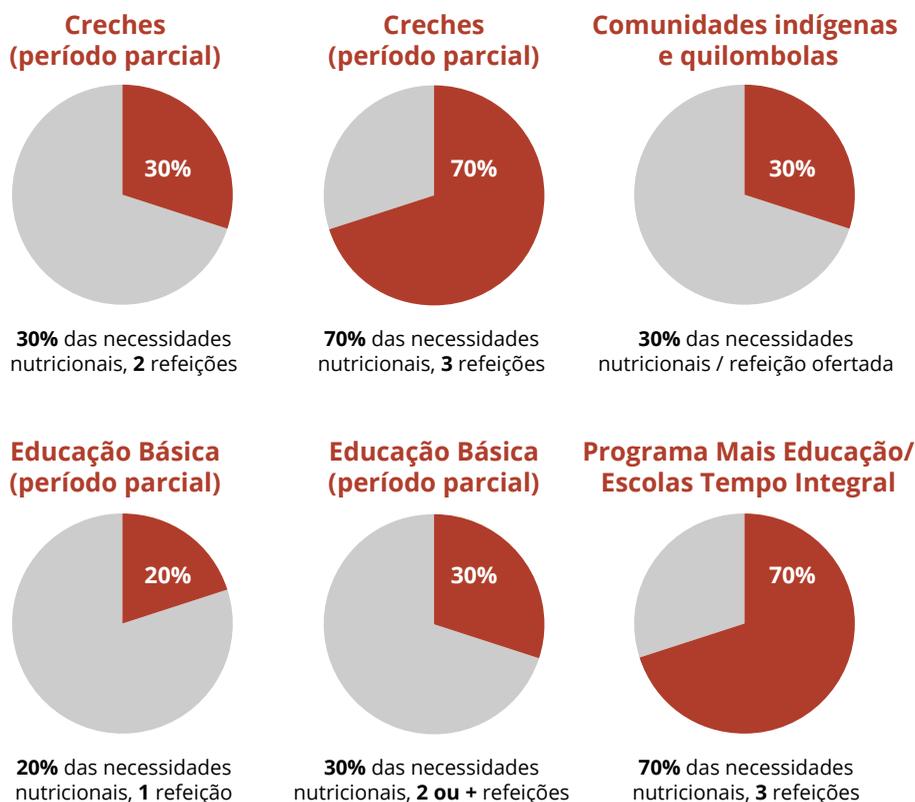
Segundo a legislação do Pnae, recomenda-se que os cardápios das refeições oferecidas nas escolas sejam planejados de modo que se observe a oferta limite de açúcar adicionado, gorduras, entre elas as saturadas e *trans*, além da quantidade de sódio. Há restrições para a aquisição, com recursos do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE), de alimentos processados e ultraprocessados, como enlatados, embutidos, doces, alimentos compostos e preparações prontas ou semiprontas.

Ressalta-se igualmente a proibição da aquisição de refrigerantes, sucos em pó e produtos similares (xarope de groselha, xarope de guaraná, suco artificial, chás prontos para o consumo), pois, além de serem alimentos ultraprocessados, são considerados bebidas de baixo valor nutricional.

A Resolução n.º 6, de 8 de maio de 2020, do FNDE atualizou os parâmetros do Pnae relacionados aos Guias Alimentares para a População Brasileira, considerando a classificação dos alimentos nos quatro grupos citados anteriormente, além de explicitar os participantes, reforçando o papel do Conselho de Alimentação Escolar, as formas de gestão, fiscalização, monitoramento e avaliação da execução da alimentação escolar. Reforçou também a importância das ações de educação alimentar e nutricional, além das demais ações de alimentação e nutrição.

Os cardápios da alimentação escolar devem ser planejados por nutricionistas do Pnae, de forma a atender às necessidades nutricionais dos estudantes de acordo com o período de permanência na escola e modalidade de ensino.

Figura 3 – Necessidades nutricionais dos estudantes de acordo com o período de permanência na escola e modalidade de ensino



Fonte: Brasil, 2020.

Visando contribuir com a aquisição de alimentos saudáveis e com a valorização da cultura alimentar local, a Lei n.º 11.947, de 16 de junho de 2009, institui que no mínimo 30% dos recursos financeiros repassados pelo FNDE devem ser utilizados para as compras diretas da agricultura familiar e de empreendimentos familiares rurais. Com essa medida, acredita-se que será facilitada a oferta de frutas e hortaliças aos escolares, bem como a priorização, sempre que possível, dos alimentos orgânicos e/ou agroecológicos. Podemos perceber que as refeições que os educandos fazem na escola são fundamentais para contribuir com sua saúde. O grupo de trabalho intersetorial do PSE pode articular ações junto às secretarias e equipes de educação e saúde para problematizar as práticas de alimentação na escola e aproveitar a oportunidade para reforçar as orientações acerca de uma alimentação adequada e saudável. Reunir os atores envolvidos nas compras, os profissionais que desenvolvem os cardápios e que preparam os alimentos, os vendedores da porta da escola e os agricultores familiares pode ser uma boa ferramenta para qualificar o papel da escola na promoção da saúde para debater com os parceiros intersetoriais e comunidade como oferecer alimentação saudável no ambiente escolar.





Saiba mais

BRASIL. Lei n.º 11.947, de 16 de junho de 2009. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar e do Programa Dinheiro Direto na Escola aos alunos da educação básica; altera as Leis n.ºs 10.880, de 9 de junho de 2004, 11.273, de 6 de fevereiro de 2006, 11.507, de 20 de julho de 2007; revoga dispositivos da Medida Provisória n.º 2.178-36, de 24 de agosto de 2001, e a Lei n.º 8.913, de 12 de julho de 1994; e dá outras providências. **Diário Oficial da União**: seção 1, Brasília, DF, p. 2, 17 jun. 2009.

BRASIL. **Resolução n.º 6, de 8 de maio de 2020**. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE. Brasília, DF, 2020. Disponível em: <https://bit.ly/3t5zGZF>. Acesso em: 25 maio 2022.

BRASIL. Ministério da Educação. FUNDO NACIONAL DE DESENVOLVIMENTO DA EDUCAÇÃO. **Manual de apoio para as atividades técnicas do Nutricionista no âmbito do PNAE**. Brasília, DF: FNDE, 2018. Disponível em: <https://bit.ly/3PYi8Zs>. Acesso em: 25 maio 2022.

