

Nair Cristina Marques de Melo – 10º semestre de Nutrição – Campus Itaquera

Trabalho: Educação Alimentar e Nutricional em um Ambiente Escolar no Município de São Paulo

Comente sobre seu trabalho

O trabalho foi feito em um colégio privado da zona leste de Ensino Fundamental e Médio. Primeiro realizamos entrevista com os professores e com a diretoria, para avaliar como ele se vê como educador na área da nutrição, o que ele fala com os alunos, se ele aborda sobre alimentação na sala de aula, se se sente seguro para abordar essas temáticas de saúde e alimentação, como reage sobre obesidade infantil. Fizemos uma entrevista com a diretora da escola e a questionamos sobre como ela trata sobre o bullying na escola, qual a dificuldade que tem com a alimentação dos alunos no dia a dia. Começamos a pesquisa em 2016 terminamos em 2017.

Num primeiro momento, pegamos os dados e vimos que os professores trabalham com abordagens teóricas com aulas bem tradicionais e alguns trabalham com rodas de conversas, aulas de laboratórios, mas é bem pouco.

Notamos a necessidade de intervir, porque a educação alimentar é uma ferramenta que tem que ser contínua e na escola é o melhor lugar para ensinar tudo sobre alimentação.

Nessa escola não serve refeição, apenas alimentos na cantina, então questionamos o que os alunos consomem e lá só tinha alimentos processados, ultraprocessados, não tinham alimentos in natura, frutas ou sanduiche natural.

Fizemos intervenções e no intervalo mostramos a quantidade de açúcar que há no refrigerante, e fomos observando o que eles mais consumiam e trazíamos pra eles as informações nutricionais. Durante 2 meses fizemos essa intervenção e depois demos aulas para todas as salas junto com o professor e fizemos abordagens diferenciadas para as turmas. Agora na cantina tem frutas, suco natural, ou seja, teve uma mudança bem significativa, mas a educação tem que ser contínua.

Como foi fazer parte deste tema?

Para mim foi uma experiência ímpar. Eu não tinha noção que o pré-adolescente e adolescente de hoje tem pensado tanto em dieta. Eles estão sendo muito influenciados pela imagem que a mídia mostra. Vimos casos de alunos afastados por casos de bulimia e anorexia.

Abordamos também os pais em uma reunião e mostramos o que estávamos ensinando para seus filhos na escola. Temos que trabalhar com todos os fatores envolvidos, pois não adianta só mudar a criança, se o pai não mudar.

E você está concluindo o curso, como foi para você estes cinco anos de estudo?

O curso foi transformador, a realização de um sonho que eu sempre tive. Os professores daqui são os tesouros da Universidade, eles incentivam muito quando percebem que o aluno tem aptidão.

Gostei muito da área da pesquisa, gosto muito dessa área de educação alimentar e quero expandir isso também para outras escolas.