

## ALIMENTAÇÃO ESCOLAR E APRENDIZAGEM

Tháisa Martins de Oliveira\*  
Rosana Beatriz Garrasini Sellanes\*

### Resumo

Este trabalho apresenta uma pesquisa sobre a alimentação escolar que foi realizada em 2014 com alunos da Educação Básica, do Centro de Ensino e Pesquisa Aplicada à Educação – CEPAE (UFG). Os instrumentos utilizados na coleta de dados foram um questionário aplicado aos alunos e uma entrevista com a nutricionista responsável pela elaboração do cardápio da merenda escolar. O objetivo da pesquisa foi verificar a opinião dos alunos sobre a merenda escolar oferecida no CEPAE, conhecer os critérios utilizados para a elaboração do cardápio, verificar os conhecimentos dos alunos sobre uma alimentação saudável e estabelecer relações entre a alimentação escolar e aprendizagem. A base teórica do trabalho foi o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), criado para gerir os recursos financeiros referentes à aquisição de gêneros alimentícios destinados à merenda escolar (BRASIL, 2009). Os resultados da pesquisa demonstraram que existe certa insatisfação dos alunos com a alimentação escolar, embora os critérios para a elaboração do cardápio estejam de acordo com os princípios estabelecidos pelo PNAE. De maneira geral, os alunos têm consciência do que é uma alimentação saudável, porém existe a necessidade de um diálogo para que os resultados possam ser discutidos em conjunto e contribuam com uma merenda que traga benefícios à saúde, à aprendizagem e ao desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis.

**Palavras-chave:** Alimentação escolar, Aprendizagem, Educação Básica.

## ALIMENTACIÓN ESCOLAR Y APRENDIZAJE

### Resumen

Este trabajo presenta una investigación sobre la alimentación escolar que fue realizada en 2014 con alumnos de la Educación Básica, del *Centro de Ensino e Pesquisa Aplicada à Educação – CEPAE (UFG)*. Los instrumentos utilizados en la recolección de datos fueron un cuestionario aplicado a los alumnos y una entrevista realizada con la nutricionista responsable por la elaboración del cardapio de la merienda escolar. El objetivo de la investigación fue verificar la opinión de los alumnos sobre la merienda escolar ofrecida en el CEPAE, conocer los criterios utilizados para la elaboración del cardapio, verificar los conocimientos de los alumnos sobre una alimentación saludable y establecer relaciones entre alimentación escolar y aprendizaje. La base teórica del trabajo fue el *Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE)*, creado para gestionar los recursos financieros que se refieren a la adquisición de géneros alimenticios destinados a la merienda escolar (BRASIL, 2009). Los resultados de la investigación demostraron que existe cierta insatisfacción, por parte de los alumnos, con la alimentación escolar, aunque

---

□ Aluna do terceiro ano do Ensino Médio do Centro de Ensino e Pesquisa Aplicada à Educação – CEPAE/UFG. E-mail: [thaisa.martinsdeoliveira@yahoo.com](mailto:thaisa.martinsdeoliveira@yahoo.com)

□ Professora de Espanhol do Centro de Ensino e Pesquisa Aplicada à Educação – CEPAE/UFG e orientadora de TCC. E-mail: [garrasini@gmail.com](mailto:garrasini@gmail.com)

los criterios para la elaboración del cardapio estén de acuerdo con los principios establecidos en el PNAE. De manera general, los alumnos tienen conciencia sobre que es una alimentación saludable, entretanto existe la necesidad de un diálogo para que los resultados puedan ser discutidos en conjunto y contribuyan con una merienda que traiga beneficios a la salud, al aprendizaje y al desarrollo de hábitos alimentares saludables.

**Palabras clave:** Alimentación escolar, Aprendizaje, Educación Básica.

## **Introdução**

O Centro de Ensino e Pesquisa Aplicada à Educação (CEPAE) é a Unidade de Educação Básica da Universidade Federal de Goiás e se divide em Educação Infantil (EI), 1ª e 2ª fase do Ensino Fundamental (EF) e Ensino Médio (EM). O principal objetivo da instituição é estabelecer uma relação de diálogo com alunos, professores, pais, técnicos administrativos, estagiários e pesquisadores, rumo ao conhecimento, por meio de um Projeto Político Pedagógico (PPP) que determina as diretrizes do processo educacional.

O PPP do CEPAE estabelece, no núcleo básico do EM, a disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso (TCC). Trata-se de uma disciplina obrigatória, com carga horária de 40h para atividades de pesquisa e encontros entre o aluno e seu orientador. A disciplina é pré-requisito para finalizar o Ensino Médio, prevê a defesa do TCC perante uma banca de três professores e a apresentação dos resultados em eventos.

Embora, o tema do TCC seja de livre escolha do aluno, é necessário encaixar-se entre duas possíveis opções. A primeira é abordar uma linha de pesquisa oferecida pelos professores orientadores e a segunda é escolher um tema que tenha relação direta com a escola e o seu cotidiano.

