A EDUCAÇÃO NUTRICIONAL NO CONTEXTO DAS CULTURAS DA INFÂNCIA

Lívia Bernardes Rodrigues, José Milton Lima, Márcia Regina Canhoto de Lima.

Universidade Estadual Paulista – UNESP, Pós-graduação em Educação Infantil, Presidente Prudente, SP. E-mail: liviabrodrigues@hotmail.com

RESUMO

O excesso de peso é a principal causa do comprometimento da qualidade de vida dos indivíduos, sendo que, atualmente, essa condição acomete, em proporções alarmantes as crianças. Partindo desse princípio, a presente investigação tem por objetivo trabalhar a educação nutricional na Educação Infantil dentro do contexto das culturas da infância, possibilitando que a criança participe dessa mudança sem abandonar o lugar ao qual ela pertence – o lugar da criança são as culturas da infância. A metodologia utilizada foi a pesquisa-ação a fim de que, por meio da participação e interação fosse possível realizar uma observação e conhecer as crianças a partir delas mesmas. Os resultados foram construídos a partir da observação participativa, bem como relatos de pais. A partir disso, conclui-se que promover hábitos alimentares saudáveis por meio das culturas da infância é uma prática que desperta seu interesse abrindo um caminho de possibilidades positivas neste sentido.

Palavras-chave: culturas da infância, educação nutricional, educação infantil, obesidade infantil, sociologia da infância

NUTRITIONAL EDUCATION IN THE CONTEXT OF CHILDHOOD CULTURES

ABSTRACT

Overweight is the main agent in compromising quality of life in individuals, given that, nowadays, this condition affects children in alarming proportions. From this starting point, this investigation aims at bringing nutritional education into Children's Education in the context of childhood cultures, making it possible for children to participate in this change without having to leave the place where they belong, childhood cultures. This investigation was executed through research-action in order to observe and get to know the children as they are through interaction and observation. Results were derived through participative observation, as well as narratives from the parents. From these results, we conclude that promoting healthy eating habits through childhood cultures is a practice that draws the children's attention, making way for positive possibilities in this area.

Keywords: childhood cultures, nutritional education, children's education, childhood obesity, sociology of childhood

INTRODUÇÃO

Ao avaliarmos as mudanças no padrão do consumo alimentar das crianças na contemporaneidade, nos deparamos com dados preocupantes. A alimentação tradicional foi substituída pela alimentação industrializada, fato que contribui em larga escala para o aumento da obesidade infantil classificando-a como uma crise mundial (DUNCAN, 2011). Tais dados evidenciam que é necessário encorajar, por meio de ações educativas, as crianças a fim de que o conhecimento acerca da alimentação favoreça melhores escolhas alimentares, o que culminará na inversão do processo atual citado.

Ao falar em práticas educativas adotadas atualmente, devemos levar em consideração o fato de que a criança, hoje, deve ser compreendida como um sujeito histórico e de direitos que, nas interações, relações e práticas cotidianas que vivencia, constrói sua identidade pessoal e coletiva, através das culturas da infância que vivencia – brinca, imagina, fantasia, deseja, aprende, observa, experimenta, narra, questiona e constrói sentidos sobre a natureza e

a sociedade, produzindo cultura (BRASIL. Ministério da Educação, 2009). Nesse contexto, a educação infantil tem grande importância na promoção de tais práticas, uma vez que deve ter o papel de ver, escutar e transformar, de forma atenta e interessada, o gesto das crianças e o modo como elas interpretam o que fazem, o que sentem e o que dizem. Dessa maneira, a infância deve ser compreendida como uma construção social, ancorada na história e marcada pelo tempo (SARMENTO, 2013) na qual as crianças são atores sociais dotados de pensamento crítico e reflexivo e, por esse motivo, chamam a atenção para suas ações como prova de si (SILVA; RAITZ; FERREIRA, 2009). Por esse motivo, as crianças devem ser entendidas como um grupo humano específico, em razão da sua natureza e da sua relação com os adultos (ARIÈS, 1981).

