

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO CEARÁ**  
**FACULDADE DE EDUCAÇÃO**  
**PRÓ-REITORIA DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO**  
**PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO BRASILEIRA**

**GARDENIA MARIA DE OLIVEIRA BARBOSA**

**AS REPRESENTAÇÕES DE ALIMENTAÇÃO**  
**NO ENSINO FUNDAMENTAL**

**FORTALEZA**

**2007**

**GARDENIA MARIA DE OLIVEIRA BARBOSA**

**AS REPRESENTAÇÕES DE ALIMENTAÇÃO  
NO ENSINO FUNDAMENTAL**

Tese apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Educação Brasileira da Faculdade de Educação da Universidade Federal do Ceará como requisito parcial para obtenção do título de Doutor em Educação.

Orientador: Prof. Dr. Hermínio Borges Neto  
Co-orientadores: Prof. Dr. Luis Botelho Albuquerque  
Prof.<sup>ª</sup>. Dr.<sup>ª</sup>. Suzana Maria Capelo Borges

FORTALEZA

2007

**Gardenia Maria de Oliveira Barbosa**

**AS REPRESENTAÇÕES DE ALIMENTAÇÃO NO ENSINO FUNDAMENTAL**

Tese submetida ao Programa de Pós-Graduação em Educação, como requisito parcial  
para a obtenção do título de Doutor.

Aprovada em \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

---

Prof. Dr. Hermínio Borges Neto (Presidente)

Universidade Federal do Ceará

---

Prof. Dr. Luiz Botelho Albuquerque

Universidade Federal do Ceará

---

Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Maria de Fátima Vasconcelos Costa

Universidade Federal do Ceará

---

Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Suzana Maria Capelo Borges

Universidade Estadual do Ceará

---

Prof. Dr. Pedrinho Arcides Guareschi

Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul

Aos meus amados filhos, Levi e Elis,  
de quem horas preciosas tomei a fim de  
realizar este trabalho.

## AGRADECIMENTOS

Ao Odair Soares Filho, meu marido, amigo e companheiro, grande incentivador nas horas mais difíceis desta jornada.

Ao Prof. Dr. Hermínio Borges Neto, amigo que se revelou grande orientador, dando suporte a cada passo, com suas observações precisas e cuidadosas, zelando para que pudéssemos alcançar nossos objetivos.

Ao Prof. Dr. Luiz Botelho Albuquerque, co-orientador, pelo incentivo e pelas sábias palavras que muito contribuíram com os rumos deste trabalho.

À Prof<sup>ª</sup>. Dr<sup>ª</sup>. Suzana Maria Capelo Borges, amiga, irmã, companheira e mestra, cuja co-orientação iluminou-me os caminhos das representações sociais.

À Prof<sup>ª</sup>. Dr<sup>ª</sup>. Maria de Fátima Vasconcelos Costa, que, através de suas palavras precisas e competentes, me conduziu a grandes reflexões, fazendo-me rever alguns dos meus caminhos.

Ao Prof. Dr. Pedrinho Arcides Guareschi, pela presteza e disponibilidade com que atendeu ao convite para a composição da banca examinadora de minha tese.

Aos meus pais, Geraldo e Grasiélia, que com sabedoria e simplicidade me conduziram ao prazer de estudar e valorizar os frutos do conhecimento.

Às minhas irmãs, Gláucia e Gilmara, a quem muito admiro, pelo apoio em todos os grandes momentos de minha vida.

Ao Núcleo do Obeso do Ceará, que pacientemente esperou o meu retorno ao trabalho na equipe interdisciplinar de tratamento cirúrgico da obesidade.

Ao ITEP e à FIC, pelo apoio e consideração empenhados nos momentos mais cruciais deste trabalho, valorizando-me como pessoa e profissional.

Às escolas investigadas neste estudo, seus alunos, pais, professores, coordenadoras pedagógicas e diretores, que tão prontamente abriram suas portas e viabilizaram todos os caminhos que precisei percorrer.

Ao Programa de Pós-Graduação em Educação Brasileira da Universidade Federal do Ceará.

À CAPES, pelo apoio financeiro que propiciou o desenvolvimento dessa pesquisa.

A todos os que, de alguma forma, contribuíram para a realização deste trabalho.

Duas tristezas.

A primeira é não ter fome quando a comida está servida na mesa.

A segunda é ter fome quando não há comida na mesa.

Entre essas duas tristezas a vida acontece.

O encontro entre fome e comida tem o nome de alegria.

Rubem Alves

## RESUMO

A tese analisa as representações de alimentação de alunos, seus pais e educadores das séries iniciais do Ensino Fundamental de três escolas com diferentes vivências alimentares na cidade de Fortaleza. Foram investigadas uma escola pública da rede municipal de ensino, que utiliza a merenda escolar oferecida pelo Governo Municipal, uma escola privada, que faz uso de cantina diversificada e uma creche-escola privada, que oferece alimentação preparada na própria escola, orientada e supervisionada por nutricionista. A partir do referencial teórico da Teoria das Representações Sociais, foram colhidas elaborações sobre o ato de comer bem, a alimentação saudável e não saudável, e acerca da educação alimentar. Os hábitos alimentares dos alunos e seus componentes familiares foram avaliados, contemplando a rotina alimentar durante a semana, nos finais de semana e nas férias escolares. Foram entrevistados cento e nove (109) sujeitos, sendo quarenta e dois (42) alunos, trinta e quatro (34) mães, dois (02) pais e trinta e um (31) educadores. Os resultados indicam que as representações do ato de comer bem delinham aspectos socioeconômicos e culturais significantes, além daqueles referentes às preferências alimentares e às expressões emocionais. As três escolas investigadas evidenciaram diferentes vivências alimentares no contexto educacional, apresentando abordagens pedagógicas peculiares referentes à educação alimentar. A proposta de se trabalhar a alimentação saudável de modo mais sistematizado, coerente e mais bem planejado foi bem recebida pelos pais dos alunos e pelos educadores, sendo observada a necessidade de uma orientação específica para o melhor preparo dos professores. Sugere ainda um trabalho interdisciplinar, sendo a educação reconhecida como canal viabilizador de um conhecimento que provoque a conscientização a respeito do valor da alimentação como um dos direitos humanos básicos, contemplando as características individuais e coletivas de cada povo.

**PALAVRAS-CHAVE:** Alimentação, Educação Alimentar, Ensino Fundamental, Representações Sociais.

## ABSTRACT

The work analyzes the findings on food consumed by students, their parents and educators, from the initial series of fundamental teaching of three schools with different alimentary experience in the city of Fortaleza. One school investigated was a public school pertaining to the municipal teaching network that consumes school snacks made available by the municipal government. The second was a private school that utilizes a diversified snack bar and the third a private day care school that offers food prepared at the school itself, guided and supervised by a nutritionist. Starting from the theoretical reference of the theory of social representations, elaborations on eating well, healthy and non healthy eating, and on alimentary education were obtained. The eating habits of the students and their relatives were appraised, contemplating their alimentary routine during the week, on weekends and during school vacations. A hundred and nine people were interviewed (109), made up of forty-two (42) students, thirty-four (34) mothers, two (02) parents and thirty-one (31) educators. The results indicate that the representations of eating well delineate significant socio-economic and cultural aspects, besides those regarding alimentary preferences and emotional expressions. The three schools investigated evidenced different alimentary experience in the education context, presenting distinctive pedagogic approaches regarding alimentary education. The proposal to work on healthy eating habits in a more systematized way, coherent and better planned, was well received by the students' parents and by educators, and the need for specific orientation for better preparation of the teachers was observed. It also suggests interdisciplinary work, with education recognized as a feasibility channel for knowledge that prompts understanding of the value of food intake as one of the basic human rights, contemplating the individual and collective characteristics of each people.

**KEY-WORDS:** Food consumption, Alimentary education, Fundamental teaching, Social representations.

## RESUMEN

El trabajo analiza las representaciones de alimentación de alumnos, sus padres y educadores de las series iniciales del enseño fundamental de tres escuelas con distintas vivencias alimentares en la ciudad de Fortaleza. Fueron investigadas una escuela pública de la red municipal de enseño, que utiliza la merienda escolar ofrecida por el gobierno municipal, una escuela privada que hace uso de cantina diversificada y una escuela integral para nenes, también privada, que ofrece una alimentación hecha en la propia escuela, orientada y fiscalizada por nutricionista. A partir del referencial teórico de la teoría de las representaciones sociales, fueron cogidas elaboraciones sobre el comer bien, la alimentación saludable y no saludable, y sobre la educación alimentar. Los hábitos alimentares de los alumnos y sus familiares fueron avaluados, contemplando la rutina alimentar durante la semana, en los finales de semana y en las vacaciones escolares. Fueron entrevistados ciento nueve (109) sujetos, siendo cuarenta y dos (42) alumnos, treinta y cuatro (34) madres, dos (02) padres y treinta y uno (31) educadores. Los resultados indican que las representaciones del comer bien delinear aspectos socio-económicos y culturales significantes, además de aquellos referentes a las preferencias alimentares y a las expresiones emocionales. Las tres escuelas investigadas evidenciaron distintas vivencias alimentares en el contexto educacional, presentando abordajes pedagógicas peculiares referentes a la educación alimentar. La propuesta de trabajarse la alimentación saludable de forma más sistematizada, coherente y mejor planeada fue bien recibida por los padres de los alumnos y por los educadores, siendo observada la necesidad de una orientación específica para el mejor preparo de los profesores. Sugiere aún un trabajo que se haga juntamente con otras disciplinas, siendo la educación reconocida como canal de viabilidad de un conocimiento tal que provoque una mejor consciencia sobre el valor de la alimentación en cuanto uno de los derechos humanos básicos, contemplando las características individuales y colectivas de cada pueblo.

**PALABRAS-LLAVE:** Alimentación, Educación Alimentar, Enseño Fundamental, Representaciones Sociales.

# 1 INTRODUÇÃO

Falar do dito não é apenas re-dizer o dito  
mas viver o vivido que gerou o dizer que agora,  
no tempo de redizer, de novo se diz.  
Redizer, falar do dito, por isso envolve  
ouvir novamente o dito pelo outro  
sobre ou por causa do nosso dizer.  
Paulo Freire

Este estudo propôs-se a investigar as representações sociais de alimentação elaboradas por alunos, seus pais, e educadores das séries iniciais do Ensino Fundamental. Em razão da multifacetada perspectiva que a temática da alimentação evidencia, abrangendo aspectos de natureza biológica, antropológica, sociológica, psicológica, espiritual, econômica e cultural, entendemos, para efeito desta investigação, a alimentação como um complexo que abrange o comportamento alimentar em suas mais variadas manifestações.

Castell (2004, p.09) defende o argumento de que o comportamento alimentar do ser humano não se resume apenas à ingestão de alimentos, pois comer representa mais do que nutrir o corpo, ou seja, come-se também como uma forma de obter prazer, fomentar a convivência e ainda, conter determinadas ansiedades.

Phillipi, Alvarenga *et al* (2004, p.21) definem a alimentação como o processo pelo qual os seres vivos adquirem do mundo exterior os alimentos que compõem a sua dieta, sendo o comportamento alimentar humano caracterizado por todas as formas de convívio com o alimento, considerando-se os hábitos alimentares regionais, os costumes adquiridos no decorrer da vida, as informações recebidas sobre alimentação e nutrição, as preferências alimentares, dentre outros aspectos.

Garcia (1994, p.01) entende a alimentação envolta nos mais diversos significados, desde o âmbito cultural até as experiências pessoais. Segundo essa autora, “há momentos mais propícios para o doce, o salgado, a bebida, a fartura ou a restrição alimentar”, aspectos estes impregnados de significados culturalmente determinados. Assinala, ainda, que a subjetividade veiculada nas práticas alimentares inclui a identidade cultural, a condição social, a religião, a memória familiar, a época, que passam por esta experiência cotidiana.

O esboço histórico da alimentação, apresentado no segundo capítulo deste estudo, delinea estes aspectos comentados pelas autoras retrocitadas, ao abordarmos o tema em suas dimensões mundiais, nacionais, e numa tentativa de maior contextualização, regionais, contemplando ainda reflexões sobre a fome e o ato de comer bem.

No caso específico deste trabalho, tomaremos como eixo de investigação o comportamento alimentar sob a perspectiva do contexto escolar, ou seja, quais são as relações, teóricas e/ou empíricas, vivenciadas pelos diversos sujeitos de três contextos educacionais que apresentam diferentes atitudes diante das experiências alimentares na escola, além das suas abordagens à temática da alimentação.

A tese que defendemos é a de que a educação alimentar, entendida como um processo que inicia ao nascermos e se realiza durante toda a vida, ocorre mediante a conscientização acerca da origem, natureza, preparo e vivências em torno do alimento, a fim de sustentar uma escolha que proporcione os nutrientes e o prazer que o ato de comer suscita.

Esta idéia surgiu do trabalho cotidiano de atendimento psicológico a pessoas portadoras de obesidade severa<sup>1</sup>, que buscavam emagrecer por meio de uma intervenção cirúrgica, visto que não lograram alcançar resultados satisfatórios a partir do modelo tradicional de tratamento da obesidade<sup>2</sup>. Após terem seus estômagos reduzidos a 10% da capacidade original, era imprescindível que a relação com o alimento fosse totalmente redimensionada, o que implicaria a escolha do alimento mais digerível, menos calórico, mais nutritivo e que, paralelamente a estes critérios, ainda proporcionassem prazer e bem-estar. Considerando-se que a maioria destas pessoas chegavam a tais dimensões corporais em decorrência dos hábitos alimentares inadequados e do sedentarismo, a proposta da reeducação alimentar parecia a mais pertinente, juntamente com o incentivo à atividade física.

---

<sup>1</sup> O nosso trabalho como psicóloga em uma equipe interdisciplinar de atendimento a candidatos à cirurgia de redução do estômago, também conhecida como cirurgia bariátrica ou gastroplastia, consiste no psicodiagnóstico pré-operatório e posterior acompanhamento psicológico às intensas alterações de hábitos alimentares e estilo de vida das pessoas que se submetem a este procedimento. A obesidade severa, ou ainda, em razão das comorbidades subjacentes a ela, a obesidade mórbida, caracteriza-se por pessoas que se encontram com o Índice de Massa Corpórea (IMC) superior a 40Kg/m<sup>2</sup>. O IMC é obtido com as medidas do peso e da altura, conforme a orientação da Organização Mundial de Saúde.

<sup>2</sup> Baseado no equilíbrio entre ingestão alimentar e a regulação do dispêndio energético, de responsabilidade do metabolismo basal, termogênese e atividade física (CARVALHO, 2005, p.15).

Podíamos observar que era flagrante no discurso destas pessoas a compreensão dos motivos subjacentes a essas medidas que caracterizavam orientações reconhecidas por todos os profissionais da equipe cirúrgica<sup>3</sup>. Não obstante terem os seus estômagos reduzidos e desejarem ardentemente emagrecer, no entanto, esta almejada reeducação alimentar parecia não fazer parte dos projetos de vida destes pacientes. A fantasia de que, reduzido o reservatório gástrico, a única alteração que iriam enfrentar relacionava-se à quantidade de alimento, constituía-se uma constante, sem muita consideração aos aspectos qualitativos do que passariam a comer dali por diante. Por este motivo, além das variáveis afetivas e socioeconômicas, muitos não alcançavam todo o êxito de emagrecimento que a cirurgia poderia favorecer, sendo, inclusive, em alguns casos, observado recuperação de peso<sup>4</sup>.

Desta forma, mesmo sem poder comer em grande quantidade, a escolha do alimento poderia comprometer até mesmo as medidas mais radicais de emagrecimento, como é o caso das cirurgias bariátricas.

Uma questão permanecia ressoando a cada consulta dos que queriam emagrecer e não conseguiam, seja pelos métodos convencionais, seja pelas cirurgias, em nossa vivência na clínica psicológica: “por que eu sei tudo sobre os alimentos que engordam, sobre os que são mais saudáveis, e não consigo emagrecer?”

Na qualidade de psicóloga, ciente das intensas e importantes implicações psicológicas subjacentes a este assunto, poderíamos aqui discorrer sobre uma série de prováveis motivos que justificam a obesidade como sintoma de uma ferida emocional. Não é este, porém, o nosso objetivo neste momento.

Observamos, no contato diário com estas pessoas que tão importante quanto compreender os motivos psicológicos que os mantinham “protegidos” por uma camada de gordura era também que apreendessem os princípios da alimentação saudável. Como, então?

---

<sup>3</sup> A equipe interdisciplinar do Núcleo do Obeso do Ceará é composta por cirurgiões, cardiologistas, pneumologistas, endocrinologista, nutricionista, psicólogas, psiquiatra, fisioterapeutas, enfermeira e fonoaudióloga.

<sup>4</sup> Segundo a psicóloga do Hospital das Clínicas de São Paulo, Marlene Monteiro da Silva, 13,3% dos pacientes operados há mais de cinco anos apresentaram IMC maior ou igual a 40 kg/m<sup>2</sup>. Estes dados foram apresentados em entrevista à *Revista Nutrição* - qualidade em alimentação, jul-dez 2005, ano 6, n<sup>o</sup>. 22.

Normalmente a esta pergunta podemos responder: consulte um/a nutricionista. A peregrinação, porém, por nutricionistas e endocrinologistas constituía um percurso trilhado muitas e muitas vezes, com sucessos e recaídas, que progressivamente iam deteriorando a auto-estima e a motivação para persistir na reeducação alimentar.

Na escuta atenta de suas falas, observamos que estas constantes buscas de apoio de profissionais especializados realmente lhes favoreciam, em suas palavras, “conhecer todas as dietas”, os grupos alimentares, as calorias dos alimentos, o que lhes proporcionava a sensação de que nada mais poderia ser feito, visto que nenhuma novidade havia sido acrescentada. Os princípios da alimentação saudável, no entanto, pareciam não ser reconhecidos como integrantes de suas vidas, muitas vezes entendidos, mesmo que reconhecidamente a orientação dos profissionais não tenham sido estas, como medidas de emergência que iriam favorecer apenas a perda de peso. O que estava realmente em questão não era a reeducação alimentar, mas a urgente necessidade de emagrecimento, e, segundo alguns fantasiavam, a cirurgia bariátrica seria suficiente para resolver este problema.

A obesidade, segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), é entendida como acúmulo excessivo de gordura corporal que traz alguma repercussão na saúde.

Carvalho (2005, p.14) aponta, dentre os múltiplos fatores que envolvem a origem da obesidade, o comportamento alimentar, os mecanismos de armazenamento de gordura, a regulação do aporte e o gasto energético, além de influências genéticas e psicológicas. Proclama este autor a grande necessidade de novas abordagens para o tratamento da obesidade, com estratégias que promovam um estilo de vida saudável.

Damiami *et al* (2004), ao discutirem os aspectos genéticos da obesidade, assinalam que, os riscos são de 9% quando nenhum dos pais é obeso, de 50% quando um dos genitores é obeso e de 80% quando ambos o são. Concluem, contudo, que a forte influência genética da obesidade não invalida os esforços que devem ser realizados na tentativa de prevenir seus efeitos deletérios.

As afirmações desses autores trazem implícita uma discussão que perpassa todo um complexo que abrange valores individuais e coletivos, em que as preferências alimentares pessoais, os hábitos culturais, as vivências afetivas, as relações políticas e econômicas estão dinamicamente envolvidas.

Tendo como referencial esta complexidade que envolve a obesidade, cada vez mais acreditávamos na preeminência das medidas preventivas, o que poderia ter maior repercussão, caso fosse iniciada bem precocemente, na gênese dos hábitos alimentares, ou seja, no ambiente familiar e, posteriormente, na escola.

Outro ponto, entretanto, passou a nos inquietar: como se pode agir preventivamente se o nosso contexto sociocultural e econômico, especificamente no que diz respeito às vivências alimentares, muitas vezes não favorece uma relação mais equilibrada com os alimentos? Ou se come demais ou se come de menos.

Isto nos evoca o conceito de segurança alimentar e nutricional, que, conforme aponta Valente (2002, p.29), apresenta o direito à alimentação como o princípio fundamental de sua proposta. No Brasil, movimentos que tiveram início a partir de 1985 em busca de elaborar uma estratégia de política nacional de segurança alimentar, culminaram com a elaboração do modelo brasileiro, adotado do documento nacional para a Cúpula Mundial de Alimentação, segundo o qual:

Segurança Alimentar e Nutricional consiste em garantir a todos condições de acesso a alimentos básicos seguros e de qualidade, em quantidade suficiente, de modo permanente e sem comprometer o acesso a outras necessidades essenciais, com base em práticas alimentares saudáveis, contribuindo assim para uma existência digna em um contexto de desenvolvimento integral da pessoa humana.

A partir deste conceito, percebe-se a evidência da importância de políticas de produção, distribuição e consumo dos alimentos, como também de políticas educacionais que se comprometam com a formação do indivíduo como um todo, garantindo a dignidade humana em toda a sua abrangência.

Este estudo, apesar de não se referir às temáticas da fome, desnutrição e da obesidade, diretamente, traz implícita uma questão que é entendida como uma forte aliada para se agir preventivamente sobre estes problemas: a orientação alimentar nas escolas. Na realidade brasileira, muitos casos de doença e morte prematura ainda têm como causa direta condições desfavoráveis de vida. Convivemos com elevadas taxas de desnutrição infantil e anemias, doenças típicas da ausência de condições mínimas de alimentação (SOARES *et al*, 2000; MONTEIRO, 2003). Paradoxalmente, convivemos ainda com problemas de saúde característicos de países desenvolvidos,

como as doenças cardiovasculares e a obesidade, associadas principalmente ao estresse, predisposição individual, hábitos alimentares inadequados e à vida sedentária (MENDONÇA e ANJOS, 2004, p.698).

Segundo Oliveira e Fisberg (2003), verifica-se no Brasil, nas últimas décadas, uma transição nutricional, que evidencia entre os anos de 1974/75 uma redução da prevalência da desnutrição infantil (de 19,8% para 7,6%) e um aumento da prevalência da obesidade em adultos (de 5,7% para 9,6%). Neutziling *et al* (2000), em estudo populacional com adolescentes na faixa etária de 10 a 19 anos, de ambos os sexos, descobriram que as prevalências de obesidade e sobrepeso em adolescentes brasileiros são mais baixas (7,7%) do que as apresentadas em inquéritos nacionais em outros países, correspondendo a três vezes menos do que as prevalências encontradas nos Estados Unidos, por exemplo. Enfatizam, porém, que este quadro é dinâmico e que o Brasil, onde a obesidade está aumentando de forma alarmante, está sofrendo uma transição nutricional.

Abrantes *et al* (2002), tomando a pesquisa sobre padrões de vida realizada pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) em 1997, analisam dados de crianças e adolescentes entre 2 e 17 anos, demonstrando que a prevalência de obesidade na infância foi maior no Sudeste (11,9%) do que no Nordeste (8,2%), e em adolescentes seguia a mesma tendência, variando entre 8,4% e 6,6%, respectivamente. Já quanto ao sobrepeso em adolescentes, constatou-se um total de 4,2% no Sudeste e 1,7% no Nordeste.

Mendonça *et al* (2004), ao discorrerem sobre aspectos das práticas alimentares e da atividade física como determinantes do crescimento do sobrepeso e da obesidade no Brasil, acreditam que, na maioria dos casos, estes problemas sejam desencadeados por aspectos socioambientais, sendo as mudanças no consumo alimentar e a redução da atividade física, que configuram o estilo de vida contemporâneo, os aspectos mais evidentes. Segundo anotam, embora a concentração de renda no Brasil não permita falar em mercado homogêneo, visto que as classes de baixa renda utilizam 37% da renda com alimentação, e as mais altas empenham apenas 11%, observam-se nas duas últimas décadas um predomínio do consumo de alimentos industrializados e a redução dos alimentos *in natura* em todas as classes. Além destes aspectos, apontam ainda o

hábito de alimentar-se fora de casa e o crescimento na oferta de refeições rápidas (*fast foods*) como fatores importantes no comprometimento à saúde dos brasileiros.

No Estado do Ceará, foi realizada uma pesquisa<sup>5</sup>, em agosto de 2005, avaliando os hábitos alimentares de 1.840 crianças com até 5 anos de idade, apresentando dados que demonstravam evidências de sobrepeso em crianças da região urbana e desnutrição nos assentamentos. Foram analisados 32 municípios cearenses e, entre eles, assentamentos em Canindé, Itapipoca, Quixeramobim e Independência. Segundo observações do coordenador do Unicef no Ceará e Rio Grande do Norte no ano de 2006, os resultados, mesmo preliminares, apontam para questões relacionadas à renda das famílias em algumas regiões, sendo que em outras o critério educacional se torna preocupante.

A princípio, interferir sobre o processo saúde/doença está no alcance de todos, e não apenas do Poder público, dos profissionais de saúde ou do indivíduo, isoladamente. Essa visão traduz-se numa atuação mais abrangente, holística, considerando as diferentes variáveis que interferem no objetivo "saúde" a ser atingido.

O potencial da educação, até por intermédio das instituições escolares, na democratização dessa concepção de saúde, está se clarificando e impondo a cada dia. Acreditamos que a promoção da saúde se faz por meio da educação, da adoção de estilos de vida saudáveis, do desenvolvimento de aptidões e capacidades individuais, da produção de um ambiente saudável e do compromisso das políticas públicas de saúde e educacionais com a concretização do bem-estar físico, mental e social.

Para Resende (1986), o processo educativo constitui o instrumento básico que proporciona informações e experiências sobre a saúde. Garante, ainda, que educar para a saúde é atividade das mais relevantes num país em desenvolvimento, considerando-se a educação como instrumento de transformação social. Desta feita, não se refere a autora apenas à educação formal, escolarizada, mas a toda ação educativa que propicie a reformulação de hábitos, a aceitação de novos valores e que estimule a criatividade.

O Artigo 1º. da Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (Lei no. 9.394, de 20/12/96) postula a idéia de que "a Educação abrange os processos formativos que se desenvolvem na vida familiar, na convivência humana, no trabalho, nas instituições

---

<sup>5</sup> Divulgada pelo Jornal "O Povo", de Fortaleza, em 25/01/2006.

de ensino e pesquisa, nos movimentos sociais e organizações da sociedade civil e nas manifestações culturais”. Esses processos formativos constituem a história da pessoa, o percurso que antecede até mesmo o seu nascimento, quando já nasce num âmbito socioeconômico e cultural que já permeia a história de seus pais, da sua gente. O processo de socialização evidencia os contornos e a expressão da pessoa no mundo. A convivência familiar, fonte primária nesse processo, fornece os fundamentos da formação da identidade, tanto no que diz respeito aos aspectos emocionais, à formação da personalidade, até o estabelecimento de hábitos e valores que caracterizam a pessoa e/ou um povo.

Nossa realidade social, constituída de contrastantes classes e grupos sociais, apresenta também valores contraditórios. Perceber esta realidade como um processo histórico-social permite-nos acreditar na sua transformação. A atuação político-pedagógica é fator decisivo na constituição da nossa história. Aqui é onde situamos a necessidade do “educar para o futuro”, possibilitando aos alunos, pelo conteúdo escolar, a reflexão e mudança da própria vida, formando valores, atitudes, conceitos e práticas sociais críticas e transformadoras.

Guareschi (2005, p.21), ao questionar-se acerca do que é educar, compreende que seja esse um processo ativo de a pessoa desabrochar, externar o que já existe nela em potência. E continua sua reflexão, ao inspirar-se na própria etimologia da palavra educação: “educar vem do latim: *e* quer dizer ‘de dentro para fora’ e *ducere* significa ‘conduzir, trazer’. Educar é, portanto, trazer algo que já está dentro das pessoas para fora, fazer emergir o que lá se encontra”.

É nessa perspectiva que nosso trabalho se efetua, quando, além do direito à educação, trazemos o tema do direito ao alimento, a partir da investigação das representações elaboradas pelos alunos, seus pais e educadores acerca da alimentação. Partir das falas destes sujeitos sobre o que é comer bem e, ainda, ter uma alimentação saudável, possibilitou descobrir que estes conceitos se encontram presentes em suas elaborações, contemplando referenciais que, mesmo elaborados no plano do senso comum, evidenciam princípios científicos, conforme será apresentado e discutido no quarto capítulo deste estudo.

A Estratégia Global sobre Alimentação, Atividade Física e Saúde, da Organização Mundial de Saúde<sup>6</sup>, tenciona proporcionar uma visão ampla dos serviços de saúde voltados para o escolar, reforçando o desenvolvimento de estilos de vida saudáveis, fundamentado num modelo de saúde que inclua a interação dos aspectos físicos, psíquicos, socioculturais e ambientais. Esclarece finalmente a importância da participação ativa dos alunos e educadores na elaboração do projeto pedagógico da Educação para a Saúde, buscando estabelecer inter-relações na elaboração do projeto escolar. Propõe ainda que os conteúdos de saúde sejam incluídos nas diferentes áreas curriculares, e que se valorize a promoção da saúde na escola para todos os que nela estudam ou trabalham.

São propostas, referenciais que, com vontade política e trabalho, poderão nortear as mudanças de que o nosso sistema de saúde e educacional tanto precisam. Esta é, inclusive, a posição assumida contemporaneamente pelas sociedades médicas, mais especificamente no que diz respeito ao nosso tema, as Sociedades Brasileiras de Cardiologia e de Endocrinologia e Metabologia. Segundo essas entidades, é preciso promover a atividade física, a restrição do consumo de alimentos caloricamente densos, a limitação da exposição das crianças às pesadas práticas de *marketing* desses produtos, a provisão de informações para promover escolhas saudáveis para o consumo alimentar, além do recobro das dietas tradicionais saudáveis e, conseqüentemente, a recuperação da cultura.

Estudos realizados em algumas cidades brasileiras mostram que o sobrepeso e a obesidade já atingem 30% ou mais das crianças e adolescentes. Balaban *et al* (2001), ao avaliarem a prevalência de sobrepeso em crianças e adolescentes de uma escola da rede privada do Recife, concluem que 35% se encontram nesta situação. Souza Leão *et al* (2003), avaliando escolares de Salvador, mostraram uma prevalência de 30% de sobrepeso e obesidade nas escolas privadas em relação a 8,2% nas públicas.

Pode-se concluir que o melhor caminho para não se tornar obeso é a prevenção, sendo imprescindível educar. No dia 10 de junho de 2003, representantes de entidades científicas e de associações profissionais, especialistas da área da Nutrição e membros dos Poderes Executivo, Legislativo e Judiciário estiveram reunidos na Faculdade de

---

<sup>6</sup> [www.who.int/entity/dietphysicalactivity/strategy](http://www.who.int/entity/dietphysicalactivity/strategy).

Saúde Pública da Universidade de São Paulo, para discutir formas de promover uma alimentação saudável, visando a prevenir a obesidade na população escolar. O “Fórum Nacional sobre Promoção da Alimentação Saudável e Prevenção da Obesidade na Idade Escolar”, realizado por uma iniciativa da Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade (ABESO) e da Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia (SBEM), levou em conta as recomendações da OMS de que os países dêem máxima prioridade à prevenção da obesidade em crianças e adolescentes. A Organização Mundial de Saúde preocupou-se ainda em enfatizar a necessidade do envolvimento da sociedade civil, governo e organismos internacionais, que busque inclusive aumentar o acesso aos alimentos frescos e nutricionalmente ricos, principalmente para as populações mais pobres, com políticas de preços, rotulagem e alegações nutricionais. Salientou finalmente a importância da capacitação dos profissionais de saúde e educação para lidar com estas questões.

Na primeira quinzena de março de 2006, segundo a revista *Isto é* (nº1899), foi lançada a Aliança Brasileira para Prevenção da Obesidade e Doenças Associadas, como iniciativa de sociedades médicas, a exemplo das de cardiologia e hipertensão, cujo objetivo é propor medidas educativas e legislativas para impedir que mais pessoas engordem, principalmente as crianças.

Pesquisas e estudos em torno da temática da cultura alimentar, realizados por Nunes (1998), Mello Filho (1992), Kessler *et al* (1997), Lewin (1992), Caldeira (2001), Wang *et al* (2002), Monteiro (2003), Fisberg (2004), Phillipi *et al* (2004), Kaufman (2005) entre outros, evidenciam a importância da formação dos hábitos alimentares saudáveis, a qual se manifesta desde o posicionamento da mãe quanto à consciência da importância da amamentação para o seu filho, bem como posteriormente, estendendo-se ao período escolar, adolescência e até mesmo à fase adulta, fortemente influenciada pela bagagem ideológica presente, em vários veículos, nos meios de comunicação.

Perez (1991), pesquisadora do Instituto de Nutrição Josué de Castro, da Universidade Federal do Rio de Janeiro, defendeu uma tese sobre “A Propaganda Comercial de Alimentos Industrializados na Televisão e seu Reflexo no Consumo Alimentar das Crianças”, a partir de um estudo de caso em Lima, Peru. Investigou 179

crianças de 6 a 11 anos, suas mães ou responsáveis e as propagandas comerciais indicadas por eles como sendo as mais assistidas e influentes no seu consumo alimentar. Os resultados revelaram que 46% das crianças estudadas consumiram de quatro a seis dos alimentos industrializados divulgados pela televisão e que 22 % consumiram mais de seis desses alimentos. Revelaram ainda que eram assistidas, em média, 25,7 horas semanais de televisão. Consideramos alarmante a observação dessa autora de que as mães dessas crianças se mostraram indiferentes ao fato, sem se importarem com a qualidade ou conteúdo das mensagens recebidas e as possíveis conseqüências para os hábitos alimentares de seus filhos.

Lewin (1992), da Faculdade de Educação da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, elaborou uma análise crítica sobre *A criança, os comerciais de televisão e a cultura alimentar*, enfatizando a força da propaganda permeada pelos valores do sistema capitalista das sociedades ocidentais e a importância do papel da família e da escola (em atuação conjunta), na observância crítica dos valores pouco saudáveis que nossas crianças estão aprendendo desde a mais tenra idade.

Almeida (2002), do Departamento de Psicologia e Educação da Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras da Universidade de São Paulo, juntamente com outros pesquisadores, desenvolveu um estudo acerca da “Quantidade e qualidade de produtos alimentícios anunciados na televisão brasileira”, mais especificamente, três redes principais de canal aberto em três períodos do dia. Constatou que os produtos alimentícios, comparados a outros produtos, foram os mais freqüentemente veiculados, sendo que, dos 1.395 produtos, 57,8% estão no grupo da pirâmide alimentar representado por gorduras, óleos, açúcares e doces, localizado no topo da pirâmide, tendo indicação do menor consumo necessário ao dia. O segundo maior grupo foi representado por pães, cereais, arroz e massas (21,2%), acompanhado pelo grupo de leite, queijos e iogurtes (11,7%) e o grupo de carnes, ovos e leguminosas (9,3%). Foi identificada ainda a completa ausência de frutas e vegetais. Conclui o trabalho, sugerindo a necessidade de medidas que alterem o padrão de exposição à TV em jovens e adolescentes, o que, juntamente com as políticas públicas de educação alimentar, poderão prevenir o aumento da taxa de obesidade observada na população brasileira.

Guareschi (2005, p.35), ao discutir acerca da mídia, educação e cidadania, apresenta-se convicto de que a solução para a existência de uma mídia que seja democrática e participativa passa pela educação, desde a que se faz nas escolas até as mais diversas instâncias da sociedade. Acredita ainda que “sem um contínuo discernimento dos valores, dos interesses, presentes na mídia, acabaremos presos em mil armadilhas, sejam ideológicas, econômicas, políticas, consumistas etc.”

Nos dias 3 e 4 de dezembro de 2005, aconteceram o I Congresso Brasileiro de Alimentação Infantil e o V Seminário de Alimentação Escolar – Alimentando a Educação, promovidos pelo Instituto de Pesquisa Capacitação e Especialização, pela Disciplina de Cirurgia do Aparelho Digestivo e pelo Instituto da Criança do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo, realizado na Capital paulista.

Nesta ocasião, foram apresentados os guias alimentares para adultos e crianças, documento das Políticas Alimentares do Ministério da Saúde, lançado em outubro de 2005 em Brasília, que objetivam contribuir para a orientação de práticas alimentares que visem à promoção da saúde e a prevenção de doenças relacionadas à alimentação, sejam elas a desnutrição e deficiências nutricionais ou sejam as doenças crônicas não transmissíveis como diabetes, obesidade, hipertensão, doenças cardiovasculares e alguns tipos de câncer.

Esse material será distribuído no País para a rede de saúde, profissionais de saúde de nível superior em escolas formadoras, sociedades científicas de saúde, ministérios parceiros com interface em alimentação, secretarias estaduais e municipais de Saúde, Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, setor produtivo de alimentos e particularmente para as famílias. O Guia Alimentar da População Brasileira contempla nove diretrizes alimentares oficiais, sendo que duas delas são de natureza especial: os alimentos saudáveis e as refeições; cereais, tubérculos e raízes; frutas, legumes e verduras; feijões e outros alimentos vegetais ricos em proteínas; leite e derivados, carnes e ovos; gorduras, açúcares e sal; água; e as especiais: atividade física e qualidade sanitária dos alimentos para consumo e armazenagem<sup>7</sup>. De posse destas informações, perguntamo-nos: como a escola pode participar efetivamente

---

<sup>7</sup> Estes guias estão disponíveis no *site* do Ministério da Saúde ([www.saude.gov.br/nutricao](http://www.saude.gov.br/nutricao)).

desse movimento? Quais recursos utiliza e poderá empregar a fim de incrementar seus propósitos? Estas perguntas foram lançadas aos educadores entrevistados, apresentando-se no sexto capítulo deste estudo, juntamente com as perspectivas dos alunos e de seus pais acerca da educação alimentar.