Como sou aluna do terceiro ano do EM e tinha a necessidade de desenvolver um TCC procurei pensar em um tema relacionado à escola e suas atividades diárias. Durante os intervalos para o lanche, observei que muitos alunos reclamavam da merenda e diziam que não era saudável, porém eu desconhecia os motivos. Por isso, resolvi investigar sobre alimentação escolar e aprendizagem.

O ponto de partida foi buscar informações sobre o tema. Descobri que existe o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) criado para gerir os recursos financeiros do Governo Federal, em caráter suplementar, aos Distritos, Estados e Municípios e para a aquisição de gêneros alimentícios destinados à merenda escolar (BRASIL, 2009). O PNAE estabelece os critérios para a elaboração de uma merenda escolar saudável e os valores que devem ser repassados às escolas. A seguir, os objetivos

e as perguntas que nortearam o trabalho, o contexto pesquisado e a metodologia utilizada.

### **Objetivos e perguntas de pesquisa**

O objetivo geral da pesquisa foi verificar a opinião dos alunos sobre a merenda escolar oferecida no CEPAE e estabelecer relações entre a alimentação escolar e aprendizagem. Especificamente, constatar o conhecimento dos alunos sobre uma alimentação saudável e conhecer os critérios utilizados para a elaboração do cardápio da merenda escolar do CEPAE. Para atingir os objetivos da pesquisa foram estabelecidas as seguintes perguntas:

1. Qual é a opinião dos alunos sobre a merenda escolar oferecida no CEPAE?
2. Que relações podem ser estabelecidas entre a alimentação escolar e aprendizagem?
3. Os alunos sabem o que é uma alimentação saudável?
4. Quais são os critérios utilizados na elaboração do cardápio da merenda escolar do CEPAE?

### **Contexto pesquisado e Metodologia**

A pesquisa sobre a merenda escolar foi realizada com os alunos da primeira fase do Ensino Fundamental (EF), com faixa etária entre 10 e 11 anos; da segunda fase do EF, com idade entre 11 e 15 anos; das três séries do Ensino Médio (EM), de 15 a 18 anos e com a nutricionista responsável pela elaboração do cardápio da merenda escolar na instituição.

Esta investigação caracterizou-se como um estudo de caso, com perspectivas qualitativas e a pesquisadora assumiu o papel de observadora. Para realizar a pesquisa foram utilizados dois instrumentos de coleta de dados. O primeiro instrumento, aplicado aos alunos, foi um questionário (Apêndice A). O objetivo do questionário foi verificar a opinião dos alunos sobre a merenda escolar oferecida na instituição e, também, o que eles entendem por uma alimentação saudável. Além de coletar sugestões que contribuam para aprimorar a merenda escolar oferecida na instituição.

A coleta de dados com os alunos ocorreu no mês de abril de 2014, no período matutino, durante o intervalo de 30 minutos destinados ao lanche. O questionário foi

aplicado a cinco alunos de cada série, das turmas A e B, escolhidos de forma aleatória. Responderam ao questionário 80 participantes, o que equivale a pouco mais de dez por cento (10%) do total de alunos do CEPAE.

O segundo instrumento utilizado foi uma entrevista realizada com a nutricionista. Ela é responsável pela elaboração do cardápio da merenda de todos os alunos da instituição, a Educação Infantil e a Educação Básica. A entrevista foi realizada no mês de agosto de 2014, seguiu um roteiro de perguntas (ver Apêndice B) e foi gravada em áudio. O objetivo da entrevista foi conhecer o perfil da profissional, obter informações sobre os critérios utilizados para elaboração do cardápio, verificar a origem dos recursos destinados à merenda escolar, saber qual o destino dado aos alimentos que não são consumidos e a opinião da nutricionista sobre uma alimentação escolar saudável.

Na sequência, os pressupostos teóricos, os resultados obtidos e uma sugestão da pesquisadora para contribuir com as discussões sobre o tema entre os alunos, a escola e os responsáveis pela elaboração do cardápio da merenda na instituição.

### **Pressupostos Teóricos**

O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), também conhecido como merenda escolar, tem como principal objetivo contribuir com o desenvolvimento, a aprendizagem e a formação de hábitos alimentares saudáveis, por meio de ações de educação alimentar e nutricional (BRASIL, 2014).

O Programa é responsável pela transferência de recursos financeiros do governo Federal, aos Distritos, Estados e Municípios. Esses recursos são utilizados para a aquisição de gêneros alimentícios destinados à merenda escolar. Para gerir os recursos do PNAE e assessorar na prestação de contas foi criado o Conselho de Alimentação Escolar (CAE) que é formado por representantes de entidades civis, docentes, discentes, pais e representantes do poder Executivo. O CAE age como órgão deliberativo e fiscalizador dos recursos recebidos, cumprindo com as normas estabelecidas pelo FNDE – Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (BRASIL, 2014).