BRASIL. Ministério da Educação. FUNDO NACIONAL DE DESENVOLVIMENTO DA EDUCAÇÃO. **Manual de Orientações para a Alimentação Escolar na Educação Infantil, Ensino Fundamental, Ensino Médio e na Educação de Jovens e Adultos**: manual de instruções operacionais para nutricionistas vinculados ao PNAE e diretores escolares. Disponível em: <https://bit.ly/3NEQhvo>. Acesso em: 25 maio 2022.

FUNDO NACIONAL DE DESENVOLVIMENTO DA EDUCAÇÃO (Brasil). **Nota Técnica n.º 09/2019 – Recomendações para o planejamento de cardápios das creches atendidas pelo Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE**. Disponível em: <https://bit.ly/3IODIBG>. Acesso em: 25 maio 2022.

FUNDO NACIONAL DE DESENVOLVIMENTO DA EDUCAÇÃO (Brasil). **Caderno de referência**: alimentação escolar para estudantes com necessidades alimentares especiais. Brasília, DF: FNDE, 2017. Disponível em: <https://bit.ly/3aljAVb>. Acesso em: 25 maio 2022.

BRASIL. Ministério da Educação. FUNDO NACIONAL DE DESENVOLVIMENTO DA EDUCAÇÃO. **Manual para aplicação dos testes de aceitabilidade no Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE)**. Brasília, DF: FNDE, 2017. Disponível em: <https://bit.ly/3NDpvDw>. Acesso em: 25 maio 2022.

2.3.2 Boas práticas de fabricação e manipulação de alimentos nas escolas

Além da disponibilidade de alimentos saudáveis no ambiente escolar, a sensibilização dos responsáveis pela produção e oferta dos alimentos na escola constitui estratégia para o fortalecimento das ações de promoção da alimentação adequada e saudável e de promoção da saúde nas escolas. Partindo do pressuposto de que uma alimentação saudável no ambiente escolar não se restringe à oferta de alimentos ou preparações saudáveis, é preciso considerar a segurança daquilo que é ofertado para os escolares.

O controle de qualidade dos gêneros alimentícios e das refeições precisa ocorrer em toda a cadeia produtiva, da produção agropecuária ao consumo dos alimentos ou preparações. Assim, medidas preventivas e de controle precisam acontecer em toda a cadeia, desde a seleção dos fornecedores, distribuição, armazena-

mento, preparo e até o consumo. Alimentos manipulados ou conservados inadequadamente são fatores de risco para muitas doenças transmitidas por alimentos (DTA).



Fique atento!

A ocorrência de surtos de DTA é de notificação compulsória, normatizada por portarias específicas. Desse modo, os profissionais de saúde e os responsáveis por estabelecimentos de saúde devem comunicar aos sistemas de vigilância municipal, estadual e federal a existência de surto(s).

Para garantir as boas práticas de fabricação e a manipulação de alimentos nas escolas é imprescindível ofertar educação permanente aos manipuladores de alimentos. Nessas ações, pode-se avaliar o controle dos gêneros alimentícios utilizados, divulgar e reforçar normas e procedimentos operacionais, verificar o cumprimento dos cardápios, avaliar as condições de higiene e saúde, realizar análise sensorial das refeições preparadas, verificar a aceitação dos cardápios planejados e acompanhar o desempenho dos manipuladores de alimentos. É importante considerar, também, o envolvimento do nutricionista da alimentação escolar, da unidade de saúde e a parceria com a Vigilância Sanitária local no desenvolvimento dessas ações.



Está na Lei!

As boas práticas para serviços de alimentação, o que inclui as cozinhas escolares, estão estabelecidas pela Resolução – RDC n.º 216, de 2004, publicada pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa). Esse regulamento tem como objetivo proteger a saúde da população contra doenças transmitidas pelo consumo de alimentos contaminados, auxiliando comerciantes e manipuladores no preparo, armazenagem e venda de alimentos de forma adequada, higiênica e segura. O texto completo dessa Resolução está disponível em: www.anvisa.gov.br.

Antes do preparo, é importante ter cuidado especial na higienização de alimentos, utensílios, o ambiente e a higiene dos manipuladores. Congelamento, descongelamento, conservação e cozimento são etapas que precisam ser cuidadosamente orientadas aos profissionais para o preparo e oferta de uma alimentação segura.

É importante atentar ainda para a disponibilidade de água potável de qualidade para consumo humano, inclusive para o preparo de alimentos e gelo. A escola e a equipe de atenção primária precisam ficar atentas para a higienização e conservação da caixa d'água, que deve ser lavada e desinfetada a cada seis meses.

Esse tema deve ser associado a hábitos saudáveis, de forma a estimular a lavagem de mãos, a necessidade de ambiente limpo, livre de sujidades, animais e demais elementos que possam interferir na qualidade sanitária da alimentação. Cuidar do ambiente também é cuidar da saúde.

Saiba mais

BRASIL. Ministério da Saúde. AGÊNCIA NACIONAL DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA. **Cartilha sobre boas práticas para serviços de alimentação**. Brasília, DF: Anvisa, [2004]. Disponível em: <https://bit.ly/3z4tQeR>. Acesso em: 25 maio 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Manual integrado de vigilância, prevenção e controle de doenças transmitidas por alimentos**. [20--]. Disponível em: <https://bit.ly/3PMpnn7>. Acesso em: 25 maio 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. Sistema de Informação de Agravos de Notificação. **Ficha de investigação de surto – DTA**. 2006. Disponível em: <https://bit.ly/3PGqULv>. Acesso em: 25 maio 2022.

2.3.3 Comércio local e alimentação escolar

A influência do ambiente escolar no comportamento alimentar também se dá no acesso à alimentação no comércio do entorno da escola. A disponibilidade de gêneros alimentícios para compra nesses espaços nem sempre pressupõe a oferta de alimentos saudáveis, impactando de forma negativa a concepção de escola como ambiente saudável. É preciso problematizar que o comércio de alimentos para os escolares pode e precisa constituir-se num ambiente de estímulo e divulgação de informações sobre alimentação, nutrição e saúde e promover a oferta de alimentos seguros e saudáveis que respeitem o prazer e o hábito cultural. A regulamentação da comercialização de alimentos em estabelecimentos localizados nas escolas deve ser bastante debatida, envolvendo toda a comunidade escolar e os comerciantes de alimentos. Essa é uma oportunidade de agregar atores do território, já que a responsabilidade deve ser compartilhada entre educação e saúde e demais parceiros para debater a saúde local e fortalecer a escola como espaço público de promoção da saúde.