Um levantamento bibliográfico realizado por Bezerra (2002), em sua tese acerca do Comer na escola<sup>8</sup>, sugere quatro tendências gerais que apontam para o debate “desnutrição *versus* fracasso escolar”: aspectos históricos, políticos, dimensões pedagógicas e, finalmente, a relação entre a merenda e o ato de comer saudável, sugerindo a utilização da merenda como suporte educativo.

Este enfoque relaciona-se às orientações de segurança alimentar da Organização Mundial de Saúde, objetivando a prevenção e o controle de doenças crônicas, a desnutrição e a obesidade. Sugere a discussão desse assunto nas disciplinas escolares, trabalhada como tema transversal, como também a participação da comunidade escolar na avaliação e escolha dos alimentos. Para Bezerra (2002, p.19), trata-se de uma orientação pertinente, necessária e possível, porém ainda distante da realidade da maioria das escolas públicas brasileiras, dependendo da vontade política dos gestores públicos.

A educação alimentar deve ser entendida como um processo multidisciplinar que envolve a veiculação de informações, o desenvolvimento da motivação e a mudança, quando necessária, de hábitos alimentares. Contribui para a formação de valores e atitudes relativas à alimentação para a promoção da saúde individual e coletiva, para a redução dos riscos de desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis e, conseqüentemente, para a redução de gastos públicos com o tratamento dos distúrbios associados aos hábitos alimentares. Pode-se deduzir que trabalhar este tema, em qualquer instância, seja em políticas de saúde ou educacionais, é de interesse não só do Governo Brasileiro, como também de cada cidadão, individualmente, conforme seus interesses mais particulares.

Enquanto não há uma lei federal, alguns Estados já puseram em prática projetos objetivando melhorar a qualidade das cantinas escolares. Segundo Ana Beatriz

---

<sup>8</sup> A análise desse autor insere-se na observação dos aspectos simbólicos, significados e implicações, trazendo alguns pontos em comum com o nosso estudo das representações de alimentação no Ensino Fundamental.

Vasconcelos<sup>9</sup>, diretora da Coordenação Geral de Políticas Públicas Alimentares do Ministério da Saúde (CGPAN), no ano de 2005, desde 2001, as escolas públicas de ensino básico são proibidas, por lei, de vender refrigerantes, salgadinhos, pirulitos, chicletes e outras guloseimas engordativas, devendo oferecer duas opções de frutas. No Rio de Janeiro, desde 2003, diretores de escolas, pais e proprietários de cantinas são orientados, em reuniões, sobre a importância de uma alimentação saudável aos alunos, recebendo uma lista de alimentos proibidos e permitidos em cantinas.

Em São Paulo, foi aprovada, em fevereiro de 2006, uma lei, de autoria do deputado estadual Simão Pedro (PT/SP), que determina a criação do Programa de Combate à Obesidade<sup>10</sup>, tendo dentre as medidas propostas a proibição da comercialização de alimentos gordurosos e de doces e refrigerantes nas cantinas dos colégios daquela Capital.

A Portaria Interministerial No. 1.010, de 8 de maio de 2006<sup>11</sup>, baseada em considerações acerca do comprometimento da saúde dos brasileiros, ameaçada pelas desigualdades sociais, pelo aumento das doenças crônicas não transmissíveis<sup>12</sup>, pelo sedentarismo, e tomando como referencial as recomendações da Estratégia Global para a Alimentação Saudável, Atividade Física e Saúde da OMS, resolve:

Art. 1º.- Instituir as diretrizes para a Promoção da Alimentação Saudável nas Escolas de educação infantil fundamental e nível médio das redes pública e privada, em âmbito nacional, favorecendo o desenvolvimento de ações que promovam e garantam a adoção de práticas alimentares mais saudáveis no ambiente escolar.

Art. 2º.- Reconhecer que a alimentação saudável deve ser entendida como direito humano, compreendendo um padrão alimentar adequado às necessidades biológicas, sociais e culturais dos indivíduos, de acordo com as fases do curso da vida e com base em práticas alimentares mais saudáveis no ambiente escolar.

Art. 3º. – Definir a promoção de alimentação saudável nas escolas com base nos seguintes eixos prioritários:

I – ações de educação alimentar e nutricional, considerando os hábitos alimentares como expressão de manifestações culturais regionais e nacionais;

II – estímulo à produção de hortas escolares para a realização de atividades com os alunos e a utilização dos alimentos produzidos na alimentação ofertada na escola;

III – estímulo à implantação de boas práticas de manipulação de alimentos nos locais de produção e fornecimento de serviços de alimentação no ambiente escolar;

IV – restrição ao comércio e à promoção comercial no ambiente escolar de alimentos e preparações com altos teores de gordura saturada, gordura trans, açúcar

<sup>9</sup> Em entrevista à revista *Nutrição – Qualidade em Alimentação*. Ano 6, No. 22.

<sup>10</sup> Projeto de Lei 312/2004: institui a política de combate à obesidade e ao sobrepeso – “São Paulo mais leve”. [www.simaopedro.com.br](http://www.simaopedro.com.br).

<sup>11</sup> [www.opas.org.br/familia](http://www.opas.org.br/familia).

<sup>12</sup> Com ênfase no excesso de peso e obesidade, que assume proporções alarmantes, especialmente entre crianças e adolescentes.

livre e sal e incentivo ao consumo de frutas, legumes e verduras; e  
V – monitoramento da situação nutricional dos escolares.

E ainda, no Art. 5º., apresenta ações que devem ser implementadas a fim de alcançar uma alimentação saudável no ambiente escolar:

- I – definir estratégias, em conjunto com a comunidade escolar, para favorecer escolhas saudáveis;
- II – sensibilizar e capacitar os profissionais envolvidos com a alimentação na escola para produzir e oferecer alimentos mais saudáveis;
- III – desenvolver estratégias de informação às famílias, enfatizando sua corresponsabilidade e a importância de sua participação neste processo;
- V – restringir a oferta e a venda de alimentos com alto teor de gordura, gordura saturada, gordura trans, açúcar livre e sal e desenvolver opções de alimentos e refeições saudáveis na escola;
- VI – aumentar a oferta e promover o consumo de frutas, legumes e verduras;
- VII – estimular e auxiliar os serviços de alimentação da escola na divulgação de opções saudáveis e no desenvolvimento de estratégias que possibilitem essas escolhas;
- VIII – divulgar a experiência da alimentação saudável para outras escolas, trocando informações e vivências;
- IX – desenvolver um programa contínuo de promoção de hábitos alimentares saudáveis, considerando o monitoramento do estado nutricional das crianças, com ênfase no desenvolvimento de ações de prevenção e controle dos distúrbios nutricionais e educação nutricional;
- X – incorporar o tema alimentação saudável no projeto político pedagógico da escola, perpassando todas as áreas de estudo e propiciando experiências no cotidiano das atividades escolares.

Por considerarmos estas medidas adotadas por esta Portaria como fortes referenciais que sustentam a nossa tese acerca da importância da educação alimentar na escola, optamos por citá-la generosamente em nosso trabalho.

No sétimo capítulo deste estudo, apresentamos as considerações das professoras e coordenadoras pedagógicas entrevistadas acerca da possibilidade de se trabalhar a educação alimentar na escola, de maneira mais regular e sistemática, constituindo inclusive conteúdo do currículo escolar, dinamizada como uma disciplina específica sobre alimentação saudável.

Abordar a educação alimentar na escola, conforme acreditamos desde o projeto deste estudo, apresentado ao Programa de Pós-Graduação em Educação Brasileira da Universidade Federal do Ceará, em setembro de 2002, possibilita também falar do direito à informação e do acesso a um saber que favoreça crianças e adolescentes transformarem suas escolhas alimentares em opções a favor da saúde, a fim de alcançarem maior qualidade de vida, o que corrobora a vivência da cidadania.

Certamente, estas medidas são ainda muito incipientes, comparadas à gravidade das conseqüências de uma alimentação inadequada. Uma análise informal no dia-a-dia no trabalho com a temática da obesidade, porém, nos evidencia o fato de que a melhor alternativa para recuperar e/ou manter o equilíbrio da saúde é a educação alimentar, constituída do conhecimento da função dos alimentos, a escolha mais adequada, observando-se aí o aspecto nutricional e o sabor, conforme preferências individuais. É importante ressaltar o respeito ao próprio ritmo das exigências biológicas, alcançando equilíbrio mediante a disciplina e a organização, estando atento às demandas da fome e da “vontade de comer”. Além disso, as variantes culturais também devem ser observadas e, acima de tudo, respeitadas, pois, alimentar-se é, decididamente, parte importante da cultura dos povos. Sendo assim, preservar os valores culturais de um povo é a forma de mantê-lo vivo, pois, segundo Fisberg, Wehba e Cozzolino (2002, p.03): “se déssemos aos povos do mundo condições de exercitar sua cultura relativa ao comer, creio convictamente que não teríamos o quadro desalentador da atualidade: tanta desnutrição e tanta obesidade, problemas esses, cada vez mais crescentes!”.

Segundo a SBEM (2005), o aspecto mais importante para frearmos esta situação é abordá-la de forma a promover melhorias na qualidade de vida da nossa população, ou seja, ensinar, reeducar e estimular um estilo de vida saudável:

Sendo o ambiente escolar um local onde, naturalmente, a circulação e a multiplicação do conhecimento ocorre de modo intenso e apurado, julgamos que o melhor local de iniciar esta ação é na escola. A escola é um espaço social onde se dão interações e convivências entre diferentes pessoas, formando uma verdadeira comunidade. São estudantes, professores, dirigentes, funcionários, merendeiras, donos de cantinas, que passam grande parte do seu tempo nesse ambiente.

Ressalta, ainda, que o ambiente escolar permite a disseminação de informações não somente para a comunidade escolar propriamente dita, mas permite que esta seja irradiada para todas as pessoas e famílias que se relacionam com cada um dos membros dessa comunidade, pois as crianças são potentes multiplicadoras de informação.

Assim foi que, com essa visão global, a Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia, a Sociedade Brasileira de Pediatria, a Associação Brasileira para o Estudo da Obesidade e o Observatório de Políticas de Segurança Alimentares Nutrição

da Universidade de Brasília uniram-se para desenvolver o Projeto Escola Saudável<sup>13</sup>, cuja proposta é promover, em âmbito nacional, a melhor qualidade de vida à sociedade, utilizando o ambiente escolar como veículo inicial de propagação. Seu objetivo final é “desenvolver e implementar um programa de promoção de hábitos e práticas alimentares saudáveis na escola e estímulo à atividade física, visando à melhoria da qualidade de vida das crianças, suas famílias e as comunidades nas quais estão inseridas”.

Desta forma, acreditamos que a promoção da alimentação saudável no ambiente escolar deve partir de uma visão integral, multidisciplinar, do ser humano, que considera as pessoas em seu contexto familiar, comunitário e social. Deve procurar o desenvolvimento de conhecimentos, habilidades e destrezas para o autocuidado da saúde e a prevenção das condutas de risco em todas as oportunidades educativas, fomentando uma análise crítica e reflexiva sobre os valores, condutas, condições sociais e estilos de vida.

Pensando a interdisciplinaridade no ensino-aprendizagem, percebemos a necessidade de uma atuação conjunta de profissionais de áreas diferentes que se complementam com o objetivo a atender à demanda da população, sendo importante que tenham princípios (fundamentos) filosóficos semelhantes. No Brasil, iniciativas de promover a alimentação saudável e estímulo às atividades físicas nas escolas estão sendo também fomentadas pelos Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN's) para o Ensino Fundamental (1998), os quais tratam a educação para a saúde como um tema transversal a ser trabalhado de forma integrada nas várias disciplinas, com base nos princípios da dignidade da pessoa humana, igualdade de direitos, participação e co-responsabilidade na vida social.

Segundo os PCN's, a informação ocupa um lugar importante na aprendizagem, mas a educação para a saúde só será efetivamente contemplada se puder mobilizar para as necessárias mudanças na busca de uma vida saudável, sendo os valores e a aquisição de hábitos e atitudes importantes dimensões deste processo. E ainda esclarecem que, quando a escola se compromete com a Educação para a Saúde de seus alunos, além de funcionar como um espaço que oferece fortes referências para a

---

<sup>13</sup> [www.abeso.org.br](http://www.abeso.org.br)

prática e o desenvolvimento de estilos de vida saudáveis, também inclui a abordagem da temática da saúde nos diferentes componentes curriculares. E, finalmente, orientam que o desenvolvimento de concepções e atitudes, o aprendizado de procedimentos e valores positivos com relação à saúde, realizam-se nas diferentes atividades escolares, em todos os espaços da escola e do entorno escolar, por meio da elaboração gradual de uma dinâmica que permita a vivência de situações favoráveis ao fortalecimento do compromisso para a busca da saúde.

Nobre (2005), ao refletir sobre a elaboração dos Parâmetros Curriculares Nacionais, denuncia a forma conservadora como foram elaborados, ou seja, a partir de grupos de pesquisadores e especialistas, sem a participação, em primeira instância, dos professores. A partir desta reflexão, justifica o descompromisso de muitos educadores em relação às propostas dos parâmetros, sendo que, em muitos aspectos, não se identificam com os referenciais teórico-práticos apresentados, o que, segundo acredita, afeta sensivelmente a conduta docente.

Pudemos contemplar as reflexões desta autora quando, no decorrer das entrevistas às professoras, muitas vezes pareciam surpresas com a proposta de se trabalhar a alimentação saudável de maneira mais sistemática e planejada. Preferimos posicionar-nos aqui ao lado daqueles educadores que defendem a idéia do currículo formulado de forma participativa, sendo a escola o ponto de partida, com a escuta dos pais, alunos e professores, definindo propostas que pretendessem efetivar e que melhor atendessem às suas necessidades e realidade. Neste contexto, imaginamos que a Educação para a Saúde poderia realmente ocorrer de forma bem mais abrangente, e mais especificamente, a educação alimentar seria finalmente inserida não só em mudanças forjadas a partir de decretos-lei, mas principalmente por uma conscientização da necessidade e do direito de se ter uma alimentação saudável.

As representações de alimentação colhidas a partir das falas dos alunos, seus pais e professores de três escolas de Ensino Fundamental, com diferentes posições diante da vivência da alimentação no ambiente escolar, nos favoreceram contemplar o quanto ainda há por se discutir e aprender quanto à formação do sujeito – aluno – em decurso de escolarização.

Neste estudo, iniciamos nosso propósito a partir de reflexões acerca da

alimentação, sob a perspectiva de sua história no mundo, no Brasil e, visando a uma contextualização maior, no Ceará. Além destes aspectos, buscamos ainda contemplar a temática da fome, infelizmente ainda muito presente entre nós, além de elaborações sobre o que é comer bem, a partir das leituras de autores diversos.

No terceiro capítulo, apresentamos o percurso teórico-metodológico trilhado em busca das representações de alimentação no Ensino Fundamental, em que traçamos todos os passos desta investigação e apresentamos os nossos sujeitos e universos de pesquisa sob a perspectiva da Teoria das Representações Sociais.

O quarto capítulo contempla a análise e discussão das representações de alimentação a partir das falas dos alunos, seus pais e professoras sobre o ato de comer bem, que são complementadas pelo quinto capítulo, que se propôs a analisar os hábitos alimentares dos alunos, a partir de suas falas e de seus pais acerca de suas vivências durante a semana, nos finais de semana e nas férias em torno da alimentação.

A educação alimentar, seja no ambiente familiar ou na escola, foi abordada no sexto segmento, a partir das experiências dos alunos com seus pais e/ou professores, da expectativa dos pais e da perspectiva dos professores sobre as vivências e abordagens educativas em cada uma dessas realidades.

O sétimo módulo dedicou-se às reflexões dos educadores, representados pelos professores e coordenadoras pedagógicas, acerca da proposta de uma disciplina sobre alimentação saudável na escola, proporcionando a este estudo grandes reflexões.

Acreditamos que aspectos que perpassam desde o senso de cidadania, a identidade cultural, até às práticas educacionais cotidianas, precisam ser repensados, com o mister de formar consciências críticas e participativas, envolvidas com o bem-estar físico, mental e social próprios e da humanidade.

Nossas propostas elaboradas a partir deste estudo serão apresentadas no último capítulo que, como reflexões em permanente revolução, pretende ser apenas uma introdução para novas realizações.

## **2 O PÃO NOSSO DE CADA DIA... : Reflexões acerca da alimentação, da fome e do ato de comer bem**

Este segmento contemplará aspectos da história da alimentação a partir de algumas reflexões que se propõem a traçar um breve perfil de seu percurso no tempo e em contextos culturais específicos. A evolução das diferentes relações com o alimento, desde o princípio da civilização até os dias atuais, permite vislumbrar uma dinâmica que envolve aspectos políticos, econômicos e educacionais, que se tornam proeminentes à proporção que a humanidade avança em conquistas e desafios.

Refletir acerca da alimentação e do ato de comer bem nos remete a um construto que percorre caminhos de natureza biológica, emocional, educacional, social, cultural, econômica e espiritual. São diferentes visões que apresentam um mesmo tema sob ângulos que ora divergem, ora se complementam.

Para compreender este percurso, será feita uma introdução à história da alimentação no mundo, do homem primitivo à “mcdonaldização” dos costumes. Em seguida, serão apresentadas as origens da culinária brasileira, a partir das principais influências indígenas, africanas e portuguesas, como também alimentos típicos e costumes alimentares das diferentes regiões do Brasil. E, finalmente, intencionando contextualizar mais ainda este estudo, a culinária cearense, a partir da visão da célebre escritora Rachel de Queiroz.

As regras do banquete, a comensalidade e a “invenção” da gastronomia representam o alimento de forma diferente daquela que denota a problemática da fome e da polêmica gula, assuntos que também serão contempladas neste capítulo.

Intencionamos percorrer diferentes caminhos, contemplando costumes alimentares peculiares de cada povo, ensejando encontrar o equilíbrio na idéia do ato de comer bem, tema motivador deste estudo.

### **2.1 Esboço histórico da alimentação no mundo**

A alimentação não reflete somente a satisfação de uma necessidade fisiológica, semelhante em todos os homens, mas também significa a diversidade de culturas e

tudo aquilo que contribui para modelar a identidade de cada povo. Ela depende de suas técnicas de produção, de suas estruturas sociais, de suas representações dietéticas e religiosas e das receitas que delas resultam, de sua visão de mundo e do conjunto de tradições acumuladas lentamente no decorrer dos séculos. As relações entre estes aspectos da cultura e das maneiras de se alimentar sempre existiram, desde a conquista do fogo pelo homem que, conforme Flandrin (1998), denota a superação do estado de animalidade. Em muitas culturas, o fogo compõe os rituais da mesa e da hospitalidade, tendo exercido grande fascínio sobre a humanidade. A cocção dos alimentos os tornaria mais fáceis de mastigar, o que justificaria, em virtude do menor esforço da mastigação, o atrofiamento dos músculos faciais e o maior crescimento da cavidade craniana e do cérebro.

Franco (2001) pressupõe que a idéia da refeição começou a existir depois que a espécie humana deixou de se nutrir de raízes e frutas, e passou a preparar e partilhar as carnes, o que exigia a reunião do grupo ou da família. Assevera ainda que esta ritualização da repartição dos alimentos confere aos hábitos à mesa a riqueza de simbolismos que lhes são peculiares.

Conforme Flandrin (1998, p.108), no sistema de valores elaborado pelo mundo grego e romano, o primeiro elemento que distingue o homem civilizado das feras e dos bárbaros é a comensalidade, ou seja, o homem civilizado come não somente (e menos) por fome, para satisfazer uma necessidade elementar do corpo, mas, também, (e sobretudo) para transformar essa ocasião em um momento de sociabilidade, em um ato carregado de forte conteúdo social e de grande poder de comunicação: “Nós não nos sentamos à mesa para comer, mas para comer junto”.

As refeições em comum não são desconhecidas pelos bárbaros, e até mesmo para algumas espécies animais. São as regras, porém, que verdadeiramente definem a especificidade do banquete “civilizado”, ou seja, normas de comportamento que marcam as diferenças em toda sociedade. Conforme Pantel (1998), as “boas maneiras no banquete” servem, na sociedade grega, para distinguir os homens civilizados - os cidadãos - dos selvagens que não as praticam e dos semi-selvagens que as praticam apenas ocasionalmente.

DaMatta (1984), em "O que faz o Brasil, Brasil?", apresenta os diversos percursos pelos quais a sociedade se manifesta, sendo o código da comida um dos mais expressivos de uma realidade. A metáfora do *cru e do cozido*<sup>14</sup>, *do alimento e da comida* classifica, segundo DaMatta (1984, p.52), as coisas, as pessoas e até mesmo ações morais importantes do nosso mundo:

Num plano mais filosófico e universal, sabemos que cru se liga a um estado de selvageria (a um estado de natureza), ao passo que o cozido se relaciona ao universo socialmente elaborado que toda sociedade humana define como sendo o de sua cultura e ideologia. Sabendo que o cru e o cozido exprimem mais que dois processos "naturais", podemos agora entender por que falamos que "o apressado come cru". É que, com tal metáfora (ou associação entre o cru e a pressa), estamos nos referindo a esse elo entre a selvageria ou sofreguidão da pressa e o lado selvagem, ruim ou cru das coisas e da vida. O calmo, pode-se dizer, complementando o provérbio revelador, come sempre cozido, pois quem tem calma possui um elemento da civilização e a civilização funda-se precisamente num saber esperar...

Pondera ainda DaMatta (1984, p.55) a idéia de que a distinção entre comida e alimento é algo muito importante no sistema social brasileiro, pois, para nós (brasileiros), nem tudo o que é alimento é comida:

Alimento é tudo aquilo que pode ser ingerido para manter uma pessoa viva; comida é tudo que se come com prazer, de acordo com as regras mais sagradas de comunhão e comensalidade... O alimento é algo universal e geral..., mas a comida é algo que define um domínio e põe as coisas em foco. ... Comida se refere a algo costumeiro e sadio, alguma coisa que ajuda a estabelecer uma identidade, definindo, por isso mesmo, um grupo, classe ou pessoa.

Na lição de Perlès (1998), de um modo mais geral e abrangente, a comensalidade é percebida como um elemento "fundador" da civilização humana em seu processo de criação. Na história da alimentação, observa-se que as necessidades meramente nutricionais foram acrescidas de forte valor simbólico, tornando-se progressivamente expressão de opções culturais, reflexo de uma ideologia e até de relações de poder. Portanto, é sobretudo a partilha que importa, mais do que a própria composição da refeição, pois, no decorrer do banquete, é estabelecida a comensalidade entre os participantes, que remete a uma das expressões da solidariedade básica do grupo

---

<sup>14</sup> DaMatta refere-se à obra "O cru e o cozido", do antropólogo francês Claude Lévi-Strauss, em que por trás de narrativas mitológicas de todo o Continente Americano, o autor apresenta uma estrutura de pensamento em que as categorias abstratas são substituídas por categorias empíricas, tais como cru, cozido, podre, queimado, silêncio, barulho.

familiar ou da comunidade.

Joannès (1998) argumenta que algumas características da sociedade humana são representadas pelos grandes banquetes que aconteciam ainda nas primeiras civilizações. Com efeito, tanto o espírito quanto a forma dessas reuniões ilustram, de maneira clara, a função social deste tipo de festejo em diversas culturas.

Ao abordar a civilização como transformação do comportamento, Elias (1994) apresenta, dentre outras contribuições, um tratado de autoria de Erasmo de Rotterdam, de 1530 – *Da civilidade em crianças* – que reuniu em prosa regras de conduta dirigidas à educação das crianças que, conseqüentemente, abrangia os adultos, os responsáveis por essa missão. Contendo advertências quanto ao comportamento à mesa, modo de falar, admoestar, vestir-se etc, esse tratado parece ser um ensaio das representações sociais, pois segundo Elias (1994), comporta uma verdadeira coletânea de observações feitas na vida e na sociedade.

Além destes aspectos da civilidade do homem e das regras de comensalidade, o próprio alimento é um recurso constitutivo da identidade humana. Para Grottanelli (1998), o pão caracteriza o exemplo absoluto de artifício, de produto totalmente “cultural” em todas as fases de sua complexa preparação, porquanto é o “alimento símbolo” da civilização, demarcando a distinção entre o homem e o animal. Montanari (1998) complementa, afirmando ainda que o pão, acrescentados a ele também o vinho e o óleo, é o sinal que distingue uma sociedade que não repousa sobre recursos “naturais”, mas que é capaz de fabricar, ela própria, seus recursos, de criar, com a agricultura e a criação de animais, as próprias plantas e os próprios animais.

Segundo ainda esse autor, os povos que não se dedicam à agricultura, que não comem pão nem bebem vinho, são, por conseguinte, selvagens e bárbaros: seu alimento é a carne, sua bebida, o leite, e não há nada que diferencie, neste aspecto, seu potencial criativo das habilidades do animal. A chave da questão, que nos permite entrar no espaço da civilização, é, em suma, o fato de que o homem fabrique os próprios alimentos graças a um processo de domesticação e de superação da natureza.

Conforme Franco (2001), os egípcios deram ao pão, seu principal alimento, várias formas, sendo considerados os “inventores” da padaria artística. Foi na Grécia, porém, que o pão deixou o *status* de simples alimento para entrar no mundo da

gastronomia, tendo sido acrescentados ao seu preparo as ervas, sementes aromáticas, óleos vegetais e frutas.

A ciência Dietética favoreceu ainda a preeminência do pão na cultura antiga, colocando-o no ápice da escala de valores nutricionais. Segundo Montanari (1998), os médicos gregos e latinos atribuem ao pão o perfeito equilíbrio dos diferentes componentes (quente e frio, seco e úmido) que a Dietética, conforme os ensinamentos de Hipócrates<sup>15</sup>, apresenta como elementos constitutivos de cada alimento em particular e, em geral, de tudo o que existe na natureza.

Mazzini (1998), ao discorrer acerca da alimentação e da Medicina no mundo antigo, comenta que a fisiologia dos humores, exercitada pelos médicos da Antigüidade, favorece a dieta adequada, além de associar a boa alimentação às características do temperamento de cada um. Conforme se acreditava, os temperamentos não podiam ser modificados, e assim as preferências não podiam ser contrariadas. Grande valor era atribuído aos médicos experientes, que, naquela época, certamente conheciam os efeitos e as propriedades dos exercícios físicos, da natureza humana e seus diferentes temperamentos, além da farmacologia, astrologia, etc.(PSEUDO-HIPÓCRATES, *De diaeta*, 2,1-2, *apud* MAZZINI, 1998, p.258):

Eu digo que aquele que sabe prescrever corretamente a dieta [em seu sentido mais amplo, aí incluída a alimentação] dos homens, precisa, antes de tudo, conhecer e reconhecer a natureza humana, seus componentes fundamentais e seus elementos predominantes [...], assim como as respectivas propriedades de todos os alimentos e de todas as bebidas [...], a técnica que permite suprimir a propriedade do que, por natureza, é forte e de, ao contrário, dar força ao que é fraco [...]. Ele deve distinguir a propriedade dos exercícios naturais ou violentos [...], conhecer a relação adequada entre os exercícios e a quantidade de alimentos, a natureza do paciente e de sua idade, as estações do ano, as mudanças dos ventos, a situação das regiões em que os homens vivem, a constituição do ano [...]. Ele precisa saber quando os astros se levantam e se põem”.

Caberia ao médico deter conhecimentos de Fisiologia, Psicologia, gastronomia, Geografia, Astronomia, Educação Física, etc., o que demonstra a visão holística de homem predominante na época. Estas idéias, no entanto, foram progressivamente esquecidas, sendo que, no início do século XVIII, ainda se procurou justificar o

---

<sup>15</sup> Hipócrates nasceu no ano 460 a.C, na ilha de Cós, na Grécia, e é considerado o “Pai da Medicina”. Apresentou regras para o exercício da Medicina que estabelecem respeito pela vida humana, seja a de homens livres, escravos, mulheres ou crianças.

serviço à francesa pela diversidade das preferências dos consumidores, desta feita, sem mais estabelecer relação com a diversidade de temperamentos.

Falar da dieta ou regime no mundo antigo, conforme Mazzini (1998), nos remete além do conceito de alimentação propriamente dito. A Dietética, junto com a Cirurgia e a Farmacologia, evidencia um dos três ramos fundamentais da Medicina antiga. Seus campos de estudo e seus meios de intervenção dizem respeito à alimentação, como também aos exercícios esportivos, à ginástica, ao trabalho, aos banhos, ao sono, à atividade sexual, ao vômito, à purgação - que têm a função não só de curar, mas, também e principalmente, de conservar a saúde e prevenir as doenças.

Observa ainda Mazzini (1998, p.255) que, em razão dos recursos médicos disponíveis na Antigüidade para prevenir doenças ou traçar um diagnóstico, a alimentação era tomada como um referencial tanto promotor quanto mantenedor da saúde. Apenas às elites, porém, era vedado usufruir dos benefícios da prescrição dietética:

A dieta, entendida em sua acepção mais ampla, designa uma parte da medicina reservada essencialmente às pessoas ricas ou abastadas, capazes de dedicar tempo e dinheiro à sua saúde. As pessoas menos afortunadas recorrem aos remédios e à cirurgia que, em menos tempo, restituem a saúde ou, na maioria dos casos, apressam a morte.

Ao apresentar a história da alimentação nos tempos modernos, Flandrin (1998) assevera que, até o início do século XVII, a alimentação das elites seguia muito de perto as prescrições médicas, desde a escolha dos alimentos até a maneira de cozê-los, temperá-los e comê-los. Nos séculos XVII e XVIII, essas precauções higiênicas tendem a desaparecer e as referências à antiga Dietética apagam-se, sendo que cozinheiros e gastrônomos só enfatizam a harmonia dos sabores, em detrimento de uma indicação segura da natureza do alimento e de sua digestibilidade. Acredita-se ainda que esse “afrouxamento” dos laços entre cozinha e Dietética tenha liberado a gulodice, pois os refinamentos da cozinha não visavam mais a manter a saúde, mas a “satisfazer o gosto dos glutões”(FLANDRIN, 1998, p.549). Na verdade, o que foi pensado para proporcionar mais sabor produziu infortúnios ao homem, pois, atualmente, com a preeminência dos transtornos causados pelo sedentarismo e pelos

hábitos alimentares inadequados, a Medicina volta a se deter nos cuidados com a dieta.

Dentre estes transtornos, a obesidade ocupa a lista das grandes preocupações relacionadas à saúde pública, denunciando o quanto se descuida daquelas orientações dos médicos da Antigüidade. Suas causas são as mais diversas, perpassando desde aspectos genéticos, socioculturais, emocionais até o sedentarismo e hábitos alimentares pouco salutaros.

Esta forma de entender as causas da obesidade, entretanto, difere daquela que a apresentava como conseqüência natural do “comer sem limites”, descontroladamente, apresentada por Gregório o Grande (PROSE, 2004, p.7-8), na tradicional versão dos sete pecados capitais<sup>16</sup>, ao se referir à gula. Sob a mira do cristianismo, acreditava-se que o principal perigo da gula residia em sua natureza como uma espécie de idolatria, sendo, segundo Prose (2004), no raciocínio dos primeiros teólogos, classificada em duas categorias: como culto dos sentidos (particularmente, o gosto), que desvia nossa atenção das coisas sagradas e substitui a veneração a Deus<sup>17</sup> (BÍBLIA, 2001 *apud* PROSE, 2004, P.23), e como danosa às nossas defesas morais, preparando o caminho para a libertinagem e a devassidão, argumento este irrefutável quando gula se referia tanto a comer demais quanto a beber demais (PROSE, 2004, p.23). São Tomás de Aquino (1991, *apud* PROSE, 2004, p.24), ao discutir a inclusão da gula entre os pecados capitais, enumera as “seis filhas” que o excesso de comida e bebida provavelmente irá gerar: “Alegria excessiva e inconveniente, grosseria, impureza, loquacidade e um incompreensível embotamento do espírito”. Desta forma, a indulgência excessiva seria convite fácil à luxúria, ira e preguiça, ou seja, as seis filhas surgem quando estamos embriagados ou empanturrados de comida. Aristóteles (1998, *apud* PROSE, 2004, p.36) por sua vez, aconselhava moderação no comer e no beber:

A bebida e a comida que estejam acima ou abaixo de certa quantidade destroem a saúde, enquanto a proporcional a produz, aumenta e preserva. E o mesmo acontece, portanto, no caso da temperança, da coragem e de outras virtudes. Porque o homem que foge de tudo e tudo teme, e não enfrenta as coisas, torna-se um covarde, e o homem que nada teme mas enfrenta todos os perigos torna-se ousado; e, igualmente, o homem que se entrega a todos os prazeres, como fazem os rústicos, torna-se, de certa forma, insensível; a temperança e a coragem são, portanto, destruídas pelo

<sup>16</sup> Os sete pecados capitais, ou ainda, os pecados que levam a outros pecados, são: soberba, avareza, luxúria, inveja, gula, ira e preguiça. Idem.

<sup>17</sup> Rom. 16:17-18: “Rogo-vos, irmãos, que noteis bem aqueles que provocam divisões e escândalos, em desacordo com a doutrina que aprendestes; afastai-vos deles, porque esses tais não servem a Cristo nosso Senhor, e, sim, a seu próprio ventre; e com suas palavras e lisonjas enganam os corações dos incautos”.

excesso e pelo vício, e preservadas pelo meio-termo.

Considerando-se que a fome e o desejo sexual são instintos humanos básicos, não seria justo esperar que, diante dos excessos (gula e luxúria), as estratégias de enfrentamento fossem as mesmas que as da ira, inveja e soberba. O pecado está caracterizado, conforme os religiosos, pelo excesso, pela falta de limite e pela substituição da necessidade pelo prazer. Desta forma, para não “errar o alvo”, para não pecar contra Deus, pode-se comer e fazer sexo, contanto que não haja prazer, e sim, o controle.

O apelo à moderação era uma constante da Dietética no mundo antigo, sendo mais insistente quando as condições econômicas favoreciam os excessos, a exemplo dos primeiros séculos do Império. Conforme Mazzini (1988, p.261), os laços entre a Medicina e a Ética se estreitam nessa época, pois, ao depender do controle dos instintos, a saúde também é resultado da virtude: “Em primeiro lugar, é preciso aceitar o que, com razão, dizia Hipócrates, quando propunha uma dieta sadia: exercícios, alimentos, bebidas, sono, prazer do sexo, tudo com moderação”.

A *Fisiologia do Gosto*, de Brillat-Savarin (2004, p.51) apresenta este sentido como sendo o que pode proporcionar mais satisfações. Alguns aspectos, contudo, devem ser observados: o prazer de comer deve ser praticado com moderação; é um prazer de todos os tempos, de todas as idades e de todas as condições; pode se misturar a todos os outros prazeres, e até mesmo nos consolar da ausência destes; e, enfim, ao comermos, experimentamos um certo bem-estar indefinível e particular, que vem da consciência instintiva, pois, ao comermos, reparamos nossas perdas e prolongamos nossa existência.

Santo Agostinho (2005, p.238), ao falar sobre a intemperança em suas *Confissões*, apresenta a comida e a bebida como um remédio que dá forças ao corpo, restaura suas necessidades, até o dia em que não mais existam o alimento e o estômago, quando só então tornar-se-á incorruptível. Percebe-se, entretanto, a grande luta em manter o equilíbrio entre a necessidade e o prazer: “É uma guerra cotidiana que sustento com jejum, reduzindo meu corpo à escravidão”, o que se assemelha às tentativas de emagrecimento relatadas por pessoas que estão em dieta de restrição alimentar, a não ser pelos objetivos subjacentes nas *Confissões* e nos relatos destas

peessoas. Verdadeiramente, é sutil esse limite, pois até que ponto apenas alimentam e a partir de qual ponto caracterizam o deleite do paladar? Cruel dilema o de Santo Agostinho (2005, p.238), bem explícito em suas confissões: “A razão do beber e do comer é a conservação da saúde; mas um prazer insidioso acompanha como laçao essas funções, e sempre tenta tomar a dianteira, de modo que faço pelo prazer o que digo fazer por minha saúde”. E, finalmente, um alívio para todos os pecadores:

E quem é, Senhor, que não se deixa arrastar às vezes além dos limites do necessário? Se existe alguém assim, é de fato grande, e deve engrandecer teu nome. Eu porém não sou desse número, porque sou pecador. Contudo, também eu engrandeço teu nome, e Aquele que venceu o mundo intercede junto a ti por meus pecados.

Paralelamente às orientações médicas, éticas e religiosas referentes aos hábitos alimentares, as conquistas de territórios variados empreendidas pelos navegadores europeus no século XV foi outro aspecto importante na história da alimentação. As novas rotas marítimas favoreceram intenso intercâmbio das mais diversas culturas, que abrangeram tanto o Oriente quanto as Américas. O maior acesso e o incremento do comércio das especiarias possibilitou grande salto nas criações culinárias, repercutindo nos hábitos alimentares de todo o mundo. A história humana, segundo Franco (2001), é marcada pela intensa troca de alimentos e pela migração de plantas e animais.

Outro aspecto importante a ser comentado neste trabalho refere-se aos valores característicos das culturas chinesa e japonesa, marcadas pelo refinamento de seus hábitos alimentares e pela percepção filosófica do alimento. Conforme Franco (2001), a riqueza da literatura gastronômica da China confere a este país o mérito de ter sábios, filósofos, pensadores políticos e poetas escrevendo tratados sobre a alimentação.

A cozinha chinesa é detentora de uma rica percepção estética, caracterizada pela combinação de aromas, sabores, cores e texturas diferentes. A propósito, a idéia do contraste ou do equilíbrio dinâmico é uma constante no estilo de vida deste povo, motivo pelo qual os chineses vêem o alimento de maneira diferente da maioria dos ocidentais. A associação entre a Medicina e a cozinha é muito próxima, sendo as enfermidades atribuídas à alimentação, e os cuidados destas definitivamente partem de comidas e bebidas que carregam um conhecimento milenar.