O PNAE atende os alunos de toda a Educação Básica (EI, EF, EM e educação de jovens e adultos-EJA) matriculados em escolas públicas, filantrópicas e em entidades comunitárias que possuem convênio com o poder público. Os valores repassados pela União para a alimentação escolar são definidos de acordo com a etapa e a modalidade de ensino. De acordo com a Lei nº 11.947, de 16 de junho de 2009 e pela Resolução

CD/FNDE nº 67, de 28 de dezembro de 2009, os atuais valores per capita da alimentação escolar são de (BRASIL, 2009, sp.):

- a) R\$ 0,30 (trinta centavos de real) para os alunos matriculados na pré-escola, ensino fundamental, ensino médio e educação de jovens e adultos (EJA);
- b) R\$ 0,60 (sessenta centavos de real) para os alunos matriculados em creches;
- c) R\$ 0,60 (sessenta centavos de real) para os alunos matriculados em escolas de educação básica localizadas em áreas indígenas e em áreas remanescentes de quilombos;
- d) R\$ 0,90 (noventa centavos de real) para os alunos participantes do Programa Mais Educação.

Os valores diferenciados atendem às diversidades étnicas e nutricionais, à faixa etária e às questões de vulnerabilidade social. Por esse motivo, prioriza comunidades indígenas, quilombolas e assentamentos de programas de reforma agrária.

O Programa prevê que parte dos recursos seja aplicado na aquisição de produtos básicos provenientes da agricultura familiar, fomentando o desenvolvimento local. Ainda, devem ser respeitados os hábitos alimentares e a tradição agrícola de cada região.

Um dos grandes avanços do PNAE foi a presença obrigatória de um nutricionista Responsável Técnico (RT), compondo o quadro das instituições de ensino. Suas funções incluem o planejamento, a coordenação, a supervisão e a avaliação das ações de alimentação e nutrição referentes à alimentação escolar.

Uma das ações de planejamento do nutricionista é a elaboração do cardápio. De acordo com Santos (1989, p. 70), “além de elaborar os cardápios, sempre que possível, o nutricionista deve acompanhar a preparação e a distribuição da merenda, além de ouvir os alunos, principalmente no que diz respeito à aceitação da merenda”.

O cardápio precisa oferecer uma alimentação saudável que garanta as necessidades nutricionais básicas durante o período letivo e deve estar de acordo com as orientações do PNAE que indicam: o uso de alimentos variados, preferencialmente, produzidos na região pela agricultura familiar; o respeito às especificidades culturais e regionais da comunidade a que se destina; a oferta de no mínimo três porções semanais de frutas e hortaliças; o limite de consumo de alimentos e bebidas processados e de baixo valor nutricional, ricos em açúcar, gordura e sal (doces, embutidos, enlatados, alimentos compostos, preparações prontas ou semi prontas); o respeito ao aluno, servindo o alimento de acordo com o horário e a faixa etária, utilizando técnicas de preparo que promovam uma boa combinação de alimentos e mantenham cor, sabor e textura adequados (BRASIL, 2014).

O PNAE representa a mais abrangente experiência em programas de alimentação e nutrição da América do Sul. Sua meta é garantir uma refeição diária a cada aluno, com aproximadamente 350 quilocalorias (Kcal) e 9 gramas de proteína. De acordo com essas metas, a alimentação escolar deve ser responsável pela cobertura de no mínimo 15% das necessidades nutricionais diárias do aluno.

Para ter uma alimentação saudável é importante consumir diferentes tipos de alimentos e nutrientes. Estes devem ser compostos de proteínas, carboidratos, gorduras, fibras, cálcio, minerais e vitaminas. O ideal é que a dieta seja composta por alimentos variados como: carnes, cereais, verduras, legumes e frutas. E também por cores variadas, uma vez que as cores estão diretamente relacionadas às vitaminas e minerais.

De acordo com especialistas, a alimentação está associada ao funcionamento cardiorrespiratório, melhorando a oxigenação cerebral, facilitando os processos cognitivos e o desempenho da memória.

Cavalcanti (2009), nos seus estudos sobre a promoção de hábitos alimentares saudáveis, ressalta a importância do contexto sociocultural que envolve a criança, no desenvolvimento de hábitos alimentares futuros. Para ele,

a infância corresponde ao período de formação dos hábitos, pois é nessa fase que se constrói a base para os hábitos nutricionais da vida adulta. Para o indivíduo o contexto sociocultural em que se desenvolvem seus costumes é de vital importância, posto que, é nessa fase que se fundam as bases para uma alimentação balanceada e saudável. (p. 16)

Suas preferências alimentares passam pelas percepções sensoriais e se modificam durante a infância. Essas mudanças tem relação direta com o ambiente familiar e social à qual a criança está exposta, possibilitando o contato com uma variedade maior ou menor de alimentos.

Crianças e adolescentes que recebem uma alimentação inadequada, por períodos prolongados, possuem uma redução na atividade física, baixa resistência, portanto, desenvolvem maior suscetibilidade a doenças e ainda, diminuem a sua capacidade de aprendizagem (CAVALCANTI, 2009).