Além da oferta de alimentos e preparações, é importante lembrar que alimentos não saudáveis, ou seja, ricos em açúcar, gorduras e sal, comumente têm maior divulgação nas lanchonetes escolares e nos meios de comunicação. A propaganda, representada em sua maior parte pelos meios de comunicação, exerce forte influência na escolha de alimentos. Além da grande oferta, há ainda uma falta de informação sobre esses produtos por parte da população, de forma que os anúncios veiculados direcionam as escolhas e, por consequência, acabam influenciando os hábitos alimentares dos escolares.

Diante da preocupação cada vez mais crescente com a alimentação escolar e a obesidade infantil, diferentes ferramentas e estratégias de promoção da alimentação adequada e saudável no ambiente escolar e de educação alimentar e nutricional devem ser ofertadas. Além disso, é clara a importância de desenvolver ações em parceria com os pais e toda a comunidade escolar discutindo e fomentando a regulamentação da publicidade de alimentos e da comercialização de alimentos pelas cantinas escolares.



Fique atento!

Alguns estados e municípios regulamentam medidas para a promoção da alimentação saudável no ambiente escolar e diminuição de consumo de alimentos não saudáveis (como bebidas adoçadas e outros alimentos ultraprocessados). Em geral, as medidas preveem a regulamentação da oferta de alimentos nas cantinas, proibem a publicidade de alimentos não saudáveis no ambiente escolar, incentivam a capacitação dos cantineiros e a implementação de atividades educativas, entre outras. Verifique se o seu município dispõe de legislação específica que promova a alimentação saudável nas escolas e discuta o tema com a comunidade.

Saiba mais

INSTITUTO BRASILEIRO DE DEFESA DO CONSUMIDOR.

Publicidade de alimentos não saudáveis: os entraves

e as perspectivas de regulação no Brasil. São Paulo:

Idec, 2014. (Cadernos Idec. Série Alimentos, v. 2). Disponível em: <https://bit.ly/3GpHVFr>. Acesso em: 25 maio 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica.

Regulamentação da comercialização de alimentos em escolas no Brasil: experiências

estaduais e municipais. Brasília, DF: MS, 2007. Disponível em: <https://bit.ly/3GxcuZU>. Acesso em: 25 maio 2022.

INSTITUTO BRASILEIRO DE DEFESA DO CONSUMIDOR. **Alimentação saudável nas escolas:** guia

para municípios. São Paulo: Idec, [2018]. Disponível em: <https://bit.ly/3lRp7pi>. Acesso em: 25 maio 2022.

2.3.4 Publicidade de alimentos e a escola como um espaço promotor da alimentação adequada e saudável

O público infantil é o mais vulnerável aos apelos promocionais, e a propaganda e a publicidade influenciam significativamente nas escolhas alimentares, especialmente no consumo de alimentos ricos em açúcar, gorduras e sal. Pesquisas mostram que as crianças brasileiras passam, em média, cinco horas por dia em frente à televisão, e a maioria das propagandas de alimentos divulgadas referem-se a alimentos não saudáveis.

Além da baixa qualidade nutricional dos alimentos divulgados na maioria das propagandas destinadas ao público infantil, são explorados sentimentos como satisfação, prazer e alegria, juntamente com as ideias de diversão, identificação do consumidor e convencimento. O consumo desses alimentos é associado a aspectos positivos e agradáveis, utilizando estratégias voltadas especialmente ao público infantil.

Por esse motivo, em 2005, a Organização Mundial da Saúde (OMS) reconheceu a comercialização de alimentos não saudáveis para o público infantil como um fator que contribui para o aumento dos níveis de excesso de peso. A Norma Brasileira para Comercialização de Alimentos para Lactentes e Crianças de Primeira Infância (NBCAL) e a Lei n.º 11.265, de 3 de janeiro de 2006, são documentos importantes para a regulamentação da rotulagem e promoção comercial de produtos destinados a lactentes e crianças de primeira infância (até 3 anos de idade) como leites, papinhas, mamadeiras, bicos e chupetas.



É importante que os profissionais que atuam com crianças na faixa etária abrangida pela NBCAL conheçam a legislação, por isso é responsabilidade de órgãos públicos das áreas da saúde, educação, pesquisa, vigilância sanitária, instituições de ensino e entidades associativas participar da divulgação e acompanhamento do cumprimento da regulamentação.

Considerando a escola como espaço de convivência e de troca de vivências, a experiência alimentar na escola pode ser levada ao núcleo familiar, e, nesse aspecto, destaca-se o papel da merenda escolar. Uma escola promotora de saúde estimula, por meio do programa de alimentação escolar, boas práticas de alimentação e estimula na comunidade, a busca por escolhas alimentares mais saudáveis e sustentáveis (ABERC, 2008).

É fundamental que a comunidade escolar, em parceria com as equipes de APS, possa se apropriar dessa discussão na sua localidade, compreendendo a determinação do ambiente nos hábitos alimentares da população infantil. Observe os alimentos disponíveis para venda aos escolares, se existe publicidade presente nas escolas e nos livros escolares ou se é realizada a distribuição de amostras de fórmulas infantis nos serviços de saúde.



Fique atento!

Quando é encontrada uma infração de qualquer artigo da NBCAL e da Lei n.º 11.265, deve-se encaminhar uma denúncia para a vigilância sanitária ou para a ouvidoria da Anvisa (ouvidoria@anvisa.gov.br).

Saiba mais

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DAS EMPRESAS DE REFEIÇÕES COLETIVAS. **Anais do IV Fórum Nacional de Merenda Escolar**. São Paulo: ABERC, 2008.

BRASIL. Ministério da Saúde. AGÊNCIA NACIONAL DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA. Resolução n.º 24, de 15 de junho de 2010. Dispõe sobre a oferta, propaganda, publicidade, informação e outras práticas correlatas cujo objetivo seja a divulgação e a promoção comercial de alimentos considerados com quantidades elevadas de açúcar, de gordura saturada, de gordura trans, de sódio, e de bebidas com baixo teor nutricional, nos termos desta Resolução, e dá outras providências. **Diário Oficial da União**: seção 1, Brasília, DF, n. 122, p. 46, 29 jun. 2010.