Tendo sido grandemente influenciado pela China, em meados do século IX, o Japão entra em uma longa era de reclusão. A herança chinesa dos hábitos alimentares, porém, converteu-se em elegância e civilidade. O ritual do chá, introduzido pelos chineses no ano 800, atingiu seu apogeu no século XVI, assumindo uma forma quase religiosa, conforme anota Franco (2001, p.134):

Inspirados na atitude contemplativa do budismo zen, na formalidade do xintoísmo autóctone e nos seus valores estéticos, os japoneses criaram no século XVI, adjacente a suas moradas, a casa de chá. Esse é o lugar destinado à cerimônia do chá ou *cha-no-yu*, que tem como objetivo a concentração, a meditação e a harmonia. É um ritual sutil e preciso que deve conduzir ao aprendizado do “aqui e agora”.

Ainda segundo esse autor, os portugueses apreciaram muito os hábitos dos japoneses. Foram percebidos, todavia, por eles como bárbaros, impressão esta que mudou, quando missionários jesuítas, considerados educados, chegaram ao País em 1549, sendo expulsos em 1638 em virtude da intromissão nos assuntos políticos japoneses. A influência da cozinha japonesa, porém, é vista em todas as grandes cidades do mundo, onde proliferam os restaurantes nipônicos.

Na seqüência da história da alimentação, conforme Flandrin (1998, p.687), no decorrer dos séculos XVII e XVIII, os progressos da Química e da Fisiologia experimental passaram a desconsiderar a antiga Dietética hipocrática. Por muito tempo dependente da Medicina, a cozinha foi retirada, em 1776, da seção de “Medicina”, separada da “Higiene” e da “Dietética” e colocada ao lado de artes aristocráticas, tais como equitação, esgrima, dança, caça etc. O conservadorismo, contudo, providenciou o retorno dos livros de cozinha à sua antiga posição.

Pedrocco (1998, p.777) apresenta os séculos XVIII e XIX como referenciais do surgimento da indústria alimentar e das novas técnicas de conservação, a partir do desenvolvimento das fábricas de conserva e da indústria do frio. Assinala que, apesar de uma certa relutância da população em relação ao consumo dos produtos em conserva, os acontecimentos e o estilo de vida do século XX favoreceram esse setor produtivo a alcançar rápido desenvolvimento.

Sorcinelli (1998) ratifica esta idéia, ao anotar que, no século XX, todos os países

européus embrenham-se em caminhos de mudanças radicais do consumo alimentar, sendo que, após a Segunda Guerra Mundial, o consumo de carne extrapola as rações recomendadas, assim como o leite, queijos, tomates, legumes, frutas cítricas e azeite, que seguem esta mesma tendência. Franco (2001, p.803) acrescenta ainda a noção de que, com o surgimento de alimentos parcial ou inteiramente processados, sendo alguns mesmo prontos para serem consumidos, a maioria do preparo das refeições passava a ser feita fora do ambiente doméstico, evidenciando a forte influência da indústria da alimentação. Se por um lado estas mudanças eliminaram alguns riscos patológicos, de outra parte, oncologistas denunciaram a elevação de problemas cardiovasculares e neoplasias, à proporção que a população gozava de maior “bem-estar” alimentar.

As grandes rotas marítimas, aéreas e as ferrovias, combinadas à nova tecnologia de conservação dos alimentos, revolucionaram a alimentação diária dos europeus e americanos. Os progressos da Zootecnia, da pasteurização, da técnica de conservação em lata e via refrigeração ou congelamento transformaram o mercado de alimentos e seu sistema de distribuição. Os liquidificadores, batedeiras, panelas de pressão, fornos automáticos e de microondas etc, simplificaram os trabalhos domésticos, refletindo nos hábitos alimentares e na estrutura da vida familiar e social. Todos estes fatores somados provocaram, em alguns casos, a busca de ajustes que desencadearam a descaracterização dos costumes alimentares regionais, como denotam os *fast-foods*, as *briocheries*, *croissanteries*, *sandwicheries*, só para citar alguns exemplos.

O exemplo de *fast-food* mais difundido em todo o mundo, os McDonald's<sup>18</sup>, representam mais do que a aplicação do taylorismo aos hábitos alimentares. Segundo Fischler (1998), esta imensa rede de fabricação e distribuição de hambúrgueres e batatas-fritas incorporam todo um conceito que representa o estilo de vida das grandes metrópoles assoladas pelo imperialismo norte-americano, em que as pessoas comem em balcões, ou nos próprios locais de trabalho (*delivery*), sem nem mesmo atentar para o que comem ou para a maneira como se alimentam. Conforme esse autor, porém, no início dos anos 1970, ergueram-se vozes veementes criticando os americanos que pretendiam forçar os jovens a engolir “alimentos plásticos” estranhos à tradição local,

---

<sup>18</sup> A paternidade do primeiro McDonald's é atribuída a Ray Kroc, no entanto, o mérito coube aos irmãos Dick e Mac McDonald's, que levaram a termo a lógica do taylorismo ao introduzirem na preparação das refeições o sistema de produção em cadeia.

o que mais tarde originou o movimento *slow-food*, em flagrante oposição ao conceito *fast-food* representado pelo McDonald's.

Franco (2001, p.231) aponta alguns traços da “mcdonaldização”:

- Desritualização da refeição.
- Simplificação e homogeneização dos processos culinários e dos alimentos servidos.
- Referência enfática ao tamanho e à quantidade dos produtos vendidos, quase nunca à qualidade. Donde o uso freqüente de adjetivos como *big* e *super* na nomenclatura dos produtos.
- Atendimento da clientela com um mínimo de comunicação verbal, com fórmulas despersonalizadas e estereotipadas.
- Emprego da mão-de-obra jovem, cujo treinamento se resume em aprender gestos simplificados, repetitivos e automáticos. Os restaurantes de *fast-food* não empregam *chefs*.
- Alta rotatividade de mão-de-obra, em decorrência da insuportável monotonia do trabalho tão altamente racionalizado.
- Desumanização das relações entre os membros do *staff* e destes com a clientela. Nas empresas *McDonaldizadas*, há pouca oportunidade para expressão de emoções.
- Esvaziamento da refeição de seus elementos de ritual de comunicação e intercâmbio humano, transformando-se esta em mera operação de reabastecimento.
- Substituição dos tradicionais utensílios de mesa por equivalentes descartáveis ou simplesmente pela criação de maneiras que os dispensem. Sugestivamente, alguns estabelecimentos chamam de *finger food* o tipo de alimento que servem.
- Preferência pela previsibilidade de uma refeição, em vez da surpresa que ela possa oferecer.

Conforme Fishler (1998), porém, toda essa descaracterização dos costumes alimentares deflagrada pela industrialização e pela “mcdonaldização” tem outro lado que precisa ser contemplado, pois, apesar de toda espécie de ambigüidades, a “redescoberta” da cozinha regional e das tradições gastronômicas locais crescem paralelamente à negação de seus direitos pela indústria alimentar. Segundo esse autor, na atualidade, as cozinhas regionais fazem parte de um patrimônio comum, do qual se tem mais consciência do que os nossos antecessores. E, finalmente, diante de todos esses fatos, a história nos ensina que as transformações são inevitáveis e necessárias, e ainda, parafraseando Flandrin (1998) cada cultura é o fruto de contaminações, cada tradição é filha da história – e a história nunca é imóvel.

## 2.2 Roteiro da alimentação no Brasil

A história da alimentação no Brasil nos leva inevitavelmente ao encontro com Luis da Câmara Cascudo (2004), advogado potiguar que investigou em suas andanças

pelo Brasil, “sertão e praia, cidade e vila, Nordeste e Sul”, as diferentes relações do brasileiro com a comida, desde o alimento do dia-a-dia até aqueles dos dias festivos, a comida antiga, do ciclo religioso e pratos que tiveram fama e são recordados “como a mortos queridos”. Perguntando às cozinheiras da família, às cozinheiras afamadas dos idos de 1940, às damas dos antigos engenhos, aos mestres de farinha, aos ex-escravos e senhores de escravaria, ia avolumando a cada contato relatos sobre os costumes e receitas peculiares transmitidas de geração a geração, permeadas das influências estrangeiras, principalmente a européia.

Comenta Cascudo (2004, p.11) que travou grandes colóquios com Josué de Castro, sendo que enveredaram caminhos diferentes nessa jornada, pois, segundo expressa: “Josué pesquisava a fome e eu a comida”. Sua proposta nessa obra era elaborar uma investigação sociológica da alimentação de base histórica e etnográfica no transcorrer de quase quinhentos anos. Para isso, investigou acerca do cardápio indígena, a dieta africana e portuguesa, retratando de cada uma dessas culturas seus aspectos originais e conseqüentes transformações a partir da variedade decorrente da miscigenação do povo brasileiro. Pensando sociologicamente a feijoada completa e o peixe refogado, Cascudo (2004, p.340) argumenta que

Verificaria a presença constante de todos os elementos colaborantes na cultura popular brasileira: carne de gado europeu, verduras e legumes africanos, asiáticos, ameríndios, fundidos na obra-prima, contemporânea e secular. Peixe refogado. O peixe é brasileiro. O dendê veio do Congo. A técnica é portuguesa. A cebola do poente asiático.

Ao falar em alimentação, Câmara Cascudo evidencia algo que denota forte componente intrínseco à identidade de um povo, culturalmente inscrito e carregado de subjetividade, de um agente milenar, condicionador: “o paladar”. Assevera que a eleição de certos sabores que já constituem alicerce de patrimônio seletivo no domínio familiar, de regiões inteiras, são unânimes na convicção da excelência nutritiva ou agradável. Em razão desse visco não se transforma com a mesma relativa facilidade da mudança de trajes femininos ou aceitação de transportes mais velozes e de melhor capacidade de carga nos veículos.

É provável que esse autor tenha respondido à pergunta de muitos profissionais

que lidam em torno do tratamento da obesidade ou de transtornos que exigem uma obediência fiel às prescrições dietéticas: por que as pessoas só querem comer o que não devem/podem? Por que há tanta resistência em se seguir uma dieta balanceada prescrita por nutricionistas/nutrólogos/endocrinologistas? O que será que torna as pessoas dependentes deste ou daquele tipo de alimento? Segundo Cascudo (2004, p.15),

A batalha das vitaminas, a esperança do equilíbrio nas proteínas, terão de atender as reações sensíveis e naturais da simpatia popular pelo seu cardápio, desajustado e querido. Falar das expressões negativas da alimentação para criaturas afeitas aos seus pratos favoritos, pais, avós, bisavós, zonas, seqüência histórica, é ameaçar um ateu com as penas do Inferno (*sic*). O *psicodietista* sabe que o povo guarda sua alimentação tradicional porque está habituado; porque aprecia o sabor; porque é a mais barata e acessível. Pode não nutrir mas enche o estômago. E há gerações e gerações fiéis a esse ritmo. É indispensável ter em conta o fator supremo do paladar. Para o povo não há argumento probante, técnico, convincente, contra o paladar....

O paladar brasileiro tem então características diretamente relacionadas à colonização da nossa terra. As primeiras experiências alimentares trocadas entre os portugueses e nossos índios foram, a princípio, de grande estranhamento, sendo no decorrer do tempo, incorporadas e transformadas conforme a necessidade e as possibilidades. Consoante Cascudo, “A carta de Pero Vaz de Caminha”, de primeiro de maio de 1500, cita acontecimentos referentes a esses primeiros contatos, sendo um fato pitoresco o medo que os aborígenes tiveram de uma galinha, a repulsa ao vinho, o espanto diante do peixe condimentado.

A história da alimentação no Brasil, no entanto, é fortemente marcada pela cultura indígena. A mandioca, a macaxeira e o palmito são alimentos característicos do costume indígena. A forma como coziam, a utilização da trempe (três pedras típicas sobre as quais assavam os alimentos), o uso da *iapuna* (forno para torrar farinha de mandioca) eram bem manuseados pelos nativos e ainda hoje são utilizados nos mais longínquos recônditos de nossa terra.

A mandioca, também conhecida como “A rainha do Brasil”, vivia nos dois elementos inarredáveis da alimentação indígena: a farinha e os beijus. A farinha constituía o conduto essencial e principal que acompanhava todo tipo de alimento, da carne à fruta. Comprova-se no cardápio cotidiano brasileiro que há quase cinco séculos

continua mantendo o prestígio no crédito popular, sendo apreciada como “comida de volume”, comida “que enche”, sacia, “faz bucha”, satisfaz.

Jean de Lery (1941 *apud* CASCUDO, 2004, p.99), historiador viajante francês, em suas observações acerca dos costumes dos índios tupinambás, registrara a técnica de jogar farinha seca à boca sem desperdiçar um grão sequer:

Os tupinambás, tanto os homens como as mulheres, acostumados desde a infância a comê-la seca em lugar do pão, tomam-na com os quatro dedos na vasilha de barro ou em qualquer outro recipiente e a atiram, mesmo de longe, com tal destreza na boca que não perdem um só farelo. E se nós franceses os quiséssemos imitar, não estando como eles acostumados, sujaríamos todo o rosto, ventas, bochechas e barbas.

Há ainda a tradição do mingau e do pirão, este último ainda mais popular e convincente, pois a mistura da farinha com o caldo da galinha, da carne ou do peixe, e em alguns casos, até com açúcar, fornece força e vitalidade, sendo indicado inclusive para o restabelecimento de enfermos. Com tanto prestígio, o pirão é inspiração para um adagiário bem amplo: “Está na hora do pirão”; “Farinha pouca, meu pirão primeiro”; “Pega o pirão, esmorecido”; e ainda com um ar disciplinar, “Quem come do meu pirão prova do meu cinturão”.

Freyre (1999, p.121) descreve de forma magistral a influência da cultura indígena sobre a formação dos hábitos alimentares do povo brasileiro, quando cita que muitos dos produtos preparados antigamente pelas “mãos avermelhadas das cunhãs”, hoje preparam-nos as “mãos brancas, pardas, pretas e morenas da brasileira de todas as origens e de todos os sangues”. Considera ainda esse autor que a culinária nacional empobreceria, e teria sua individualidade profundamente abalada, se fossem abolidos os quitutes indígenas, pois, segundo ressalta, eles dão um gosto à alimentação brasileira semelhantemente aos pratos de origem lusitana.

Lima (1999), apresentando também a historiografia da alimentação brasileira, garante que as heranças da cultura portuguesa para a alimentação brasileira evidenciam a necessidade que tinham os colonizadores de criar um ambiente que lhes fosse familiar, já que intencionavam instalar-se definitivamente aqui. Recursos de curral, quintal e horta, vacas, bois, touros, ovelhas, cabras, carneiros, porcos, galinhas, galos, pombos e gansos foram todos trazidos de Portugal; além da cana-de-açúcar,

trigo, parreiras, figo, romã, laranja, lima, limão, cidra. Plantaram ainda o coqueiro ornamental, semearam o arroz, plantaram o melão e a melancia, além do pepino, coentro, alho, manjerição, cenoura, dentre outros, são heranças a nós legadas pelo colonizador português.

Os doces finos, os pudins, o alfenim, todos de origem lusitana, pareciam nos tabuleiros com as brasileiríssimas cocadas, rapaduras, mungunzá, pamonha e tapioca seca ou molhada. O sarapatel foi o português que trouxe da Índia, além do sarrabulho, panelada e buchada, tão conhecidos no Nordeste brasileiro.

Os ciclos do açúcar, do ouro e do café formaram o caminho das iguarias e manjares africanos pelo Brasil. As culinárias portuguesa e indígena, integrada à cultura africana no Brasil, originam o sabor tão peculiar dos pratos regionais brasileiros. A escrava negra chegada ao Brasil já era cozinheira, competindo com as índias quanto aos segredos do bom gosto. Cozinham ainda para os senhores, aprendendo com as amas portuguesas e superando-as posteriormente quanto aos segredos dos temperos.

Conforme Freyre (1999, p.453), a contribuição africana afirmou-se no regime alimentar brasileiro, principalmente pela introdução do azeite-de-dendê e da pimenta-malagueta, além do quiabo, da maior utilização da banana e da grande variedade de preparo da galinha e do peixe. Arremata esse autor, no entanto, os dois pratos de origem africana que obtiveram maior destaque na mesa patriarcal brasileira foram o caruru e o vatapá, iguarias tipicamente baianas.

Até mesmo o linguajar popular brasileiro é “recheado” de expressões que utilizam representações próprias do mundo da alimentação. “Descascar um abacaxi” imediatamente nos evoca aquela situação complicada de se resolver; “Está um angu” nos remete a algo bagunçado, confuso. Se uma pessoa é “verde”, é imatura; se é uma “pamonha”, é sem iniciativa; se é um “pato”, é uma vítima, um crédulo; se é um “pão-duro”, trata-se de um avarento.

Os hábitos alimentares brasileiros foram contemplados na obra de Fisberg, Wehba e Cozzolino (2002), ao investigar, juntamente com seus colaboradores, os costumes alimentares no Brasil de norte a sul. As influências culturais dos primeiros imigrantes aqui chegados, assim como as mudanças observadas através dos tempos,

são condensadas na compilação dos pratos típicos de cada região, enaltecendo as variedades de frutas e o intercâmbio de influências bem diversificadas neste rico País.

A Região Norte marca presença pela magnífica riqueza da cozinha amazônica, detentora de grande biodiversidade, com peculiaridades ímpares, típicas e exóticas. A cultura indígena predomina nesta região, com um ritual próprio na caça, na pesca, e nos molhos. Os enormes peixes, o milho, a mandioca e os derivados, o cará e os temperos de ervas naturais ainda são bem utilizados. As frutas locais, como o cupuaçu, biribá, pupunha, tucumã, graviola, açaí, buriti, bacaba, sorva, banana pacovã, guaraná, ingá-cipó, jambo, sapoti e muitas outras compõem as exóticas sobremesas. Os imensos rios favorecem os pratos à base de pirarucu, tambaqui, tucunaré, curimatã, jaraqui, pacu e sardinhas, que incrementam mais ainda a culinária dos amazonenses. A cozinha amazônica não se identifica com mesas postas, acontecendo ao ar livre, em tabuleiros, portas de igrejas, nas calçadas dos largos, na selva dos jardins públicos, sendo a prática de comer em pé, andando em volta dos tacacazeiros, dos fogaréus de mungunzá, dos tabuleiros de beijus, dos paneiros de onde sai a pupunha, comum entre os moradores do Acre, do Amazonas e do Pará. Os mercados, as feiras livres são também vivências cotidianas do povo desta rica região. Dentre os pratos típicos do Pará destacam-se: o pato no tucupi, tacacá, a caldeirada, o vatapá paraense, a maniçoba, os pratos à base de caranguejo, o caruru, etc. (FISBERG, *et al* 2002, p.232-308).

A Região Nordeste, fortemente marcada pelas influências indígenas, portuguesas e africanas, tem na culinária baiana forte referencial, sendo denominada, segundo Fisberg *et al* (2002, p.314-418) de “multirracial”. A rica culinária baiana é formada, dentre outros, pelo caruru de preceito, carne-de-sol servida com pirão de leite e aipim, vaca atolada, feijoada etc. As bebidas típicas compõem-se de licores de tamarindo, de acerola, e ainda cachaça com louro, gabriela com cravo e canela e a famosa arriba-a-saia, composta de 20 itens estimulantes. As frutas, conforme este autor, vão desde as típicas do clima tropical, às exóticas, como o falso mangostão, sapoti, babolho, cainito, noz pile, uampi e coco-rosa. Dentre as receitas tradicionais, estão o abará, o acarajé, bobó de camarão e a moqueca de peixe. Outro representante significativo da culinária nordestina, de acordo com os pesquisadores retrocitados, é a Paraíba, rica em frutas

como a acerola, araçá, cajá, caju, goiaba, graviola, jaca, jambo, manga, mangaba, pitomba, umbu, dentre outras. As comidas típicas são diversificadas, sendo algumas delas a carne de charque, o cuscuz, o inhame, a mandioca, a tapioca, a buchada, a galinha-a-cabidela etc. No Piauí, destacam-se o arroz com galinha, o bolo de goma, a carne-de-sol frita, o cuscuz de arroz e de milho, o maria-isabel (misturado de arroz com carne seca) etc. E ainda a famosa cajuína, o doce de buriti, o licor de jenipapo compõem os deliciosos hábitos alimentares dos piauienses.

Ainda sobre os hábitos alimentares nordestinos, será dirigida uma atenção especial aos costumes cearenses, quando será tomada por referencial a escritora conterrânea Rachel de Queiroz.

Conforme ainda a investigação de Fisberg *et al* (2002, p.02-78), a Região Centro-Oeste tem em Brasília um ponto de culminância de todas as outras regiões brasileiras, fator decorrente da herança proveniente dos “candangos”, ou seja, migrantes que foram construir a Cidade e por lá acabaram ficando. A cozinha goiana é composta de pratos como o arroz com piqui, a guariroba, o empadão, o peixe-na-telha, a galinhada, a pamonha, o bolo de arroz, dentre outros. A culinária mato-grossense, por sua vez, é muito rica em peixes, carne de porco ou de boi, carne de caça, arroz, tubérculos, chás e frutas. O Mato Grosso do Sul é conhecido pelo arroz-de-carreteiro, o sarrabulho, o cozido, o puchero, o macarrão frito, o caribéu, o quibebe, o locro, a carne frita etc. Dentre as frutas da região, encontram-se o limão, a goiaba, a manga, o caju, a banana, a melancia, o araçá, o araticum, a ata-de-cobra, a bocaiúva, o fruto do buriti, do jatobá, da jurubeba etc.

A Região Sul, a partir das características peculiares ao seu clima e à sua história, apresenta hábitos alimentares que traduzem todo o percurso dos imigrantes europeus chegados ao Brasil, incrementando a agricultura, o comércio, os serviços e o transporte de mercadorias. Em Curitiba, os imigrantes alemães contribuíram ainda com acréscimos aos hábitos alimentares, tais como as salsichas, a cerveja, as carnes defumadas, o *sulze*<sup>19</sup>, a lingüiça de carne de porco, os salames, o chucrute, os *pickles*<sup>20</sup>, as compotas de frutas etc. Além da influência alemã, imigrantes italianos,

---

<sup>19</sup> Comida típica alemã, à base de pé, orelha e joelho suínos, vinho, vinagre, alho, conservas de legumes etc. Também conhecido por “gelatina de carne de porco”.

<sup>20</sup> Conserva de legumes em vinagre.

franceses, suíços e poloneses também contribuíram com seus costumes que foram incorporados pelos habitantes desta região, distribuídos conforme a localização de cada colônia. Os tropeiros, em suas andanças pelo sul e sudeste do Brasil, também deixaram suas contribuições, que caracterizam pratos de rápido preparo e grande valor nutritivo, a fim de ter energia para as empreitadas. Dentre os pratos típicos desta região, Fisberg *et al* (2002, p.82-129) e seus colaboradores citam o arroz-de-carreteiro, o virado de feijão, o porco no rolete, o carneiro no buraco, o pintado na telha etc. O pinhão, árvore que simboliza o Estado do Paraná, também é utilizado na cozinha de várias formas, desde tira-gosto, entradas, pratos principais, guarnições e até sobremesas. Santa Catarina, cuja população é em sua maioria também descendente de imigrantes, recebeu a influência de italianos, alemães, libaneses, austríacos, poloneses, belgas, russos, húngaros, franceses, japoneses e portugueses, mais especificamente, os açorianos, o que justifica a variedade dos hábitos alimentares, que abrange desde o chucrute com salsicha, o marreco germânico, o *schlachtplatte*<sup>21</sup>, a polenta básica e a temperada, a *paella*<sup>22</sup>, a lasanha à bolonhesa, o bacalhau a Ilhéu, até a moqueca de peixe e camarão, dentre outros.

E finalmente, a região Sudeste, que comporta a grande cidade de São Paulo, considerada por Fisberg *et al* (2002) o principal pólo gastronômico do Brasil, onde é possível encontrar todos os tipos de culinária, nacional e internacional. O Espírito Santo é outro Estado desta região que, por apresentar grande extensão litorânea, tem como base de suas comidas típicas os peixes, crustáceos e outros frutos do mar. E o Estado de Minas Gerais, com uma culinária rica em sabor e cheia de histórias da época dos escravos, do ciclo do ouro e das pedras preciosas. Segundo Fisberg *et al* (2002, p.132-229), na tradição mineira o que conta é a fartura, sendo prioridade possibilitar que todos fiquem satisfeitos. Alimentos preparados em gordura, refogados ou cozidos com vegetais folhosos é um traço marcante da cozinha mineira. É comum nesta região se dizer que “do porco tudo se aproveita”. Sendo assim, o torresmo, a costelinha, a buchada, o lombo de porco assado, a lingüiça são constantes à mesa, além

---

<sup>21</sup> Comida típica alemã, preparada à base de Joelho de porco, bistecas de porco, salsichão, morcilha branca e escura, chucrute e temperos.

<sup>22</sup> Comida típica espanhola, à base de arroz, frango, coelho, caracóis, azeite e açafrão, e ainda, em regiões próximas ao mar, peixes e frutos do mar.

dos pães de queijo e do famoso queijo-de-minas puro ou acompanhado de doces, especialmente o doce de leite mole, preparação típica de Minas Gerais, dentre vários outros. O milho e a mandioca também são bem consumidos, das mais diversas formas, sendo a pamonha uma atração à parte. E o feijão possibilita preparados bem característicos, tais como o feijão-tropeiro, o tutu de feijão e a feijoada. E ainda a vaca atolada, o arroz com pequi, os biscoitos de polvilho frito, a farofa mineira, a broa de fubá, o angu, a galinhada, o mingau de couve, só para citar alguns, compõem a rica variedade dos costumes alimentares dos mineiros.

### **2.3 Um enredo histórico da alimentação no Ceará**

Mesmo já tendo comentado alguns aspectos dos costumes alimentares da Região Nordeste do Brasil, contemplar neste capítulo o sabor e a criatividade da mesa cearense confere um significado especial a este trabalho, por diversos motivos. Em primeiro lugar, esta pesquisa foi realizada em três escolas da cidade de Fortaleza, capital do Estado do Ceará. Em segundo lugar, a autora deste estudo é genuinamente cearense, “de pai e mãe”. E finalmente, um espaço para prestar uma homenagem à grande escritora cearense Rachel de Queiroz (2004), que em sua obra *O não me deixes* – suas histórias e sua cozinha, descreve a casa, a comida, os costumes e as relações bem características do povo sertanejo.

A fazenda “Não Me Deixes”, localizada no interior do Ceará, de propriedade da família de Rachel de Queiroz, representa aspectos típicos da vida sertaneja. Os animais, os utensílios domésticos, a arquitetura e as relações entre os caboclos e seus patrões são registros da identidade de um povo, que vão se evidenciando à proporção que essa escritora apresenta a cozinha e as curiosidades que aconteciam em seu entorno.

Compondo a casa de taipa, o fogão de tijolos, alimentado a lenha, conforme descrito pela própria Rachel, ainda hoje pode ser encontrado nas casas pobres do sertão cearense. Geralmente localizam-se fora de casa, sendo composto por uma longa fornalha, coberta por uma chapa de ferro fundido onde estão as bocas de forno.

A herança indígena é muito presente na alimentação cearense, e foi incrementada

pelas contribuições africanas. Conforme Rachel, porém, no Recife, na Paraíba, no Rio Grande do Norte e no Ceará, as receitas das senhoras-donas, “nossas avós”, eram seguidas com fidelidade, bem demarcadas pela pimenta-do-reino, que muitas vezes provocava os protestos das crianças devido ao seu forte sabor. Os doces de cajus, o arroz-doce, o queijo de coalho, os doces de leite, de coco, de mamão verde com coco, de goiaba, de banana são delícias típicas do povo sertanejo, além do doce de “espécie”, provavelmente de origem africana, que tem por base a rapadura e é acrescido de especiarias, feito com gergelim ou com castanha-de-caju, todos eles faziam, desta feita, a alegria das crianças da fazenda de Rachel.

O amplo uso da farinha é costume bem presente entre o povo cearense, sendo as casas de farinha um local de trabalho e de festa. E na própria fala de Rachel (2004, p.37)

E a farinha com feijão é o alimento básico do sertanejo. Com feijão e farinha ele enfrenta qualquer tempo e qualquer trabalho; se tiver um pedaço de toucinho pra temperar, muito bem, é luxo. O de todo dia é o feijão com farinha pura.

O feijão, base da alimentação do sertanejo, pode ser do tipo verde, maduro ou seco. O verde come-se ainda na vagem, cortado em pedaços. O maduro come-se como o seco, ou seja, cozido e temperado, sendo a nata do leite e o toucinho de porco, feito torresmo, alguns dos acompanhamentos mais utilizados. O baião-de-dois é um dos pratos tradicionais da cozinha nordestina, sendo muito mais do que a mistura do feijão com arroz. Várias receitas existem, no entanto o baião-de-dois cearense é um dos mais apreciados em todo Brasil.

Informa Couto Filho (2004) que o baião-de-dois surgiu em decorrência do uso das sobras do feijão e do arroz das mesas dos fazendeiros, levadas pelas mulheres dos vaqueiros para casa em única panela. Comenta ainda que o nome desta comida se originou de uma visita que Humberto Teixeira e Luiz Gonzaga fizeram à casa de um fazendeiro em Barbalha (CE), o senhor Adão Apolinário. Conta que a comida estava atrasando e Adão começou a apressar sua mulher, que, cada vez que ia à cozinha, mexia nas panelas da mistura de arroz e feijão. A mulher reclama e pede ao convidado que chame o marido para fora, senão não vai ter comida, pois cada vez que levantava a tampa da panela, atrasava o cozimento. Ao servirem a mesa, o Cantor, em homenagem ao fazendeiro, faz alguns acordes de baião (música em moda na época), que em

parceria com o amigo Humberto Teixeira, compõe “baião-de-dois”:

Capitão que moda é essa, deixe a tripa e a cuié  
 Home não vai na cozinha, que é lugá só de mulhé  
 Vô junta feijão de corda, numa panela de arroz  
 Capitão vai já pra sala, que hoje tem baião de dois  
 Ai, ai, ai, ó baião que bom tu sois  
 Se o baião é bom sozinho, que dirá baião de dois  
 Ai, ai, baião de dois, ai, ai, baião de dois  
 (Luiz Gonzaga e Humberto Teixeira)

Conforme explica Rachel, no sertão, a cozinha é sóbria e magra. A carne é pouca e difícil, sendo deixada principalmente para os dias de festa. Segundo essa escritora, no sertão se diz que do carneiro se aproveita tudo, menos o berro, o que pode ser comprovado nos pratos como a panelada, a buchada, o sarrabulho ou simplesmente pelo carneiro assado, cozido ou guisado. A paçoca, feita de carne seca, farinha e temperos, é pisada no pilão, e pode acompanhar qualquer comida. É também muito apreciada mesmo pura, com café ou acompanhada com banana. Os preparados à base de milho também são muito comuns durante todo o ano, mas principalmente são bem explorados nas festas juninas. Pode-se mencionar a canjica, a pamonha, o mugunzá e o cuscuz e suas diversas variações, dentre outros.

O peru, grande animador das mesas nas grandes festas, é também muito presente nos costumes do sertanejo. Além dele, as galinhas, os patos e o capote (galinha-d’angola) estão sempre presentes nos quintais, compondo os hábitos alimentares no sertão cearense.

O peixe da água doce, dos poucos açudes que se pode apreciar, é igualmente um alimento presente, e, como relata Rachel, as casas sertanejas parecem ter um cheiro impregnado de peixe. Frito na brasa com farinha, ou feito cozido com pirão e arroz, são as maneiras mais comuns de apreciar a curimatã, o cará, a tilápia, dentre outros.

Dentre as bebidas mais apreciadas, estão o café, torrado em casa, como na fazenda Não-me-Deixes, o aluá, à base de rapadura, cravo, canela, erva-doce e gengibre e a cajuína, inventada pelo farmacêutico Rodolpho Teófilo, feita a partir do caju doce, conhecimento sobre o seu preparo, e muita paciência, conforme descreve Rachel.

E, para finalizar, Rachel de Queiroz (2004, p.111) contempla ainda nesta sua

obra a fome do povo sertanejo, infortúnio este que contrasta com as delícias que esta terra pode oferecer, quando a natureza lhe é pródiga. Conforme explicita essa autora,

Só comparo o Nordeste à Terra Santa. Homens magros, tostados, ascéticos. A carne de bode, o queijo duro, a fruta de lavra seca, o grão cozido em água e sal. Um poço, uma lagoa é como um sol líquido, em torno do qual gravitam as plantas, os homens e os bichos. Pequenas ilhas d'água cercadas de terra por todos os lados, e em redor dessas ilhas a vida se concentra.  
O mais é a paz, o sol, o mormaço.

## 2.4 A fome

Em contraposição àquela abordagem das tentações provocadas pelo alimento, o que pressupõe sua existência (e até a fartura), a temática da fome apresenta o outro lado da moeda, ou seja, é também um grande problema o fato de não ter o que comer. Na Bíblia, podemos encontrar referências à fome desde o Gênesis<sup>23</sup> até o Apocalipse<sup>24</sup>, e suas conseqüências mais evidentes são: febre e peste violenta<sup>25</sup>; tristeza e lamentações<sup>26</sup>; desgaste do corpo<sup>27</sup> e finalmente a morte<sup>28</sup>. A fome é um tema presente nas sagradas escrituras, e parece, neste contexto, ser conseqüência tanto da pobreza material quanto espiritual.

A poesia também ressignifica a fome, nas palavras de Rubem Alves (2005, p.51):

Duas tristezas.  
A primeira é não ter fome quando a comida está servida na mesa.  
A segunda é ter fome quando não há comida na mesa.  
Entre essas duas tristezas a vida acontece.  
O encontro entre fome e comida tem o nome de alegria.

A literatura brasileira encontra-se permeada das histórias de sofrimento do povo nordestino em virtude das agruras da seca e, conseqüentemente, da fome. Um trecho

<sup>23</sup> “Seguir-se-ão sete anos de fome, e toda aquela abundância será esquecida na terra do Egito, e a fome consumirá a terra” (Gn 41:30)

<sup>24</sup> “E olhei, e eis um cavalo amarelo e o seu cavaleiro, sendo este chamado Morte: e o Inferno o estava seguindo, e foi-lhes dada autoridade sobre a quarta parte da terra para matar à espada, pela fome, com a mortandade e por meio das feras da terra”. (Ap. 6:8)

<sup>25</sup> “Consumidos serão pela fome, devorados pela febre e peste violenta [...]” (Dt. 32:24)

<sup>26</sup> “Envergonhai-vos, lavradores, uivai, vinhateiros, sobre o trigo e sobre a cevada; porque pereceu a messe do campo”. (Jl 1:11)

<sup>27</sup> “Porque lhes faltará o pão e a água, espantar-se-ão uns com os outros, e se consumirão nas suas iniquidades”. (Ez. 4:17)

<sup>28</sup> “Sim, assim diz o Senhor dos Exércitos: Eis que eu os punirei: os jovens morrerão à espada, os seus filhos e as suas filhas morrerão de fome”. (Jr. 11:22)

de *Vidas Secas*, de Graciliano Ramos (2005, p.14), traduz dramaticamente o drama vivido por Fabiano, um sertanejo andarilho fugindo da fome e da sede, juntamente com sua família, quando a cachorra Baleia, em meio à aridez da caatinga, chega com um preá para servir de alimento para todos:

Iam-se amodorrando e foram despertados por Baleia, que trazia nos dentes um preá. Levantaram-se todos gritando. O menino mais velho esfregou as pálpebras, afastando pedaços de sonho. Sinhá Vitória beijava o focinho de Baleia, e como o focinho estava ensangüentado, lambia o sangue e tirava proveito do beijo.

Na perspectiva de Josué de Castro<sup>29</sup>, a fome é mais consequência de uma má distribuição de recursos decorrente de abismos socioeconômicos ocasionados por questões políticas que favorecem interesses de poucos grupos dominantes, do que de saturação dos recursos naturais em virtude do aumento crescente do contingente demográfico. Caracterizada como um fenômeno geograficamente universal, a fome sempre esteve presente na história da humanidade. Conforme Castro (2003, p.14), seus efeitos deletérios atingem não só o corpo, mas também a alma de suas vítimas:

A fome age não apenas sobre os corpos das vítimas da seca, consumindo sua carne, corroendo seus órgãos e abrindo feridas em sua pele, mas também age sobre seu espírito, sobre sua estrutura mental, sobre sua conduta moral. Nenhuma calamidade pode desagregar a personalidade humana tão profundamente e num sentido tão nocivo quanto a fome, quando atinge os limites da verdadeira inanição. Excitados pela imperiosa necessidade de se alimentar, os instintos primários são despertados e o homem, como qualquer outro animal faminto, demonstra uma conduta mental que pode parecer das mais desconcertantes.