Para Weruska Barrios (2011), *nutricionista do Hospital Samaritano de São Paulo*, durante o período escolar, os alunos passam por estresse e ansiedade que interferem no apetite e causam distúrbios no sistema imunológico, provocando o surgimento de resfriados, mal-estar, dores de cabeça, vômitos e diarreia.

Em sala de aula, crianças com má alimentação ou com deficiências nutricionais

possuem problemas de coordenação motora e de concentração que comprometem a aquisição do conhecimento. De acordo com os autores, a alimentação tem relação direta com o desenvolvimento físico, emocional e psicológico das crianças, conseqüentemente, com o rendimento escolar e a aprendizagem.

### **Descrição dos resultados e análise de dados**

A análise dos dados coletados foi realizada em duas etapas. Na primeira etapa, os questionários referentes à merenda escolar oferecida na instituição foram separados em: primeira fase do EF, segunda fase do EF e EM. Na sequência foram analisados e os dados sintetizados em três quadros.

A segunda etapa da análise foi a entrevista realizada com a nutricionista responsável por elaborar o cardápio da merenda escolar. Finalizou-se com os resultados gerais da pesquisa.

### **Questionário**

A primeira parte do questionário refere-se aos dados gerais dos alunos participantes como: a idade, a série que frequentam e quantos anos estudam na instituição pesquisada.

Após aplicar os questionários, as informações foram sistematizadas e descritas no quadro 1, para a primeira fase do EF. No quadro 2, para a segunda fase do EF e no quadro 3, para o EM. Cada quadro está dividido com as 06 perguntas do questionário (ver Apêndice A), o número total de participantes que responderam a questão e os resultados obtidos.

Iniciei a análise pelo quadro 1 que apresenta a opinião de dez participantes da primeira fase do EF, sobre a merenda escolar oferecida pela instituição pesquisada.

Quadro 1: Descrição dos resultados obtidos com os participantes da primeira fase do EF.

<b>Questões</b>	<b>Total de participantes</b>	<b>Resultados obtidos (nº de participantes)</b>
Questão 1	10	Ótima – 00 Boa – 04 Satisfatória – 05 Péssima – 01
Questão 2	10	Consomem a merenda escolar todos os dias – 02 Não consomem a merenda escolar todos os dias – 08

Questão 3	08	Merendam de 02 a 03 vezes por semana na escola, quando a merenda é mais gostosa e agrada mais o paladar.
Questão 4	10	Muito saudável – 08 Pouco saudável – 02 Nada saudável – 00
Questão 5	10	Merenda saudável é aquela que contém muitos nutrientes, que não tem muita gordura, que tem frutas, saladas, sucos naturais e arroz.
Questão 6	10	Sugeriram mais bolos, frutas, galinhada e que fosse oferecida bolacha com menos frequência – 05 Não sugeriram – 05

Na opinião dos alunos da primeira fase do EF, a merenda foi considerada de boa a satisfatória. Esse resultado pode estar relacionado ao fato, da maioria dos alunos entrevistados, não consumir a merenda oferecida pela instituição, todos os dias. Normalmente, os alunos a consomem de duas a três vezes na semana quando “agrada mais”. Este resultado leva a crer que os alunos deram sua opinião com base em preferências pessoais sobre o tipo de alimento que gostam e não, necessariamente, sobre a merenda como um todo.

A maioria acredita que a merenda oferecida na instituição é saudável, portanto condizente com a definição que eles deram para uma “merenda saudável” (ver quadro 1). De acordo com os dados constatei que a opinião dos alunos, sobre alimentação saudável, tem relação com as ideias estabelecidas no PNAE que advoga pela variedade de alimentos e o consumo de frutas, hortaliças e alimentos menos gordurosos.

Na sequência, a análise do quadro 2, que destaca a opinião dos quarenta alunos, da segunda fase do EF.

Quadro 2: Descrição dos resultados obtidos com os participantes da segunda fase do EF

<b>Questões</b>	<b>Total de participantes</b>	<b>Resultados obtidos</b>
Questão 1	40	Ótima – 00 Boa – 15 Satisfatória – 17 Péssima – 08
Questão 2	38	Consumem a merenda escolar todos os dias – 33 Não consomem a merenda escolar todos os dias – 05
Questão 3	40	Merendam de 02 a 03 vezes por semana na escola, quando a merenda é boa. Nos demais dias levam sua própria merenda.
Questão 4	40	Muito saudável – 18 Pouco saudável – 21



		Nada saudável – 01
Questão 5	40	Merenda saudável é aquela que contém, proteínas, carboidratos tudo na medida certa. Tem muitas verduras, frutas, hortaliças, sucos e é rica em vitaminas.
Questão 6	40	Sugestões – sugeriram que fosse oferecida uma merenda com mais pães, sanduíches naturais, carne e sucos naturais. E, menos óleo na preparação dos alimentos – 28 Sem sugestões – 12

Da mesma forma que os alunos da primeira fase, os da segunda fase do EF consideram a merenda de boa a satisfatória. E, ao contrário da primeira fase, a maior parte dos alunos consome a merenda escolar todos os dias. Aqueles que não a consomem diariamente, apenas duas a três vezes por semana, alegaram trazer a sua própria merenda e consomem a da escola nos dias em que o cardápio “agrada mais”.