BRASIL. **Lei n.º 11.265, de 3 de janeiro de 2006**. Regulamenta a comercialização de alimentos para lactentes e crianças de primeira infância e também a de produtos de puericultura correlatos. Brasília, DF: MS, 2006. Disponível em: <https://bit.ly/3wRZtH0>. Acesso em: 25 maio 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. AGÊNCIA NACIONAL DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA. **Resolução RDC n.º 221, de 5 de agosto de 2002**. Aprova o regulamento técnico sobre chupetas, bicos, mamadeiras e protetores de mamilo. Brasília, DF: MS, 2002. Disponível em: <https://bit.ly/3LOHI5j>. Acesso em: 25 maio 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. AGÊNCIA NACIONAL DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA. **Resolução RDC n.º 222, de 5 de agosto de 2002.** Regulamento Técnico para Promoção Comercial de Alimentos para Lactentes e Crianças de Primeira Infância. Brasília, DF: MS, 2002. Disponível em: <https://bit.ly/3MVnNNL>. Acesso em: 25 maio 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria n.º 2.051, de 8 de novembro de 2001.** Estabelece os novos critérios da Norma Brasileira de Comercialização de Alimentos para Lactentes e Crianças de Primeira Infância, Bicos, Chupetas e Mamadeiras. Brasília, DF: MS, 2001. Disponível em: <https://bit.ly/3PG5L3U>. Acesso em: 25 maio 2022.

2.3.5 Educação alimentar e nutricional

A educação alimentar e nutricional (EAN) se insere no âmbito das políticas públicas no contexto da promoção da saúde e da segurança alimentar e nutricional (SAN) e tem sido considerada nos últimos anos uma estratégia fundamental para a prevenção e controle dos problemas alimentares e nutricionais.

Segundo o *Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas*, a educação alimentar e nutricional é

um campo de conhecimento e prática contínua e permanente, 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, p. 23).

São consideradas ações de EAN aquelas que: garantam a oferta de alimentação adequada e saudável nas escolas; promovam a formação das pessoas envolvidas direta ou indiretamente com a alimentação escolar; favoreçam os hábitos alimentares regionais e culturais saudáveis; articulem as políticas municipais, estaduais e federais no campo da saúde, educação e assistência social; dinamizem o currículo das escolas, tendo por eixo temático a alimentação no ambiente escolar; promovam metodologias inovadoras para o trabalho pedagógico; estimulem e promovam o consumo de alimentos orgânicos de base agroecológicas; e incentivem o desenvolvimento de tecnologias sociais voltadas para o campo da alimentação escolar.

Além dessa ação, a Portaria Interministerial n.º 1.010, de 8 de maio de 2006, estabeleceu as diretrizes para a promoção da alimentação adequada e saudável nas escolas de educação infantil, ensino fundamental e ensino médio, públicas e privadas, de todo o território brasileiro. Um dos eixos prioritários da portaria consiste na realização de ações de EAN.

O FNDE tem promovido ações como a alteração, a partir do ano de 2015, nos editais do Programa Nacional do Livro e do Material Didático (PNLD), para que as obras dialoguem com a promoção da alimentação adequada e saudável no ambiente escolar e com a Política Nacional de Alimentação e Nutrição. Outra ação relevante nessa agenda foi a inserção de mensagens sobre alimentação adequada e saudável na quarta capa dos livros didáticos de ensino fundamental e de ensino médio.

Cabe destacar os Centros Colaboradores e Unidade Acadêmica Especializada (UAE) como instituições parceiras (Instituições Federais de Ensino Superior – IFES), no âmbito do Programa Nacional de Alimentação

Escolar (Pnae), para desenvolver ações de pesquisa, ensino e extensão, mediante a celebração de Termos de Execução Descentralizada (TED) e Termos de Cooperação (TC) a serem desenvolvidos com base em planos de trabalho por meio de descentralização de créditos orçamentários e repasse de recursos financeiros.

Buscando incentivar o debate e a prática das ações de EAN no ambiente escolar e dar visibilidade àquelas já desenvolvidas nas escolas públicas, o FNDE lançou, em 2017, a Jornada de Educação Alimentar e Nutricional, inicialmente destinada às escolas de Educação Infantil, e, em 2018, foram incluídas as escolas de Ensino Fundamental.

A Jornada de EAN surgiu como um instrumento para contribuir com a conscientização de escolhas alimentares mais saudáveis pelos nossos estudantes. A escola é um ambiente que pode promover uma alimentação adequada, saudável e segura, inserindo conceitos de alimentação e nutrição nos diferentes níveis de ensino, aliados ao conteúdo programático. A Jornada de EAN tem fomentado a criação de bons hábitos de alimentação pelas crianças.

Em 2018, foi publicada a Lei n.º 13.666, de 16 de maio de 2018, a qual inclui o tema transversal da educação alimentar e nutricional no currículo escolar.

Sugere-se que a EAN seja discutida como um dos eixos de trabalho no Projeto Político Pedagógico (PPP) da escola e no planejamento de ações intersetoriais entre equipes de educação e de saúde. Ações podem ser desenvolvidas em datas oportunas e específicas (por exemplo: Dia da Família, Dia das Crianças, Dia Internacional da Pessoa Idosa, Dia Mundial da Alimentação, entre outras), quando se pode debater que tipo de alimentos oferecemos para celebrar essas datas e para a abordagem de temas relacionados à promoção da alimentação adequada e saudável no ambiente escolar.

A horta escolar também pode ser uma das estratégias que propicia aos escolares a construção de conhecimentos e habilidades que lhes permitem produzir, descobrir, selecionar e consumir os alimentos de forma adequada, saudável, segura e lúdica. Se utilizada de maneira pedagógica, a horta enriquece o processo de ensino-aprendizagem e sua implementação assume um caráter educativo, trançando estratégias de desenvolvimento sustentável, respeitando as diversidades da região que incidam sobre a melhoria da qualidade de vida da população, com estímulo à produção de alimentos saudáveis.





Saiba mais

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. **Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas.**

Brasília, DF: MDS; Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, 2012. Disponível em: <https://bit.ly/3z3eKX3>. Acesso em: 25 maio 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Manual operacional para profissionais de saúde e educação:** promoção da alimentação saudável nas escolas. Brasília, DF: MS, 2008. Disponível em: <https://bit.ly/3M2ej8Q>. Acesso em: 25 maio 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Manual do aluno:** promovendo a alimentação saudável. Brasília, DF: MS, 2010. Disponível em: <https://bit.ly/3LPBfBr>. Acesso em: 25 maio 2022.

BRASIL. Lei n.º 13.666, de 16 de maio de 2018. Altera a Lei n.º 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. **Diário Oficial da União:** seção 1, Brasília, DF, n. 94, p. 1, 17 maio 2018.