Segundo Valente (2002), a história das carências alimentares e nutricionais no Brasil tem início com a ocupação da nova colônia pelos portugueses em 1500. A recusa dos nativos escravizados a comer em cativeiro os levava inevitavelmente à morte. São mais de 500 anos de história de fome e carências nutricionais atribuídos às graves desigualdades sociais, dentre elas, a extrema concentração da terra, da riqueza e da renda. Freyre (1999, p.35) descreve esta situação de insuficiência alimentar, ao comentar aspectos da formação da sociedade brasileira e a ineficiência no trato destas

---

<sup>29</sup> Médico brasileiro, nascido no Recife em 1908, foi Presidente do Conselho para Alimentação e Agricultura das Nações Unidas (FAO), entre 1952 e 1956, e da Associação Mundial de Luta Contra a Fome (ASCOFAM). Recebeu o “Prêmio Internacional da Paz”, em 1954. Foi membro de várias Associações e Academias no Brasil e no Exterior. Exilado na França, faleceu em Paris em 1973. In: [www.josuedecastro.com.br](http://www.josuedecastro.com.br).

questões:

Do que pouco ou nenhum caso tem feito essa sociologia, mais alarmada com as manchas da mestiçagem do que com as da sífilis, mais preocupada com os efeitos do clima do que com os de causas sociais suscetíveis de controle ou retificação, e da influência que sobre as populações mestiças, principalmente as livres, terão exercido não só a escassez de alimentação, devida à monocultura e ao regime do trabalho escravo, como a pobreza química dos alimentos tradicionais que elas, ou antes, que todos os brasileiros, com uma ou outra exceção regional, há mais de três séculos consomem, é da irregularidade no suprimento e da má higiene na conservação e na distribuição de grande parte desses gêneros alimentícios. São populações ainda hoje, ou melhor, hoje mais do que nos tempos coloniais, pessimamente nutridas.

Esta situação descrita por esse autor, referente ao vivido no século XV, apresenta características ainda tão presentes em pleno século XXI, razão pela qual a preocupação acerca da segurança alimentar<sup>30</sup> dos brasileiros é assunto discutido desde os protestos de Josué de Castro até os dias de hoje.

Em versão atualizada e adaptada por Valente (2002, p.137), a partir de um estudo de caso elaborado para a Conferência Internacional sobre Segurança Alimentar e Nutricional como Direito Humano, realizada em Randburg, Gauteng, África do Sul, em março de 1999, entende-se que “o acesso à alimentação é um direito humano em si mesmo, na medida em que a alimentação constitui-se no próprio direito à vida. Negar esse direito é, antes de mais nada, negar a primeira condição para a cidadania, que é a própria vida”.

Desta forma, ter “o pão de cada dia” simboliza ter direito à vida, em qualidade e em quantidade satisfatória, o que denota o comer bem, conforme será comentado a seguir.

## **2.5 O ato de comer bem**

De aparente coisa óbvia, o ato de comer bem evidencia-se como uma das expressões que denota mais significados nas diferentes manifestações alimentícias que caracterizam um indivíduo, um grupo de pessoas ou até mesmo uma nação ou civilização.

Savarin (2004), ao apresentar a certidão de nascimento da gastronomia, traz

---

<sup>30</sup> A segurança alimentar é definida, correntemente, como o acesso de todos, continuamente, ao alimento necessário para uma vida sadia e ativa.

algumas das características mais pertinentes do paladar e do ato de comer. Mesmo sendo um juiz de Direito, apresenta em sua obra um exercício anatômico-filosófico dos sentidos, detendo-se com maestria poética na sensação do Gosto, o que atinge o clímax no seguinte aforismo: “Os animais se repastam; o homem come; somente o homem de espírito sabe comer”.

Meditando sobre a *gourmandise*<sup>31</sup>, Savarin (2004, p.142) a define como uma preferência apaixonada, racional e habitual pelos objetos que agradam o paladar. Afirma que é inimiga dos excessos, sendo que todo homem que come até a indigestão corre o risco de ser cortado da lista dos gastrônomos. Faz ainda o autor um elogio à mulher gastrônoma, que da maneira que a descreve, percebe-se o quanto o “comer bem” vai surpreendentemente além das regras nutricionais ou da gula:

Nada mais agradável do que ver uma bela gastrônoma em ação: seu guardanapo está colocado com elegância; uma de suas mãos apóia-se na mesa; a outra leva à boca pequenos bocados cuidadosamente cortados ou a asa de perdiz que ela irá morder; seus olhos brilham, seus lábios reluzem, sua conversação é agradável e todos os seus movimentos graciosos; não lhe falta aquele toque de coqueteria que as mulheres põem em tudo. Com tantas vantagens, ela é irresistível.

Acentua, ainda, Savarin (2004, p.172) que a gastronomia é favorável à beleza, sendo que confere mais brilho aos olhos, mais frescor à pele, mais firmeza aos músculos. E arremata: “os que sabem comer são comparativamente dez anos mais jovens que os que ignoram essa ciência”. Continua, porém: se se transforma em glotonaria, voracidade, devassidão, ela perde seu nome e suas vantagens, sendo a partir de então da alçada dos médicos e tratada com remédios. Com a função de conservar ou dar saúde, os alimentos e as bebidas têm suas especificidades, sendo que ao se superar as carências e se evitar os excessos, é possível driblar o desequilíbrio e a doença.

“Comer bem” suscita ainda reflexões acerca das diferenças entre o prazer de comer e o prazer da mesa (SAVARIN, 2004, p.170)

O prazer de comer é a sensação atual e direta de uma necessidade que se satisfaz.  
O prazer da mesa é a sensação refletida que nasce das diversas circunstâncias de fatos, lugares, coisas e personagens que acompanham a refeição.  
O prazer de comer, nós o temos em comum com os animais; supõe apenas a fome e o que é preciso para satisfazê-la.

---

<sup>31</sup> Gulodice. Cf. MICHAELLIS : minidicionário francês-português, português-francês.

O prazer da mesa é próprio da espécie humana; supõe cuidados preliminares com o preparo da refeição, com a escolha do local e a reunião dos convidados.  
O prazer de comer exige, se não a fome, ao menos o apetite; o prazer da mesa, na maioria das vezes, independe de ambos.

“Comer bem” é comer gostoso. É comer devagar, saborear... Para Savarin (2004, p.301), comem bem os que comem com lentidão e saboreiam com energia, com suaves movimentos das mandíbulas, como se cada dentada tivesse um acento especial. E ainda, ao passar a língua nos lábios enquanto se delicia, pode-se conferir glória imortal para o autor das delícias que estão sendo consumidas.

Comer bem é, ainda, ter o direito à alimentação respeitado, conforme citado anteriormente, e devidamente explicitado na Declaração Universal dos Direitos Humanos<sup>32</sup> no Art. 25, I

Todo homem tem direito a um padrão de vida capaz de assegurar a si e a sua família saúde e bem estar, inclusive alimentação, vestuário, habitação, cuidados médicos e os serviços sociais indispensáveis (...)

Finalmente, intencionando eliminar qualquer dúvida quanto ao exercício da boa mesa e do ato de comer bem, Savarin (2004, p.161) apresenta a descoberta que, em suas palavras, honrará o século XIX: os testes gastronômicos. Utilizam-se “iguarias de reconhecido sabor e de excelência tão inquestionável que sua simples apresentação deve despertar todas as capacidades gustativas”. O método dos testes, variáveis conforme a classe social, versa que: “Sempre que for servida uma iguaria distinta e bem conhecida, os comensais serão bem observados, e serão classificados como indignos todos aqueles cuja fisionomia não anunciar o êxtase”. (SAVARIN, 2004, p.162). E conclui com um exemplo que caracteriza bem um resultado plenamente satisfatório (SAVARIN, 2004, p.165):

Com efeito, todas as conversas cessaram, com a plenitude dos corações; todas as atenções se fixaram na habilidade dos trinchadores; e, quando os pratos foram servidos e distribuídos, vi sucederem-se em todas as fisionomias, um após outro, o fogo do desejo, o êxtase do gozo, o repouso perfeito da beatitude”.

Conforme Castell (2004), comer bem implica ter uma alimentação que, além de

<sup>32</sup> [www.dhnet.org.br/direitos/deconu/textos/integra.htm](http://www.dhnet.org.br/direitos/deconu/textos/integra.htm) Acesso em 22/05/2006.

saudável, seja agradável e prazerosa. A variedade e o equilíbrio dos alimentos também devem ser observados, de tal forma que atenda às possibilidades de acesso e adapte-se às necessidades individuais. Assinala ainda que, para manter uma dieta equilibrada, é preciso o conhecimento das características e propriedades dos alimentos, assim como as proporções e as frequências indicadas de consumo.

As considerações apresentadas no decorrer deste capítulo, apresentando recortes da história da alimentação, da fome e do ato de comer bem, justificam o objetivo principal deste estudo: quais as representações de alimentação elaboradas por alunos, pais e educadores do Ensino Fundamental de três escolas com diferentes relações com o alimento no seu cotidiano. Trata-se de um universo que contempla, conforme já comentado, aspectos individuais, sociais, culturais, econômicos, religiosos e afetivos. Esperamos que, a partir desta investigação que ora será apresentada e analisada, possamos contribuir com a maior compreensão e atuação neste campo que apresenta características tão diversificadas.

### 3 EM BUSCA DAS REPRESENTAÇÕES SOCIAIS DE ALIMENTAÇÃO NO ENSINO FUNDAMENTAL: O percurso teórico-metodológico

... não sei se fui claro, não foste, mas não tem  
importância, claridade e obscuridade são a mesma  
sombra e a mesma luz, o escuro é claro, o claro é  
escuro, e quanto a alguém ser capaz de dizer de facto e  
exactamente o que sente ou pensa, imploro-te que não  
acredites, não é porque não se queira,  
é porque não se pode.  
José Saramago

A escolha do referencial teórico das representações sociais ocorreu, primeiramente, por um profundo sentimento de identificação com o estilo e a dinâmica de investigação observadas a partir da leitura de alguns trabalhos de seus mais eminentes representantes, dentre eles: Moscovici (1978, 1994, 2003), Jodelet (1994, 2005), Guareschi (1994, 2003), Arruda (1998, 2005), Coutinho (2003), Moreira (2004), além de vários outros. Fazer grandes elaborações a partir de recursos que são cotidianos, e, por este motivo, muitas vezes passam despercebidos, é uma dádiva da pesquisa qualitativa, e, mais especificamente, da Teoria das Representações Sociais, outra razão pela qual optamos por este referencial.

A aparente obviedade acerca do que é comer bem foi convertida em constatações que evidenciavam um conceito permeado de simbolismos bem característicos dos sujeitos deste estudo, que, não obstante serem singulares, eram também representantes de um grupo maior, que se insere em outro maior ainda, até a ultrapassagem das barreiras culturais e temporais da história da humanidade.

Nas ponderações de Moscovici (2003, p.20),

As representações sociais emergem, não apenas como um modo de compreender um objeto particular, mas também como uma forma em que o sujeito (indivíduo ou grupo) adquire uma capacidade de definição, uma função de identidade, que é uma das maneiras como as representações expressam um valor simbólico.

Partindo desse referencial, o principal objetivo deste estudo centra-se na investigação das representações de alimentação elaboradas por sujeitos de três realidades educacionais que mantêm diferentes atitudes quanto à abordagem do alimento no ambiente escolar. São alunos das séries iniciais do Ensino Fundamental,

na faixa etária entre 6 e 11 anos, seus pais ou responsáveis, seus professores e as coordenadoras pedagógicas, de três escolas diferentes, sendo uma escola pública da rede municipal de ensino de Fortaleza, uma escola privada de grande porte e uma creche-escola, ambas também da capital cearense.

A opção por trabalhar com crianças nesta faixa etária foi pautada pela possibilidade de que já tivessem atingido um grau de desenvolvimento que favorecesse a apreensão de suas vivências e elaborações acerca do alimento no cotidiano acadêmico e familiar, utilizando recursos como a entrevista semi-estruturada e desenhos.

Leciona Moscovici (2003) que, para chegar às representações, é importante que examinemos o aspecto simbólico dos nossos relacionamentos e dos universos consensuais em que habitamos, pois ao dizer que as representações são sociais, estamos expressando principalmente a idéia de que elas são simbólicas e possuem tantos elementos perceptuais quanto cognitivos.

Conforme Coll *et al* (2004, p.233), os processos cognitivos básicos e o desenvolvimento intelectual entre os seis anos e a adolescência, ou ainda, dos seis aos doze anos, apresentam características que confirmam as expectativas desta investigação quanto às respostas das crianças aos instrumentos de coleta de dados escolhidos. Acerca da capacidade de atenção, memória e aquisição do conhecimento, os autores asseveram que

As crianças do ensino fundamental não só sabem mais do que as crianças da etapa precedente, como também têm mais recursos para planejar e utilizar, de forma eficiente, suas aptidões quando se deparam com um problema, quando devem se lembrar de informações ou quando devem ampliar seu nível de conhecimento sobre um tema específico.

Neste estágio, a criança consegue discriminar entre os dados relevantes ou não de uma informação, controla as idéias alternativas e pode aperfeiçoar o seu raciocínio sobre um dado assunto, caracterizando uma mudança funcional da capacidade de processamento, ou seja, elas aprendem a usar melhor a capacidade básica que possuem.

Em razão de a natureza deste estudo demandar certo esforço da criança em

relembrar suas vivências cotidianas na relação com os alimentos na escola e no ambiente familiar, é importante que ela já mantenha a atenção seletiva sobre o que se pede, ou seja, consiga filtrar as distrações e se concentre na informação relevante.

Caracterizada como uma fase que favorece à criança conhecimentos amplos e organizados em diferentes domínios específicos - a saber, domínio físico, numérico, biológico, psicológico e social - a faixa etária escolhida apresenta atributos que podem atender à intenção de investigar as representações de alimentação a partir do que entendem por comer bem, alimentação saudável, alimentação não saudável e acerca das vivências cotidianas dos hábitos alimentares. Ainda conforme Coll *et al* (2004, p.243)

(...) estas crianças são mais conscientes de seus próprios processos cognitivos do que as crianças menores: percebem mais como pensam e o que pensam, são mais capazes de avaliar uma tarefa cognitiva (seu grau de dificuldade, por exemplo) e de adaptar melhor as estratégias pertinentes, avaliam melhor seu próprio rendimento e são mais conscientes daquilo que aprenderam e de seus próprios conhecimentos.

Tomando como um dos referenciais do desenvolvimento cognitivo a teoria piagetiana<sup>33</sup>, que denomina este período como sendo o das “operações concretas<sup>34</sup>”, Coll *et al* (2004) assinalam que as crianças dessa etapa podem realizar inferências e deduções muito mais elaboradas do que as crianças menores, podendo ainda focar um problema de maneira muito mais completa, articulando diferentes dimensões e considerando aspectos anteriores e virtuais que as ajudam a resolver problemas mais complexos.

As representações poderiam então emergir das falas e dos desenhos destas crianças, pois, conforme Moscovici (2004), no momento em que podemos falar sobre algo, avaliá-lo e então comunicá-lo – mesmo vagamente – então nós podemos representar o não usual em nosso mundo familiar, reproduzi-lo como uma réplica de um modelo familiar. Para Jodelet (2005, p.33), as representações sociais são

---

<sup>33</sup> Jean Piaget: psicólogo suíço, cujas teorias da inteligência e dos padrões de aprendizado infantil exerceram profunda influência sobre a Psicologia Cognitiva e do desenvolvimento, e sobre a teoria da educação.

<sup>34</sup> No estágio operacional concreto (7 aos 11 anos de idade), a criança está apta a entender relações lógicas, mas ainda apresenta dificuldades em compreender o pensamento racional ou abstrato, realizando operações mentais concretamente, um elemento de cada vez.

[...] um tipo distinto do saber científico... são um saber do senso comum, ou ainda, um saber ingênuo, natural, mas tão legítimo quanto o outro, pelo esclarecimento que elas trazem sobre os processos cognitivos e as interpretações sociais, que regem nossa relação com o mundo e os outros, orientando e organizando nossa conduta e as comunicações interpessoais e intergrupais.

A temática dos hábitos alimentares nos remete à apreciação de valores representativos de um povo, resultado da socialização e das interações e trocas que dão significado à sua existência. Esses valores são igualmente permeados de significados pessoais, levando-se em consideração a capacidade do indivíduo de elaborar suas reflexões e análises e de fazer escolhas. Conforme Moscovici (2004, p.62),

De fato, representação é, fundamentalmente, um sistema de classificação e de denotação, de alocação de categorias e nomes. A neutralidade é proibida, pela lógica mesma do sistema, onde cada objeto e ser devem possuir um valor positivo ou negativo e assumir um determinado lugar em uma clara escala hierárquica.

Buscamos neste estudo conhecer esse saber natural na dinâmica dos acontecimentos, na idéia de alcançar pouco a pouco a clarificação de uma imagem que favorecesse a compreensão dos mecanismos intrincados no processo de formação dos hábitos alimentares e de suas representações, tomando a realidade escolar como ponto de referência a partir de seus sujeitos e de suas vivências.

Guareschi e Bruschi (2003, p.70) anotam que o ponto de fulcro que a Teoria das Representações Sociais quer responder refere-se aos motivos pelos quais as pessoas fazem o que fazem, por que desempenham estas ou aquelas ações, em vez de outras. Acrescentam ainda que

Essa teoria argumenta que por detrás dessas ações, e fundamentando as razões por que as pessoas fazem o que fazem, está uma representação de mundo, que não é apenas algo racional, cognitivo, mas que é muito mais que isso: é um conjunto amplo de significados criados e partilhados socialmente. É todo um sistema de crenças e valores que todos possuímos e que não é apenas individual, mas que é também social.

Trata-se de um processo complexo, pois o indivíduo integra em sua história e em sua cultura a própria história e a cultura de seus antepassados, próximos e distantes, que se caracterizam como peças importantes no seu desenvolvimento, mediante as experiências, situações, hábitos, atitudes, valores, comportamentos e linguagem

daqueles com quem interage sejam pessoas ou instituições. Este não é um processo determinístico, uma vez que o indivíduo participa ativamente da feitura de seu círculo e de interações, modificando-o e provocando transformações neste contexto. Nesta perspectiva, a educação pode se fazer fundamental, oferecendo ao indivíduo oportunidades significativas de construção de conhecimento e valores.

Além do mais, a educação pode ocorrer em diferentes espaços do mundo contemporâneo, sendo a escola apenas um deles; ou seja, a educação também sucede por meio de imagens, filmes, propagandas, charges, jornais, televisão, sendo que, desta forma, particulares visões de mundo, gênero, sexualidade, saúde, hábitos alimentares e de cidadania perpassam decisivamente a vida cotidiana. Podemos concluir que, dinâmica e continuamente, indivíduo e sociedade se complementam, no dia-a-dia, nas relações corriqueiras e nas mais complexas, nas construções e desconstruções da história.

De acordo com a Teoria Sócio-Histórico-Cultural, que tem como um de seus principais representantes o psicólogo, natural de Belarus, Lev Semenovich Vigotsky (1988, 1991, 1993), a origem das mudanças que ocorrem no homem, ao longo do seu desenvolvimento, está vinculada às interações ocorrentes entre o sujeito e a sociedade, a cultura e a sua história de vida, além das oportunidades e situações de aprendizagem, que promovem este desenvolvimento, ponderando acerca das várias representações de signo, instrumento, cultura e história, propiciando o desenvolvimento das funções mentais superiores. Para o desenvolvimento do indivíduo, as interações com o outro social são, além de necessárias, fundamentais, visto que estes são portadores de mensagens da própria cultura, significando simplesmente que algumas das categorias de funções mentais superiores (atenção voluntária, memória lógica, pensamento verbal e conceitual, emoções complexas etc.) não poderiam surgir e constituir-se no processo do desenvolvimento sem a contribuição construtora das interações sociais. O referencial teórico sócio-histórico-cultural compreende a relação entre sujeito e objeto no processo de construção do conhecimento, em que o sujeito do conhecimento não é apenas passivo, regulado por forças externas que o vão moldando, e não é somente ativo, regulado por forças internas: o sujeito do conhecimento é interativo.

Desta forma é que lidar com as representações sociais implica trabalhar com aspectos híbridos, ou seja, um misto do concreto com o abstrato, do individual com o social, do que há com o que se imagina, do científico com o senso comum, e, por que não dizer, da fome (objetiva) com a vontade de comer (subjativa).

### **3.1 Universo pesquisado e fontes de informação**

A proposta de investigar as representações de alimentação no Ensino Fundamental suscitou a elaboração de critérios que contemplassem diferentes relações da escola com a temática do alimento. Desta forma, buscamos investigar três contextos escolares que diferissem quanto às vivências dos alunos na relação com a comida: 1º. uma escola pública de Educação Infantil, Ensino Fundamental e Médio, contemplada pela merenda escolar fornecida pelo governo; 2º. uma escola privada de Educação Infantil, Ensino Fundamental e Médio, com cantina diversificada; 3º. uma creche-escola privada, com Educação Infantil e Ensino Fundamental I, com programa de alimentação balanceada elaborado por nutricionista.

Após definidas as escolas, sucedeu-se o contato direto com os respectivos diretores, portando um pedido de autorização para efetivar a pesquisa em suas dependências. No segundo momento, devidamente encaminhada pelos diretores às coordenadoras pedagógicas, foi possível um encontro com todos os professores das escolas, ocasião em que foram explanados os objetivos da pesquisa e feita a solicitação de suas colaborações para a efetivação deste estudo. Nesta ocasião, foram ainda apresentados os critérios para a indicação dos alunos a serem entrevistados, quando lhes foi solicitado que escolhessem dois representantes de cada turma, evitando os extremos relacionados ao universo alimentar, ou seja, os muito magros, ou muito gordos, os que comem pouco ou os que comem exageradamente. O motivo desta orientação partiu do pressuposto de se evitar a classificação dos alunos como carentes ou fartos de comida, visto que, a princípio, tínhamos em mente a idéia de que os alunos da escola pública e das escolas privadas provavelmente evidenciaríamos contrastes alimentares em decorrência das diferenças socioeconômicas. Desta forma, buscamos trabalhar com as crianças compreendidas pelos professores como tendo uma

relação regular com o alimento, já que a investigação almejava as representações de alimentação e não, *a priori*, as diferenças originadas pelas contrastantes classes sociais.

Após contato com os diretores, coordenadoras pedagógicas e professores, foram enviadas cartas-circulares aos pais dos alunos por intermédio das escolas, solicitando a autorização para efetuar a pesquisa com seus filhos, aproveitando para convidá-los para uma reunião a fim de prestarmos esclarecimentos acerca da natureza da investigação, retirando, nesta ocasião, as prováveis dúvidas. A partir desta autorização, foram marcadas as entrevistas, que eram gravadas em fita cassete, contando com a permissão de cada um deles.

As entrevistas com os alunos, seus pais e educadores aconteceram no decorrer do ano de 2005, perfazendo um total de 109 sujeitos que prontamente atenderam ao convite de compartilhar suas histórias relacionadas aos hábitos alimentares e às expectativas em torno deste tema.

Em seguida, serão apresentadas as três escolas investigadas, a partir da descrição de suas principais características, dos sujeitos entrevistados que a compõem e finalmente, das relações com o alimento estabelecidas no ambiente escolar.

### 3.1.1 A escola pública

Mantida pela Prefeitura de Fortaleza, localiza-se em um bairro de natureza sócio-econômica mista na região litorânea da Cidade, onde se observa uma vizinhança composta por hotéis de cinco, quatro e três estrelas, condomínios de apartamentos, mansões, barracas de praia intensamente movimentadas pelo turismo, casas simples, porém com estrutura de saneamento, além de favelas.

A escola trabalha com a Educação Infantil, Ensino Fundamental e Médio, funcionando nos três turnos, atendendo um total de 1.649 alunos. As séries iniciais do Ensino Fundamental, que caracterizam o nosso universo de pesquisa, funcionam somente no período da manhã, acolhendo um total de 622 alunos da comunidade, distribuídos em 22 salas de aula.

Trata-se de uma escola bem estruturada e organizada, com laboratório de

informática; quadra de esportes coberta; pátio interno com bebedouros; banheiros; sala de professores, secretaria e biblioteca com ar-condicionado; despensa, cozinha e um amplo refeitório com bancos e mesas de alvenaria.

Foram entrevistados 12 professores dos 22 do Ensino Fundamental. A escolha destes buscou contemplar os titulares da 1<sup>a</sup>. a 4<sup>a</sup>. séries, sendo que, após contar com representantes de cada nível, foram acrescentados aqueles que mais prontamente atenderam ao convite para participar da pesquisa. Procedendo desta maneira, ao contarmos com aproximadamente a metade dos docentes, foram encerradas as entrevistas com os professores da escola pública, distribuídos conforme indica o quadro abaixo:

**Quadro I** - Demonstrativo dos professores da Escola pública entrevistados

<b>Escola/Educadores</b>	<b>Séries</b>
EPb/ E1	1 <sup>a</sup> . série
EPb/E2	2 <sup>a</sup> . série
EPb/E3	2 <sup>a</sup> . série
EPb/E4	2 <sup>a</sup> . série
EPb/E5	2 <sup>a</sup> . série
EPb/E6	2 <sup>a</sup> . série
EPb/E7	3 <sup>a</sup> . série
EPb/E8	3 <sup>a</sup> . série
EPb/E9	4 <sup>a</sup> . série
EPb/E10	4 <sup>a</sup> . série
EPb/E11	4 <sup>a</sup> . série
EPb/E12	4 <sup>a</sup> . série

EPb/Ei = Educadores da escola pública

Além dos professores, foi realizada entrevista com a vice-diretora da escola, que, conforme informação sua, nas divisões de tarefas com a diretora, exerce atividades que seriam equivalentes a uma coordenação pedagógica, razão pela qual optamos neste estudo por identificá-la como sendo a coordenadora pedagógica da escola pública.

Os alunos entrevistados foram indicados pelas professoras a partir dos critérios estabelecidos previamente, ou seja, dois alunos de cada classe que fossem reconhecidos como tendo uma rotina alimentar regular e que não se enquadrassem nos extremos da carência ou do excesso de comida. A partir da indicação dos professores, foram enviadas cartas aos pais dos alunos solicitando autorização para que seus filhos

participassem da pesquisa, das quais foram obtidas respostas afirmativas autorizando a participação de 20 alunos. As crianças foram entrevistadas individualmente, em uma sala reservada pela Diretoria, e em horários estabelecidos pelas professoras, que iam liberando os alunos de acordo com um cronograma estabelecido por nós, conforme a orientação das próprias professoras. A sala possuía uma mesa redonda, cadeiras, ventilador e, devido à necessidade de se manter a janela aberta para a circulação do ar e melhorar a iluminação, era alvo de grande interferência de vozes de alunos e professores nas salas de aula. O quadro abaixo apresenta a distribuição dos alunos da escola pública entrevistados:

**Quadro II** - Demonstrativo dos alunos da Escola pública entrevistados

<b>Escola/Alunos</b>	<b>Séries</b>	<b>Idade</b>
EPb/A1	1 <sup>a</sup> . série	7 anos
EPb/A2	1 <sup>a</sup> . série	7 anos
EPb/A3	2 <sup>a</sup> . série	7 anos
EPb/A4	2 <sup>a</sup> . série	7 anos
EPb/A5	2 <sup>a</sup> . série	7 anos
EPb/A6	2 <sup>a</sup> . série	7 anos
EPb/A7	2 <sup>a</sup> . série	7 anos
EPb/A8	2 <sup>a</sup> . série	7 anos
EPb/A9	2 <sup>a</sup> . série	8 anos
EPb/A10	2 <sup>a</sup> . série	7 anos
EPb/A11	2 <sup>a</sup> . série	8 anos
EPb/A12	3 <sup>a</sup> . série	8 anos
EPb/A13	3 <sup>a</sup> . série	8 anos
EPb/A14	3 <sup>a</sup> . série	8 anos
EPb/A15	3 <sup>a</sup> . série	9 anos
EPb/A16	4 <sup>a</sup> . série	9 anos
EPb/A17	4 <sup>a</sup> . série	9 anos
EPb/A18	4 <sup>a</sup> . série	9 anos
EPb/A19	4 <sup>a</sup> . série	9 anos
EPb/A20	4 <sup>a</sup> . série	11 anos

EPb/Ai = Alunos da Escola Pública

Dentre os pais dos alunos da escola pública que autorizaram a participação de seus filhos na pesquisa, apenas 12 puderam comparecer à entrevista, tendo os ausentes justificado suas faltas às professoras, alegando a dificuldade de participar em razão de seus horários de trabalho. A mãe de um aluno que não pôde comparecer à entrevista

autorizou à filha mais velha, de apenas 13 anos, a representá-la nesta ocasião. Foi constatado junto à professora que já era comum a participação desta adolescente, que também é aluna da escola, nas reuniões de pais, nos dias festivos e no dia-a-dia ao levar e buscar os irmãos nas salas de aulas. Segundo a adolescente, a mãe é empregada doméstica e não tem tempo de participar de nada na escola, sendo ela a responsável pela administração da casa, dos seus estudos e dos seus irmãos.

O quadro abaixo apresenta os referenciais da identificação, grau de instrução e ocupação dos pais da escola pública que participaram deste estudo.

**Quadro III - Demonstrativo dos pais da escola pública entrevistados**

<b>Pais</b>	<b>Grau de instrução</b>	<b>Ocupação</b>
EPb/P1	Não compareceu	-
EPb/P2	Não compareceu	-
EPb/P3	Não compareceu	-
EPb/P4	7 <sup>a</sup> . Série	Desempregada
EPb/P5	4 <sup>a</sup> . Série	Venda de bombons em casa
EPb/P6	8 <sup>a</sup> . Série	Aux. cozinha em barraca de praia
EPb/P7	2 <sup>a</sup> . Série	Desempregada
EPb/P8	5 <sup>a</sup> . Série	Doméstica e Estudante
EPb/P9	Não compareceu	-
EPb/P10	Não compareceu	-
EPb/P11	6 <sup>a</sup> . Série	Desempregada
EPb/P12	6 <sup>a</sup> . Série	Costura em casa
EPb/P13	Não compareceu	-
EPb/P14	Não compareceu	-
EPb/P15	8 <sup>a</sup> . Série	Aux.de professora infantil
EPb/P16	5 <sup>a</sup> . Série	Massagista na praia
EPb/P17	Não alfabetizada	Desempregada
EPb/P18	1 <sup>a</sup> . Série	Doméstica
EPb/P19	8 <sup>a</sup> . Série	Vendedor ambulante (praia)
EPb/P20	Não compareceu	-

EPb/Pi = Pais da escola pública

#### **- Delimitação do ambiente da escola pública**

As observações das relações com o alimento dos alunos da escola pública ocorreram nos horários de recreio, sendo dividido o tempo entre a distribuição da merenda e a liberação das crianças para brincarem livremente. A seguir serão descritos as principais características dos locais onde podíamos observar as crianças comendo

neste período:

### **- Cozinha**

Trata-se de uma pequena cozinha, com pia, fogão e *freezer*, ladeada por uma despensa onde são armazenados os alimentos, os utensílios de preparo, juntamente com copos, pratos e colheres. Duas merendeiras preparam a comida, sendo que, no momento da distribuição, na hora do recreio, é solicitado o apoio da pessoa responsável pela limpeza ou de alguém que esteja disponível para auxiliar na entrega da merenda.

### **- Refeitório**

Junto à cozinha, comunicando-se através de um balcão, está o refeitório. É bem amplo, com duas mesas grandes, uma ao lado da outra, e quatro bancos, que se localizam nas laterais das mesas.

Na hora da merenda, os alunos vão chegando por turma, inicialmente os menores até os maiores, com escala de horário preestabelecida entre os professores. Os alunos em fila recebem o alimento e procuram um lugar para sentar. Devem comer rápido para que desocupem o espaço para as turmas seguintes. Em seguida, são liberados para brincar no pátio.

### **- Pátio**

No pátio interno da escola, observamos uma banquinha de merenda, onde os alunos podiam comprar salgadinhos em pacotes, pipocas, balas, chicletes, pirulitos, chocolate, pasteizinhos, coxinhas, refrigerante e dindins. Esta banquinha não é fixa, sendo que, ao final do recreio, a vendedora, que é uma moradora da comunidade e mãe de aluno, fica na porta do colégio, do lado de fora, expondo seus produtos para quem deles quiser usufruir.

Na entrevista com a vice-diretora, que foi realizada em junho de 2006, fomos informada de que esta banquinha não tem mais permissão para ficar dentro da escola, em razão de uma portaria<sup>35</sup> da Prefeitura, no início de 2006, proibindo a venda destes

---

<sup>35</sup> Portaria interministerial No. 1.010 de 08/05/2006, apresentada em anexo.

alimentos no ambiente escolar, sendo a merenda fornecida pela escola entendida como suficiente. A venda destas guloseimas, porém, continua do lado de fora, nas imediações do portão de entrada da escola.

### 3.1.2 A escola privada

Localizada em um bairro de classe média e alta, funciona atendendo à Educação Infantil, Ensino Fundamental e Médio, nos turnos da manhã e tarde. É uma tradicional escola da cidade de Fortaleza, de orientação construtivista e seguindo a “Pedagogia de projetos”. Acolhe um total de 2.300 alunos, sendo que nas séries iniciais do Ensino Fundamental 456 alunos se distribuem em 12 turmas, que recebem em média 30 alunos por sala de aula. É uma escola bem estruturada e organizada, com intensa vida acadêmica e recursos pedagógicos, esportivos e artísticos bem diversificados.

Nesta escola, entrevistamos 11 professores do Ensino Fundamental do turno da manhã. O acesso a esses educadores foi organizado pela coordenadora pedagógica, que elaborou um cronograma de entrevistas, organizado de acordo com o tempo livre de que poderiam dispor para as entrevistas, que aconteceram na sala dos professores, de forma bem tranqüila. O quadro abaixo apresenta a distribuição dos entrevistados:

**Quadro IV** - Demonstrativo dos professores da escola privada entrevistados

<b>Escola/Educadores</b>	<b>Séries</b>
EPv/E1	1 <sup>a</sup> . M2
EPv/E2	1 <sup>a</sup> . M1
EPv/E3	1 <sup>a</sup> . M3
EPv/E4	2 <sup>a</sup> . M1
EPv/E5	2 <sup>a</sup> . M3
EPv/E6	2 <sup>a</sup> . M2
EPv/E7	3 <sup>a</sup> . M1, M2, M3
EPv/E8	3 <sup>a</sup> . M1, M2, M3
EPv/E9	4 <sup>a</sup> . M1, M2, M3
EPv/E10	4 <sup>a</sup> . M1, M2, M3
EPv/E11	4 <sup>a</sup> . M1, M2, M3

EPv/Ei = Educadores da escola privada

M = Manhã

Os alunos da escola privada foram entrevistados individualmente, em uma sala

reservada pela coordenação, com birô, cadeiras, bem iluminada e com ar-condicionado. Foi traçado pela coordenadora pedagógica um cronograma para as entrevistas que possibilitou a presença dos alunos nos horários preestabelecidos para as aulas de Filosofia. Desta forma, acreditamos que a saída da sala de aula não iria comprometer as tarefas acadêmicas da criança na escola. Observamos que, apesar da orientação aos professores de que indicassem dois alunos de cada classe, conforme comentado anteriormente, apenas 14, dos 22 alunos indicados, foram autorizados pelos pais para serem entrevistados, conforme se vê no quadro abaixo:

**Quadro V** - Alunos da escola privada entrevistados

<b>Escola/Alunos</b>	<b>Séries</b>	<b>Idade</b>
Epv/A1	1 <sup>a</sup> . M1	7 anos
Epv/A2	1 <sup>a</sup> . M2	6 anos
Epv/A3	1 <sup>a</sup> . M3	7 anos
Epv/A4	1 <sup>a</sup> . M1	6 anos
Epv/A5	2 <sup>a</sup> . M3	8 anos
Epv/A6	2 <sup>a</sup> . M3	8 anos
Epv/A7	2 <sup>a</sup> . M1	8 anos
Epv/A8	3 <sup>a</sup> . M2	9 anos
Epv/A9	3 <sup>a</sup> . M3	9 anos
Epv/A10	3 <sup>a</sup> . M2	9 anos
Epv/A11	4 <sup>a</sup> . M3	10 anos
Epv/A12	4 <sup>a</sup> . M1	10 anos
Epv/A13	4 <sup>a</sup> . M2	10 anos
Epv/A14	4 <sup>a</sup> . M3	9 anos

EPv/Ai = Alunos da Escola Privada

Os pais destes alunos da escola privada foram entrevistados na mesma sala onde ocorreram as entrevistas com os seus filhos, em horários combinados individualmente, por telefone. Dos 14 entrevistados, duas mães, por motivo de incompatibilidade de horários conosco, solicitaram que a entrevista fosse realizada no local de trabalho e na residência, pois manifestaram o interesse em participar da pesquisa. O quadro seguinte apresenta os dados referentes aos pais dos alunos entrevistados da escola privada:

**Quadro VI - Demonstrativo dos pais de alunos da escola privada**

<b>Pais</b>	<b>Grau de instrução</b>	<b>Ocupação</b>
EPv/P1	Superior incompleto	Estudante
EPv/P2	2º grau	Vendedora
EPv/P3	2º. grau	Secretária
EPv/P4	2º. grau	Empresária
EPv/P5	2º. grau	Desempregada
EPv/P6	Superior	Administradora
EPv/P7	Superior	Fisioterapeuta
EPv/P8	2º. grau	Vendedora
EPv/P9	Superior	Pedagoga
EPv/P10	2º. grau	Desempregada
EPv/P11	Superior	Médica
EPv/P12	Superior	Administradora
EPv/P13	Superior	Marketing/empresa
EPv/P14	2º. grau	Desempregada

EPv/Pi = Pais da escola privada

### **- Delimitação do ambiente da escola privada**

As observações das vivências alimentares dos alunos da escola privada aconteceram na hora do recreio, que estabelecia 20 minutos para que merendassem e brincassem livremente, conforme será descrito a seguir:

### **- Cantina**

Localizada no pátio interno da escola, com área ao ar livre e coberta, a cantina é grande, oferecendo grande variedade de alimentos tais como: salgadinhos em pacotes (“cheetos”, “fest”, “ruffles”, “fandangos” etc.)<sup>36</sup>, coxinhas, pastéis, sanduíches (hambúrguer, cheeseburger, bauru etc), refrigerantes, sucos em caixinhas e em garrafas, balas, bombons e barras de chocolate, além de doces diversos. Oferece ainda opções de sanduíches e sucos de frutas naturais, salada de frutas, biscoitos de aveia, numa tentativa de diversificar a qualidade dos alimentos. Em frente à cantina existem algumas mesas com cadeiras destinadas ao assento das pessoas que a utilizam.