Na escola, a criança vai estabelecer seu primeiro contato com refeições fora de casa. Esse contato, normalmente expõe a criança a alimentos que, até então, não faziam parte de suas refeições diárias, o que pode gerar rejeição por determinados alimentos e atração por outros. Sabendo disso e levando em consideração que a escola é um espaço bastante significativo e privilegiado e que influencia diretamente na promoção da saúde, ela torna-se um veículo fundamental na formação de valores, hábitos e estilos de vida, entre eles o da alimentação, que se estenderá pelo resto da vida. Deve ainda proporcionar um ambiente favorável à vivência de saberes e sabores, contribuindo para a construção de uma relação saudável do educando com o alimento. Por esse motivo, trabalhar a educação nutricional no ambiente escolar dentro dos contextos das culturas da infância é fundamental para estimular a formação de hábitos alimentares saudáveis. Vale ressaltar que a infância é a melhor fase para modificar hábitos alimentares incorretos com sucesso, devido à grande facilidade em assimilar, seguir exemplos e desenvolver atitudes.

A partir de tais dados, a presente pesquisa teve como objetivo evidenciar que introduzir o tema educação nutricional na infância pode ser mais efetivo e significativo quando é trabalhado dentro de uma concepção de educação que respeite e considere a criança como sujeito de direitos, ressaltando que, até quando estiverem na condição de criança, estão mergulhados nas culturas da infância, que são: interatividade, ludicidade, fantasia do real e reiteração.

METODOLOGIA

A presente pesquisa foi desenvolvida na Escola Municipal de Educação Básica (EMEB) “Mariazinha Sanches de Oliveira Costa Miloch”, situado à Rua Ana Nery, 530 – Araçatuba/SP mantido pela Prefeitura Municipal de Araçatuba. A EMEB atende 247 crianças em período parcial de 2 a 5 anos. O espaço procura atender bem a criança no sentido de oferecer um ambiente propício para permanecer, brincar, dormir, comer, pensar, crescer e desenvolver uma aprendizagem significativa para suas práticas sociais.

A pesquisa em questão foi submetida e aprovada pelo comitê de ética da Faculdade de Ciências e Tecnologia – UNESP – Presidente Prudente/SP, sob o número 1.396.109, aprovado em 27/01/2016. Mediante aprovação, o trabalho teve início.

O ponto de partida foi a observação das crianças em sala de aula e nos demais momentos que englobavam a rotina escolar – incluindo as refeições – sem que houvesse qualquer tipo de intervenção. A observação aconteceu durante trinta dias antecedentes ao início da abordagem proposta, diariamente, a fim de que as crianças se acostumassem com a figura do pesquisador evitando e/ou amenizando a influência dessa presença na alteração comportamental das crianças durante a execução do projeto e coleta de dados. A intervenção foi feita em sete momentos, distribuídos em cerca de dois meses, a partir do término da observação inicial.

O trabalho foi desenvolvido com crianças de 4 anos a 4 anos e 11 meses, pelo fato de nesta idade iniciar-se a busca pela independência e a formação de hábitos alimentares que se estenderão por toda a vida (SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA, 2015). A abordagem foi realizada por meio de práticas e vivências elaboradas a partir do eixo central - culturas da infância - com o tema proposto – educação nutricional. Durante os encontros, as crianças eram divididas em 4 (quatro) grupos com, no máximo, 23 alunos por grupo para realização das atividades. O professor responsável pela turma na instituição permaneceu para auxílio, se necessário, durante a execução de toda atividade proposta.

A metodologia empregada no presente trabalho foi a “pesquisa-ação”. Considerado o criador desse processo metodológico, Lewin (1946) coloca que a pesquisa-ação consiste em um processo empírico que tem como objetivo

principal aliar teoria e prática por meio de uma ação que visa à transformação de uma determinada realidade. Como instrumentos de investigação foram utilizados: análises bibliográficas, observação participante, diários de campo e desenvolvimento participativo de atividades junto aos frequentadores da instituição de ensino – as crianças. Vale ressaltar que, a validade científica da metodologia empregada no estudo está intimamente ligada aos diagnósticos da situação antes e depois das ações – observação participativa –, assim como o registro detalhado dos acontecimentos no decorrer da pesquisa. Dessa maneira, a observação participante fez parte de todo o processo, consistindo na intensa descrição da realidade a fim de contribuir na construção dos resultados.