FUNDO NACIONAL DE DESENVOLVIMENTO DA EDUCAÇÃO (Brasil). **Programa Nacional de Alimentação Escolar:** Educação Alimentar e Nutricional – EAN. ©2017. Disponível em: <https://bit.ly/3lOI77G>. Acesso em: 25 maio 2022.

FUNDO NACIONAL DE DESENVOLVIMENTO DA EDUCAÇÃO (Brasil). **Vídeo sobre o Programa Hortas Escolares – FNDE/FAO.** ©2017. Disponível em: <https://bit.ly/3lQu95f>. Acesso em: 25 maio 2022.

BRASIL. Ministério da Educação. **Caderno 1 Projeto Educando com a Horta:** A horta escolar dinamizando o currículo da escola. Brasília, DF: FNDE, 2007. Disponível em: <https://bit.ly/3NE1uvX>. Acesso em: 25 maio 2022.

BRASIL. Ministério da Educação. **Caderno 2 Projeto Educando com a Horta:** Orientações para implantação e implementação da horta escolar. Brasília, DF: FNDE, 2008. Disponível em: <https://bit.ly/3lS6vFw>. Acesso em: 25 maio 2022.

BRASIL. Ministério da Educação. **Caderno 3 Projeto Educando com a Horta:** Alimentação e nutrição: caminhos para uma vida saudável. Brasília, DF: FNDE, 2008. Disponível em: <https://bit.ly/3NCOozh>. Acesso em: 25 maio 2022.

3

**Praticando a promoção
da alimentação adequada
e saudável na escola**

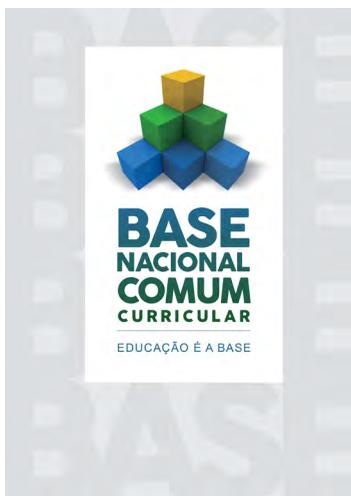
Educar e aprender são fenômenos que envolvem todas as dimensões do ser humano e, quando isso deixa de acontecer, causa prejuízos no desenvolvimento humano individual e social. Para promover esse processo de educação e aprendizagem, é preciso superar as formas de fragmentação do processo pedagógico em que os conteúdos não se relacionam, não se integram e não interagem.

Nesse sentido, a Base Nacional Comum Curricular (BRASIL, 2018) orienta que as ações de saúde, educação e esportes estejam amplamente abordadas. E esses conhecimentos estão amparados tanto nas componentes curriculares didáticas quanto nos Temas Contemporâneos Transversais (TCTs), pois 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 estudantes em suas realidades, contribuindo para trazer contexto e contemporaneidade aos objetos do conhecimento descritos na BNCC. Essa integração visa também cumprir a legislação que versa sobre a educação básica, para garantir aos estudantes os direitos de aprendizagem, pelo acesso a conhecimentos que possibilitem a formação integral para o trabalho, para a cidadania e para a democracia, e para assegurar que sejam respeitadas as características regionais e locais da cultura, da economia e da população que frequenta a escola.

Saiba mais

BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular – BNCC**. Brasília, DF: MEC, 2018. Disponível em: <https://bit.ly/3LSNZXZ>. Acesso em: 25 maio 2022.

Assim, existem múltiplas possibilidades didático-pedagógicas para a abordagem da saúde, da educação e do esporte que podem integrar diferentes modos de organização curricular. Tais possibilidades envolvem, pois, três níveis de complexidade: disciplinar, interdisciplinar e transdisciplinar. O trabalho disciplinar pressupõe a abordagem dos conteúdos relacionados aos temas contemporâneos de forma integrada aos conteúdos de cada componente curricular. Não se trata, portanto, de abordar o tema paralelamente, mas de trazer para os conteúdos e para a metodologia da área a perspectiva dos TCTs. Por sua vez, a interdisciplinaridade implica um diálogo entre os campos dos saberes, em que cada componente acolhe as contribuições dos outros, ou seja, há uma interação entre eles. Nesse pressuposto, um TCT pode ser trabalhado envolvendo dois ou mais componentes curriculares. A abordagem transdisciplinar contribui para que o conhecimento construído extrapole o conteúdo escolar, uma vez que favorece a flexibilização das barreiras que possam existir entre as diversas áreas do conhecimento, possibilitando a abertura para a articulação entre elas. Essa abordagem contribui para reduzir a fragmentação do conhecimento, ao mesmo tempo em que busca compreender os múltiplos e complexos elementos da realidade que afetam a vida em sociedade.



Em qualquer uma das formas de abordagem, importa vincular os temas à dinâmica social cotidiana para que faça sentido incluir seus conteúdos

nos assuntos estudados e para que seja feita sua vinculação com o desenvolvimento das dez competências gerais da BNCC, que, por sua vez, visam à construção da cidadania e à formação de atitudes e valores. A abordagem dos Temas como eixos integradores ajuda a valorizar sua importância e dar significado e relevância aos conteúdos escolares. Nesse contexto, trabalhar as áreas da saúde, da educação e dos esportes na perspectiva da transversalidade e, conseqüentemente, da intersectorialidade permite a efetiva educação para a vida em sociedade, tendo em vista que uma das oportunidades decorrentes de sua abordagem é a aprendizagem da gestão de conflitos, que contribui para eliminar, progressivamente, as desigualdades econômicas. Destaca-se a orientação de que os temas não devem ser trabalhados em blocos rígidos, em estruturas fechadas de áreas de conhecimento, mas sim, que eles sejam desenvolvidos de um modo contextualizado e transversalmente. Esses pressupostos favorecem para que o trabalho das áreas da saúde, da educação e dos esportes no contexto escolar se efetive como uma estratégia eficaz na construção da cidadania do estudante e da participação ativa da vida em sociedade, e não um fim em si mesmo, conferindo a esses conteúdos um significado maior e classificando-os de fato como Temas Contemporâneos Transversais.

O PSE está inserido no contexto da educação básica e da Atenção Primária à Saúde. A educação básica compreende a educação infantil (creche e pré-escola), o ensino fundamental, o ensino médio e a educação de jovens e adultos (EJA). É importante discutir ações que envolvam de forma integral a saúde dos educandos, de acordo com suas particularidades e respeitando o nível de ensino e as fases do ciclo de vida.