Boa parte dos alunos acredita que a merenda é pouco saudável. Portanto, uma opinião contrária aos alunos da primeira fase do EF. Para ser saudável é necessário que seja variada e contenha proteínas e carboidratos na medida certa (ver quadro 2). Para contribuir sugeriram oferecer pães, carnes, sanduíches e sucos naturais e utilizar menos óleo na preparação dos alimentos. O que chamou a atenção foi a grande quantidade de alunos que não apresentou nenhuma sugestão que contribua para melhorar o cardápio.

De acordo com a opinião e as sugestões, dos alunos da segunda fase do EF, a merenda escolar não atende alguns dos parâmetros estabelecidos no PNAE. Ao sugerir mais sucos naturais é possível inferir que parte da bebida oferecida aos alunos é industrializada e de baixo valor nutricional.

Os dados chamam a atenção para uma questão muito importante que trata da relação entre a elaboração de um cardápio saudável e a efetiva preparação dos alimentos. Além de elaborar um cardápio com valores nutricionais adequados e alimentos variados é preciso combinar técnicas de preparo que mantenham a cor, o sabor e a textura dos alimentos (BRASIL, 2014) e que restrinjam o uso de ingredientes como sal, açúcar e óleo.

Segue a análise do quadro 3, com a opinião de trinta alunos do EM sobre a merenda escolar servida no CEPAE.

Quadro 3: Descrição dos resultados obtidos com os participantes do EM

Questões	Total de participantes	Resultados obtidos
Questão 1	30	Ótima – 01 Boa – 05

		Satisfatória – 20 Péssima – 04
Questão 2	30	Consumem a merenda escolar todos os dias – 21 Não consomem a merenda escolar todos os dias – 09
Questão 3	30	Merendam de 02 a 03 vezes por semana na escola, pois nesses dias a merenda é sanduíche natural.
Questão 4	29	Muito saudável – 10 Pouco saudável – 18 Nada saudável – 01
Questão 5	30	Merenda saudável é aquela bem balanceada que tenha o teor de gordura trans e saturada na quantidade certa, que tenha carboidratos, proteínas, vitaminas e muitos nutrientes.
Questão 6	30	Sugestões – menos quantidade de oferta de bolachas, mais sanduíches e sucos naturais, galinhada e massa (pois oferecem mais energia) – 18 Sem sugestões – 12

Para a maior parte dos alunos, a merenda foi considerada satisfatória e pouco saudável. A maioria consome a merenda todos os dias, mas é nessa fase que se encontra o maior índice de alunos que opta por não consumi-la. Apenas, de dois a três dias na semana. Segundo os participantes, quando é servido o “sanduíche natural”.

Na opinião dos participantes do Ensino Médio, uma merenda saudável é aquela rica em nutrientes, vitaminas e proteínas (ver quadro 3), que seja bem balanceada e com boa variedade de verduras e frutas. As sugestões são bastante próximas às do quadro 2. Também houve um índice alto de alunos que não deram sugestões.

Observei que no quadro 1 e 3, os alunos sugeriram “menos oferta de bolachas”. Ao pesquisar esse fato, em conversas informais com os alunos, descobri que estava sendo realizada uma reforma na instituição, nas semanas anteriores a minha pesquisa, e a cozinha foi desativada por tempo indeterminado. Por esse motivo, não estava sendo servido o cardápio habitual da merenda e para que os alunos não ficassem sem lanche foi oferecido suco e bolachas. O que, provavelmente, explica as sugestões e a aparente insatisfação com a oferta desse alimento.

## **Entrevista**

Em agosto de 2014, realizei uma entrevista com a nutricionista e tive a oportunidade de compreender como ocorre o processo de preparação da merenda escolar na instituição, quais são os critérios utilizados para escolher o cardápio e a origem dos

recursos para comprar os alimentos.

A nutricionista trabalha no CEPAE, desde o início do ano letivo de 2014. Ela desenvolve suas atividades, na Educação Básica (1ª e 2ª fase do EF e EM), duas vezes por semana. Nos demais dias, ela trabalha na Educação Infantil do CEPAE, antiga creche.

A entrevista seguiu um roteiro de perguntas (ver Apêndice B) cujas respostas serão descritas de maneira geral. No entanto, usei a pergunta para destacar respostas que julguei importantes aos objetivos da pesquisa. A entrevista iniciou-se com a seguinte pergunta: Quais são os critérios utilizados para planejar a merenda escolar do CEPAE?

Segundo a nutricionista, os critérios utilizados para a preparação da merenda são os valores nutricionais dos alimentos, o nível de aceitação de determinado alimento pelos alunos, o custo e o tempo de preparo. O último critério é muito importante, pois os funcionários responsáveis pela preparação da merenda escolar, iniciam suas atividades às 06h30minutos e a merenda precisa estar pronta às 09h15minutos. Por esse motivo, as receitas precisam ser de cozimento rápido, de fácil execução, e ao mesmo tempo, saudáveis e bem preparadas.