<sup>36</sup> Produzidos pela Elma chips: [www.elmachips.com.br](http://www.elmachips.com.br)

### **- Pátio**

Ao lado da cantina, observamos a existência de um quiosque de venda de sorvetes, no estilo *self-service*, oferecendo diversos sabores, com os mais variados tipos de coberturas: caramelo, chocolate, *marshmallow*, confeitos de chocolate, *waffers* etc.

Em outro pátio da escola, mais distanciado da cantina, observamos ainda crianças que trazem suas merendas de casa, com suas merendeiras, sentadas em pequenos grupos ou isoladas.

Paralelamente à merenda, as crianças brincam livremente, na quadra de esportes ou correndo nos pátios, sendo que algumas deles comem e correm ao mesmo tempo, numa tentativa de ganhar tempo e não perder a oportunidade de brincar.

### 3.1.3 A creche-escola

Localizada em região nobre da cidade de Fortaleza, trata-se de uma instituição privada que atende 238 crianças, sendo 102 da Educação Infantil e 136 do Ensino Fundamental I, funcionando das 7 às 19 horas. Os alunos do Fundamental estão distribuídos em 5 turmas, sendo a 1ª. série oferecida em dois períodos, uma pela manhã e outra à tarde. No nosso universo de pesquisa, optamos por trabalhar apenas com o turno matutino, sendo uma escolha comum às três escolas. Possui ampla estrutura, com salas de aula, quadra de esportes, laboratório de informática, parquinho com brinquedos diversos, Secretaria e Diretoria, biblioteca, salas de reuniões, cozinha e refeitório. Toda a alimentação oferecida é preparada na própria escola, sendo que os alunos que não são de período integral têm a opção de trazer o lanche de casa, porém, sob a orientação da escola quanto ao tipo de alimento mais indicado. Existem algumas regras, elaboradas e discutidas entre os professores e alunos, acerca da proibição de alguns alimentos do tipo: frituras, salgadinhos de pacote, refrigerante, balas, bombons e coisas do gênero.

As professoras foram entrevistadas em uma sala de reuniões, em horários combinados conosco, nos momentos em que os alunos estariam em atividades complementares, tais como aula de Educação Física, laboratório de informática etc. O

quadro abaixo apresenta a listagem das professoras da creche-escola entrevistadas.

**Quadro VII** - Demonstrativo das professoras da creche-escola entrevistadas

<b>Escola/Educadores</b>	<b>Séries</b>
CE/E1	1ª. série manhã
CE/E2	1a. série tarde
CE/E3	2a. série
CE/E4	3a. série
CE/E5	4a. série

CE/Ei = Educadores da creche-escola

Os alunos da creche-escola entrevistados foram escolhidos pelas professoras, seguindo as orientações previamente estabelecidas, sendo que, a partir de suas próprias sugestões, que foram acatadas, decidiram indicar um aluno que trouxesse a merenda de casa e outro que sempre merendasse o que era oferecido pela escola. As entrevistas foram realizadas em uma sala de reuniões, com uma mesa redonda, cadeiras, ar-condicionado e bem iluminada, em horários preestabelecidos pelas professoras e combinados conosco. O quadro demonstrativo abaixo apresenta os alunos da creche-escola entrevistados.

**Quadro VIII** - Demonstrativo dos alunos da creche-escola entrevistados

<b>Escola/Alunos</b>	<b>Séries</b>	<b>Idade</b>
CE/A1	1ª. série	6 anos
CE/A2	1ª. série	7 anos
CE/A3	1ª. série	8 anos
CE/A4	1ª. série	7 anos
CE/A5	2ª. série	8 anos
CE/A6	2ª. série	8 anos
CE/A7	3ª. série	8 anos
CE/A8	3ª. série	9 anos
CE/A9	4ª. série	9 anos
CE/A10	4ª. série	9 anos

CE/Ai = Alunos da creche-escola

Os pais dos alunos foram ouvidos na mesma sala de seus filhos, em horários combinados por contato telefônico, tendo todos comparecido prontamente. O quadro abaixo apresenta os dados referentes aos responsáveis pelos alunos da creche-escola entrevistados.

**Quadro IX** - Demonstrativo dos pais dos alunos da creche-escola entrevistados

<b>Pais</b>	<b>Grau de instrução</b>	<b>Ocupação</b>
CE/P1	2º. Grau	Empresária
CE/P2	Superior	Administradora
CE/P3	Superior	T. Ocupacional
CE/P4	Superior	Assistente social
CE/P5	Superior	Administradora
CE/P6	Superior	Médica
CE/P7	Superior	Fisioterapeuta
CE/P8	Superior incompleto	Estudante/Direito
CE/P9	Superior	T. Ocupacional
CE/P10	2º. Grau	Empresário

CE/Pi = Pais da creche-escola

#### **- Delimitação do ambiente da creche-escola**

As vivências alimentares dos alunos da creche-escola são bem diferenciadas dos alunos das escolas apresentadas anteriormente. Por tratar-se de uma creche de médio porte, com reduzido número de alunos por sala de aula, a relação com o alimento pode ocorrer de maneira bem mais controlada pelos educadores, que acompanham de perto os momentos das merendas e das refeições, conforme será descrito a seguir.

#### **- Cozinha**

Orientada e supervisionada por nutricionista, responsável pela elaboração das merendas e refeições servidas na escola, a cozinha é um dos espaços de grande importância neste contexto escolar. Sob os cuidados de uma cozinheira e de auxiliares de cozinha, é bem estruturada, com *freezer*, geladeira, fogão, pias, armários para os utensílios de uso cotidianos e despensa. Observa-se grande variedade de alimentos, estando as frutas bem à mostra, juntamente com as verduras e legumes. O cardápio<sup>37</sup> é bem variado, sendo elaborado em quatro opções diferentes, que vão alternando a cada semana e a cada semestre. Conforme informação da nutricionista, a alimentação é balanceada e procura utilizar prioritariamente alimentos frescos e naturais.

<sup>37</sup> Exemplar de cardápio apresentado em anexo.

### **- Refeitório**

Ao lado da cantina, separado apenas por um balcão, o refeitório é aberto, naturalmente ventilado, com mesas e bancos de madeira onde os alunos se revezam por turma, tendo cada qual o seu horário estabelecido pelas professoras.

Todas as merendas e refeições são realizadas nesse espaço, sendo em seguida os alunos liberados para brincar como quiserem. Até os alunos que optaram por trazer merenda de casa devem comer junto aos colegas, não sendo permitido isolar-se para merendar.

## **3.2 Procedimentos**

Os procedimentos escolhidos para alcançar as representações de alimentação dos alunos, seus pais e educadores das escolas investigadas neste estudo resultaram da própria natureza da investigação, ou seja, as representações sociais de alimentação. Tínhamos, na qualidade de pesquisadora, consciência da grande dimensão que este tema poderia alcançar, possibilitando um percurso que apresenta a coexistência de perspectivas diferentes, favorecendo a utilização de vários instrumentos para atingirmos os propósitos pretendidos.

Optamos aqui, porém, pela observação-participante, pela entrevista semi-estruturada e aplicação da técnica do desenho, recursos utilizados com a intenção de atingir as representações destes sujeitos, tomando como ponto de partida o ambiente escolar.

### **3.2.1 Observação-participante**

A observação-participante caracterizou-se como sendo a primeira etapa do nosso trabalho de campo. Conforme Haguette (2005, p.69), uma das possibilidades deste procedimento é favorecer “um processo de interação entre a teoria e métodos dirigidos pelo pesquisador na sua busca de conhecimento não só da ‘perspectiva humana’ como da própria sociedade”.

Por sua vez, ao apresentar e discutir os diferentes momentos da pesquisa qualitativa, Rey (2005a, p.81) ressalta que a imersão do pesquisador no campo de pesquisa favorece a elaboração dos diferentes elementos que irão se configurar no modelo do problema estudado, sendo o campo entendido como “o cenário social em que tem lugar o fenômeno estudado em todo o conjunto de elementos que o constitui, e que, por sua vez, está constituído por ele”.

Neste processo, ocorreu o contato direto entre os envolvidos na investigação, pesquisadora e pesquisados, entendendo-se estes últimos como sendo os alunos, os professores, e o ambiente escolar, que compreende desde a estrutura física até as relações que acontecem em torno das vivências alimentares na escola.

Assim sendo, as observações realizadas nas três escolas transcorreram durante todo o ano de 2005, conforme relataremos a seguir.

### **Na escola pública**

O primeiro contato com a escola pública deste estudo caracterizou o início das observações, registradas em um diário de pesquisa que mantivemos durante todo o trabalho. As primeiras impressões surgiram ainda no percurso até a escola, pois localiza-se em uma região praiana de Fortaleza, cujo clima de descontração devido às barracas de praia, além do cheiro e sons do mar, contrastaram com os muros altos da escola, pintados de amarelo e identificada por letras bem graúdas em toda sua extensão. Entrar na escola pareceu um divisor de águas entre o mundo do lazer e o mundo do “dever”.

Outro impacto importante a ser registrado ocorreu ainda no portão de entrada, quando o porteiro da escola, ao nos atender, cuidou de nos alertar acerca do perigo de deixar o carro do lado de fora da escola, pois naquela região ocorriam muitos furtos de veículos, sugerindo que adentrássemos o estacionamento, que na realidade correspondia a um espaço entre o muro e as paredes das salas de aula, cabendo um carro de cada vez, ficando muitas vezes o porteiro fazendo o papel de manobrista quando alguém precisasse sair e estivesse impedido por outro carro.

A escola era bem ampla, tendo logo na entrada um grande pátio rodeado por algumas das salas de aula. Neste pátio, podiam-se observar o banheiro e o bebedouro que atendiam às crianças maiores. Mais adiante, no caminho para a Diretoria e para a sala dos professores, localizavam-se a cozinha e o refeitório, onde permanecemos a maior parte do tempo das observações. E, mais adiante, a biblioteca, a sala de informática, outras salas de aulas e uma grande quadra coberta.

O movimento na cozinha começava logo cedo. Cumprir o cardápio do dia muitas vezes causava certa tensão, pois constatavam que iria faltar um ingrediente ou outro, ou percebiam-se repetindo o mesmo alimento durante toda a semana. O armazenamento dos alimentos apresentava algumas dificuldades em razão do pequeno tamanho da despensa, fazendo parecer um verdadeiro quebra-cabeças retirar ou colocar alguma coisa lá dentro. Quando percebiam que a merenda não ia ser suficiente, traçavam estratégias para a melhor divisão da porção, numa tentativa de poder atender a todos, nem que fosse em quantidades menores.

Intencionando conhecer como aconteciam as vivências alimentares nesta escola, observamos a hora de servir a merenda, que inicia com a organização das filas, a começar pelos menores. A seguir, o burburinho do percurso da sala de aula até o refeitório, trajeto feito disciplinadamente ou não, tudo conforme a maestria da professora no comando da turma. À porta do refeitório, as crianças tendem a se amontoar, sob os protestos de ordem da professora, esgueirando-se para ver qual era o cardápio do dia. É o clímax. Aqui se pode ouvir comentários que possibilitam identificar a receptividade ou não do prato do dia: “Oba, é sopa de feijão!”; “Eca, sopa de feijão?”. À proporção que recebem a merenda, servidas nos convencionais pratos, copos e colheres de plástico, as crianças vão sentando nos longos bancos rentes às compridas mesas de alvenaria. Alguns apenas comem, outros comem e conversam, outros comem e brincam, tudo acontecendo ao mesmo tempo. Pudemos perceber que alguns alunos se colocavam receptivos a receber em seus copos e pratos restos dos alimentos daqueles mais inapetentes. Estes ficavam circulando pelo refeitório, copo na mão e os olhos nos copos dos outros, momentos interrompidos pelo apelo das

professoras para que desocupassem o espaço a fim de que outros pudessem entrar e merendar.

A cada dia podíamos observar reações diferentes, a depender do que seria servido como também das possibilidades de variação de alimento de que algumas crianças podiam usufruir. Enquanto algumas delas aguardavam ansiosamente a hora da merenda, quase não se segurando na fila de espera, outras sequer entravam na fila, já desviando o caminho para a vendinha alternativa, onde também se organizavam em fila, com os trocados em mãos, a fim de comprar alguma coisa para comer<sup>38</sup>.

Caminhando pela escola no horário da merenda, contemplava-se ainda crianças comendo dentro das salas de aulas. Eram aquelas que traziam a merenda de casa, que muitas vezes ficavam rodeadas por outros colegas a pedirem um biscoito, um golinho do refrigerante, ou o que tivessem trazido, o que as obrigava a comer andando, e às vezes, correndo, a fim de driblar o assédio dos colegas pedintes.

À proporção que as turmas iam sendo liberadas do refeitório, os pátios e a quadra da escola eram tomados pelos alunos, que corriam desordenadamente, abalroavam constantemente, e, de vez em quando, era preciso a intervenção de um adulto<sup>39</sup> para apartar alguma briga, que, via de regra, era um acontecimento quase diário, que culminava com uma visita à sala da diretora.

Após a merenda e o recreio, todos em suas respectivas salas, as merendeiras e as auxiliares de limpeza se empenhavam em lavar e guardar a louça e as panelas, limpar a cozinha, o refeitório e os pátios da escola.

### **Na escola privada**

As observações realizadas na escola privada ocorreram prioritariamente na hora da merenda. Diferentes relações com o alimento foram observadas neste contexto, pois as possibilidades de acesso a alimentos diversificados era comum entre os alunos desta escola.

A hora da merenda dos alunos do Fundamental I ocorria em horário separado do

---

<sup>38</sup> Estas considerações serão mais amplamente apresentadas e discutidas no capítulo referente aos hábitos alimentares das crianças, no subitem da merenda na escola.

<sup>39</sup> Os professores se revezavam durante a semana para ficarem acompanhando os alunos no recreio, no entanto, o grande número de alunos inviabilizava as tentativas de ordem muitas vezes empreendidas pelos professores.

Fundamental II e Ensino Médio. Esta medida intenciona proporcionar mais segurança aos menores, além de reduzir o congestionamento na cantina na hora de fazer os pedidos. Pudemos observar uma divisão entre os que traziam a merenda de casa e os que a compravam na cantina. Os primeiros sentavam no pátio aberto da escola com suas merendeiras, enquanto os outros corriam para a fila para comprar a merenda. Eram dois momentos de grande interação, pois conversavam bastante comentando sobre o que estavam comendo ou iriam comer.

Constatamos vários grupinhos de crianças que tinham nesse momento o costume de trocar ou compartilhar as merendas que traziam de casa, ocasiões das quais inclusive tivemos a oportunidade de participar, trazendo também a merenda para interagir com eles. Eram dias de muita expectativa, pois cada um de nós (incluindo-nos aqui), demonstrávamos uma preocupação com o que iríamos trazer no dia seguinte. Algumas crianças perguntavam o que estávamos fazendo ali, se éramos professora nova e de quê. Ao informá-los de que estávamos fazendo uma pesquisa sobre a alimentação na escola, foi possível perceber a preocupação que tinham em mostrar suas merendas, numa espécie de competição velada para saber quem traria a comida mais gostosa, ou ainda, para alguns deles, a mais saudável. Nesta ocasião, ficávamos comentando sobre o que era mais saudável, menos saudável e os porquês desta classificação.

Na cantina, o movimento era intenso na hora da merenda. A fila da caixa às vezes estendia-se demais, ensejando a necessidade de abrir outra caixa para atender à demanda dos alunos. No balcão de atendimento, as mãos estendidas, os gritos e o empurra-empurra. Os funcionários da cantina corriam de um lado para o outro, esforçando-se para atender a todos o mais rapidamente possível.

À proporção que recebiam o alimento comprado, iam se espalhando pelos pátios e pela quadra. Observamos ainda crianças que comiam e corriam ao mesmo tempo, numa tentativa de não perder o tempo de brincar, pois tinham 20 minutos para dividir entre a merenda e a brincadeira livre.

Os professores se revezavam durante a semana no acompanhamento dos alunos nos horários de recreio. Eventualmente, percebíamos alguém que havia se acidentado, em virtude de quedas e abalroamento resultantes das brincadeiras mais eufóricas e

expansivas, sendo devidamente encaminhados para o serviço de enfermagem da escola.

### **Na creche-escola**

As observações na creche-escola aconteceram na cozinha e no refeitório, locais exclusivos para as vivências alimentares neste contexto escolar.

A nutricionista da creche-escola foi quem nos apresentou a cozinha, onde se podia constatar a preocupação que tinham com organização do material e a limpeza do ambiente. A cozinheira, devidamente fardada, seguia as orientações da nutricionista e, em seguida, passava a comandar o preparo dos alimentos, estabelecidos conforme o cardápio da semana.

Na creche-escola, observamos mais regularmente o horário da merenda, pois era o critério comum às três escolas deste estudo. Pelo fato de oferecer também o almoço e o jantar, entretanto, observamos ainda alguns momentos do almoço das crianças a fim de conhecer sua dinâmica de funcionamento.

Diferentemente das realidades anteriormente citadas, a hora da merenda na creche-escola ocorria de forma bem tranqüila. Além do menor número de turmas e de alunos, observamos que cada grupo tinha o seu momento, o que tornava viável as professoras realmente acompanharem as atitudes de cada um de seus alunos na relação com o alimento.

Enquanto alguns comiam o que era oferecido pela escola, outros traziam a merenda de casa, sendo que os pais eram orientados a seguir um padrão de escolha dos alimentos de acordo com a proposta vivenciada na escola<sup>40</sup>.

As professoras participavam ativamente, servindo os alimentos, acompanhando a administração das merendeiras dos que traziam de casa, orientando quanto aos modos à mesa e aos cuidados de higiene, além de também comerem juntamente com

---

<sup>40</sup> Mais detalhes sobre a merenda na creche-escola serão contemplados nos capítulos sobre os hábitos alimentares dos alunos.

eles.

O cheiro dos alimentos que estavam sendo preparados para o almoço muitas vezes tomava o ambiente, o que provocava ainda mais a fome, à proporção que se aproximava a hora de comer. Alguns alunos, inclusive, sempre que passavam próximo à cozinha, comentavam sobre o cheiro gostoso que sentiam, muitas vezes desviando o caminho para saber qual era o cardápio do dia.

O almoço na creche-escola era servido no estilo *self-service*, tendo os alunos a liberdade de escolher o que e o quanto comer. Neste momento de preparar os pratos, todavia, as professoras se posicionavam de forma a orientá-los, dando apoio e sugestões, incentivando a que tudo o que estivesse disposto nas bandejas fosse colocado em seus pratos. Observamos que em algumas situações as sugestões eram acatadas, mas em outras, apesar de todo o poder de convencimento dos professores acerca da importância de comer um alimento ou outro, algumas crianças se recusavam, alegando que não gostavam do que estava sendo oferecido.

Eventualmente, ocorria a substituição do que era oferecido no dia, caso a criança não aceitasse nenhum alimento, por algo que lhe fosse mais aceitável, no entanto, conforme uma professora, estas situações não eram muito apreciadas, sendo a criança e sua família consultadas pela nutricionista a fim de que se buscasse oferecer alimentos que pudessem agradar a todos.

### **3.2.2 Entrevistas**

Após esta imersão no campo de pesquisa, a partir das observações realizadas em cada uma das escolas deste estudo, prosseguimos com as entrevistas semi-estruturadas com alunos, seus pais, professores e coordenadoras pedagógicas. A elaboração de um roteiro contemplando algumas questões já formuladas a partir dos nossos objetivos serviu para nortear o andamento das entrevistas. Por acreditarmos que o tema que estávamos propondo suscitaria, no entanto, elaborações ricas em subjetividade, conforme entende Rey (2005b), o momento da entrevista, do contato direto com as pessoas que se dispuseram a participar de nosso estudo, foi o regente maior do percurso seguido em cada um dos contatos estabelecidos.

As perguntas “norteadoras” foram elaboradas obedecendo os seguintes critérios: representações do ato de comer bem, de alimentação saudável, hábitos alimentares e educação alimentar, que serão comentadas nos preâmbulos do quarto capítulo, da análise e discussão das falas dos entrevistados.

Todas as entrevistas com os alunos, educadores e pais da escola pública e da creche-escola foram realizadas nas próprias escolas, em horários preestabelecidos combinados com as professoras e coordenadoras pedagógicas, com exceção de duas mães da escola privada que, por motivo de incompatibilidade de horários, pediram-nos que nos deslocássemos até o local de trabalho e residência, pois gostariam muito de participar da pesquisa.

### 3.2.3 Desenhos

Em decorrência da sua natureza projetiva, e como importante recurso lúdico no trabalho com crianças, optamos por utilizar o registro pictórico das representações de alimentação apenas com as crianças da nossa pesquisa. O manuseio de lápis de cor, canetinhas coloridas e giz de cera compõe o universo infantil muito precocemente, fazendo transparecer o prazer e a descontração da criança enquanto cria, sendo um recurso muito pertinente tanto para buscar uma aproximação ao mundo da criança, quanto para, a partir daí, provocar as elaborações das representações.

Ângela Arruda (2005, p.73), em um trabalho sobre a produção de pesquisas em representações sociais no ano de 2003, apresenta um quadro das preferências metodológicas, mais especificamente, dos procedimentos de coleta segundo áreas temáticas distintas, tendo identificado o fato de que, nos 169 trabalhos apresentados na III Jornada Internacional sobre Representações Sociais, a entrevista, a observação e o desenho estiveram cotados em 26,7%, 11,7% e 5% respectivamente, nas produções científicas na área da Educação.

Conforme Henry e Moscovici (1968 *apud* BARDIN, 2004), “tudo o que é dito ou escrito é susceptível a uma análise de conteúdo”. Desenhar, ou seja, representar algo ou alguma coisa por meio de linhas, implica delinear, ressaltar, traçar, conforme Bueno (2001). Segundo Moreira (1991, p.16), ao desenhar, a criança está afirmando a

sua capacidade de designar, criando em torno de si um espaço de criação, que é lúdico, sendo que a criança desenha para brincar. A escolha da utilização do desenho neste trabalho foi pautada neste propósito, ou seja, estabelecer uma relação mais equilibrada junto à criança, numa tentativa de aproximar os nossos interesses, a saber: o nosso - pesquisar, os delas – brincar, o que tornaria o processo da entrevista mais natural e prazeroso.

Buscando aproximar o nosso universo (pesquisadora, adulta, estranha à comunidade) ao universo das crianças, solicitamo-lhes que desenhassem os alimentos de que mais gostavam, os de que menos gostavam, alimentos que entendiam como sendo saudáveis e alimentos que fossem considerados, conforme se costuma dizer, como não saudáveis. Os desenhos eram realizados na seqüência descrita há pouco e, em seguida, pedíamos ainda que comentassem quais dos alimentos apontados como preferidos e não preferidos eram saudáveis e não saudáveis, e por quê eles consideravam tais alimentos dessa forma.

### **3.3 A análise de conteúdo**

A análise deste material aconteceu durante toda a investigação e elaboração dos resultados. À medida que eram feitos os registros de campo, as principais categorias foram surgindo, apontando rumos que possibilitaram as elaborações aqui apresentadas.

O material emergente, por intermédio das 109 entrevistas realizadas, constituiu um universo acerca das representações de alimentação que suscitou a abordagem objetiva das falas, fazendo emergir nossas categorias de análise.

Optamos por utilizar a análise de conteúdo em razão do seu papel de buscar compreender, criticamente, o sentido das comunicações, seu conteúdo manifesto ou latente, as significações explícitas ou ocultas.

Assim, conforme Coutinho (2001, p.101), enquanto analisa as condições de produção do discurso, esta técnica favorece inferências sobre as mensagens alcançadas, articulando o discurso com seu contexto de produção. Estas inferências, como esforço de interpretação, oscilam entre os pólos do rigor da objetividade e da fecundidade da subjetividade (BARDIN, 2004, p.07).

Caracterizada por Martins & Bicudo (1994, p.57) como um procedimento interpretativo, a análise categorial<sup>41</sup> possibilita o agrupamento do conteúdo pelo pesquisador, provocando a sua capacidade de fazer seleções durante o desenvolvimento do processo de investigação.

Triviños (1987, p.173) aponta que os esquemas de interpretação e de perspectivas que orientam a análise interpretativa apóiam-se nos resultados alcançados no estudo (respostas às entrevistas, observações livres), na fundamentação teórica e na experiência pessoal do investigador.

Vala (1986 *apud* COUTINHO, 2001, p.101) aponta a análise de conteúdo como uma das técnicas mais comuns em pesquisas empíricas realizadas em ciências humanas e sociais.

Conforme Bardin (2004, p.37), a análise de conteúdo designa

Um conjunto de técnicas de análise das comunicações visando obter, por procedimentos sistemáticos e objectivos (*sic*) de descrição do conteúdo das mensagens, indicadores (quantitativos ou não) que permitam a inferência de conhecimentos relativos às condições de produção/recepção (variáveis inferidas) destas mensagens.

Franco (2003, p.13) assinala que “o ponto de partida da análise de conteúdo é a mensagem, seja ela verbal (oral ou escrita), gestual, silenciosa, figurativa, documental ou diretamente provocada”, sendo que, necessariamente, ela expressa um significado e um sentido.

A busca por este significado e sentido, oriunda das mensagens alcançadas, foi o que determinou a nossa opção pela análise de conteúdo, o que nos favoreceu a produção de inferências que delinearam a elaboração deste trabalho.

A análise realizada neste estudo seguiu as três fases propostas por Bardin (2004, p.89): a pré-análise, a exploração do material e o tratamento dos resultados (a inferência e a interpretação). À proporção que as entrevistas iam sendo realizadas e transcritas, algumas categorias iam saltando das falas, sendo que muitas delas confirmaram nossas expectativas, e outras não. As unidades de registro mais utilizadas foram a palavra e o tema, conforme é possível observar no decorrer da análise.

Descobrir as representações de alimentação apresentadas neste ensaio, sem

---

<sup>41</sup> Bardin (2004, p.41) apresenta a análise categorial como uma das técnicas da análise de conteúdo.

dúvida, acrescentou aos nossos conhecimentos novas e surpreendentes aquisições. As palavras de Bardin (2004, p.07) sobre a investigação e a análise realizadas pelo pesquisador resumem sensivelmente alguns sentimentos que nos invadiram neste trabalho:

Absolve e cauciona o investigador por esta atracção (*sic*) pelo escondido, o latente, o não-aparente, o potencial de inédito (do não dito), retido por qualquer mensagem. Tarefa paciente de “desocultação”, responde a esta atitude de *voyeur* de que o analista não ousa confessar-se e justifica a sua preocupação, honesta, de rigor científico. Analisar mensagens por esta dupla leitura, onde uma segunda leitura se substitui à leitura “normal” do leigo, é ser agente duplo, detective (*sic*), espião...

Tarefa difícil e complexa esta de investigar. Muitas variáveis devem ser levadas em consideração, principalmente quando, acima de todo e qualquer procedimento, está o respeito às pessoas envolvidas neste processo – pesquisadora e pesquisados - sem, no entanto, perder de vista os propósitos da formulação de conhecimento que suscitam discussões e, desta forma, tragam novas contribuições.

## **4 AS REPRESENTAÇÕES DE ALIMENTAÇÃO NO ENSINO FUNDAMENTAL: análise e discussão a partir das falas dos alunos, seus pais e professores**

Reconhecer o conhecido  
Deixa estarecido  
O meu coração.  
(Carlos Drummond de Andrade).

Conhecer as representações de alimentação elaboradas por alunos das séries iniciais do Ensino Fundamental, seus pais e professores demandou a eleição de critérios que norteassem o acesso às elaborações destes diferentes agentes, representantes legítimos do ambiente familiar e do universo escolar, palcos das primeiras vivências alimentares e da apreensão de valores e práticas referentes à comensalidade.

Buscamos trabalhar com temas que contemplassem aspectos referentes à alimentação e que permitissem a todos os sujeitos deste estudo, independentemente da idade, grau de instrução ou nível socioeconômico, compreender o que se pedia em cada uma das questões das entrevistas.

Desta forma, quatro grandes eixos orientaram o diálogo com estes sujeitos, na tentativa de atingir o objetivo deste trabalho. Estes eixos representaram diferentes dimensões da temática da alimentação, desde a compreensão de cada um dos entrevistados acerca de suas relações com a comida, seus entendimentos acerca do que é uma alimentação saudável, como também os aspectos referentes à educação alimentar no ambiente familiar e na escola.

### **EIXO 1 – O ATO DE COMER BEM**

Os pontos básicos que nortearam este primeiro eixo, dirigidos às crianças, pais e professores, buscaram apreender a elaboração de cada um dos entrevistados no tocante às suas vivências com a alimentação. Optamos neste momento por utilizar uma expressão, transformada em pergunta, que é muito comum no linguajar cotidiano no mundo da gastronomia:

### **1ª. Você come bem?**

Trata-se de uma grande incógnita que buscamos conhecer neste estudo, levando cada um dos entrevistados a refletir acerca da própria forma de se alimentar. A segunda pergunta buscava complementar a primeira, na tentativa de conseguir o máximo possível de informações em torno de suas compreensões acerca do ato de comer bem:

### **2ª. O que é comer bem, para você?**

As representações elaboradas pelos sujeitos nesta ocasião poderiam trazer à tona aspectos referentes às preferências alimentares de cada um, ao conhecimento adquirido acerca da alimentação saudável, como também às variáveis socioeconômicas e culturais denunciadas na forma de comer vivenciadas por cada um dos sujeitos.

## **EIXO 2 – ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL**

No segundo grupo, procuramos conhecer o que os entrevistados entendiam por alimentação saudável. A partir de suas respostas, era possível observar o grau de informação de cada um dos sujeitos, como também os meios pelos quais atingiram tal conhecimento, se no cotidiano familiar, nas vivências com outros grupos sociais ou formalmente, na escola. A coleta de dados deste eixo percorreu caminhos diferentes. Apenas aos pais dos alunos e aos professores foi direcionada, no decorrer da entrevista, a seguinte indagação:

### **3ª. O que você entende por alimentação saudável?**

A apreensão deste conteúdo junto às crianças aconteceu a partir da utilização do desenho, quando foi pedido que desenhassem cinco alimentos que considerassem saudáveis e cinco que achassem não saudáveis. Na seqüência, foi-lhes pedido que justificassem suas escolhas. A opção por esta técnica de coleta de dados sucedeu em virtude do aspecto lúdico que o desenho apresenta, tornando o processo de

investigação junto às crianças mais próximo de suas vivências infantis, ao possibilitar que utilizassem lápis preto, lápis de cores, canetinhas de cores, giz de cera e papel sulfite para representarem alguns aspectos do mundo da alimentação.

Entendemos que, mediante o desenho e a descontração que este favorece, poderíamos alcançar mais genuinamente as representações de alimentação saudável e não saudável elaboradas pelas crianças, sendo que estes conceitos poderiam pressupor certo grau de conhecimento sobre o assunto, o que poderia provocar alguma inibição em apresentar as suas opiniões.

### **EIXO 3 – HÁBITOS ALIMENTARES**

Os hábitos alimentares de cada um dos sujeitos deste estudo são demarcadores, semelhantemente aos eixos anteriores, das escolhas alimentares, permeados de valores socioculturais e econômicos perpassados na forma de lidar com o alimento no cotidiano. A fim de obter as vivências alimentares das famílias deste estudo, representadas pelos alunos e seus pais, foram direcionadas a estes sujeitos as seguintes indagações:

**4ª. O que você normalmente come - no café-da-manhã, na merenda no colégio, no almoço, na merenda em casa e no jantar?**

**5ª. Muda alguma coisa na alimentação nos finais de semana?**

**6ª. Muda alguma coisa na alimentação nas férias?**

A rotina alimentar pôde ser contemplada neste inquérito, abrangendo os hábitos alimentares nos finais de semana e nas férias, na tentativa de investigar as vivências alimentares das famílias entrevistadas.

Neste grupo, empregamos ainda, junto às crianças, a técnica do desenho, quando lhes foi solicitado que desenhassem cinco alimentos de que mais gostassem e cinco alimentos que menos apreciassem. Com efeito, tanto suas preferências quanto suas possibilidades tornavam-se evidentes nesta ocasião.

Optamos por não inquirir os professores acerca de seus hábitos alimentares, pois o objetivo maior junto a estes sujeitos, inicialmente, era conhecer os aspectos relacionados à educação alimentar, no entanto, conforme será visto no decorrer deste capítulo, seus hábitos alimentares emergiram de suas falas acerca do ato de comer bem, da alimentação saudável e não saudável, trazendo um conteúdo bastante significativo.

#### **EIXO 4 – EDUCAÇÃO ALIMENTAR**

Neste eixo, procuramos investigar aspectos das experiências das crianças, seus pais e professores, relacionadas à educação alimentar, tanto em família quanto no ambiente escolar. Foram elaboradas perguntas para cada grupo de sujeitos, objetivando atingir diferentes perspectivas, conforme explicitado a seguir.

##### **a) Apenas para as crianças**

**7ª. O que você aprendeu sobre alimentação em sua casa? O que seus pais ensinaram?**

**8ª. O que você aprendeu sobre alimentação na escola? O que a professora ensinou?**

A partir destas perguntas, intencionávamos alcançar a abrangência do entorno familiar e da escola no processo de educação alimentar destes sujeitos. Os ensinamentos dos pais e dos professores são grandes demarcadores da formação dos hábitos alimentares desde a mais tenra idade, sendo um fator muito importante a ser investigado.

##### **b) Apenas para os professores**

A influência da escola na formação dos hábitos alimentares é um aspecto cada vez mais reconhecido pelas diferentes autoridades da saúde e da educação, o que se

converte em proposta de parceria de atuação na educação alimentar em busca de um estilo de vida saudável. Desta forma, buscamos conhecer como os professores das três escolas deste estudo abordam os aspectos relacionados à alimentação, e quais os recursos utilizam para este fim, a partir das seguintes perguntas:

**9ª. Como você aborda o tema alimentação com seus alunos?**

**10ª. Que recursos você utiliza? (caso a resposta seja afirmativa)**

**a) Para os pais e professores**

Considerados os principais responsáveis pela educação das crianças, os pais e professores foram questionados acerca da possibilidade de se estudar a alimentação saudável de forma sistemática e diferenciada no ambiente escolar.

**11ª. O que você acha da inclusão de uma disciplina de Educação Alimentar na escola?**

Estas foram as principais formulações que compuseram os quatro grandes eixos de investigação, sobre os quais será desenvolvida a análise acerca das representações e das vivências de alimentação elaboradas pelos sujeitos deste estudo. Em alguns momentos, outras perguntas foram introduzidas paulatinamente, a fim de melhor contextualizar cada sujeito, ou ainda esclarecer algum conteúdo abordado, sem, no entanto, alterar o sentido dos parâmetros estabelecidos.

Comer bem, uma expressão tão comum e até corriqueira do nosso vocabulário, apresenta uma variedade de significados que expressam valores de matizes diferentes, e, ao contrário do que parece, não é tão simples de se apreender, apesar de ser algo tão próximo, tão cotidiano. O ato de comer bem confere diferentes significados à alimentação, que variam conforme valores socioculturais, econômicos, afetivos e gustativos de quem come, ou ainda comer bem pode diferir de um cearense para um paulista, de um assalariado para um milionário, de uma anoréxica para uma comedora

compulsiva e de um *gourmet*<sup>42</sup> para um *gourmand*<sup>43</sup>.

Trata-se de uma questão rica em simbolismos, em que não existem respostas certas ou erradas acerca do que seja comer bem, mas respostas peculiares, bem específicas e, ao mesmo tempo, permeadas de valores pelos quais o processo de socialização é o grande responsável. Berger (1983, p.175) define socialização primária como a primeira que o indivíduo experimenta, própria da infância, conferindo-lhe o *status* de membro da sociedade. Para o mesmo autor, a socialização secundária é apresentada como qualquer processo subsequente que introduza o indivíduo já socializado em novos setores de sua sociedade. Demarca, ainda, que o homem é o produtor do mundo social e, ao mesmo tempo, dele é produto, estabelecendo-se com efeito uma relação dialética, ou seja, o homem (que vive em coletividade) e seu mundo social atuam reciprocamente um sobre o outro. O produto reage sobre o produtor (BERGER, 1983, p.87).

As especificidades que compõem a idéia do que é comer bem suscitaram a nossa curiosidade em conhecer as representações de alimentação elaboradas por crianças não apenas em fase inicial de socialização, mas também que já tivessem considerável referencial de experiência e compreensão do mundo apreendido, razão pela qual optamos por trabalhar com alunos das séries iniciais do Ensino Fundamental, a saber, na faixa etária entre 6 e 11 anos.

As representações sociais, conforme Moscovici (2003, p.20), emergem não somente como um modo de compreender um objeto particular, mas também como uma forma em que o sujeito (indivíduo ou grupo) adquire uma capacidade de definição, uma função de identidade, que é uma das maneiras como as representações expressam um valor simbólico. Moscovici (2003, p.21) a define como

Um sistema de valores, idéias e práticas, com uma dupla função: primeiro, estabelecer uma ordem que possibilitará às pessoas orientar-se em seu mundo material e social e controlá-lo; e, em segundo lugar, possibilitar que a comunicação seja possível entre os membros de uma comunidade, fornecendo-lhes um código para nomear e classificar, sem ambigüidade, os vários aspectos de seu mundo e da sua história individual e social.

---

<sup>42</sup> Apreciador da boa mesa. (MICHAELIS: minidicionário francês-português, português-francês).