No PSE, equipes da APS e das escolas desenvolvem, em conjunto, ações de promoção da alimentação saudável, além de ações de vigilância em saúde dos escolares, de forma periódica. Frente às necessidades de saúde identificadas, devem se articular para a elaboração de

ações de educação e saúde e projetos terapêuticos singulares e integrados para acompanhamento das necessidades de saúde e dos problemas detectados. A tabela a seguir traz algumas especificidades a serem consideradas em cada um dos níveis de ensino. Para apoiar gestores, profissionais de saúde e educação na organização e realização das atividades de promoção da alimentação adequada e saudável, existe uma série de materiais. Destacamos o *Guias Alimentar para a População Brasileira*, o *Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores de 2 Anos* e a série de materiais, feitos em parceria com a Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ), sobre a organização e implementação de ações em creches, estabelecimentos de educação infantil, ensino fundamental I e II.



| Nível de ensino | Temas de destaque | Ação estratégica |
|---|--|---|
| <p>Educação infantil</p> <p>Caracteriza-se como espaço institucional não doméstico que educa crianças de 0 a 5 anos e 11 meses de idade.</p> | <p>Aleitamento materno</p>  | <ul style="list-style-type: none"> • As ações voltadas à educação infantil incluem aquelas destinadas às creches e devem garantir a continuidade do aleitamento materno até os 2 anos de idade ou mais e, também, favorecer a introdução da alimentação complementar adequada e saudável, seja por meio da oferta de alimentos ou pelas atividades de educação alimentar e nutricional que reúnem a comunidade escolar e sejam desenvolvidas dentro e fora do ambiente escolar. • O leite materno é o melhor alimento para o bebê, pois tem todos os nutrientes necessários para o crescimento e desenvolvimento da criança, protegendo-a contra infecções, diarreia e alergias, contribuindo para a redução da mortalidade na infância. É também um importante fator de proteção contra o câncer de mama para a mulher que amamenta, reduz o risco de hemorragia e anemia pós-parto e favorece o vínculo afetivo entre mãe e filho. • O Ministério da Saúde recomenda que as crianças sejam amamentadas de forma exclusiva nos 6 primeiros meses de vida (sem água e/ou chás) e de forma complementada até os 2 anos ou mais. • No caso da mãe estudante ou trabalhadora, é importante o apoio e estímulo da comunidade escolar, assim como dos profissionais da Atenção Primária à Saúde, para a continuação da amamentação. Dessa forma, importante que a mãe tenha livre acesso à creche ou escola do filho para amamentá-lo, respeitando as rotinas da escola e as atividades da criança nesse ambiente, bem como alterações na rotina da mãe, podendo, inclusive, realizar os estudos em casa. • Nos casos em que a mãe não consegue ir até a creche amamentar a criança, mas precisa esvaziar a mama para evitar problemas com a produção do leite materno, é muito importante que os profissionais que atuam com mães e crianças saibam como orientar. Aqui a parceria entre creche e Unidades Básicas de Saúde é fundamental. |
| | <p>Alimentação complementar</p>  | <ul style="list-style-type: none"> • A partir de 6 meses de idade, além do leite materno, outros alimentos devem fazer parte das refeições da criança. • A introdução da alimentação complementar aproxima progressivamente a criança aos hábitos alimentares de quem cuida dela e exige todo um esforço adaptativo a uma nova fase do ciclo de vida, na qual lhe são apresentados novos sabores, cores, aromas, texturas e saberes, sendo o grande desafio dos profissionais envolvidos conduzir adequadamente esse processo, auxiliando a mãe e os cuidadores da criança de forma adequada, atentos às necessidades dela, da mãe e da família, acolhendo dúvidas, preocupações, dificuldades, conhecimentos prévios e também os êxitos, que são tão importantes quanto o conhecimento técnico para garantir o sucesso de uma alimentação complementar saudável. • Durante a introdução de alimentos, algumas recomendações são importantes: deve-se oferecer água própria para o consumo à criança em vez de sucos, refrigerantes e outras bebidas açucaradas. Açúcar e alimentos ultraprocessados não devem ser oferecidos até os 2 anos de idade. • As orientações sobre a alimentação de crianças menores de 2 anos devem ser observadas no <i>Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores de 2 Anos</i> e, com base nelas, as equipes podem organizar atividades de educação alimentar e nutricional no ambiente escolar. |

| Nível de ensino | Temas de destaque | Ação estratégica |
|---|---|--|
| | <p>Prevenção de carências nutricionais específicas</p>  | <ul style="list-style-type: none"> • As carências nutricionais podem afetar o crescimento e desenvolvimento cognitivo, destacando-se a ocorrência de baixa estatura, baixo aproveitamento escolar e redução da capacidade de produtividade na vida adulta, podendo ser responsável por danos irreversíveis. • Nesse período de introdução da alimentação complementar, considerando as elevadas necessidades nutricionais, diversos cuidados devem ser tomados a fim de evitar principalmente a carência de vitamina A e a anemia. • O Ministério da Saúde dispõe de programas de suplementação voltados para crianças. O Programa Nacional de Suplementação de Ferro (PNSF) e o Programa Nacional de Vitamina A (PNSVA) preveem a distribuição de suplementos na UBS, e o NutriSUS é realizado em creches e pré-escolas participantes do PSE. Mais informações sobre os programas de suplementação estão disponíveis em: https://bit.ly/3wj4xwj. • Destaque deve ser dado aos alimentos fonte de ferro e vitamina A que podem ser explorados na oferta da alimentação às crianças e durante as ações de educação alimentar e nutricional. • O ferro pode ser encontrado em diferentes fontes, sendo as de origem animal mais bem aproveitadas, por exemplo, carnes vermelhas, principalmente fígado de qualquer animal e outras vísceras (miúdos), como rim e coração; carnes de aves e de peixe; e mariscos crus. A presença de ácido ascórbico, disponível em frutas cítricas, e de alimentos ricos em proteínas na refeição melhora a absorção de ferro proveniente de produtos vegetais, como: brócolis, beterraba, couve-flor e outros. • As principais fontes de vitamina A são o leite humano, fígado, gema de ovo e leite de vaca. A provitamina A é encontrada em vegetais folhosos verdes (como espinafre, couve, beldroega, bortalha e mostarda), vegetais amarelos (como abóbora e cenoura) e frutas amarelo-laranjadas (como manga, caju, goiaba, mamão e caqui), além de óleos e frutas oleaginosas (buriti, pupunha, dendê e pequi) que são as mais ricas fontes. Um benefício das provitaminas é a conversão em vitamina A ativa e a ação como potentes antioxidantes. |
| <p>Ensino Fundamental</p> <p>Compreende dois ciclos. O primeiro ciclo abarca o 1º, o 2º e o 3º anos e atende crianças na faixa etária de 6 a 8 anos de idade; e o segundo ciclo, que abrange o 4º e o 5º anos e é dirigido a crianças com idade entre 9 e 10 anos.</p> | <p>Promoção da alimentação adequada e saudável</p>  | <ul style="list-style-type: none"> • Nessa etapa de ensino, é importante considerar a influência do ambiente sobre o comportamento alimentar desses escolares, pois é uma fase de grande evolução nos âmbitos físico, psíquico, emocional e cognitivo. • Atenção à cozinha escolar, ao comércio de lanches dentro e fora das escolas, devendo as possibilidades de escolhas saudáveis ser estimuladas e as opções ofertadas, mas sem utilizar a alimentação como instrumento de chantagem e barganha. • Outro grande fator que interfere no padrão alimentar desses estudantes é a concepção de saúde que eles têm, visto que, nessa fase, a interação social influencia fortemente nas escolhas alimentares, devendo-se evitar a culpabilização e estigmatização do(a) adolescente. • A escola, juntamente com a equipe da Atenção Primária à Saúde, deve promover discussões entre os educandos sobre diferentes temáticas de saúde, alimentação e nutrição, a fim de que todos repensem seus comportamentos e que troquem experiências, construindo conceitos que visem à qualidade de vida. • As orientações sobre uma alimentação adequada e saudável com base no <i>Guia Alimentar para a População Brasileira</i> devem ser exploradas amplamente, no dia a dia da oferta das refeições e nas ações de educação alimentar e nutricional. • Os gestores, dirigentes e profissionais de educação e saúde devem observar a disponibilidade de venda e publicidade de alimentos não saudáveis dentro e fora da escola e debater com a comunidade mecanismos de regular essa oferta de modo a aumentar a proteção das crianças e promover saúde. |