Os fatores operacionais e a estrutura física influenciam na escolha do cardápio que será servido durante a semana. A cozinha, onde se preparam os alimentos dos alunos do EF e do EM, não possui fornos que atendam uma grande demanda de receitas assadas. Assim, quando o cardápio inclui produtos como bolos, pães ou roscas existe a necessidade de comprá-los prontos.

O custo da merenda também é um critério importante. A escola recebe do governo Federal, por meio do FNDE e do PNAE, um valor específico para ser utilizado com a merenda escolar, durante o ano letivo. O valor destinado à merenda por aluno matriculado no EF e EM é de R\$ 0,30 (trinta centavos). Segundo a nutricionista, “recebemos uma quantidade de dinheiro do governo Federal, do PNAE, que é o programa nacional de alimentação escolar, mas o valor é muito pequeno e não custeia todo o cardápio”. Por isso, é preciso complementá-lo.

Para resolver esse problema, a instituição inclui a merenda escolar em seu orçamento anual e destina uma parte para custear a compra de alimentos. Assim, o CEPAE mantém uma merenda, com maior quantidade e variedade de carnes que não seria possível adquirir, apenas com o valor recebido do governo Federal, por meio do PNAE.

De alguma maneira, a opinião dos alunos sobre a merenda interfere na hora de elaborar o cardápio?

De acordo com a nutricionista, ela nunca realizou uma pesquisa específica para

saber a opinião dos alunos sobre a merenda escolar. O principal problema é a falta de tempo. O seu trabalho na EI exige maior disponibilidade, pois são servidas seis refeições por dia e na Educação Básica apenas uma. Durante a entrevista, a nutricionista manifestou interesse em saber a opinião dos alunos sobre a merenda, pois com essa informação seria possível orientar melhor o cardápio.

[Nutricionista]

Adoraria ter o resultado de uma pesquisa entre os alunos sobre a merenda, pois me ajudaria com sugestões, mas nem todas serão aceitas, preciso de receitas saudáveis.

A nutricionista disse ter percebido uma mudança positiva na primeira fase do EF, no decorrer do ano letivo. Alguns alimentos que, normalmente não eram consumidos, agora tem maior aceitação dos alunos.

O cardápio muda semanalmente, no máximo, a cada duas semanas. No quadro 4, é possível verificar o cardápio oferecido e que foi servido em duas semanas consecutivas, no mês de agosto de 2014.

Quadro 4: Cardápio da merenda escolar do CEPAE.

<b>Segunda 11/08</b>	<b>Terça 12/08</b>	<b>Quarta 13/08</b>	<b>Quinta 14/08</b>	<b>Sexta 15/08</b>
Arroz com carne de sol, salada de repolho, cenoura e tomate	Bolo e refresco de maracujá	Melancia	Achadinho de carne	Sanduíche de mussarela, presunto, alface e tomate
<b>Segunda 16/08</b>	<b>Terça 17/08</b>	<b>Quarta 18/08</b>	<b>Quinta 19/08</b>	<b>Sexta 20/08</b>
Arroz branco com carne de panela	Rosca e refresco de caju	Banana e maçã	Sopa de carne com legumes	Bolacha de água/sal e creme de uva

Segundo as informações obtidas durante a entrevista, os alimentos não são comprados de produtores familiares, mas o processo de licitação está em andamento e entrará em vigor em 2015. Assim, a compra dos alimentos se adaptará às exigências do PNAE.

Existem dias em que a merenda não é totalmente consumida pelos alunos? Qual é o destino dado a esse alimento?

A merenda é elaborada com base no consumo real dos alunos. Por isso, não costuma haver desperdício. No entanto, quando ocorre, os alimentos como pães ou frutas oferecidos no período matutino, são novamente servidos no lanche do período vespertino. Nos casos em que a merenda servida consiste em alimentos como arroz, feijão ou sopa, estes são descartados, pois não é seguro o aproveitá-los. Os alimentos que não foram consumidos na merenda escolar não podem ser doados, pois é uma exigência das normas sanitárias.

Existe alguma diferença entre a merenda oferecida para os alunos da primeira fase e os da segunda fase? Qual?

Segundo a nutricionista, exceto a merenda da EI, não há diferenças nos critérios utilizados na composição ou na elaboração da merenda escolar destinada aos alunos da primeira fase e da segunda fase do Ensino Básico (Fundamental e Médio). O que as diferencia é o tamanho da porção. Para a primeira fase, quando são servidos alimentos como carne, arroz, feijão, massa, legumes ou verduras, as porções são menores. Quando os alimentos são frutas, as quantidades são as mesmas na primeira e na segunda fase.

Para encerrar a entrevista, perguntei o que ela considerava como uma merenda saudável.