<sup>43</sup> Guloso. (Idem)

Colher estas representações de alunos do Ensino Fundamental, como também as de seus pais ou daqueles que representassem o universo familiar da criança, e ainda as de seus professores, representantes eleitos daquela relação dialética, individual e coletiva, citada anteriormente, foi o caminho escolhido por nós para chegar às nuances que o ato de comer bem apresenta.

Desta forma, ao inquirir as crianças acerca do que é comer bem, foi possível entrar em contato com o que aprenderam de seus pais, de seus professores e, em alguns casos, em leituras acerca do tema, fossem livros didáticos ou não. As representações do ato de comer bem imbricaram-se, em algumas falas, às de alimentação saudável, e, em outros momentos, seguiram caminhos diferentes.

Perguntar aos adultos (pais e professores) o que entendiam por “comer bem” provocou um certo desequilíbrio que fez emergir a representação da alimentação não saudável, pois, à proporção que iam falando, automaticamente, iam também constatando as suas incoerências, ou ainda a distância entre o próprio discurso e suas vivências cotidianas.

Isto neles provocou uma necessidade constante de sair do não familiar e buscar a familiaridade, ou ainda achar um porto seguro em meio à tempestade de idéias que tomavam seus pensamentos em busca da elaboração de uma definição. Precisavam formular um conceito, fazer emergir um saber prático relacionado às suas experiências vividas. Jodelet (1993 *apud* MENIN e SHIMIZU, 2005, p. 95) assinala que:

Em termos simbólicos, representar é re-apresentar algo ou dar presença a algo que está ausente. Tornar presente, na mente e nos intercâmbios sociais, o que não é diretamente acessível. A representação é, assim, uma forma de ligação, de elo, entre o sujeito e o que ele representa; e, nesta ligação, não há diferença entre a realidade percebida e a construída na representação.

Há, então, um desequilíbrio a fim de alcançar a formulação de um conceito que alcança a homeostase no processo de representação, quando o sujeito se acha finalmente confortável ao compreender o seu mundo interno, a sua experiência, como também o mundo compartilhado socialmente. Desta forma, a representação, seja por imagens mentais ou conceitos, promove o equilíbrio entre aquilo que é percebido, entre o que já é conhecido e a atitude que se deve tomar ante o (des)conhecido, ou seja, o posicionamento diante dos outros.

Segundo Menin e Shimizu (2005, p.95), ao considerar o sujeito que fala, Jodelet aponta três dimensões diferentes do “reprodutor ou construtor” de representações: o sujeito epistêmico, o psicológico e o social. O primeiro destes elabora os conhecimentos que originam representações; o segundo evidencia seus desejos, esperanças, expectativas e projetos de vida no que representa e o último é o que tem pertinência num grupo, e que, ao representar, o faz de um lugar social.

As representações sociais nos ajudam, desta forma, a vislumbrar quais são, afinal de contas, as representações de alimentação elaboradas pelos alunos, pais e educadores da nossa pesquisa.

#### 4.1 Representações dos alunos sobre o ato de comer bem

O conteúdo referente às representações de alimentação surgiu, conforme comentamos no início deste capítulo, a partir dos eixos temáticos estabelecidos na elaboração da entrevista semi-estruturada. À primeira pergunta – Você come bem? – as respostas evidenciaram o quanto os alunos se acham “bons comedores” ou não.

A tabela abaixo resume as respostas dos alunos da escola pública (EPb), da escola privada (EPv) e da creche-escola (CE) entrevistados.

**Tabela I** – Autopercepção dos alunos sobre o ato de comer bem

Escolas	N	Sim	%	Não	%	“Mais ou menos”	%	Não sabe	%	Total	%
EPb	20	19	95,0	01	5	-	-	-	-	20	100
EPv	14	10	71,4	-	-	02	14,2	02	14,2	14	100
CE	08	06	75,0	-	-	02	25	-	-	08	100

Dados referentes à pergunta: você come bem?

Observa-se a partir destes dados que a maioria das crianças relata comer bem. O que, porém, é comer bem, segundo a compreensão destes sujeitos? Suas respostas estão diretamente atreladas às suas compreensões do que é comer, ao que suas memórias e experiências entendem e estabelecem acerca do que está no cotidiano no que se refere à alimentação. Ao perguntar-lhes se comem bem, é-lhes acrescentado um elemento novo: o bem - que pôde ser compreendido sob diferentes perspectivas, com

variados significados. A partir destas perguntas, foi possível vislumbrar o que, afinal, significa comer bem para os sujeitos deste estudo.

As respostas das crianças sobre o ato de comer bem favoreceram a constituição de três grandes categorias, a saber:

- 1 comer o alimento saudável;
- 2 comer o alimento que sacia a fome; e
- 3 comer o alimento saboroso.

Conforme Moscovici (2003, p.54), a finalidade de todas as representações é tornar familiar algo não familiar, ou a própria não-familiaridade. Segundo esse autor, os mecanismos de ancoragem e objetivação transformam o não familiar em familiar, sendo que o primeiro “tenta ancorar idéias estranhas, reduzi-las a categorias e a imagens comuns, colocá-las em um contexto familiar”. O segundo busca “transformar algo abstrato em algo quase concreto, transferir o que está na mente para algo que exista no mundo físico.” (MOSCOVICI, 2003, p.60-61).

A partir deste referencial, entendemos que as respostas das crianças ancoram o ato de comer bem nas categorias elencadas há pouco, ou seja, comer bem é comer o alimento saudável, o alimento que sacia a fome e, ainda, o alimento que tem sabor. O ato de comer é algo cotidiano (ou, pelo menos, em parte, para algumas delas), no entanto o ato de comer bem acrescenta um elemento a mais a ser pensado, que precisa ser reorganizado e incorporado às suas idéias.

#### 4.1.1 a) O alimento saudável

As representações do ato de comer bem elaboradas pelos alunos das três escolas disseram respeito, principalmente, à idéia do alimento saudável, conforme demonstra a tabela II.

**Tabela II** – Respostas dos alunos associando o comer bem à ingestão de alimentos saudáveis

<b>Escolas</b>	<b>N</b>	<b>Respostas</b>	<b>%</b>
EPb	20	04	20,0
EPv	14	10	71,4
CE	08	04	50,0

Nesta categoria, foram enquadradas as frutas, verduras e legumes, presentes nas respostas da maioria dos sujeitos, parecendo ser o principal referencial destas crianças para se comer bem, e também, de forma saudável, principalmente para as que são da escola privada e da creche-escola, e, em proporção menor, para as crianças da escola pública. Comer bem pôde ser entendido, conforme as próprias falas das crianças explicitam, como:

É a gente comer legumes, verduras, feijão é comer as coisas saudáveis.(EPv/A4)  
 É comer frutas, tomar suco, e... alimentos saudáveis (CE/A8)  
 Comer bem é comer frutas, comer alimentos saudáveis (EPb/A1)

A idéia de que se come bem quando se come frutas e verduras, está atrelada às propriedades destes alimentos, ou seja, contêm nutrientes, que os deixa fortes e faz crescer, conforme se pode constatar em suas falas:

É uma boa alimentação, que seja forte e nutritiva... (EPb/A16)  
 É muito legal, porque eu cresço e fico mais alta! (CE/A1)

A representação do alimento como fornecedor de força e estímulo ao crescimento é uma idéia já presente no mundo da criança desde a mais tenra idade. Algumas canções do cotidiano da Educação Infantil já trazem esta mensagem, quando se pode ouvir a cada hora da merenda o seguinte refrão:

Chegou a hora de merendar  
 Vamos comer bem devagar  
 Comer é bom, bom a valer  
 Faz ficar forte e também crescer.

Comer bem significando ter uma alimentação saudável é representação que, conforme pudemos constatar, já povoa o universo infantil. O que pode ser considerado, no entanto, conforme os parâmetros científicos, uma alimentação saudável?

Fisberg *et al* (2002, p.49), ao apresentarem aspectos da alimentação equilibrada na promoção da saúde, definem a alimentação como o processo pelo qual os seres vivos adquirem no mundo exterior os alimentos que compõem a dieta. Esta, por sua

vez, abrange o conjunto de alimentos que o indivíduo consome diariamente com as substâncias nutritivas denominadas nutrientes, substâncias inseridas nos alimentos e que possuem funções variadas no organismo. Os nutrientes podem ser encontrados em diferentes alimentos, por isso a recomendação de que se varie ao máximo a alimentação diária. São eles: proteínas, gorduras, carboidratos, vitaminas, minerais e fibras. Consideram esses autores que a alimentação variada refere-se à seleção de alimentos dos diferentes grupos, considerando a renda familiar e a disponibilidade regional.

Enfim, segundo Fisberg *et al* (2002, p.49), “mediante uma alimentação variada em quantidades adequadas, pode-se obter uma dieta equilibrada, ou seja, a que proporciona os nutrientes necessários para atender as necessidades do organismo”.

Com o intuito de promover a saúde e hábitos saudáveis, as principais orientações sobre alimentação foram reunidas em um referencial alimentar, em forma de pirâmide<sup>44</sup>, que estabelece níveis e porções de alimentos. Este guia intenciona apresentar um caráter educativo, pois, conforme Fisberg *et al* (2002), o ícone da pirâmide alimentar associado às mensagens expressas de forma simples e clara possibilita um bom entendimento pela população de variados segmentos culturais e socioeconômicos acerca das recomendações nutricionais.

Conforme Fisberg *et al* (2002, p.51), os alimentos distribuem-se na pirâmide em oito níveis, sugerindo a maior participação e importância dos alimentos nos grupos da base para o topo do cone:

[...] cereais, pães, tubérculos e raízes (fonte de carboidratos); verduras, legumes e frutas (fonte de vitaminas e minerais); carnes e ovos (fonte de proteínas, ferro, vitaminas); feijões (fonte de proteína vegetal); leites iogurtes e queijos (fonte de proteínas, cálcio e vitaminas); óleos e gorduras (fonte de gorduras) e açúcares e doces (fonte de carboidratos).

Pudemos constatar que, mesmo sendo ainda muito jovens, a compreensão de que comer bem significa ingerir o alimento saudável já se faz evidente nas falas das crianças, levando-nos a inferir que aprender sobre a alimentação é algo perpassado no cotidiano, no dia-a-dia dos nossos sujeitos, caracterizando um saber do senso-comum.

---

<sup>44</sup> Existem vários modelos de orientação dietética em forma de pirâmide. O mais conhecido é o da U.S. Department of Agriculture e U.S. Department of Health and Human Services. (MAHAN & ESCOTT-STUMP, 2005).

Jodelet (1994) refere-se à Teoria das Representações Sociais como um tipo diferente de saber científico. São elaborações do senso-comum, um saber ingênuo, espontâneo, mas, segundo ressalta, tão legítimo quanto o outro. Justifica a sua utilização pelo esclarecimento que as representações trazem acerca dos processos cognitivos e das interpretações sociais, fatores que regem a nossa relação com o mundo e com os outros, funcionando como orientador e organizador da nossa conduta e das nossas comunicações, sejam elas interpessoais ou grupais.

A temática da alimentação saudável se torna cada vez mais presente nos dias atuais em decorrência das conclusões a que têm chegado as autoridades da saúde sobre os malefícios causados pelos hábitos alimentares inadequados, conforme explicitado no capítulo introdutório deste estudo. A razão mesma desta pesquisa tem como um dos motivos condutores a possibilidade de prevenção destes transtornos, tomando a educação alimentar como um veículo potencialmente eficiente.

Revistas especializadas estão se tornando cada vez mais constantes em livrarias e, até mesmo, mais popularizada ainda, em bancas de revistas. Magazines de entretenimento voltadas ao público feminino estampam a cada exemplar dicas de alimentação saudável, reeducação alimentar, sem falar nas estratégias mágicas de emagrecimento com a perda da maior quantidade de quilogramas em um tempo mais reduzido. Apesar de trazerem informações que muitas vezes mais complicam do que resolvem os problemas de seus leitores<sup>45</sup>, o que pretendemos destacar aqui é a idéia de que falar, ouvir e ler sobre alimentação é algo que está em evidência nos nossos dias. A própria televisão, com todo o seu poder de alcance das camadas mais populares, está veiculando, em programas específicos ou nas novelas, que diariamente formam opinião, temas relacionados à alimentação saudável ou aos transtornos alimentares.

Um assunto que até pouco tempo era da competência dos nutricionistas, médicos e *chefs*, passou a fazer parte do cotidiano das mais diversas classes sociais, ultrapassando o saber apenas científico e dando forma ao saber do senso-comum, que tem a sua força e legitimidade, conforme nossa análise poderá demonstrar.

---

<sup>45</sup> Ângela Andrade discute este assunto em sua dissertação de mestrado: *Para além dos sintomas: a trilogia do desamparo no vivido de mulheres com transtornos do comportamento alimentar*.

Moscovici (2003, p.79), argumenta que as representações sociais se baseiam no dito: “Não existe fumaça sem fogo”, justificando que, ao ouvirmos ou virmos algo, instintivamente supomos que não é casual, mas que deve ter uma causa e um efeito.

Comer bem, para alguns alunos das três escolas deste estudo, significa comer alimentos saudáveis, o que foi por sua vez objetivado no consumo de frutas e verduras, conforme demonstra a tabela III.

**Tabela III** – Respostas dos alunos associando a alimentação saudável à ingestão de frutas e verduras

<b>Escolas</b>	<b>Nº Respostas</b>	<b>%</b>
EPb	20 07	35,0
EPv	14 11	78,6
CE	08 06	75,0

Não obstante apontarem os alimentos indicadores da alimentação saudável a partir de elaborações aleatórias, no entanto, os alunos esboçam algum conhecimento em elaboração, o que se pode perceber em suas tentativas de apresentar um conceito que, conforme inferimos, ainda não está bem esclarecido:

As verduras são saudáveis porque... elas fazem bem prá saúde. E as frutas, elas também são saudáveis, fazem bem prá saúde. Macarrão... é nutritivo (EPb/A16)  
São alimentos com vitamina A,B,C e D... e também verduras, tomate e feijão. (EPv/A4)

Conforme as falas das crianças evidenciam, compõem ainda esta categoria os legumes, com ênfase especial para o feijão, e suas propriedades nutritivas, que fazem crescer e ficar forte:

Fruta, verdura... e feijão, muito feijão. Porque faz bem prá saúde. (EPv/A8)  
... É comer verdura... tomar suco.... é muitas coisas que deixam a gente ficar mais forte, como o arroz e o feijão.(CE/A1)  
É comer legumes... vitaminas, minerais, e pronto! (CE/As 2,7 e 9)

Lucas (2005, p.267), ao discorrer acerca da importância da nutrição na infância, expressa que a alimentação nesta fase deve fornecer energia adequada para promover crescimento e desenvolvimento satisfatórios, dando-se ênfase à ingestão de frutas e

vegetais, produtos de grãos integrais, produtos de laticínio, leguminosas, carne magra, peixes e aves.

Ao solicitar às crianças que desenhassem os alimentos de que mais gostavam e os que menos apreciavam, foi possível reconhecer a variedade alimentar que compõe suas dietas<sup>46</sup>. E ainda, ao atribuir a estes alimentos uma escala de valor – os melhores e os piores – conforme seus paladares, a frequência com que cada um deles é citado delinea as preferências das crianças entrevistadas.

Como não é aqui o nosso objetivo analisar a dieta das crianças sob a perspectiva nutricional, focalizaremos a nossa atenção apenas nas frutas, verduras e legumes, citados por eles como referenciais de alimentação saudável, a fim de demonstrar mais claramente o quanto e como estes alimentos estão presentes em suas escolhas alimentares no dia-a-dia.

**Quadro VII** – Referências das crianças, conforme suas preferências, às frutas, verduras e legumes

Alimentos citados	<u>Escola Pública</u>		<u>Escola Privada</u>		<u>Creche-Escola</u>	
	Mais gosta	Menos gosta	Mais gosta	Menos gosta	Mais gosta	Menos gosta
Maçã	08	01	02	01	05	-
Banana	04	02	02	02	03	01
Uva	01	01	03	-	02	-
Goiaba	01	01	01	-	02	-
Caju	01	-	-	-	-	-
Laranja	01	02	03	-	01	-
Tomate	-	03	03	04	-	-
Cebola	01	03	-	04	-	02
Alface	01	05	03	04	-	04
Repolho	-	02	-	01	-	01
Cenoura	-	-	-	02	-	02
Brócolis	-	-	-	01	-	01

Podemos observar o quanto o consumo de frutas, verduras e legumes é realmente pouco valorizado pelas crianças deste estudo, sendo pequena a variedade de alimentos citados, visto que estes alimentos não são de alto custo e são acessíveis em nossa região. Ao observar o quadro VII, percebemos que muitos alimentos foram citados

<sup>46</sup> Quadro demonstrativo em apêndice.

como não agradáveis ao paladar das crianças, sendo as verduras e legumes os mais rejeitados. Desta forma, a distância entre a compreensão sobre o que é comer alimentos saudáveis, entendido majoritariamente como sendo comer frutas e verduras, e a real apreciação destes alimentos no cotidiano, denuncia uma contradição entre o que se diz e o que se faz quando se trata de escolhas alimentares.

Algumas exceções podem ser encontradas, no entanto, conforme o depoimento de uma das mães da escola privada, que aproveita o tempo disponível nas férias para incrementar a alimentação do filho, utilizando frutas e legumes:

Nas férias, como eu estou muito perto dele, aí é que eu fico mesmo em cima: Tá na hora do suco! Eu gosto muito de dar suco misturando vários tipos de frutas, por exemplo: fruta com legumes, suco de laranja com tomate e cenoura batidos, suco de laranja com maçã, mamão, melão... tudo misturado... é uma delícia! E ele aceita bem... com beterraba... Aceita, porque é gostoso mesmo.(EPV/P1)

Algumas representações de alimentação saudável foram específicas de cada escola. Considerar o alimento saudável como aquele natural e nutritivo foi discurso de alunos da escola privada e da creche-escola.

O pão porque vem do trigo, que vem da terra. Verdura também, frutas também. E macarrão... porque ele é feito também de trigo. (CE/A7)

É comer tudo natural. Não comer alimentos gordurosos, industrializados (EPv/A9)

Estabelecer uma relação entre a alimentação saudável e os alimentos naturais e nutritivos denota uma elaboração mais refinada e pautada em informações mais elaboradas acerca do valor dos alimentos. Neste estudo, no capítulo referente às considerações acerca da educação alimentar, constatamos, a partir dos depoimentos dos educadores, que apenas na escola privada e na creche-escola eram realizados alguns trabalhos especificamente direcionados à temática da alimentação saudável. Desta forma, podemos inferir que a iniciativa destas escolas de ir além do conteúdo contemplado nos livros didáticos para abordar o tema, provavelmente, tenha contribuído para que a compreensão de alguns alunos alcançasse dimensões diferenciadas.

b) O alimento “não saudável”

Em contrapartida, a dimensão oposta ao saudável, ou seja, o não saudável, também foi apresentada pelos sujeitos neste estudo.

Castell (2004, p.153), ao comentar os mitos e erros mais freqüentes na alimentação, denuncia a inexistência de alimentos *ruins* (grifo da autora), já que, se são ruins, não são alimentos. Segundo cita, “Considera-se alimento um conjunto de substâncias que contêm nutrientes próprios para o organismo e que favorecem o seu bom desenvolvimento e funcionamento”.

Desta forma, conforme Castell (2004, p.153), não existem alimentos inadequados, mas proporções incorretas. Quanto menor a variedade de alimentos em uma dieta, mais ela será desequilibrada, sendo a diversidade da alimentação um provável indicador de adequação e equilíbrio. E conclui: todos os alimentos são saudáveis, desde que ingeridos na quantidade certa.

Não obstante estas colocações acerca do mito do alimento ruim, em oposição ao saudável, propusemos às crianças que desenhassem cinco alimentos que entendiam como sendo não saudáveis e, em seguida, justificassem suas escolhas. Mesmo sendo considerado um mito pela autora retrocitada, a atribuição de um valor negativo a determinados alimentos caracteriza uma representação bem evidente no cotidiano dos nossos sujeitos.

A tabela IV demonstra as diferentes representações de alimentos não saudáveis elaboradas pelas crianças das três escolas investigadas, conforme é possível constatar.

**Tabela IV** – Representações das crianças referentes aos alimentos “não saudáveis”

<b>Escolas</b>	<b>N</b>	<b>Não alimentam</b>	<b>%</b>	<b>Não é gostoso</b>	<b>%</b>	<b>Criam cáries</b>	<b>%</b>	<b>Gordura e sal</b>	<b>%</b>	<b>Outros</b>	<b>%</b>
EPb	20	05	25,0	03	15	04	20	01	5	07	35,0
EPv	14	02	14,3	-	-	-	-	08	57	04	28,6
CE	08	01	25,0	02	25	01	37,5	04	50	-	-

Obs: As respostas foram contadas a partir da freqüência das referências.

A compreensão de que, se o alimento não cumpre o seu papel de alimentar, não é um alimento, surgiu nas representações elaboradas pelas crianças. Imaginar o não saudável como oposto ao saudável é uma consequência natural e espontânea no

pensamento dos sujeitos desse estudo. Desta forma, se não faz crescer, se não deixa forte, o alimento não é saudável, conforme suas falas exemplificam:

Pizza não é saudável porque não faz a gente crescer e ficar forte (EPB/A12)

Os doces não são saudáveis porque não é uma comida que deixe a gente forte (EPb/A16)

O cheetos faz mal e não tem vitaminas (EPv/A6)

É... cheetos não é saudável, porque não tem nenhuma vitamina. Presunto também não tem... (CE/A7)

Observamos nas falas das crianças a relação entre o sabor do alimento e a compreensão do não saudável. Se para muitas delas comer bem é comer coisas saudáveis e gostosas, se o alimento não for gostoso, conseqüentemente, terá abalado o seu reconhecimento como saudável. Desta forma, observamos que, mesmo reconhecendo que *pizza*, doces e “cheetos” não são saudáveis, o fato de agradar ao paladar parece suplantar o valor nutricional do que se come, visto que são escolhas bem presentes no cotidiano das crianças entrevistadas.

A relação entre os alimentos entendidos como não saudáveis e os problemas dentários também foi contemplada pelas crianças entrevistadas. As estratégias de prevenção às cáries desenvolvidas nas escolas, ou abordadas nos livros didáticos parecem contribuir para as elaborações das representações de alimentação, visto que determinados alimentos foram apontados pelas crianças como não saudáveis pelo motivo de causarem cáries:

Balas fazem mal pro dente. E doce de leite... porque também é muito açucarado e faz mal pro dente (CE/A7)

(Chiclete, bombom e pirulito não são saudáveis) Porque eles “coisam” os dentes e aí tem que arrancar (EPb/A4)

Na concepção dos alunos entrevistados, os alimentos gordurosos e salgados foram entendidos como sendo os mais prejudiciais à saúde. As proporções das respostas, porém, variam consideravelmente entre as crianças das três escolas deste estudo, o que denota diferentes compreensões e vivências demarcadas pelas condições de acesso que temos ao que comer no dia-a-dia.

Os grandes vilões da alimentação, os gordurosos e salgados, segundo a compreensão destas crianças, são: os pastéis, as coxinhas, os “cheetos”, a *pizza*, o chocolate (e seus derivados), as batatas-fritas, os chicletes, os pirulitos, os “churros”, e os sorvetes. São as chamadas “porcarias” ou ainda “besteiras” (termo presente também nas representações dos pais), que não têm poder nutritivo e ainda causam problemas diversos. Podemos ver, todavia, que as proporções das respostas das crianças da escola privada e da creche-escola (que também é privada) são demarcadoras de uma realidade socioeconômica similar, que tem valores semelhantes, poder de acesso e aquisição destes alimentos semelhantes, e que respondem às orientações mais recentes quanto à luta contra a obesidade e os males associados a ela, tais como o colesterol alto, hipertensão, diabetes etc, conforme suas falas explicitam:

O bombom é por causa que ele é doce... e caria o dente. O biscoito recheado também. O presunto, é por causa que nenhum deles tem vitaminas, aí faz mal pro nosso organismo. O cheetos, é por causa que ele é salgado. A gente não pode comer muito cheetos prá não machucar a barriga e não sentir dor de barriga.(CE/A8)

A batata-frita, os cheetos, a pizza, o chocolate e o bolo fazem mal... Porque têm gordura... muito óleo... e sal. (CE/A10)

Percebe-se nas falas das crianças da escola privada e da creche-escola a preocupação com problemas de saúde que eram considerados próprios de adultos, e que, conforme apresentado no capítulo introdutório, passam a afetar as crianças cada vez mais precocemente, permeando seus corpos e seus pensamentos, delineando um mundo cheio de proibições.

Bem, porque o pastel possui muito óleo. E a coxinha e a pizza também. E o cheetos, ele é muito salgado... e tem óleo. E eu tenho um caso da minha prima que ficou doente de colesterol só por causa deles. (EPv/8)

Porque brigadeiro, pirulito, chicletes e salgadinhos contêm gordura vegetal e não são próprios pro alimento de uma criança. Eles só trazem mesmo o gosto da criança... e só fazer o gosto, engorda. (EPv/A13)

Estas falas deixam entrever o fato de que a educação alimentar parece assumir uma posição repressiva, o que evidencia o quanto os pais e os profissionais (da educação e da saúde) têm dificuldades em lidar com o tema da alimentação de maneira mais tranqüila e, conseqüentemente, mais eficiente, sem originar medos na criança sobre coisas das quais ela ainda não tem informações suficientes e adequadas para compreender. Assim elas expressam:

Coxinha e muitos doces não são saudáveis porque têm muita caloria. Tem muito óleo. (Epv/A11)

A minha mãe disse que chocolate faz mal... e a médica disse que quando eu crescer eu posso ter uma doença que é muito ruim, porque aí você tem que ficar tomando uma injeção e é você mesmo que tem que aplicar. (CE/A1)

Subjacentes às falas destas crianças, vislumbramos indagações que demandam respostas: o que são calorias? Elas são sempre prejudiciais à saúde? Como lidar com elas de forma satisfatória? Estas são questões difíceis de responder quando não há um conhecimento específico sobre o assunto. E ainda: o que é a diabetes? Como surge? Como é tratada? Como se pode prevenir? São dúvidas relativas a um transtorno que, se mal esclarecidas, produzirão preconceitos e estereótipos sobre a doença e seus portadores. O depoimento da criança apresentado anteriormente demonstra bem o quanto a informação veiculada de forma inadequada ou mal elaborada, sem levar em consideração o grau de compreensão da criança, pode surtir efeitos mais negativos do que satisfatórios. A idéia da educação alimentar, a princípio, apresenta características mais preventivas do que curativas. Ensinar provocando o medo na criança por determinados alimentos, contudo, provavelmente não proporcionará aprendizado eficiente nem bons hábitos alimentares.

No contexto da escola pública, foram observadas considerações bem peculiares a respeito das representações de alimento não saudável, conforme se vê em suas falas:

Bolo não é saudável porque é doce... dá lombriga (EPb/A17)

Farinha, açúcar e café não são saudáveis porque cria verme (EPb/A4)

Bombom, pirulito e pipoca não são saudáveis porque eles faz mal... faz mal pra verme (EPb/A18)

Açúcar, big-big e bombom não são saudáveis porque dá verme e faz muito mal pra nossa barriguinha (EPb/A9)

A recorrência no discurso sobre as verminoses caracterizou-se como algo muito específico das crianças da escola pública, sem nenhuma referência entre os alunos da escola privada e da creche-escola. Pudemos inferir a idéia de que a profilaxia deste tipo de transtorno é algo corriqueiro entre as classes socialmente mais favorecidas, que provavelmente têm maior acesso a consultas regulares aos pediatras e ao medicamento

utilizado para este fim, o que tornaria “os vermes e as lombrigas” como existentes apenas nos textos de ciências.

Para as crianças da escola pública, entretanto, ter vermes e lombrigas parece fazer parte do cotidiano, e a correlação entre o consumo de alimentos açucarados e a presença dessas verminoses é muito presente no cotidiano das camadas populares. Na classe mais carente de atenção médica profilática, a maneira mais eficiente de prevenir as verminoses parece ser a proibição de alguns alimentos no dia-a-dia, porque segundo entendem, favorecem a proliferação dos parasitas.

Observamos ainda a relação entre a expressão “comer porcarias”, oração presente nas falas de alguns pais e professores das três escolas, e a compreensão daqueles alimentos apresentados pelos alunos citados anteriormente como causadores de verminoses. São consideradas “porcarias” os doces, os chicletes, o pirulito, o bolo, ou seja, aquelas guloseimas que as crianças adoram, e, desta forma, uma maneira eficiente de controlar o consumo destes pelos pais é o seu enquadramento como geradores de verminoses.

Outra representação acerca da alimentação não saudável presente apenas no contexto da escola pública é ancorada ao alimento estragado, ou seja, as coisas deterioradas que não devem ser ingeridas. Obviamente, a idéia está bastante coerente, pois, afinal de contas, os transtornos que alimentos deste tipo causam são devastadores, no entanto, o que esta representação traz implícita é o cotidiano de algumas famílias que muitas vezes procuram o alimento nas latas de lixo de casas, apartamentos, restaurantes, ou em situação mais comum, nos finais de feira, conforme apresenta Bezerra (2002), em sua tese de doutorado, ao investigar os significados e implicações do comer na escola, constatando as práticas alimentares vivenciadas por famílias em situação de insegurança alimentar. A fala da criança possibilita inferir esta situação:

Caju podre não é saudável porque... a gente não come as coisas podre. (EPb/A7)

Uma expressão de uma criança da escola pública lembrou a estreita relação entre homens e caranguejos, romanceada por Josué de Castro (1967), ao referir-se à situação de fome dos moradores do mangue da região do rio Capibaribe, que logo ao

nascer já se alimentam do caldo de caranguejo, e, à proporção que crescem, a lama é o chão de suas casas e dela provém o sustento do dia-a-dia. A escola pública deste estudo localiza-se em uma região entre o mar e o mangue, sendo, provavelmente, as vivências de algumas crianças semelhantes à narrada pelo autor citado, conforme a fala de uma criança possibilita inferir:

Lama e galinha morta não são saudáveis porque não é bom prá comer... e galinha morta porque se ela tiver morta, é porque tá doente. (EPb/A3)

O que a princípio pode causar um certo estranhamento – uma criança considerar a lama como sendo um alimento não saudável – na realidade pode ser uma descrição de seu cotidiano, sendo que reside em uma região onde o comércio de caranguejo nas barracas à beira-mar favorece uma fonte de renda para muitas famílias. Quanto à galinha morta, é suficiente apenas um passeio pelas adjacências da escola para se observar galinhas e porcos circulando entre os transeuntes, sendo possível que venham a morrer em razão das mais diversas circunstâncias, sendo a doença do animal um dos prováveis motivos, em virtude das precárias condições nas quais são criados, soltos nas ruas, mal alimentados e descuidados. Desta forma é que, conforme a fala da criança, comer galinha morta também não é muito seguro para a saúde, pois, se ela morreu, é porque está doente.

E ao se indagar a uma criança acerca do que aprendeu sobre alimentação em casa, assunto que abordaremos mais detalhadamente no capítulo sobre a educação alimentar, ela expressou o que sua mãe lhe ensinou:

Que não era pra comer feijão azedo... que não era prá comer macarrão azedo... Comer as coisa azeda... (EPb/A5).

Comer alimentos azedos traz implícita a ausência de aparelhos de refrigeração que mantêm a conservação dos alimentos, o que é provável acontecer pela falta de recursos financeiros das famílias mais carentes, que muitas vezes comem apenas o que tiver a cada dia. Ter uma geladeira pode implicar maiores gastos de energia elétrica, o que para muitas famílias se torna praticamente inviável, já que as condições precárias de vida e o desemprego inviabilizam tal aquisição. Desta forma, não comer os

alimentos azedos é uma recomendação bem pertinente desta mãe, que utiliza os recursos que tem para orientar sua filha quanto aos hábitos alimentares saudáveis.

#### 4.1.2 O alimento que sacia a fome

Nesta categoria, está implícita a noção de quantidade, ou seja, o quanto se come. Foi observada apenas nos discursos da escola pública e da creche-escola, apresentando uma inversão de valores, ou seja, enquanto na primeira o ato de comer bem foi representado como comer muito, na segunda ocorreu exatamente o contrário:

Comer... bastante alimento... comer muito. (EPb/A15)

Comer bem não é comer muito... comer bem é comer coisas saudáveis. (CE/A9)

Conforme o discurso de algumas crianças da escola pública, comer bem está exclusivamente associado ao consumo do alimento, seja ele qual for. O ato de comer parece sobressair aos predicativos do alimento como “bom” e/ou “saudável”, ou seja, o importante é que se possa comer, que tenha comida, que se possa encher a barriga. Infere-se que esta questão faz parte de uma realidade cuja prioridade é simplesmente a alimentação, pois suas condições econômicas não favorecem muito a escolha da comida. Conforme as falas das crianças, comer bem:

É se alimentar... (EPb/As 17, 13,19)

É jantar... almoçar... merendar... (EPb/A4)

Porque... dá sustança... que a gente fica com a barriga cheia... (EPb/A11)

Desta forma é que, para estes alunos da escola pública, comer bem se concretiza na própria comida, conforme suas respostas explicitam quando foram perguntados sobre o que era comer bem:

É comer carne, arroz, feijão, verdura...(EPb/A3)

É feijão, arroz... macarrão também, que dá força, né? (EPb/A19)

É... arroz, carne... é... frango. (EPb/A6)

Arroz, feijão, galinha... é... macarrão, mortadela... um monte de coisa!(EPb/A9)

Observa-se nas falas destas crianças o quanto as frutas não compõem suas preferências alimentares, mesmo tendo sido reconhecidas como alimentos saudáveis. Bezerra (2002, p.118) também constatou esta evidência, ao comentar as vivências alimentares dos sujeitos de sua pesquisa:

O consumo de frutas e de suco de frutas, de uma maneira geral, é baixo. Na feira, bem como nos mercadinhos, a venda desse alimento é muito inferior à de verduras e legumes.

Assegura ainda, esse autor que, enquanto a maioria da população não tem o hábito de comer frutas por opção referente às preferências alimentares, os mais pobres não as comem em virtude da inviabilidade econômica.

Foi possível perceber, entretanto, entre as famílias da escola pública deste estudo, duas experiências de pais que priorizavam o consumo de frutas. É interessante atentar para as estratégias que estabeleciam para poder ter acesso a estes alimentos:

Suco de laranja com cenoura? Eu faço. Elas (as filhas) gostam... até de suco de chuchu com leite. Foi suco, ela gosta. Quando é época de caju... aqui perto tem uns pés de cajueiro, sabe? Aí quando é época, o meu esposo vai com elas, leva um saquinho e traz um monte de caju. (EPb/P15)

Eu como bastante fruta lá em casa. Fruta lá em casa não falta. Dia de sábado, eu vou lá no “baratão” (feirinha) lá na praia do futuro. Tem banana, mamão, melancia, manga, maracujá, goiaba, acerola... Eu compro direto... Quando falta, eu sinto falta. (EPb/P19)

Seja colhendo as frutas em árvores que estejam acessíveis a todos, ou procurando a feira livre para comprá-las, percebe-se algum esforço destas famílias que, apesar das dificuldades econômicas, procuravam preservar o hábito de conservá-las à mesa. O depoimento deste pai evidencia a frustração que vivencia quando não consegue arrecadar dinheiro suficiente em seu trabalho para poder comprar as frutas:

Eu trabalho na praia. Há dez anos eu trabalho na praia vendendo artesanato. Colar, pulseira, brinco... eu mesmo que faço. Eu trabalho todo dia. Aí, na baixa estação, às vezes falta... não dá pra comprar tudo o que eu tenho vontade não... Aí falta umas frutas... (EPb/P19)

A partir da história da alimentação e das evidências ressaltadas da realidade dos alunos e pais da escola pública, podemos observar que saciar a fome sempre foi e sempre será uma prioridade do ser humano, e, se puder estar acompanhada de qualidade e sabor, será muito melhor, o que caracteriza um direito de todos.

As falas de algumas crianças da escola pública levaram-nos a refletir acerca da afirmação de Bardin (2004, p.36) de que, como esforço de interpretação, a análise de conteúdo oscila entre os pólos do rigor da objetividade e da fecundidade da subjetividade. Assim sendo, o esforço do analista possibilitará tanto a compreensão do sentido da comunicação, a exemplo de qualquer receptor, quanto, e principalmente, desviar a perspectiva para outra significação, ou seja, outra mensagem entrevista através ou ao lado da primeira.

O silêncio que acontece entre uma pergunta e sua resposta pode comunicar grandes mensagens. Alguns depoimentos de crianças da escola pública fizeram ecoar o que nem mesmo tinha sido emitido em sons, por meio da palavra. O tempo cronológico desses intervalos parece durar muito mais do que realmente aponta o relógio. Aspectos afetivos, cognitivos e econômicos podem estar presentes aí, significando timidez, medo de se expor ou a falta de conhecimento sobre o assunto abordado. E, ainda, uma denúncia da monotonia alimentar, manifestada pela pouca variedade de alimentos a que têm acesso no cotidiano. Conforme suas falas, comer bem é

(silêncio) É comer.(EPb/A13)

(silêncio) É arroz, macarrão... suco. (EPb/A18)

(silêncio) Arroz... galinha... feijão. (EPb/A17)

Saciar a fome é uma necessidade básica que fundamenta o direito da pessoa à alimentação. A situação de fome caracteriza-se como a condição mais degradante que um ser humano pode experienciar, pois, além do desconforto físico causado pela falta do alimento, suprime-lhe as condições mínimas de lazer, aprendizagem e trabalho.