| Nível de ensino | Temas de destaque | Ação estratégica |
|--|---|---|
| <p>Ensino médio</p> <p>Tem duração mínima de três anos e consolida e aprofunda o aprendizado do ensino fundamental.</p> | <p>Promoção da alimentação adequada e saudável</p>  | <ul style="list-style-type: none"> • Os estudantes do ensino médio são, em grande parte, adolescentes e jovens. • Essa fase é caracterizada por diversas alterações aceleradas de natureza fisiológica e hormonal que afetam as necessidades nutricionais, tais como crescimento rápido e ganho de massa muscular e óssea. Portanto, nessa fase a alimentação saudável apoia a adoção de comportamentos de vida saudáveis conforme orientações do <i>Guia Alimentar para a População Brasileira</i>. • Todas as transformações da adolescência têm efeito sobre o comportamento alimentar, influenciadas por fatores internos, autoimagem, necessidades fisiológicas, saúde individual, valores, preferências e desenvolvimento psicossocial, por fatores externos, comportamentos familiares, amigos, valores e regras sociais e culturais, mídia, modismos, experiências e conhecimentos pessoais. • Nessa fase, os educandos tendem a viver o momento, não dando importância às consequências de seus hábitos alimentares, que podem ser prejudiciais. Não podemos esquecer que a família também participa desse processo, portanto, é preciso envolvê-la nas ações de promoção e prevenção. • Os adolescentes passam, gradativamente, maior tempo fora de casa, na escola e com os amigos, que também influenciam na escolha dos alimentos e estabelecem o que é socialmente aceito. É característica da alimentação desses jovens (e da vida moderna) o consumo de lanches e fast-foods entre as refeições, comportamento relacionado à falta de tempo, ao modismo e à força da publicidade sobre a determinação do que é gostoso numa refeição de um adolescente ou jovem. Nessa fase, consomem refeições de modo irregular e tendem a “pular” refeições, principalmente o café da manhã. Isso é mais frequente entre as meninas como forma de perder peso. É nessa perspectiva, da autoimagem corporal, que os educandos devem receber apoio e orientações sobre saúde e qualidade de vida, a fim de evitar práticas alimentares extremas que prejudiquem a saúde. • O cuidado com a maneira que temas como sobrepeso e obesidade são abordados pode ser determinante para a relação que os educandos estabelecerão com a comida e a prática de refeições. Essas são questões que não podem se configurar como elementos estigmatizadores de padrões físicos, já que podem desencadear outros problemas sérios referentes à imagem corporal que é construída, podendo desencadear graves consequências, como os transtornos alimentares. Trata-se de desordens complexas, causadas e mantidas por diversos fatores sociais, psicológicos e biológicos. Afetam mais a população feminina, sendo que, em mulheres adultas, revela-se no desejo generalizado de um corpo mais magro e, para crianças e adolescentes, estão associados com baixa autoestima, solidão e ineficácia social. Os mais comuns são a anorexia nervosa, a bulimia nervosa e o transtorno da compulsão alimentar periódica. • Os meninos também são afetados, construindo uma autoimagem deturpada, se considerando em geral mais fracos e magros. Constituem desse modo outro grupo de risco para transtorno alimentar, mas, nesse caso, caracterizado pelo desejo de um corpo mais musculoso, mais forte, conhecido como vigorexia. • É importante que os profissionais de educação e de saúde fiquem atentos às restrições alimentares rígidas e intensas, como prolongados jejuns e atividade física exagerada, indução de vômitos, uso de laxantes ou diuréticos, acentuada insatisfação com o corpo, imagem corporal distorcida. |

| Nível de ensino | Temas de destaque | Ação estratégica |
|---|---|--|
| <p>Educação de jovens e adultos</p> <p>Esses jovens e adultos, muitas vezes, não conseguem cumprir seus estudos em tempo oportuno devido a necessidades socioeconômicas, forçando-os a procurarem trabalho precocemente e muitas vezes interrompendo seus estudos. Esse contexto desestimula o próprio jovem a retomar seus estudos.</p> | <p>Promoção da alimentação adequada e saudável</p>  | <ul style="list-style-type: none"> • As equipes de educação e saúde devem estar envolvidas e devem conhecer bem o contexto social desses escolares, de forma a discutir padrões alimentares e todo um modo de viver estabelecido e enraizado e, acima de tudo, moldado pelo cenário social em que vivem. • É desafiador, e ao mesmo tempo estimulante, trabalhar com esse grupo, e para isso é preciso que os profissionais de saúde e educação estejam preparados e que tenham como base as orientações do <i>Guia Alimentar para a População Brasileira</i>. |

Está na Lei!