[Nutricionista]

é aquela que consegue interferir nos hábitos alimentares dos alunos diminuindo cada vez mais o consumo de produtos industrializados como: bolachas recheadas, salgadinhos de pacote, sucos de caixinha [...] durante o intervalo entre o café da manhã e o almoço. A intenção da merenda escolar é fazer com que os alunos comam coisas mais saudáveis que são oferecidas pela escola, como as frutas, seja ela sozinha ou acompanhada com leite e o iogurte que não era bem aceito no começo [...] agora os alunos estão consumindo mais a salada de fruta, carnes menos gordurosas, sanduíches naturais, produtos integrais, entre outros.

## **Resultados gerais**

A partir dos resultados do questionário, sintetizados nos quadros 1, 2 e 3 e da entrevista com a nutricionista, percebi que o maior índice de insatisfação está na segunda fase do EF, seguida pelos alunos do EM.

Na primeira fase do EF, apesar do alto índice de insatisfação, cerca de quarenta por cento (40%) dos alunos classificou a merenda como boa. Esse dado sugere uma relação com a fala da nutricionista que percebeu, nessa fase, uma maior aceitação dos alimentos oferecidos no cardápio. Portanto, uma possível mudança dos hábitos alimentares, ao menos no contexto escolar.

De acordo com Cavalcante (2009), o contexto sociocultural influencia nos hábitos alimentares da criança que serão estabelecidos também em sua fase adulta. Por isso a escola é considerado um espaço privilegiado para efetuar mudanças e desenvolver hábitos alimentares saudáveis.

Os resultados demonstraram que os alunos do Ensino Fundamental (primeira e segunda fase) preferem uma merenda mais leve, com mais frutas, sucos e bolos. Enquanto os alunos do Ensino Médio preferem comidas mais consistentes e que ofereçam mais energia até a próxima refeição. A pesquisa revelou que os alunos do Ensino Médio associam a merenda a um bom desempenho escolar. Portanto, os alunos parecem ter consciência do que é uma alimentação saudável e dos benefícios que esta proporciona à aprendizagem. Como indicam (CAVALCANTI, 2009) e (BARRIOS, 2011), uma boa alimentação favorece o desenvolvimento físico e cognitivo, atua sobre a memória, aumenta a resistência física e diminui a propensão à doenças. Um aluno com uma alimentação saudável, se sentirá mais disposto e aprenderá melhor.

Essa percepção dos alunos é um ponto positivo. No entanto, a pesquisa não abordou os hábitos alimentares fora da instituição para confirmar se a informação dada pelos participantes faz parte da sua rotina diária, em casa e na escola, ou é apenas um conceito pré-estabelecido, sem fins práticos.

Segundo a nutricionista, para que se tenha uma alimentação saudável é preciso modificar os hábitos e diminuir o consumo de produtos industrializados. Suas ideias estão de acordo com os objetivos estabelecidos no PNAE e se refletem na elaboração do cardápio semanal, com variedade de alimentos e a oferta de verduras, legumes e frutas (ver quadro 4).

Durante a entrevista, não foi mencionado nenhum fato que relacione a elaboração das receitas e do cardápio com necessidades específicas de alunos, sejam de origem cultural ou por problemas de saúde, como estabelece o PNAE. Conclui-se, a priori, que não existam alunos, até o presente momento, com necessidades alimentares especiais.

Apesar das adaptações que estão sendo incorporadas ao processo de elaboração do cardápio da merenda escolar, como a compra de alimentos provenientes de produtores familiares, os critérios e os procedimentos estão de acordo com os estabelecidos no PNAE para uma alimentação saudável. E, a instituição tem mostrado um interesse pelo assunto, uma vez que destina recursos extras para complementar a compra de alimentos e melhorar a alimentação dos alunos.

O PNAE estabelece que a alimentação escolar seja responsável pela cobertura de

no mínimo 15% das necessidades nutricionais diárias do aluno. Tendo em conta que esse é um dos critérios utilizados pela nutricionista para a elaboração do cardápio no CEPAE, que a escola complementa a compra de alimentos e que as diferentes faixas etárias e suas características de desenvolvimento são consideradas quando se estabelecem porções diferenciadas para cada fase, entende-se que a merenda escolar oferecida na instituição cumpre a sua função e contribui com o desenvolvimento, a aprendizagem e a formação de hábitos alimentares saudáveis, conforme estabelece o PNAE (BRASIL, 2014).

### **Considerações Finais**

Retomando os objetivos da pesquisa foi possível constatar que os alunos classificaram a merenda escolar oferecida na instituição como satisfatória. No entanto, é importante ressaltar que dois fatores podem ter influenciado os dados coletados e, conseqüentemente, o nível de insatisfação dos alunos com o cardápio oferecido. O primeiro diz respeito à nutricionista. Esta iniciou suas atividades na instituição no ano letivo de 2014, portanto o prazo para que o resultado do seu trabalho seja observado pelos alunos, a meu ver, foi muito curto. O segundo, refere-se à reforma na instituição que obrigou a desativar a cozinha por um prazo longo e a adaptar o cardápio.