RESULTADOS

No decorrer de dois meses, seis atividades abordando a temática foram desenvolvidas, sendo que o planejamento de cada uma delas foi feito cuidadosamente a fim de que, todas elas, perpassassem pelas culturas da infância em um de seus eixos ou na junção de mais de um deles. As atividades tiveram início após a observação inicial e serão descritas nos tópicos abaixo.

Atividade 1 – O primeiro encontro tinha como responsabilidade introduzir a temática a ser trabalhada ao longo do período. Pautada na ludicidade e na fantasia do real, introduzi o tema apresentando às crianças a maneira como se dá o nosso alimento; de onde ele vem. Com o auxílio apenas de ilustrações, contei-lhes a história que tratava de uma semente abandonada que foi recolhida e cuidada pelas mãos de uma criança e que, posteriormente, se transformou em uma pequena plantinha capaz de nos alimentar.

E então, a partir da história, cada criança foi convidada a se transformar em uma semente. Como na história, sobre elas caiu chuva, raios de sol, as minhocas de achegaram para trazer-lhes oxigênio para auxiliar na respiração. Assim, se tornaram fortes e se transformaram em verdes mudas (Figuras 1, 2, 3 e 4).



Figura 1. Gotas de chuva caem nas sementes
Fonte: O Autor.



Figura 2. Raios de sol aquecem as sementes
Fonte: O Autor.



Figura 3. As minhocas e a respiração
Fonte: O Autor.



Figura 4. A explosão das sementes: a germinação
Fonte: O Autor.

Como as sementes são seres muito pequenos, para crescerem e se tornarem fortes, precisavam ficar uns dias, talvez muitos no ventre de sua mãe, a mãe terra. A mãe terra ficará com as sementes no berçário das sementes – sementeira – até que elas se transformem em plantas. E assim, cada criança recebeu um "punhado" de 3 a 4 sementes e semearam na sementeira – com a ajuda de um palito, fizeram o buraquinho para abrigá-la e fecharam-no com as pontas dos dedos.

Atividade 2: Com o germinar das sementes e seu crescimento acelerado, o "berçário" havia se tornado pequeno. Assim, era necessário preparar um espaço maior para receber as mudas que antes eram sementes. Assim se iniciou a segunda atividade do projeto que trazia consigo a interação e a ludicidade como eixos norteadores. Cada criança recebeu um vaso de barro, muitas cores em tinta e pincel. Pintaram com liberdade. Limparam com responsabilidade (Figura 5 e 6, respectivamente).



Figura 5. Colorindo os vasos
Fonte: O Autor.



Figura 6. Limpeza
Fonte: O Autor.

Atividade 3: À sombra de coqueiros e romanzeiro(s), em uma grama fresca, era hora de descobrir em que a semente havia se transformado. Organizamos um círculo e, num ato de coragem, cada um colocava a mão dentro da "caixa mágica" e apenas tateando tinham de descobrir em que a semente se transformou (Figura 7). Sem muita certeza de nada, eles tiraram da caixa o objeto lúdico descobrindo que as sementes se transformaram em pés de alface (Figura 8).



Figura 7. A descoberta: explorando espaços alternativos da escola
Fonte: O Autor.



Figura 8. A descoberta: a ludicidade no primeiro contato com a alface
Fonte: O Autor.

Atividade 4: Nosso quarto encontro tinha como eixo balizador a interatividade – era hora das sementes saírem do "berçário" e ocupar os vasos. Mãos na terra, as crianças começaram a encher (Figura 9). Vasos cheios era hora de receber o pequeno pé de alface (Figura 10).