A mãe estudante tem direito a obter suas notas com trabalhos realizados em casa, amparada pela Lei n.º 6.202/1975. Confira também outras legislações que protegem os direitos das gestantes e lactantes.

Disponível em: <https://bit.ly/3wFYpox>.



Saiba mais

MARANHÃO, D. G. Saúde e bem estar das crianças: uma meta para educadores infantis em parceria com famílias e profissionais de saúde. *In*: SEMINÁRIO NACIONAL CURRÍCULO EM MOVIMENTO – Perspectivas Atuais, 1., 2010, Belo Horizonte. **Anais** [...]. Belo Horizonte, nov. 2010. p. 1-21. Disponível em: <https://bit.ly/3LUoiGG>. Acesso em: 25 maio 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Saúde da criança**: nutrição infantil, aleitamento materno e alimentação complementar. (Caderno de Atenção Básica, n. 23). Brasília, DF: MS, 2009. Disponível em: <https://bit.ly/3wWxepB>. Acesso em: 25 maio 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. AGÊNCIA NACIONAL DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA. **Nota Técnica Conjunta n.º 01/2010 da ANVISA e Ministério da Saúde**. Salas de apoio à amamentação em empresas. Brasília, DF: Anvisa, 2010. Disponível em: <https://bit.ly/3t0ubeE>. Acesso em: 25 maio 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Cartilha para a mãe trabalhadora que amamenta**. Brasília, DF: MS, 2010. Disponível em: <https://bit.ly/3t2voCq>. Acesso em: 25 maio 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Promoção da Saúde. **Guia alimentar para crianças brasileiras menores de 2 anos**. Brasília, DF: MS, 2019. Disponível em: <https://bit.ly/3PZJZsj>. Acesso em: 25 maio 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2. ed. Brasília, DF: MS, 2014. Disponível em: <https://bit.ly/3LV2w5u>. Acesso em: 25 maio 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Manual operacional para profissionais de saúde e educação**: promoção da alimentação saudável nas escolas. Brasília, DF: MS, 2008. Disponível em: <https://bit.ly/3MUPEhd>. Acesso em: 25 maio 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde; UNIVERSIDADE DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO. **A creche como promotora da amamentação e da alimentação adequada e saudável**: livreto para os gestores. Brasília, DF: MS, 2018. Disponível em: <https://bit.ly/3zbwMpY>. Acesso em: 25 maio 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde; UNIVERSIDADE DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO. **Caderno de atividades**: promoção da alimentação adequada e saudável: educação infantil. Brasília, DF: MS, 2018. Disponível em: <https://bit.ly/3x3CER3>. Acesso em: 25 maio 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde; UNIVERSIDADE DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO. **Caderno de atividades**: promoção da alimentação adequada e saudável: ensino fundamental I. Brasília, DF: MS, 2018. Disponível em: <https://bit.ly/3IN74Au>. Acesso em: 25 maio 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde; UNIVERSIDADE DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO. **Caderno de atividades**: promoção da alimentação adequada e saudável: ensino fundamental II. Brasília, DF: MS, 2019. Disponível em: <https://bit.ly/3MUBa0X>. Acesso em: 25 maio 2022.

IBGE. **Pesquisa nacional de saúde do escolar 2015**. Rio de Janeiro: IBGE; Coordenação de População e Indicadores Sociais, 2016. Disponível em: <https://bit.ly/3IPcydN>. Acesso em: 25 maio 2022.

IBGE. **Pesquisa nacional de saúde do escolar 2019**. Rio de Janeiro: IBGE; Coordenação de População e Indicadores Sociais, 2021. Disponível em: <https://bit.ly/3tpd0E7>. Acesso em: 25 maio 2022.

Referências

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DAS EMPRESAS DE REFEIÇÕES COLETIVAS. **Anais do IV Forum Nacional de Merenda Escolar**. São Paulo: ABERC, 2008.

BRASIL. **Lei n.º 11.947, de 16 de junho de 2009**. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar e do Programa Dinheiro Direto na Escola aos alunos da educação básica; altera as Leis n.ºs 10.880, de 9 de junho de 2004, 11.273, de 6 de fevereiro de 2006, 11.507, de 20 de julho de 2007; revoga dispositivos da Medida Provisória n.º 2.178-36, de 24 de agosto de 2001, e a Lei n.º 8.913, de 12 de julho de 1994; e dá outras providências. Brasília, DF: Presidência da República, 2009. Disponível em: <https://bit.ly/3wM8EYo>. Acesso em: 5 abr. 2022.

BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular – BNCC**. Brasília, DF: MEC, 2018. Disponível em: <https://bit.ly/3LSNZXZ>. Acesso em: 5 abr. 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Pesquisa Nacional de Demografia e Saúde da Criança e da Mulher – PNDS 2006**: dimensões do processo reprodutivo e da saúde da criança. Brasília, DF: MS, 2009.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política Nacional de Alimentação e Nutrição**. 1. ed., 1. reimpr. Brasília, DF: MS, 2013.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Promoção da Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2. ed., 1. reimpr. Brasília, DF: MS, 2014. Disponível em: <https://bit.ly/3NERp1V>. Acesso em: 5 abr. 2022.

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. Disponível em: <https://bit.ly/3z3eKX3>. Acesso em: 5 abr. 2022.

BRASIL. **Resolução n.º 6, de 8 de maio de 2020**. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE. Brasília, DF: MEC; FNDE, 2020. Disponível em: <https://bit.ly/3t5zGZF>. Acesso em: 25 maio 2022.

FAO. **State of Food Insecurity and Nutrition in the World 2018**. Rome: FAO, 2018.

IBGE. Coordenação de População e Indicadores Sociais. **Pesquisa nacional de saúde do escolar**: 2015. Rio de Janeiro: IBGE, 2016.

IBGE. Coordenação de População e Indicadores Sociais. **Pesquisa nacional de saúde do escolar**: 2019. Rio de Janeiro: IBGE, 2021.

IBGE. **Pesquisa de orçamentos familiares 2008-2009**: antropometria e estado nutricional de crianças, adolescentes e adultos. Rio de Janeiro: IBGE, 2010.

Conte-nos o que pensa sobre esta publicação. [Clique aqui](#) e responda a pesquisa.

DISQUE SAÚDE **136**

Biblioteca Virtual em Saúde do Ministério da Saúde
bvsmms.saude.gov.br



Em cooperação



MINISTÉRIO DA
EDUCAÇÃO

MINISTÉRIO DA
SAÚDE

**Governo
Federal**