#### 4.1.3 O alimento gostoso

Lucas (2005, p.249), ao abordar os aspectos da nutrição na infância, assinala que a alimentação da criança, em constante crescimento e desenvolvimento, deverá conter alimentos mais nutritivos em proporção ao seu tamanho do que os adultos. Esta afirmação nos remete aos princípios da segurança alimentar e nutricional, que implicam promover o direito de todos os cidadãos ao acesso regular e permanente a alimentos de qualidade em quantidade suficiente<sup>47</sup>.

Contemplaremos aqui, porém, a importância de que o alimento, além de trazer grandes benefícios ao corpo, cumpra ainda o papel de proporcionar a satisfação do paladar. O sabor, o cheiro e a apresentação do que se come são aspectos importantes para provocar o desejo de comer, o que pode ser um grande aliado para se incentivar as crianças com pouco apetite ao interesse pela comida, ou ainda para o incentivo de hábitos alimentares mais adequados.

Para as crianças deste estudo, comer bem representa ainda comer algo de que se goste, que seja saboroso, que satisfaça o paladar. As falas dos alunos evidenciam esta representação do que é comer bem:

É... comer as coisas que eu gosto. (EPv/A10)

É comer muita coisa boa e... muito gostosa. (EPb/A12)

O desenho de um aluno da escola pública referente aos seus alimentos preferidos (mamão, manga, maçã, banana e coco), juntamente à sua justificativa de escolha destes, representa claramente a importância de que, além de conter nutrientes importantes para o seu crescimento, os alimentos sejam gostosos, conforme sua fala:

Eles têm vitaminas e são bem gostosos de comer (EPv/A13)

A importância de que o valor nutricional dos alimentos seja emparelhado ao prazer que proporcionam foi claramente explicitada também no depoimento de uma aluna da creche-escola, pois, conforme sua expressão, de que adianta comer coisas saudáveis se não são gostosas?

---

<sup>47</sup> [www.fomezero.gov.br/artigo/alimentação-direito-nb01-patrusanancias](http://www.fomezero.gov.br/artigo/alimentação-direito-nb01-patrusanancias). Acesso em 27/10/2006.

...É a gente comer frutas, verduras... e gostar de comer! Porque comer frutas, verduras e legumes sem... comer e não gostar? Aí é horrível! (CE/A9)

Em entrevista a uma revista especializada em gastronomia e enologia<sup>48</sup>, o Dr. Geraldo Medeiros, endocrinologista, foi perguntado acerca do que significa comer bem. Sua resposta resumiu os aspectos contemplados nas representações dos alunos, conforme se vê:

Significa apreciar as boas refeições, as receitas bem elaboradas, gostosas, porém dentro dos limites da digestibilidade. Convém evitar a comida que acarreta danos à nossa saúde atual ou futura.

Apesar da resposta descontraída, sem o rigor dos termos científicos, trata-se da representação de um especialista, que, conforme se pode observar, não apresenta dados que ultrapassem demasiadamente as concepções dos alunos entrevistados.

A fala de uma aluna da creche-escola destacou-se das demais por chamar a atenção em virtude da sua elaboração de uma definição que conseguiu sintetizar as categorias descritas e discutidas anteriormente,

Comer bem... não é comer muito. Comer bem é comer coisas saudáveis. O prato, não ser muito cheio... Mas a gente comer devagar também, porque a gente saceia (sic) a fome... A gente saceia muito mais a fome do que comer rápido e comer muito. (CE/A9)

Saciar a fome, no entanto, sem extrapolar os limites e/ou as necessidades do organismo; comer calma e tranquilamente, o que favorece mastigar bem e alcançar uma melhor digestão dos alimentos; gozar da extrema satisfação que o sabor da comida proporciona são atributos da alimentação que contam com o aval do senso comum e das elaborações acadêmicas de todos os tempos.

Isto nos leva a inferir que a representação do que é comer bem, como elaboração pessoal e coletiva, apresenta características que contemplam, além do conhecimento sobre a importância da alimentação para o ser humano, aspectos intuitivos, visto que crianças entre sete e onze anos seguem uma linha de raciocínio semelhante às contempladas por profissionais de saúde.

---

<sup>48</sup> Entrevista concedida à *Revista Gula*. [www2.uol.com.br/gula/entrevista/118-geraldo-medeiros.shtml](http://www2.uol.com.br/gula/entrevista/118-geraldo-medeiros.shtml) (acesso em 30/08/2006).

## 4.2 Representações dos pais dos alunos sobre o ato de comer bem

Investigar as representações de alimentação dos alunos do Ensino Fundamental suscitou ainda um conhecimento acerca das representações daqueles que, acreditamos, são os mananciais da formação dos valores, e, mais especificamente, conforme o interesse desse estudo, dos hábitos alimentares.

A fim de alcançar este propósito, a primeira pergunta aos pais dos alunos, a exemplo de todos os outros sujeitos entrevistados, foi: você come bem? As respostas a esta questão apresentam um quadro bastante significativo, demonstrando o quanto o ato de comer bem se apresenta permeado de valores diferentes, que denotam, além das peculiaridades individuais, características sociais, econômicas e culturais de naturezas diferentes. Observamos que os representantes da classe social mais carente, ou seja, os pais dos alunos da escola pública, são os que mais entendem que comem bem, conforme demonstrado na tabela V, se comparados proporcionalmente aos pais dos alunos da escola privada e da creche-escola.

**Tabela V** – Respostas dos pais à pergunta: você come bem?

<b>Escolas</b>	<b>N</b>	<b>Sim</b>	<b>%</b>	<b>Não</b>	<b>%</b>	<b>Ambíguo</b>	<b>%</b>
EPb	12	10	83,3	-		02	16,6
EPv	14	09	64,3	02	14,3	03	21,4
CE	10	04	40	02	20	04	40

Este quadro denuncia concepções do que é comer bem que fazem emergir aspectos característicos de uma classe social, de um nível diferenciado de acesso às informações acerca de valores nutricionais dos alimentos, e ainda das preferências pessoais de cada um dos entrevistados. A ambigüidade apresentada nos depoimentos destes sujeitos denota a consciência de que seus hábitos alimentares poderiam ser melhores do que realmente são, seja quantitativa ou qualitativamente. Podemos inferir a noção de que, conforme os dados parecem apontar, quanto maior o grau de

conhecimento<sup>49</sup> e de acesso a uma maior variedade de alimentos um indivíduo possa ter, maiores são os conflitos enfrentados na hora de fazer escolhas que contemplem todos os aspectos que lhes tragam plena satisfação.

Conforme Bourdieu (1976 *apud* ORTIZ, 1994, p.82), às diferentes posições no espaço social correspondem estilos de vida diferentes, ou ainda, retraduições simbólicas das diferenças próprias das condições de existência.

A correspondência que se observa entre o espaço das posições sociais e o espaço dos estilos de vida resulta do fato de que condições semelhantes produzem *habitus* substituíveis que engendram, por sua vez, segundo sua lógica específica, práticas infinitamente diversas e imprevisíveis em seu detalhe singular, mas sempre encerradas nos limites inerentes às condições objetivas das quais elas são o produto e às quais elas estão objetivamente adaptadas.

Assim, comer bem para uma pessoa da classe C ou D terá, muito provavelmente, diferenças simbólicas significativas do comer bem para pessoas de classe A ou B; ou ainda, parafraseando Bourdieu, onde as classes populares, reduzidas aos bens e às virtudes de “primeira necessidade”, reivindicam simplesmente ter café-da-manhã, almoço e jantar, as classes médias, já mais liberadas da urgência, desejam alimentos saudáveis e saborosos, preparados conforme os mais elaborados requintes da gastronomia (1976 *apud* ORTIZ, 1994, p.85)<sup>50</sup>.

As mesmas categorias que possibilitaram analisar as representações de comer bem dos alunos servirão de parâmetro para analisar as representações de seus pais, pois suas falas igualmente levaram a este caminho. Ficou flagrante, porém, a dificuldade que alguns pais demonstravam durante a elaboração de suas respostas, buscando diminuir a distância entre o que imaginavam ser a resposta correta a respeito do ato de comer bem e da alimentação saudável, e o que viviam no cotidiano, evidenciando um discurso confuso e ambivalente.

Provavelmente, em virtude desta ambivalência entre a teoria e a prática apresentada pelos pais dos alunos, apesar de não lhes havermos perguntado o que consideravam ser uma alimentação não saudável, esta representação surgiu

<sup>49</sup> Ver quadros demonstrativos III,VI e IX, no terceiro capítulo, informando o grau de instrução e ocupação dos pais entrevistados.

<sup>50</sup> Conforme o texto original: “Onde as classes populares, reduzidas aos bens e às virtudes de ‘primeira necessidade’, reivindicam a limpeza e a comodidade, as classes médias, já mais liberadas da urgência, desejam um interior quente, íntimo, confortável ou cuidado, ou um vestuário na moda e original”.

espontaneamente de suas falas à proporção que expressavam o que entendiam como saudável.

#### 4.2.1 a) O alimento saudável

Comer bem, para os pais das três escolas, foi representado como comer alimentos saudáveis, conforme a tabela VI demonstra.

**Tabela VI** – Respostas dos pais associando o ato de comer bem a comer alimentos saudáveis

<b>Escolas</b>	<b>N</b>	<b>Respostas</b>	<b>%</b>
EPb	12	01	8,3
EPv	14	08	57,1
CE	10	05	50,0

A alimentação saudável, conforme a Coordenadora-Geral da Política de Alimentação e Nutrição do Departamento de Atenção Básica da Secretária de Assistência à Saúde do Ministério da Saúde<sup>51</sup>, deve levar em consideração atributos individuais e coletivos, com base em práticas alimentares que delineiem aspectos culturais e sociais além dos componentes nutricionais. O gosto, a cor, a forma e o aroma dos alimentos são componentes imprescindíveis na prescrição alimentar, com significações culturais, comportamentais e afetivas demarcadoras dos hábitos alimentares. Desta forma, caracteriza-se um consenso tomar como principais características de alimentação saudável o respeito e a valorização das práticas alimentares culturalmente identificadas, a garantia de acesso, sabor e variedade dos alimentos, considerando, acima de tudo, os aspectos de segurança alimentar e nutricional<sup>52</sup>.

As representações de alimentação saudável dos pais dos alunos, por sua vez, contemplaram todas as orientações fornecidas pelo Ministério da Saúde, conforme

<sup>51</sup> A gestão referente ao ano de 2005 era coordenada por Anelise Rizzolo Pinheiro, Elisabeth Recine e Maria de Fátima Carvalho.

<sup>52</sup> [dtr2004.saude.gov.br/nutricao/documentos/o-que-e-alimentacao-saudavel.pdf](http://dtr2004.saude.gov.br/nutricao/documentos/o-que-e-alimentacao-saudavel.pdf). Acesso em 10/10/2006.

propõem as autoridades retrocitadas, consoante observamos em suas elaborações que ora serão apresentadas.

#### 4.2.1.1 Comer frutas e verduras

As frutas e verduras são reconhecidas como elementos imprescindíveis de uma dieta que favoreça a promoção e a manutenção da saúde, além de serem apontadas como coadjuvantes na prevenção de males, dentre os quais podemos citar as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), principalmente as referentes ao aparelho circulatório, neoplasias e diabetes. Estas patologias são de etiologia multifatorial, com fatores de riscos associados ao tabagismo, inatividade física, alimentação inadequada e obesidade, dentre outros<sup>53</sup>.

As recomendações da Estratégia Global sobre Alimentação, Atividade Física e Saúde da Organização Mundial de Saúde, dentre outras medidas, sugerem que, a fim de alcançar uma alimentação equilibrada e peso saudável, seja fomentado no consumo diário da população o aumento da ingestão de frutas e vegetais, apontados como prováveis viabilizadores da manutenção da saúde.

Observa-se na tabela VII que as representações de alimentação saudável dos pais entrevistados correspondem ao proposto pelas autoridades nacionais e mundiais na área nutricional, já que suas respostas ancoravam significativamente este conceito às frutas e verduras, conforme é possível conferir:

**Tabela VII** – Respostas dos pais, associando a alimentação saudável a comer frutas e verduras

<b>Escolas</b>	<b>N</b>	<b>Respostas</b>	<b>%</b>
EPb	12	09	75,0
EPv	14	08	66,6
CE	10	05	50,0

<sup>53</sup> [www.saude.gov.br/alimentacao](http://www.saude.gov.br/alimentacao)

A batalha travada entre pais e filhos quanto ao que comer no dia-a-dia, porém, emergiu de seus depoimentos. Na tentativa de oferecer uma alimentação que, segundo as próprias elaborações, fosse saudável, os pais se vêem compelidos a introduzir alimentos que sabem não agradar ao paladar dos filhos, conforme observamos:

Eu acho que é ... é comer fruta, né? Botar legumes na comida, coisas que eles (os filhos) não gostam, mas eu boto. (EPb/P18)

Semelhantemente às representações de alimentação saudável elaboradas pelas crianças, seus pais também outorgam ao feijão um lugar de grande valor e importância na composição da boa alimentação, o que é natural constatar, já que são eles os grandes formadores de valores, conforme pudemos conferir neste estudo, no capítulo sobre a educação alimentar<sup>54</sup>.

Eu entendo assim: comer frutas. Comer todo dia. Comer bastante feijão. (EPb/P19)

Consumir frutas e verduras assume praticamente o significado de alimentação saudável, conforme observamos nos depoimentos apresentados:

Baseada em grãos, frutas, verduras, alimentos integrais... essas coisas. (EPv/P2)

Quando a gente se alimenta... realmente prioriza... que traz pra mesa as frutas, as verduras, as leguminosas... isso é saudável. (EPv/P9)

Frutas, verduras. É... legumes. A gente prima muito por isso. (EPV/P13)

Alimentação saudável seria os alimentos tipo frutas, verduras... (CE/P8)

É você comer bastante comida variada, com relação a frutas e verduras. Alface... cenoura, chuchu... bem colorida, né? Brócolis... Então eu acho que é frutas e verduras... (CE/P5)

Estas representações nos levam a constatar que a orientação alimentar destes sujeitos parece não contemplar o que preconizam os guias de alimentação saudável, pois, conforme suas recomendações (MAHAN *et al* 2005, p.363), as frutas compõem apenas uma fração (duas a quatro porções) do consumo recomendado por dia, tendo à sua frente as hortaliças (três a cinco porções), e o grupo de pão, cereal, arroz e massas (seis a onze porções).

---

<sup>54</sup> Capítulo 6: Considerações acerca da educação alimentar.

Os demarcadores sociais e econômicos mostraram-se bem evidentes no discurso de alguns pais da escola pública, aspecto observado no decorrer de todo este estudo. Mesmo não tendo a garantia de acesso às frutas e verduras devido às dificuldades financeiras, porém, as falas de alguns pais evidenciam que têm a noção de que estes elementos são importantes na composição de uma alimentação saudável:

Tipo assim: comer salada, né? Porque no caso, pra ser mais saudável, eu teria que comer mais fruta, salada, né? Seria mais saudável se eu pudesse, né? No meu caso... comprar. (EPb/P5)

Alimentação saudável é...assim: fruta, legumes... O que eu posso fazer eu não deixo faltar na minha casa... Essas coisas, não. (EPb/P11)

Por outro lado, uma percepção mais ampla do que é comer bem também foi apresentada pelos pais de alunos deste estudo, quando, além das frutas e verduras, outros grupos de alimentos também foram contemplados.

#### 4.2.1.2 Alimentos balanceados

O ato de comer bem, conforme os pais entrevistados nesta investigação, está ainda ancorado à idéia de alimentação balanceada, o que é fácil observar a partir de suas respostas.

**Tabela VIII** – Respostas dos pais associando o ato de comer bem à alimentação balanceada

<b>Escolas</b>	<b>N</b>	<b>Respostas</b>	<b>%</b>
EPb	12	09	41,6
EPv	14	08	71,4
CE	10	05	60,0

Comer de forma balanceada pode ser entendido, em termos gerais, como fazer as principais refeições do dia, em horários regulares, sendo a distribuição dos nutrientes estabelecidas conforme os guias alimentares<sup>55</sup> prescrevem, ou seja, seguindo um

<sup>55</sup> A pirâmide alimentar é um exemplo destes guias de orientação do consumo adequado de alimentos, conforme Mahan & Scott-Stump (2005, p. 363).

balanceamento contendo todos os elementos necessários para o satisfatório funcionamento do corpo, nas proporções recomendadas.

O principal demarcador desta categoria de análise foi pautado inicialmente na utilização da terminologia “alimentação balanceada” , evidente apenas nos depoimentos dos pais da escola privada e da creche-escola

Comer bem é... comer a coisa certa, na hora certa. Comer uma alimentação balanceada. (EPv/P6)

É uma alimentação balanceada. Que tenha verdura, fruta... que tenha fibras. É uma sopinha, um suco, um Nescau<sup>56</sup>. (EPv/P15)

Alimentação variada. Que tenha os nutrientes, vitaminas, né? Não tem aquela piramidezinha, né? Menos gordura, menos açúcar... mais vitaminas, cereais. Balanceado. (EPv/P1)

É a balanceada, equilibrada. Que tem de tudo um pouco. Sem extremos. (CE/P7)

É uma alimentação balanceada, né? Que tenha proteínas, carboidratos, fibras. (CE/P6)

Constatamos, no decorrer de várias leituras dessas entrevistas, que, no discurso dos pais da escola pública, o termo balanceado foi utilizado apenas por uma das mães. Ao observar atentamente que, no entanto, ao representarem o que era alimentação saudável estavam descrevendo o que caracteriza o comer de forma balanceada, optamos por ampliar o demarcador desta categoria, da terminologia para o sentido que a expressão “comer balanceado” denota, conforme podemos concluir a partir de suas palavras:

É uma verdura... saudável é verdura. Um arroz branco, né? Uma coisa assim... um macarrãozin (*sic*)... uma macarronada também. (EPb/P7)

E ainda a elaboração de uma definição, feita pela adolescente que compareceu à entrevista para representar a mãe (tarefa esta que desenvolvia em todos os aspectos referentes à escola), que evidencia o quanto, apesar de não conhecer a terminologia que normalmente se utiliza para expressar o que queria dizer, era possível delinear o que poderia ser entendido como sendo o ato de comer de forma balanceada:

<sup>56</sup> Achocolatado fabricado pela Nestlé. [www.nestle.com.br](http://www.nestle.com.br)

Eu acho que é... aqueles alimentos que devem ser... por exemplo: de manhã, no lugar de tomar só café, poderia tomar um suco também, né? Um suco, um pedaço de bolo... Poderia ser... assim... um alimento mais apropriado prá reforçar, né? Assim: às 9 horas, também poderia ter um suco com biscoito. A gente devia na hora do almoço ter a carne, o feijão, ter um suco... uma sobremesa... Eu acho que, na minha opinião, é isso, né? (EPb/P8)

Várias evidências nas falas destes sujeitos expõem a força do demarcador socioeconômico, pois, ao tentarem descrever a alimentação saudável, denunciam o estado de carência e de insegurança alimentar que vivem no dia-a-dia:

Eu acho que é assim: É ter um café com leite... um suco... um pãozinho. É ter uma alimentação prá ele (o filho) às 9 horas, né? Um almoço, um jantar... Se puder, né? Não é toda hora também que eu posso. Agora eu tô parada, meu marido desempregado... (EPb/P17)

Estes relatos denunciam a situação de insegurança alimentar<sup>57</sup> em que vivem muitas famílias brasileiras, e, mais especificamente, algumas destas contempladas no nosso estudo. Segundo Asbjorn Eide (1999, *apud* VALENTE, 2002, p.207), privar os cidadãos do direito à alimentação e de estar livre da fome constitui uma das mais sérias falhas na agenda dos direitos humanos, o que torna necessária a adoção de medidas urgentes, em termos nacionais, regionais e internacionais. Acentua, ainda, que o estado nutricional humano é determinado pelo menos por três conjuntos de condições que interagem de maneira dinâmica – alimentação, saúde e cuidados – com a dimensão da educação permeando os três conjuntos (EIDE, 1999, *apud* VALENTE, 2002, p. 223).

Estas referências evidenciam o quanto ainda há por ser feito, enfatizando o compromisso de cada cidadão no cumprimento do direito à alimentação, como de todos os direitos humanos.

#### b) O alimento “não saudável”

Apesar de não termos perguntado aos pais dos alunos suas concepções acerca de alimentação não saudável, esta representação emergiu fortemente à proporção que

---

<sup>57</sup> Disponibilidade limitada ou incerta de alimentos nutricionalmente adequados e seguros, ou capacidade limitada de adquirir alimentos apropriados de maneiras socialmente aceitáveis. (MAHAN & SCOTT-STUMP, 2005, p. 246).

descreviam seus hábitos alimentares cotidianos. A paulatina constatação da maioria dos depoentes de que não usufruíam de uma alimentação adequada, seja pelas preferências norteadoras de suas escolhas ou por dificuldades de acesso a alguns alimentos em virtude das condições econômicas precárias, foi o principal gerador desta categoria junto a estes sujeitos.

A representação de alimentação não saudável está ancorada, conforme as falas dos pais de alunos das três escolas explicitam, às guloseimas - doces, bombons, chicletes, sorvetes, biscoitos – ou, ainda, àquelas iguarias que geralmente são muito apetitosas e que levam à gula, representada por comer demais ou beber demais, denotando um apego excessivo a determinadas comidas.

Em suas elaborações, os pais dos alunos entendem ainda que comer guloseimas pode também ser equiparado a comer “besteiras” e “porcarias”, terminologias que podem conferir ao que se come diferentes conotações, pois tanto podem designar coisas sem valor nutricional, como também coisas mal feitas, sujas ou estragadas.

O sentido mais evidente, no entanto, foi o referente aos alimentos sem valor nutritivo, que não trazem benefícios à saúde, o que foi sendo ressaltado à medida que tentavam elaborar o que consideravam ser uma alimentação saudável ou comer bem:

Alimentação saudável... eu acho que é... é comer as coisas, né? Não comer essas guloseimas: biscoitos, essas coisas... Eu acho que é assim. (EPb/P4).

Chamaram-nos a atenção as constantes referências aos “xilitos<sup>58</sup>”, que nas falas de muitos pais, eram fortes representantes de alimento não saudável:

Alimentação saudável é comer fruta. E não comer muita besteira... esse negócio de salgados, xilito, biscoito... (EPb/P6)

Eu conto o dia da semana que ele almoça. É só besteira... Assim: xilitos, se tiver... é o comer dele. (EPb/P17)

Alimentação saudável... é uma alimentação balanceada. Nada de comer besteira como esse xilitos, danone, biscoito... (EPv/P15)

---

<sup>58</sup> Não foi possível encontrar os xilitos, nem saber seus fabricantes, pois, segundo informações dos donos de mercearias próximas à escola pública, este tipo de salgadinho não é mais fabricado, no entanto, outras marcas (lany, cheetos) têm recebido o nome de xilitos, que, ao que parece, “objetificou” os salgadinhos em pacotes.

E as falas de duas mães da creche-escola permeadas de sentimento de culpa por se entregarem às guloseimas, ou ainda ao pecado da gula:

Alimentação saudável... é uma alimentação saudável, equilibrada. A minha não é tão equilibrada quanto eu gostaria porque eu peço nos doces. (CE/P7).

Eu tenho todo um trabalho de perda de peso... tentativa. Sempre aquela coisa do efeito sanfona, né? Mas é assim: a gente tenta, mas sempre cai com as regras, entendeu? Ontem mesmo, numa reunião, eu fui lá no meu condomínio prá um terço... aí é assim... haja comida! É bolo, é doce, né? Refrigerante... Mas eu me sinto às vezes culpada por consumir, né? Uma coisa que não é saudável... (CE/P6)

A referência ao problema da alimentação gordurosa e salgada foi tema presente apenas no discurso dos pais da escola privada e da creche-escola. Igualmente foi observado nas representações de alimento não saudável elaboradas pelos alunos dessas escolas. A obesidade, colesterol alto, hipertensão e diabetes foram os transtornos abordados por estes sujeitos, conforme já comentado. As falas dos pais ratificam essa idéia acerca do alimento não saudável:

Eu tenho essa preocupação em comer bem, porque eu me preocupo muito com a parte estética. Eu vivo de olho na balança. Eu tento não comer alimento muito gorduroso. (EPv/P1).

Eu gosto de verdura... agora eu gosto muito de carne, carne vermelha... eu gosto de carne com gordura... a picanha, a maminha... Gosto também de fritura. (EPb/P10)

Carne gorda? Aqui em casa não entra carne gorda! (EPv/P13)

Alimentação saudável? É uma dieta que vá te dar os nutrientes que teu organismo precise e que você não vá saturar seu organismo com coisas que talvez sejam precursores de doenças, como gordura, açúcar demais, sal demais, né? (CE/P9)

Tipo aquelas histórias de McDonald's, que às vezes você escorrega na batatinha, no sanduíche, na maionese... Esse tipo de coisa... (CE/P2)

A alimentação não saudável também está representada pela desorganização dos hábitos alimentares em virtude da correria do dia-a-dia. Deixar de fazer algumas refeições pode ser fator precursor de prejuízo à saúde, conforme as falas dos pais da escola privada:

Como... eu acho que eu como bem porque... procuro cumprir os horários das refeições: café da manhã, lanche, almoço, lanche e jantar. Evito frituras, gorduras... (EPv/P3).

Se eu como bem? Acho que não, viu? Eu tenho realmente péssimos hábitos alimentares. Por exemplo: o café da manhã, a refeição mais importante, eu não valorizo muito... Às vezes eu saio de casa até sem o café da manhã. (EPv/P9)

Comer bem? Eu... não. Eu acho que não. Porque eu não tenho muito horário prá comer. Eu bagulho muito... Não gosto de comida de panela... (EPv/P5)

Eu acredito que não como totalmente bem, né? Poderia comer melhor. Acho que por causa da correria do dia-a-dia... Sou péssima de mastigação... eu como muito rápido... (EPv/P12)

Comer alimentos artificiais também é sinônimo de alimentação não saudável conforme as elaborações de pais da escola pública e da creche-escola:

O peixe é melhor do que a carne, não é? Porque o peixe não tem... aquela coisa que eles botam... prá conservar a carne, não é? O peixe não. Vem direto do mar e é mais saudável. (EPb/P18).

Gosto muito de comer verduras, arroz, feijão... sempre eu gosto de comer. Procuro evitar enlatados... apesar de vez em quando a gente gostar de comer, né? Mas eu procuro evitar ao máximo... (CE/P4).

A partir destas falas dos pais da escola pública e da creche-escola, podemos notar o quanto o acesso ao alimento, associado à compreensão do que é comer saudável, interfere nos hábitos alimentares. A mãe da escola pública mora em uma região à beira-mar, com acesso ao peixe fresco, não congelado, pois reside em uma zona pesqueira. A mãe da escola privada, no entanto, cita o alimento enlatado, pois seu acesso ao alimento provavelmente deve ser em supermercados, prática mais comum à classe média, onde mais dificilmente se encontram alimentos frescos. A cultura do supermercado condiz mais com o artificial, o enlatado, as caixinhas, em comparação com a cultura da feira-livre, mais comum aos socialmente menos favorecidos (BEZERRA, 2002).

Comer alimentos congelados corresponde a uma prática alimentar considerada não saudável por uma mãe da escola pública. Esta compreensão pode trazer implícita tanto a cultura da feira-livre, conforme comentamos anteriormente, quanto a não utilização de refrigeradores e *freezers* em razão da falta de condições de ter este tipo de eletrodoméstico em casa. Assim é que, segundo suas falas:

Prá mim, uma comida que seja saudável é uma comida que não seja congelada. Uma comida natural. Nada de carne congelada... Esse negócio de congelado, prá mim, não é comida saudável...(EPb/P12).

Ou, ainda, não saudável é comer alimentos aproveitados de um dia para o outro, discurso também presente nas representações de alimentação não saudável dos alunos da escola pública:

É o que faz mal. Eu acho assim... comer de um dia pro outro, né? Que a pessoa guarda. Eu tenho prá mim assim... que faz mal, né? Prá quem não tem o costume, né? Eu acho que é comida passada. (EPb/P17).

Estes indícios nos levam a inferir que a cultura alimentar de algumas famílias da escola pública ainda não assimilou alguns hábitos de manuseio dos alimentos há muito presentes no cotidiano das classes socialmente mais favorecidas. Isto pode ser resultado tanto do preconceito, causado pelo não-conhecimento das técnicas de congelamento, quanto pelo simples fato de não haver recursos de refrigeração disponíveis em razão da dificuldade de acesso a esses bens.

Na realidade, se para muitas famílias pobres já é difícil conseguir o pão de cada dia, imagine-se o grau de insignificância de um *freezer* em um ambiente predominantemente carente das necessidades alimentares básicas. Não há o que congelar, não há o que guardar, quando o que urge é simplesmente conseguir obter o alimento para suprir as necessidades de cada dia a cada dia.

#### 4.2.2 O alimento que sacia a fome

Os parâmetros de saciedade da fome têm implicações de natureza biológica, social e emocional, sendo a motivação humana um dos referenciais para a compreensão deste fenômeno. Weiten (2002) e Coon (2006) classificam a fome como um sistema motivacional extremamente intrincado e complexo, caracterizando-se como um desafio para profissionais de áreas diversas a compreensão dos fatores que regulam o comportamento alimentar.

A despeito de representar uma necessidade biológica, Castell (2004) apresenta o comportamento alimentar como também influenciado por fatores socioculturais,

geográficos, religiosos e afetivos. A satisfação do recém-nascido, ao ser amamentado ao seio materno, a identificação social que a comensalidade proporciona, os tabus, os rituais religiosos e seus mais diversos significados representados pela comida, são diferentes referenciais da relação do ser humano com o alimento.

Comer bem, para os pais dos alunos deste estudo, além de se referir à alimentação saudável, apresenta ainda a dimensão de satisfação de uma necessidade, quantitativa, qualitativa e afetiva, conforme será discutido a seguir.

#### 4.2.2.1 Quantidade e qualidade

As características referentes à qualidade e à quantidade dos alimentos foram parâmetros significativos nas representações dos pais dos alunos. A dimensão social mais uma vez evidencia sua abrangência quando contrapõe-se o que os pais da escola privada e da creche-escola dizem, ao discurso dos pais da escola pública.

Para os pais da escola privada e da creche-escola, a qualidade do alimento assume papel preponderante em relação à quantidade. Isso evoca aquela noção de que, quando a necessidade primária – comer para saciar a fome – não está ameaçada, torna-se evidente a qualidade do alimento, ou seja, se ele tem nutrientes e trará benefícios à saúde.

(...) Então eu acho que o bom é um pouco de cada coisa, né? Assim, a riqueza da qualidade do alimento, né? e não da quantidade. (CE/P9)

Eu acredito que é você conseguir fazer as seis refeições, ou pelo menos cinco refeições bem feitas, não demasiadamente. (CE/P2)

É possível ainda constatar a influência das vivências alimentares iniciadas no seio familiar como prováveis grandes formadoras das representações. É perceptível uma conotação de sentimento de culpa presente nas falas de alguns pais da escola privada e da creche-escola, quando comparam suas experiências referentes à alimentação na infância ao que entendem ser uma vivência alimentar mais apropriada. Atribuem ainda qualquer distância deste suposto saber científico à falta de

conhecimento dos seus pais, como uma justificativa aos antigos hábitos alimentares, que, conforme suas conclusões levam a entender, eram inadequados:

(...) Porque no interior a gente é acostumado a comer muuuuita comida! Quem come bem, come aquele prato de comida, né? Eu fui criada assim... Eu era menina, a mãe botava aquela bacia, aquele pratinho de ágata prá gente, a gente ía comer tudinho... Aí, a gente comia bem. Por quê? Porque a gente comia muuuuito! Aí eu fui acostumada a comer muito, mas não com qualidade.(CE/P1)

A falta de informação e orientação adequadas acerca do que caracteriza uma alimentação saudável ficou flagrante no depoimento desta mãe da escola privada. As dietas de “reeducação alimentar” saíram dos consultórios de nutricionistas e invadiram as livrarias e bancas de revistas, trazendo muitas “dicas” acerca da alimentação saudável que muitas vezes confundem as pessoas acerca das reais necessidades de um organismo:

Eu sou uma pessoa que nasci no interior, né? Então eu fui acostumada a comer os alimentos saudáveis, tipo verduras, batatas, essas coisas... leite, queijo. (...) Então, antes, eu não me alimentava não. Só depois da dieta foi que eu passei a me alimentar. Antes eu devorava! Comia tudo sem nem sentir o gosto direito. Engolia... nem mastigava. Hoje em dia, quando eu me lembro, me dá até vergonha. Hoje, eu procuro comer devagar... às vezes eu não consigo não... a força do hábito, né? Mas eu estou me vigiando. Eu acho que assim eu estou tendo uma alimentação mais saudável, né? Como é que chama? Uma reeducação alimentar! (EPv/P14)

Conforme Castell (2004), a alimentação moderna está fortemente influenciada pela ansiedade gerada por pressões intensas e contraditórias que bombardeiam as pessoas de informações acerca da alimentação “mais saudável”, mais conveniente, mais eficiente etc. Segundo essa autora, este processo contribui para a formação de um ambiente de “desconexão dietética”, ou seja, um ambiente confuso, que, somado à pressão exercida pelos meios de comunicação, geralmente padronizando a extrema magreza como referencial de beleza, influenciam sobremaneira o surgimento de transtornos alimentares.

As entrelinhas destas falas, porém, nos confirmam o quanto a cultura alimentar está diretamente associada às condições socioeconômicas e culturais de seus sujeitos.

Assim é que, falar da fartura descrita no discurso dos pais apresentados anteriormente, no qual o comer bem era entendido como comer muito, denuncia a

história do povo nordestino, que, em contraposição à miséria, à falta de comida, obviamente encontra-se a fartura - o prato cheio. E se a alguém é favorecida a condição de ter esta fartura, ou ainda, os donos de terra, os fazendeiros, os coronéis, ou, em proporção menor, os pequenos agricultores, que se coma o máximo que se puder hoje, porque amanhã poderá faltar.

Desta forma, o fantasma da fome parece ainda hoje perseguir o povo nordestino, independentemente das condições socioeconômicas, pois se trata de uma herança cultural, de um legado do qual trazemos as marcas ainda bem presentes e doloridas. E ainda, infelizmente, para muitos conterrâneos, não se trata de um fantasma, mas de um fato demasiadamente concreto.

Podemos observar este fato no contexto da escola pública, onde o discurso quantitativo teve o seu valor ressaltado, em contraposição ao explicitado nas falas dos pais da escola privada e da creche-escola. Come-se bem quando se come muito, ou, ainda, quando simplesmente se tem o que comer, independentemente do que seja e da qualidade do alimento, conforme as representações destes pais:

É assim: o feijão, o arroz, a carne... Depende da alimentação. E bastante. Comer bem é comer bastante, muito... (EPb/P11)

Comer bem... é se alimentar direito. Acordar de manhã e ter aquele café... ter aquele pão prá gente merendar... Nem que seja só aquela coisinha, mas o importante é que tenha... Na hora do almoço ter o seu arroz, seu feijão, ter sua carne... não precisa nem ser carne, basta ser ovo... mas o importante é que tenha, né? (EPb/P8)

Comer bem... é comer à vontade, né? Comer muito, né? Comer à vontade que eu quero dizer é porque a gente tem prá comer... não falta. (EPb/P17)

Mesmo no contexto socialmente mais carente, todavia, constatamos no discurso de uma das mães a preocupação com a qualidade do alimento e com a estética, discurso mais presente nas falas dos pais da escola privada. Observa-se o forte valor quantitativo atribuído ao ato de comer bem no seu depoimento, quando se baseia no que não é comer bem para, só então, poder elaborar sua representação:

Não é prá encher... esbarrotar de comida. Mas ter uma alimentação que sustente o corpo da pessoa, né? Não é aquela comida que você bota um prato de feijão com arroz, carne... come aquelas coisas e depois sai morrendo com dor de barriga. Prá mim não é isso. Prá mim é uma comida que você se alimente bem, que trate bem seu intestino, seu organismo... prá mim, é isso! Não é uma coisa prá você criar aquela gordura, comer prá engordar... prá mim não é isso... (EPb/P12)

Algumas expressões do cotidiano incorporam bem o aspecto quantitativo do alimento. “Comer como um peão” é uma delas, pois é do conhecimento popular o fato de que os pratos dos trabalhadores braçais, ou seja, pessoas que fazem grande esforço físico na sua labuta cotidiana, são bem volumosos. É o prato que, pelo volume de comida, imagina-se que trará sustento, ou ainda, usando uma expressão mais corriqueira no linguajar das camadas populares, trará “sustança”. “Comer uma montanha”, e estar com uma “fome de leão”, são outros exemplos que representam o ato de comer bem objetivado no valor quantitativo da alimentação.

#### 4.2.2.2 Você tem fome de quê?

A abordagem do alimento como valor afetivo caracteriza a dimensão psicológica associada ao ato de comer. Pizzinato (1992, p.85) apresenta bem esta idéia, quando assinala que:

Durante a fase oral o bebê relaciona-se com o mundo em grande medida representado pela mãe nutridora, através da boca e dos órgãos dos sentidos, sendo a atividade principal “incorporar” não só o alimento, mas a intenção materna de acolhê-lo e compartilhar seu afeto.

A idéia de que o significado da comida e do ato de comer vai além da dimensão biológica, alcançando inclusive a dimensão emocional, já é um consenso na literatura psicológica (COON, 2006; KAUFMAN, 2005; WEITTEN, 2002). No entanto, foi Brusch (1943, apud KAHTALIAN, 1992) que aventou pela primeira vez a hipótese de que o exagero na ingestão de alimentos representaria um processo psicológico no qual o indivíduo usaria a comida para enfrentar sentimentos de inadequação pessoal. Para Benedetti (2003), os obesos tendem à hiperfagia em resposta a tensões emocionais, ao utilizarem o alimento como gratificação substitutiva, como equivalente de afeto, compensação ou recompensa.