Figura 9. Enchendo a "nova casa" com terra para receber a semente germinada
Fonte: O Autor.



Figura 10. Plantio das mudas
Fonte: O Autor.

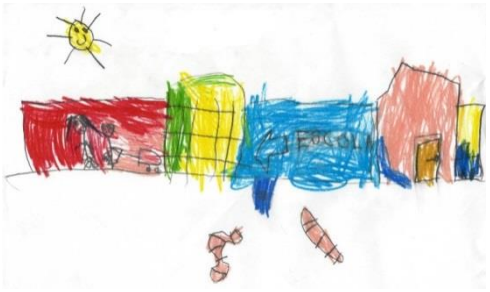


Figura 11. O lar, a escola, a família e nossa atividade: semente e minhoca
Fonte: O Autor.

Atividade 5: Era o nosso quinto encontro e esse teria, como sustentadores, a reiteração e a interatividade. A princípio, tudo caminhava bem, mas um detalhe não corria muito bem. As mudas quase não recebiam água. Foi então que decidi presenteá-los. Um presente para todos e de todos. Dei-lhes, então o pacote embrulhado e, juntos, rasgaram o embrulho para descobrir que o presente era um regador. Enchemos e fomos logo regar os vasos. Deste quinto encontro surgiram vários desenhos. Um deles, especial (Figura 11).



Figura 12. Confeccionando hambúrgueres
Fonte: O Autor.

Atividade 6 - Era chegado o dia de trabalhar a arte culinária e unir todos os eixos das culturas infantis em um momento só. Assim, a última atividade tinha como objetivo apresentar o sabor da alface. Para isso, "o faz de conta" tomou conta do pedaço e todos deveriam se transformar em *chefs.* O prato do dia? Hambúrguer. E assim preparamos um delicioso sanduíche (Figura 12).

DISCUSSÃO

Ao mesmo tempo, as crianças são e não são importantes (GARGIA et al., 2001). Vivemos um tempo paradoxal quando falamos de criança, de infância. Ao passo que, teoricamente, evoluiu-se – por meio da transformação da concepção social de infância e por meio do surgimento de legislação focada na proteção da criança – na prática, pouco se progrediu. A sociedade, muitas vezes, encara a criança como quem "ainda não é". Isso se dá pelo fato de que a sociedade é pensada pelos adultos e para os adultos. Pode-se dizer, então, que as culturas construídas pelas crianças apresentam significações que, nem sempre os adultos reconhecem. Assim, não se pode afirmar que as crianças sabem menos que os adultos, elas apenas sabem coisas diferentes (FRIEDMANN, 2013), e essa identidade das crianças faz com que elas sejam capazes de constituírem culturas não redutíveis totalmente às culturas dos adultos (SARMENTO, 2004), e sim às suas próprias culturas. Sabendo que as culturas da infância retratam o que a criança é, vive e experiencia, é por meio delas que permitimos à criança significar o mundo a seu modo. Assim, os eixos balizadores das culturas da infância permitem à criança se expressar, por si própria e por meio do seu gesto – o brincar; isto é, as culturas da infância se expressam na maneira singular e única de cada criança (SARMENTO, 2012; FRIEDMANN, 2013). Ao compreender as crianças como agentes produtores de cultura, é possível que, então, se dê a elas a devida importância no sentido de serem reconhecidas como protagonistas na elaboração de si mesmas e de suas culturas. Dessa maneira, considerando-se a instituição de

Educação Infantil como o local destinado ao acolhimento da infância, é de extrema valia que no seu interior a criança seja ouvida, respeitada e entendida como ator social das suas próprias vivências, interações, significações, ou seja, atores e autores da sua construção social. Para isso, o adulto mediador – professor ou educador – deve incessantemente ter um olhar atento às crianças e suas infâncias a fim de potencializar o seu desenvolvimento pleno. Para que isso se concretize, é preciso, antes de qualquer coisa, ter clareza quanto aos seus objetivos frente à Educação Infantil, às crianças, à infância.