Um dos objetivos específicos da pesquisa era conhecer os critérios para a elaboração da merenda escolar no CEPAE e constatar o conhecimento dos alunos sobre uma alimentação saudável. Segundo a nutricionista responsável, os critérios utilizados enfatizam o valor nutricional dos alimentos, o nível de aceitação, o custo e o tempo de preparo das receitas. Todos estão em conformidade com as diretrizes do PNAE. Quanto aos alunos, a maior parte sabe o que é uma alimentação saudável, mas ainda precisam adquirir novos hábitos alimentares e modificar outros.

A pesquisa não abordou o conhecimento dos alunos sobre o PNAE, mas detectou, por meio de conversas informais, durante a aplicação do questionário, que boa parte desconhece suas metas, assim como, os recursos destinados para a compra de alimentos nas escolas públicas. Existe, portanto, uma necessidade de diálogo na escola, que demonstre as preferências pessoais dos alunos e a realidade que impõe limites para a elaboração da merenda escolar, como o tempo e os recursos destinados à compra de alimentos.

Como futuros desdobramentos deste trabalho, proponho que sejam realizadas pesquisas de opinião anuais com os alunos de cada fase, junto com uma conscientização

dos critérios utilizados para a elaboração da merenda escolar. Esse trabalho poderá ser realizado pelos próprios alunos, criando um grupo responsável pela aplicação do questionário, a sistematização dos resultados e sua divulgação, em eventos da escola com a presença da comunidade escolar.

Trata-se de um processo de conscientização. É importante que os resultados possam ser discutidos em conjunto com a nutricionista, a direção da instituição e os demais interessados, a fim de contribuir com uma merenda que agrade a maioria dos alunos e traga benefícios à saúde, à aprendizagem e ao desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis.

## Referências

BARRIOS, W. *Alimentação é fundamental no processo de aprendizagem*. (2011). Disponível em: <<http://www.samaritano.org.br/>>. Acesso em: 10/09/2014.

BRASIL. *Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação – FNDE*. (2014). Disponível em:<<http://www.fnde.gov.br/programas/alimentacao-escolar/alimentacao-escolar-historico>>. Acesso em: 05/09/2014.

\_\_\_\_\_. Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE). *Lei n° 11.947, de 16 de junho de 2009*. Ministério da Educação: Brasília, 2009. Disponível em:<[http://portal.mec.gov.br/index.php?option=com\\_content&id=16691&Itemid=1115](http://portal.mec.gov.br/index.php?option=com_content&id=16691&Itemid=1115)>. Acesso em: 27/08/2014.

CAVALCANTI, L. de A. *Efeitos de uma intervenção em escolares do ensino fundamental I, para a promoção de hábitos alimentares saudáveis*. 92f. Dissertação de Mestrado (Educação Física). Universidade Católica de Brasília, Brasília, 2009.

SANTOS, M. A. dos. *Biologia educacional*. São Paulo: Ática, 1989.



**APÊNDICE A – Questionário aplicado aos participantes da pesquisa****PESQUISA DE OPINIÃO****Dados Gerais**

Idade: \_\_\_\_\_

Série: \_\_\_\_\_

Há quantos anos você estuda no CEPAE? \_\_\_\_\_

**Questionário**

1. Como você define, atualmente, a merenda escolar oferecida no CEPAE?

 ótima       boa       satisfatória       péssima

2. Você consome a merenda escolar oferecida no CEPAE, todos os dias da semana?

 sim       não

3. Caso a resposta à pergunta 2 seja negativa. Quantas vezes por semana você consome a merenda oferecida no CEPAE? Explique o motivo:

---

---

---

4. Em sua opinião, você classificaria a merenda escolar oferecida no CEPAE como:

 muito saudável       pouco saudável       nada saudável

5. Em sua opinião, o que seria uma merenda saudável?

---

---

---

6. Você teria alguma sugestão para melhorar a merenda oferecida no CEPAE? Qual?

---

---

---

## **APÊNDICE B – Roteiro de perguntas para entrevista com a nutricionista**

### **ENTREVISTA COM A NUTRICIONISTA DA ESCOLA PESQUISADA**

1. Há quanto tempo trabalha no CEPAE?
2. Trabalha todos os dias da semana no CEPAE?
3. Quais são os critérios utilizados para planejar a merenda escolar do CEPAE?
4. Na sua opinião, o valor destinado pelo governo para a merenda escolar, por aluno é suficiente? O CEPAE possui outro recurso para complementar o valor da merenda? Ou não é necessário?
5. A instituição faz algum tipo de pesquisa para saber a opinião dos alunos sobre a merenda escolar?
6. De alguma maneira, a opinião dos alunos sobre a merenda interfere na hora de elaborar o cardápio?
7. Existem dias em que a merenda não é totalmente consumida pelos alunos? Qual é o destino dado a esse alimento?
8. Existe alguma diferença entre a merenda oferecida para os alunos da primeira fase e os da segunda fase? Qual?
9. Na sua opinião, o que é uma merenda saudável?