CONCLUSÃO

Devido a todas as consequências, muitas vezes permanentes, que o excesso de peso acarreta nas crianças, práticas alimentares na infância merecem, urgentemente, atenção. Levando em consideração a abordagem trabalhada na presente investigação, conclui-se que o embasamento teórico que se utiliza para apresentar às crianças a temática será crucial no processo formativo de hábitos alimentares. Segundo Lewin (1965) a duração da intervenção não é tão relevante quanto à intensidade de cada momento que se propõe a estar com as crianças. Assim, embora a pesquisa tenha tido curta duração – cerca de dois meses –, a escolha das culturas da infância como base teórica para o planejamento de atividades pedagógicas acerca da temática – educação nutricional – proporcionou estímulo à conhecer a maneira como os alimentos são produzidos e, para alguns, um novo alimento, uma vez que trouxe aos momentos vividos a intensidade necessária para que as crianças fossem provocadas a ponto de quererem descobrir mais acerca da temática proposta.

Entretanto, ainda que esteja claro o fato da criança ser um sujeito sempre aberto a novas descobertas, vale ressaltar que o papel do educador como mediador de tais práticas é crucial no processo ensino-aprendizagem, ou seja, é preciso que o educador esteja "contaminado" pelas culturas da infância, reconhecendo o valor delas para o processo de construção de melhores atitudes alimentares nessa fase da vida. Assim, só quem tem olhares abertos, ouvidos aguçados e corações sensíveis poderão de fato contribuir para a transformação alimentar da infância.

REFERÊNCIAS

ARIÈS, P. A. **descoberta da infância**. 2. ed. Rio de Janeiro: LTC, 1981. p.17-31.

BRASIL. Ministério da Educação. Conselho Nacional de Educação. Câmara de Educação Básica. **Diretrizes curriculares nacionais para a educação infantil**. Brasília: MEC, 2009. Disponível em: < http://portal.mec.gov.br/index.php?option=com_docman&view=download&alias=2298-rceb005-09&category_slug=dezembro-2009-pdf&Itemid=30192>. Acesso em: 09 nov. 2015.

DUNCAN, S. et al. Modifiable risk factors for overweight and obesity in children and adolescents from São Paulo, Brazil. **BMC Public Health**, v.11, n.585, p. 1-9, 2011. https://doi.org/10.1186/1471-2458-11-585

GARCIA, R.L. et al. Em defesa da educação infantil. In: FILHO, A.L. **Proposições para uma educação infantil cidadã.** Rio de Janeiro: DP&A, 2001b. p. 29-58.

FRIEDMANN, A. **A vez e a voz das crianças**. São Paulo: Cortez, 2013. p. 25-37.

LEWIN, K. **Teoria de campo em ciência social.** São Paulo: Pioneira, 1965.

SARMENTO, M. J. As culturas da infância nas encruzilhadas da segunda modernidade. In: _____; CERISARA, A. B. **Crianças e miúdos:** perspectivas sociopedagógicas da infância e educação. Porto, Portugal: Asa, 2004.

SARMENTO, M. J. **Imaginário e culturas da infância**. Minho, Portugal: Instituto de Estudos da Criança, 2012.

SARMENTO, M. J. A emergência da sociologia da infância em Portugal. **Revista Educação**: Cultura e Sociologia da Infância**.** n.1, 2013. p. 14-27. Disponível em: www.editorasegmento.com.br. Acesso em: 16 out 2015.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. **Conversando com o pediatra.** Disponível em: http://www.conversandocomopediatra.com.br/paginas/materias_gerais/alimenta%C3%A7%C3%A3o_para_criancas_de_4_e_5_anos.aspx. Acesso em: 13 jul. 2015.

SILVA, C. F.; RAITZ, T. R.; FERREIRA, V. S. Desafios da sociologia da infância: uma área emergente. **Psicologia e Sociedade***,* v.21, n.1, p. 75-80, 2009. https://doi.org/10.1590/S0102-71822009000100009

Recebido para publicação em 19/08/2016
Revisado em 21/08/2016
Aceito em 22/08/2016