E ainda Axelrud, Gleiser e Fishmann (1999) corroboram a idéia de que as sensações aliviadas pela ingestão de alimentos ultrapassam a dimensão da fome.

Segundo estas autoras, ao interpretar o choro ou o desconforto do filho apenas como decorrência da fome, sempre lhe oferecendo alimento como consolo, a mãe o estará informando que todas as más sensações podem ser resolvidas com comida.

Esta outra dimensão da fome, representada apenas pelos pais da escola privada e da creche-escola foi também contemplada neste trabalho. A referência àquela função do alimento que preenche um vazio, que, de acordo com as falas e o contexto apresentado, não diz respeito ao vazio do estômago, mas àquele vazio subjetivo, existencial, também permeou as representações do ato de comer bem elaboradas pelos pais dos alunos:

(...)É evitar massa... este tipo de coisa. Doces... Que eu acho assim: que é mais prá diminuir a ansiedade do que prá alimentar realmente. (EPv/P11)

Comer bem seria... comer bastante frutas, verduras, é... saber comer. Não comer porque está ansiosa, e sim porque está precisando, o organismo tá pedindo. (CE/P8)

E ainda o depoimento de uma das mães da escola privada associando a quantidade e a qualidade de alguns alimentos às dificuldades afetivas de seu filho:

(...) Então eu acho que é tudo ansiedade... Porque às vezes eu digo: meu filho, você não está com fome... não é assim... porque se eu deixar, ele quer comer uma caixa de bombons todinha. Por isso eu procuro evitar comprar. Depois da morte do papai, ele começou a ficar com medo... Não sei se é também porque ele já presenciou assalto lá em casa?! Então eu acho que ele descarrega tudo isso na comida. Só pode ser! (EPv/P12)

E ainda, Busse (2004), Claudino e Zanella (2005), Ferreira e Meier (2004), Mello Filho (1992), Nunes (1998), Loli (2000), Philippi e Alvarenga (2004), dentre outros estudiosos da obesidade e dos transtornos alimentares, apresentam a dimensão multifatorial da obesidade, ou seja, ocasionada por influências pré-natais, amamentação, dietas hipercalóricas, sedentarismo, fatores étnicos, metabólicos, socioeconômicos e culturais. Além destas influências, soma-se a dimensão psicológica, que entende a obesidade como sintoma que denuncia uma dor de natureza afetiva, traduzindo, muitas vezes, o alimento como um recurso para aliviar a dor, uma espécie de mecanismo de defesa, ou, ainda, conforme o explicitado pelas mães

entrevistadas levam a entender, um recurso utilizado para aliviar o problema da ansiedade.

#### 4.2.3 O alimento gostoso

A consideração do paladar como sendo um referencial do comer bem denota uma elaboração mais refinada da alimentação. Este é o grande desafio da gastronomia, o desenlace da arte culinária: preparar o alimento saboroso.

Nesta dimensão, o componente nutritivo alia-se ao sabor como condição necessária à boa alimentação, conforme podemos observar nas falas dos pais da escola privada e da creche-escola:

Prá mim, é tudo o que comemos que associe gosto, sabor, com nutrição. Tem que ser coisa gostosa, e que traga sustento para o corpo... que alimente. (EPv/P3)

Alimentação saudável é aquela que eu como, que eu gosto de comer e que me faça bem. (CE/P2)

O ato de comer bem suscita ainda a experiência do prazer à mesa, que muitas vezes acrescenta ao prato um bom vinho, uma boa música e uma boa companhia. Esta é, porém, uma realidade possível apenas àqueles que têm as suas necessidades básicas já asseguradas, sendo o que se acrescenta ao ato de comer elementos de natureza mais estética do que nutritiva. Esta dimensão foi bem expressa na fala de uma das mães de aluno da escola pública, que, a partir de sua experiência como empregada doméstica, logrou diferenciar o ato de comer normal do de comer bem, conforme sua elaboração:

Comer bem é assim: uma lasanha... uma coisa... um peixe à delícia.... essas comidas finas! Eu gosto assim, dessas comidas... Eu como o normal: carne moída, galinha... às vezes ovos. Eu como assim, o normal, porque bem mesmo, essas comidas gostosas, a gente não pode comer, né? (EPb/P7)

A compreensão do ato de comer bem, associado ao prazer que o alimento proporciona, foi um aspecto contemplado apenas pelos alunos e pais do nosso estudo, conforme pudemos constatar. Trata-se de uma elaboração bastante significativa, visto que, tão importante quanto o valor nutritivo do alimento, o sabor também compõe a

relação do ser humano com a comida, pois, conforme Garcia (1994), o comportamento alimentar inclui “*o quê comemos, como e com o quê comemos, com quem comemos, onde comemos, quando comemos, por que comemos o que comemos, em quais situações comemos, o que pensamos e sentimos com relação ao alimento*”.

As representações do ato de comer bem elaboradas pelos professores, por sua vez, não contemplaram os mesmos aspectos observados pelos pais e alunos entrevistados, conforme será apreciado a seguir.

### 4.3 As representações dos professores sobre o ato de comer bem

Comer bem, para os professores das três escolas deste estudo, parece ser um desejo de todos, mas infelizmente não constitui uma vivência cotidiana para todos os entrevistados. Ao serem indagados sobre se comiam bem, suas respostas apresentaram diferentes sentidos e significados, segundo a tabela IX possibilita inferir:

**Tabela IX** – Respostas dos professores à pergunta: você come bem?

<b>Escolas</b>	<b>N</b>	<b>Sim</b>	<b>%</b>	<b>Não</b>	<b>%</b>	<b>Ambíguo</b>	<b>%</b>
EPb	12	03	25,0	03	25	06	50,0
EPv	11	06	54,5	02	18	03	27,2
CE	05	05	100	-		-	-

Conforme observamos neste demonstrativo, alguns professores acreditavam que comiam bem, ao responderem sim à nossa questão inicial:

Eu como. (EPb/E9)

Como. Eu me alimento bem. (EPv/E3)

Eu considero que sim. (CE/E5)

Outro percentual, por sua vez, entendeu que não come bem, justificando suas respostas, que serão apresentadas no decorrer desta análise. A ambigüidade de alguns outros, no entanto, nos chamaram a atenção pelo conflito observado entre um ideal a ser atingido e uma prática ainda distante deste ideal, pois, à proporção que iam

refletindo sobre seus hábitos alimentares, constatavam o quanto estão distantes do que eles mesmos entendem como sendo o ato de comer bem:

Eu tento manter a boa alimentação, mas além do corre-corre, eu tenho problema de tireóide. Eu vivo em constante tratamento... Eu trabalho de manhã e de tarde, e ainda tem a especialização à noite... Aí a alimentação ficou em que lugar? (EPv/E6)

Como. Assim... porque pra comer bem a gente tem que comer de tudo, né? Verduras, frutas, legumes... Na verdade, eu, por verdura, não sou muito assim, né? Não é todo tipo de verdura que eu gosto. Salada? A salada que eu gosto tem maionese... aí já tem a questão da gordura, né? (EPv/E10)

Como. Mais ou menos... Eu como... assim: eu não consigo comer comida normal, entendeu? Eu como muito lanche. Minha alimentação é toda desregulada... Eu como mais no jantar. É sanduíche, salada... alguma coisa assim... (EPb/E7)

O aspecto da qualidade do alimento em oposição à sua quantidade foi abordado na elaboração dessa professora da escola pública, à proporção que buscava compreender a sua relação com a alimento no cotidiano:

Na verdade, eu não sei o que é comer bem, né? Porque tem a questão do comer muito e do que realmente que você come que é saudável. Então eu acho que eu tô no meio, porque a minha alimentação é um pouco saudável e às vezes eu abuso, assim, na quantidade, entendeu? Então, na verdade, eu acho que não. (EPb/E1)

As justificativas destas respostas possibilitaram as representações do ato de comer bem elaboradas pelos professores, evidenciando categorias semelhantes às apresentadas pelos alunos e seus pais, diferenciando em alguns aspectos que denunciam características próprias de uma classe profissional, onde a sobrecarga de atividades se apresenta como um dos inviabilizadores de hábitos alimentares satisfatórios.

Desta forma, comer bem pôde ser entendido pelos professores principalmente como:

1. Comer alimentos saudáveis
2. Comer de forma balanceada
3. Comer em horários regulares

Conforme a tabela explicita:

**Tabela X** – As representações dos professores sobre o ato de comer bem

<b>Escolas</b>	<b>N</b>	<b>Comer alimentos saudáveis</b>	<b>%</b>	<b>Alimentação balanceada</b>	<b>%</b>	<b>Comer em horários regulares</b>	<b>%</b>
EPb	12	06	50,0	05	41,5	07	58,0
EPv	11	07	45,5	04	36,3	08	72,7
CE	05	02	40,0	04	80,0	01	20,0

#### 4.3.1 O alimento saudável

Semelhantemente aos demais sujeitos entrevistados, o ato de comer bem para os professores está ancorado à alimentação saudável, que, por sua vez, ficou objetivada em comer frutas e verduras, conforme suas falas evidenciam:

É comer comida saudável... frutas, verduras. (EPb/E2)

Comer bem é aumentar a quantidade de frutas, verduras... de saladas. (EPv/E1)

Eu acho que se no meio da alimentação tivesse bastante frutas e verduras... eu acho que dentro dessas substâncias que contêm as frutas e verduras é que tem alimentação saudável. (EPb/E12)

Comer bem seria comer mais frutas, verduras, legumes... (EPv/E2)

Uma alimentação com mais frutas, verduras... (EPv/E8)

Eu como bem. Eu gosto muito de fruta e verdura, né? A base da minha alimentação geralmente é fruta e verdura. (CE/E3)

Observa-se, a partir destes depoimentos, que as frutas e verduras incorporam o próprio significado de alimentação saudável. As representações dos alunos e de seus pais também evidenciam esta asserção, conforme apresentado anteriormente, o que nos leva a inferir que as frutas e verduras constituem o principal referencial de alimentação saudável dos sujeitos entrevistados.

A compreensão do que postulam os guias alimentares acerca das orientações sobre a alimentação saudável parece estar ainda muito incipiente entre os sujeitos deste estudo, pois, na realidade, o denominador maior das vivências alimentares saudáveis refere-se à alimentação bem diversificada, em porções equilibradas, conforme a proposta da pirâmide alimentar indica (MAHAN; SCOTT-STUMP, 2005, P.363).

### 4.3.2 Alimentação balanceada

Philippi e Alvarenga *et al* (2004, p.26) postulam que, ter uma alimentação satisfatória significa “comer alimentos saudáveis, ingerindo uma dieta variada e balanceada com nutrientes e calorias suficientes para as necessidades corporais e atividades básicas”.

Esta orientação também foi contemplada pelos professores entrevistados, quando, além das frutas e verduras, acrescentaram que o ato de comer bem também está representado por comer de forma balanceada, de acordo com os parâmetros nutricionais supra-citados, pois, conforme relatam,

Uma alimentação balanceada. Que coma tudo... que você possa comer de tudo. De tudo um pouco, é claro! E alimentação saudável não quer dizer que é pra você comer muito a mesma coisa, e sim, comer um pouco de cada coisa. (EPb/E4)

É uma alimentação balanceada, com todos os nutrientes. As proteínas, as vitaminas necessárias para se balancear. Tomar café, um lanche, um almoço... tem que ter equilíbrio... nada de exagero, né? (EPv/E9)

É comer uma alimentação balanceada... Geralmente é aquilo que é orientado por uma nutricionista, e sem fritura, sem refrigerante... (CE/E4)

É aquela que vai seguir mais ou menos dentro da pirâmide alimentar (CE/E5)

Observamos que a pirâmide alimentar só foi citada por uma professora da creche-escola, o que pode ser atribuído ao fato de que é o único dos estabelecimentos de ensino deste estudo que conta com uma nutricionista em seu quadro de funcionários. Inferimos que um enfoque mais direcionado para uma alimentação equilibrada pode favorecer maior incentivo aos professores para que procurem se informar adequadamente acerca do que é uma alimentação saudável.

Além disso, entender o ato de comer bem em termos de balanceamento dos nutrientes dos alimentos é uma compreensão de natureza mais científica, o que parece ter se refletido na compreensão das professoras da creche-escola de modo mais contundente do que nas outras escolas abordadas, conforme os dados apontados anteriormente levam a entender, já que 80% das entrevistadas fizeram uso desta terminologia para representar o ato de comer bem e a alimentação saudável.

### 4.3.3 Alimentação em horários regulares

A representação do ato de comer bem ancorada em se alimentar em horários regulares caracterizou, conforme entendemos, uma denúncia acerca do quanto os professores estão sobrecarregados por suas jornadas de trabalho, pois a frequência com que foi apresentada nos leva a inferir um sinal de alerta importante.

Observa-se ainda que esta foi uma consideração mais evidente entre os professores da escola pública e da escola privada, o que pode se justificar pelo fato de que as professoras da creche-escola podem fazer suas refeições no próprio trabalho, ou seja, a alimentação que é preparada para os alunos é a mesma consumida pelos professores e demais funcionários. Além de não precisar se deslocar apressadamente de um lugar para o outro para continuar suas atividades, comem nos horários estabelecidos para todos, conforme as orientações da nutricionista, o que nos conduz a inferir um menor grau de comprometimento da regularidade e frequência das refeições.

Isto pôde ainda ser comprovado a partir do depoimento de uma professora da creche-escola que não almoçava no trabalho, como as demais, porque saía apressadamente, conforme seu depoimento explicita:

Já saio de casa, deixo a comida pronta... Então, pra eu chegar em casa e almoçar, 1 hora da tarde, ainda pra preparar o dos filhos também?... é aquele corre-corre mesmo. Aí você tem que esquentar o arroz, o macarrão, uma carne, um frango... e acaba deixando de lado a parte das verduras, que tem que ser feito na hora, lavadinho e tudo. Mas quando eu tenho tempo... é bem melhor! (CE/E2)

A falta de tempo para alimentar-se satisfatoriamente foi um dos principais motivos apresentados pelos professores, principalmente os da escola pública e da escola privada, para não terem uma alimentação saudável. Suas falas explicitam claramente este ponto:

Eu acho que eu não como bem até por conta dos horários de trabalho, o próprio cotidiano, a rotina, não deixa você ter disponível uma alimentação mais saudável, né? (EPb/E1)

Além das exigências próprias da atividade do professor, deslocar-se de uma escola para outra em razão da necessidade de manter dois empregos foi uma das constatações no contexto da escola pública, muitas vezes precisando percorrer longas distâncias, e, ainda, em transporte coletivo, o que demandava muito tempo, além do desgaste em virtude da má alimentação e ao cansaço:

Eu não diria que eu como bem porque... (risos) quem trabalha os dois horários em escolas diferentes, não tem uma boa alimentação, né? Nenhum horário em que realmente deveria acontecer... (EPb/E8)

Bom, eu acho que não como bem porque a pressa não deixa, né? É um corre-corre... porque eu tenho que ir pra outra escola, que é bem distante, e não dá tempo nem mastigar direito. Na nossa profissão é muito difícil... Você trabalha dois expedientes... é difícil... (EPb/E2)

No contexto da escola privada, o corre-corre foi mais atribuído à dupla jornada de trabalho e às exigências da faculdade, conforme suas falas podem evidenciar:

Não. A minha alimentação não é boa. Eu tenho poucas refeições ao dia. Acho que muito por causa da minha rotina... eu tenho uma rotina muito puxada! Eu trabalho pela manhã, tenho faculdade à tarde. Então, a única refeição que eu posso considerar como uma refeição é o almoço. Só. (EPv/E5)

Aí o corre-corre termina que acaba não dando tempo pra comer. Aí eu não como nada de manhã, e no almoço faço aquele prato! Aí depois, às vezes, ainda como alguma coisa na cantina, né? E ainda vou à faculdade à noite, e aí chego pra comer, pra jantar, só às dez e meia, onze horas... (EPv/E11)

Além da exigüidade de tempo, a falta de dinheiro também foi apontada como um dos comprometedores da alimentação satisfatória entre os professores da escola pública:

Alimentação saudável seria assim: bastante fruta, bastante verdura... Você ter tempo pra se alimentar... Porque muitas vezes a correria não nos permite isso, né? Ter alimentação com calma. A mastigação como deve ser... O estresse deixa a gente até sem fome! E tudo isso influi numa boa alimentação. Entra o tempo, e também a parte financeira, né? E nem sempre a gente tá com dinheiro disponível pra comprar aquela alimentação boa... (EPb/E6)

Segundo Phillipi *et al* (1999, p.24), pode-se denominar a alimentação saudável como sendo aquela que é planejada, contendo alimentos de todos os tipos, de procedência conhecida, e ainda, de preferência, naturais e preparados de forma a

conservar o valor nutritivo e o sabor dos alimentos. Acrescentam ainda essas autoras que os alimentos devem ser quantitativa e qualitativamente adequados, “consumidos em refeições, em ambientes calmos, visando à satisfação das necessidades nutricionais, emocionais e sociais, para promoção de uma qualidade de vida saudável”.

Estes depoimentos nos levam a refletir sobre a falta de respeito aos professores, quando lhes são impossibilitadas as condições mínimas de poderem exercer as atividades profissionais de forma plena e satisfatória. Além dos aspectos referentes às questões salariais, à sobrecarga de trabalho e à alimentação insatisfatória, as suas naturais conseqüências comprometem significativamente a qualidade de vida destes profissionais, conforme pudemos observar, tanto na esfera pública quanto no contexto privado.

## 5 UM DOIS, FEIJÃO COM ARROZ – Análise dos hábitos alimentares dos alunos e componentes familiares

Dez entre dez brasileiros preferem feijão  
 esse sabor bem Brasil  
 verdadeiro fator de união da família  
 esse sabor de aventura  
 famoso pretão maravilha  
 faz mais feliz a mamãe, o papai  
 o filhinho e a filha

Dez entre dez brasileiros elegem feijão!  
 puro, com pão, com arroz  
 com farinha ou macarrão  
 macarrão, macarrão!  
 É nessa horas que esquecem dos seus preconceitos  
 gritam que esse crioulo  
 é um velho amigo do peito

Feijão tem gosto de festa  
 é melhor e mal não faz  
 ontem, hoje, sempre  
 feijão, feijão, feijão  
 o preto que satisfaz!

Gonzaguinha

A idéia de investigar os hábitos alimentares dos alunos das três escolas partiu da curiosidade acerca de quais são os alimentos mais freqüentes no cotidiano destas crianças. Para isto, perguntamo-lhes a respeito do que geralmente comiam no café-da-manhã, o que merendavam na escola, sobre o almoço, a merenda em casa e finalmente o jantar. Indagamos ainda se suas rotinas alimentares eram objeto de alterações nos finais de semana e nas férias, e, caso a resposta fosse afirmativa, quais eram estas mudanças. Objetivando incrementar a coleta de dados, foi-lhes pedido que desenhassem cinco alimentos de que mais gostassem e cinco que menos apreciassem. As entrevistas com os pais também contemplaram os hábitos alimentares da família, o

que favoreceu o confronto com as informações fornecidas pelas crianças e o incremento dos dados acerca das vivências alimentares.

A análise deste material não contemplou as variáveis nutricionais dos alimentos citados, pois, além de não ser o objetivo do trabalho, faltava-nos competência técnica para este propósito.

A análise se propôs a contemplar aspectos relacionados à regularidade dos alimentos citados, além das evidências socioeconômicas e culturais dos hábitos alimentares dos alunos e de seus pais, compondo assim um referencial das vivências familiares do comportamento alimentar destes sujeitos entrevistados.

### **5.1 O café-da-manhã**

A primeira refeição do dia, ou ainda, o desjejum, é compreendida como a que deve ser nutricionalmente mais completa. Lucas (2005, p.262) cita diversos estudos que evidenciam a importância do café-da-manhã para um melhor desempenho escolar. Castell (2004, p.46) pondera que o café da manhã deveria representar entre 15% e 20% das calorias ingeridas durante o dia. Phillipi e Alvarenga (2004, p.25), por sua vez, já atribuem a esta refeição a necessidade de que sejam contempladas 25% das calorias diárias necessárias ao organismo. Diz o adágio popular que “devemos tomar o café-da-manhã como um rei, almoçar como um príncipe e jantar como um mendigo”. O desjejum caracteriza aquela alimentação que fornecerá a energia propulsora do organismo, ou seja, é a fonte de nutrientes que será responsável pelos primeiros movimentos do dia. No caso das crianças, ir para a escola e todo o ritual que precede este ato, já favorecem o gasto de boa parte dessa energia, que deverá ser reforçada na hora da merenda, no intervalo entre as atividades escolares.

Os hábitos alimentares das crianças nesta primeira relação do dia com a comida, como também nas posteriores, evidenciaram significados que apontam para a cultura alimentar de cada família. Devemos levar em consideração ainda as preferências individuais dos sujeitos e as variáveis econômicas que favorecem o consumo de um determinado alimento ou de outro.

O café, o pão e o leite, citados como os alimentos mais freqüentes no desjejum dos alunos da escola pública (60%, 50% e 40% respectivamente)<sup>59</sup>, fazem jus à terminologia comumente utilizada para denominar este momento: o café-da-manhã. No contexto da escola privada e da creche-escola, os hábitos trazem novos elementos que, acrescentados aos citados anteriormente, evidenciam peculiaridades próprias da classe social e dos valores que a caracterizam.

O consumo do achocolatado, do sanduíche e dos cereais matinais foi uma evidência presente apenas na escola privada e na creche-escola. A presença de elementos que vão além do café-com-leite e pão simbolizam a possibilidade de ampliar o potencial energético da refeição, o que pode evidenciar tanto um maior grau de conhecimento dos pais acerca das necessidades nutricionais de seus filhos como a influência da mídia sobre os hábitos alimentares da classe média e ainda a praticidade destes alimentos que são de fácil preparo e favorecem a rápida ingestão.

No caso deste estudo, a praticidade da utilização de alguns alimentos evidenciou-se como uma necessidade dos pais da escola privada e da creche-escola, que, em virtude da correria do dia-a-dia, justificam a utilização dos preparados instantâneos no desjejum de seus filhos, conforme suas falas evidenciam:

No café da manhã... não comemos muito bem não. De manhã é corrido. Tomamos um leite com nescau... e ele (o filho) também. (EPv/P7)

O café da manhã geralmente é uma vitamina... eu só tomo um cafezinho. Depende do tempo que a gente tiver... Às vezes a gente perde o horário, e aí fica difícil... (EPv/P8)

(...) Às vezes, de manhã, eles não querem comer frutas, né? Aí você pega o chaminho<sup>60</sup>, que é mais prático, entendeu? Vamos comer um chaminho! Vamos tomar aqui um cereal! Daqueles de nescauzinho, com leite, que mesmo não sendo saudável, pelo menos tem leite, né? E às vezes a gente acaba fazendo um pouco os gostos que é prá ver se as crianças se alimentam... (CE/P8)

O café da manhã é um transtorno... É aquele horário horrível, em cima da hora, atrasada, atrasada, né? (CE/P3)

Então é sempre assim: leite com Sustagem<sup>61</sup> ou então leite com Nescau. Agora a irmã dele já vai pro cereal. E eu... é desse jeito: saio correndo de manhã, só como na escola. (EPv/P9)

<sup>59</sup> Dados apresentados em apêndice.

<sup>60</sup> Iogurte fabricado pela Nestlé. [www.nestle.com.br](http://www.nestle.com.br).

<sup>61</sup> Complemento alimentar fabricado pela Mead Johnson <[www.meadjohnson.com.br](http://www.meadjohnson.com.br)>

O desjejum dos alunos da escola pública já apresenta características diferentes. O corre-corre comentado anteriormente já não é tão evidente, tendo sido relatado apenas na fala de uma mãe:

Em período de aula é o corre-corre... Eu acordo muito cedo prá fazer o almoço e a merenda, né? Prá ela vir pra escola. Ou eu faço um mingau ou então faço uma vitamina de banana. Às vezes ela só toma o leite. Aí, quando é nove horas, ela lancha na escola. (EPb/P15)

O corre-corre relatado por estes sujeitos é uma condição dos dias atuais que interfere significativamente nos hábitos alimentares da população, principalmente nos grandes centros urbanos. Garcia (1994) investigou acerca das representações sociais da comida no centro da cidade de São Paulo e observou que as práticas delineadas pela dinâmica da vida urbana são fatores preponderantes na escolha dos alimentos e na forma de comer.

O mesmo podemos inferir quando os pais entrevistados neste estudo afirmam-se tomados por esta correria cotidiana que interfere sobremaneira nas suas vivências alimentares. Este aspecto também foi observado no cotidiano dos professores, conforme apresentamos no capítulo acerca das representações do ato de comer bem elaboradas por estes sujeitos. Mais significativo ainda foi constatar que uma das mães da escola privada que citou a falta de tempo para se alimentar corretamente é professora de uma escola pública, e a única mãe da escola pública que apresentou o mesmo quadro é auxiliar de professora de uma escolinha privada de Educação Infantil. Certamente, comer às pressas não é um infortúnio apenas dos professores, mas um reflexo do estilo de vida globalizado, conforme afirma Bleil (1998) no seu estudo sobre o padrão alimentar ocidental. Foi possível constatar, porém, o quanto a falta de tempo acarreta os maus hábitos alimentares e, conseqüentemente, outros transtornos que comprometem o bem-estar dos nossos sujeitos.

## **5.2 Merendar na escola**

Conforme explicitado anteriormente, o critério mais importante para escolher as escolas que serviram de referencial para este estudo foi o das diferentes experiências

que mantinham com a alimentação, a fim de observar como as vivências alimentares ocorrem no ambiente escolar e o que estes diferentes contextos educacionais apresentam em comum quanto à hora da merenda, e em quais aspectos diferenciam.

O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) teve origem na década de 1940, a partir da primeira proposta do Instituto de Nutrição, tendo sido impedida de se concretizar por questões políticas e financeiras. Em 1954, no final do governo de Getúlio Vargas, um programa de alimentação escolar em âmbito nacional, sob responsabilidade pública, levou, no ano seguinte, à regulamentação da Campanha da Merenda Escolar, dando um novo impulso ao programa. Esta campanha foi passando por algumas reformulações até se chamar Programa Nacional de Alimentação Escolar, como é conhecido atualmente.

O direito à alimentação escolar para todos os alunos do Ensino Fundamental foi assegurado em 1988, a partir da promulgação da Constituição Federal, tendo sido posteriormente integrados os alunos da Educação Infantil e das creches. A princípio, o órgão federal gerenciador do PNAE era o responsável pela compra e distribuição dos alimentos, o que originou muitas dificuldades relacionadas ao controle de qualidade, armazenamento e transporte. De 1993 a 1998, o programa foi descentralizado, significando a transferência da execução do PNAE do plano federal para os contextos estaduais, distrital e municipais, que passaram a receber os recursos diretamente do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE) para a execução do programa. Desta forma, a aquisição dos produtos e a elaboração dos cardápios passaram a ser de responsabilidade dos estados, municípios e DF, monitorados por nutricionistas habilitados e supervisionados pelo Conselho de Alimentação Escolar (CAE). A proposta se baseava no princípio de que deveriam ser respeitados os hábitos alimentares locais, como também a vocação agrícola de cada região<sup>62</sup>.

Observou-se neste estudo que merendar na escola pública significa entrar em contato com uma oferta diária semelhante de alimento para todos os alunos. A criança não tem muitas opções para o que prefere comer, conforme o seu paladar. Ela pode optar entre as opções de comer ou não comer o que é oferecido pela escola, comprar

---

<sup>62</sup> [www.fnde.gov.br](http://www.fnde.gov.br)

na venda ambulante que se faz presente na hora do recreio, ou ainda trazer a merenda de casa.

O depoimento de uma professora da escola pública expressou de forma contundente a situação daqueles alunos que não podem escolher outros itens, a não ser a merenda oferecida na escola:

Eu vejo assim, que eles são obrigados a comer aquilo que tem, né? Na maioria das vezes eles reclamam: Ah, tia, hoje é suco de novo! Hoje é biscoito de novo! Mas é assim... é o que eles têm, e eu acho que de uma certa forma eles têm que se alimentar daquilo mesmo. Ou fome, ou então come! Infelizmente... (EPb/E11)

O cardápio da merenda escolar, administrado pelo setor responsável da Prefeitura, elaborado por nutricionistas, muitas vezes não favorece a diversificação dos alimentos. Segundo depoimento da diretora da escola pública, isto acontece por questões financeiras e administrativas, e não por falta de competência dos profissionais que elaboram os cardápios.

Sturion (2002), em estudo avaliativo do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), constatou que alunos com idade entre sete e dez anos, do sexo masculino, participam mais do programa alimentar, sendo destes os consumidores mais freqüentes os com nível socioeconômico baixo, não usuários das cantinas existentes nas escolas e, principalmente, com déficit de peso. Aponta ainda que, entre os motivos mais citados para justificar a recusa da refeição, o mais evidente era o de que não gostavam do que era servido, o que, segundo essa autora, pode estar relacionado com o tipo de alimento oferecido.

Mesmo não tendo sido o nosso interesse neste estudo avaliar o grau de satisfação dos alunos da escola pública com relação à merenda escolar, este aspecto emergiu das falas dos sujeitos entrevistados, o que reflete o quanto ainda há por se fazer para que os objetivos da proposta da merenda escolar sejam plenamente atingidos, ou seja, propiciar aos estudantes 15% de suas necessidades diárias de nutrientes a fim de minimizar os problemas relacionados à desnutrição desta clientela.

A ausência de infra-estrutura ideal na escola também é um ponto importante a ser considerado, pois faltam geladeiras suficientes, além de espaço adequado na despensa para acondicionar os alimentos. Muitas vezes, conforme depoimento da vice-diretora

desta escola, os professores e os pais de alunos fazem uma cota para comprar alguns complementos a fim de incrementar a merenda, conforme a própria fala:

A parte de... temperar bem a comida deles... a gente faz o que pode. Às vezes pede para os pais trazerem verduras, ou então nós mesmas compramos, junto com a comunidade. Hoje teve o Maria Isabel... então a gente comprou cheiro verde, tomate, pra fazer uma comida saudável pra eles né? Pra eles gostarem, se sentirem bem e comerem. Ontem mesmo, que eu sabia que hoje era Maria Isabel, eu vi ali a feirinha, aí a gente compra tomate, alho, cebola, cheiro verde, pimentão. Eu dou dinheiro, elas compram pra fazer a merenda. Aí às vezes quando a gente não tem tempo de avisar pros pais, aí a gente pede às crianças, aí os pais mandam o cheiro verde, mandam um tomatezinho, um pimentão, e assim a gente vai organizando...

E ainda, segundo a vice-diretora, esta é uma das escolas públicas mais bem assistidas na região, em virtude da organização e do trabalho da Diretora, que, segundo afirma, é bastante atuante e está sempre alerta para que as necessidades dos alunos sejam atendidas da melhor maneira possível.

Observamos a partir destes relatos o esforço que muitas vezes é preciso fazer para ter assegurado o que, na realidade, é um direito garantido da criança: uma boa educação e uma alimentação complementar no ambiente escolar.

Os relatos das crianças da escola pública deste estudo favorecem uma noção de como vivenciam suas relações com a merenda no ambiente escolar. Dos 20 (vinte) alunos entrevistados, 12 (doze) merendam exclusivamente o que é oferecido pela escola. Destes, seis afirmam gostar de todos os alimentos servidos, que variam, segundo seus depoimentos, entre *bat-gut*<sup>63</sup> com bolacha, sopa, ovo, arroz, feijão, farofa e mingau de milho. Os demais comem o que for oferecido, mesmo sem gostar. A sopa é o alimento que apresenta maior índice de rejeição, em razão, segundo os argumentos dos próprios alunos, das verduras e legumes que a compõem.

Conforme os dados apresentados, 60% dos alunos entrevistados fazem uso da merenda servida na escola. Os demais, ou trazem a merenda de casa, ou compram na escola, que, apesar de não ter cantina, favorece a permanência de uma venda ambulante de alimentos, dentre os quais foi constatado, em observação feita na hora da

---

<sup>63</sup> Espécie de iogurte produzida pela Yoplait. Observe-se que a tradução desta palavra para o português significa “tripa de morcego”, razão provável pela qual este nome foi retirado do rótulo das garrafas.

merenda, a venda de salgadinhos em pacotes (*Cheetos, Ruffles*), pipoca, coxinhas, biscoitos recheados, bolos, din-din<sup>64</sup>, balas, chicletes, bombons de chocolate etc.

Para alguns alunos, esta oferta alternativa de merenda, ou a possibilidade de trazer alguma coisa de casa, quando as condições financeiras da família favorecem, são utilizadas eventualmente, segundo suas falas:

(...) Às vezes eu compro a merenda aqui na escola... é coxinha, din-din, xilito... (EPb/A6)

Merendo da escola... mas tem dia que eu trago merenda. Eu trago xilitos, biscoito... (EPb/A11)

Hoje eu trouxe... merenda de casa. É... banana. (EPb/A2)

É que às vezes eu não gosto, né? É sopa, sopa, suco... Todo dia tomando suco aqui...a escola sempre dá... às vezes eu gosto. Aí a minha mãe manda merenda de casa, às vezes... Porque todos os dias eu lancho, tomo o meu suquinho, como biscoito... e fico comendo lá, no refeitório. (EPb/A7)

Os pais dos alunos da escola pública geralmente percebem a merenda servida na escola como satisfatória, tomando o grau de aceitação de seus filhos como referencial para elaborar esta avaliação acerca da merenda escolar, conforme seus depoimentos:

Meu filho fala bem. Ele come... não reclama não. Ele aceita tudo o que dão. Ele come bem, é bom de boca...(EPb/P19)

Meus filhos gostam ... Eles gostam é muito da merenda daqui. Toda vez quando chega em casa eles me diz: mãe, eu merendei isso, aquilo... eles me diz. Quando chega sábado, domingo, eles fica até querendo vir pra cá. Aí eu digo: menino, hoje é sábado... só tem aula segunda-feira! Eles querem vir pra brincar, estudar... eles gostam muito. E da merenda... eles gostam muito também... (EPb/P7).

Segundo narra esta mãe, os filhos sentem falta da merenda escolar até mesmo nos finais de semana. Observamos, no entanto, como o valor da merenda não está exclusivamente atrelado à carência e à fome dos alunos, pois se pode verificar a ênfase conferida ao prazer que a criança sente em vir para a escola para brincar e aprender. Esta constatação é também elaborada por Bezerra (2002), quando assegura em sua tese que a merenda escolar não é o fator primordial que motiva as crianças a virem para a escola.

---

<sup>64</sup> Espécie de picolé acondicionado em saquinho plástico, muito comum nos bairros de periferia de Fortaleza, também conhecido por sacolé.

A preferência das crianças por um alimento ou outro também foi um demarcador apresentado pelos pais da escola pública quanto à aceitação da merenda escolar, sendo a dificuldade das crianças em comer verduras o principal argumento apresentado em suas falas:

Tem dias que minha filha diz que gosta. Gosta mais quando é iogurte, é... bolacha... Quando é o dia que tem bolachinha ela diz que gosta. Ela diz que às vezes não gosta quando é sopa, porque tem verdura. Então, às vezes ela não gosta. (EPb/P5)

É muito bom, né? (a merenda) Mas a minha menina, ela não merenda a merenda daqui. Eu já perguntei por que é... Eu acho que a merenda daqui é boa de qualidade. Mas... ela não come. Quando é bat gut, às vezes ela diz que bebe... mas às vezes ela não bebe. A sopa? Ela também não gosta de sopa. (EPb/P11)

Ela nunca merenda daqui, nunca. Eu brigo até com ela. Eu digo: minha filha, tu tem que comer a merenda da escola... – mãe, eu não gosto, não gosto! Então eu não posso fazer nada. Fica difícil, porque ela não gosta muito de verdura. Ela diz que a sopa daqui tem muita verdura... (EPb/P12)

As falas destes pais acerca das preferências alimentares de seus filhos denunciam o quanto o sistema de merenda escolar precisa levar em consideração, além da oferta regular dos alimentos, o valor nutricional, o sabor, a forma de preparo e a apresentação.

Sabe-se que as frutas, os legumes e as verduras são alimentos saudáveis, e por isso mesmo devem compor a dieta diária, principalmente de crianças, que estão em desenvolvimento (LUCAS, 2005), no entanto, é preciso haver um exercício de criatividade dos pais e, no caso da merenda escolar, das merendeiras, no preparo de alimentos que utilizem as verduras na composição dos pratos, conforme dá a entender uma mãe:

Fica difícil minha filha tomar a sopa porque ela não gosta muito de verdura. Ela come verdura quando eu bato no liquidificador... aí ela come.(EPb/P12)

Supõe-se ainda que um trabalho de conscientização acerca do valor dos alimentos, envolvendo a criança na escolha e na sugestão da sua forma de preparo, considerando seu nível de compreensão e os aspectos lúdicos utilizados, seja uma possível forma de atingir maior aceitação da merenda escolar, mais especificamente,

da sopa, que reconhecidamente se trata de um alimento rico em nutrientes e que pode ser muito saboroso.

Este trabalho demandaria o envolvimento de toda a comunidade escolar, desde as merendeiras, no preparo diário dos alimentos, até os professores, pais e alunos, quando, por exemplo, poderia haver trocas de receitas diversificadas que utilizassem os recursos de que a escola dispõe para o preparo da merenda. Este exercício poderia produzir ainda um maior envolvimento de todos na solicitação de alimentos que tragam benefícios para o desenvolvimento satisfatório das crianças, e ainda favoreçam uma maior conscientização acerca do valor cultural perpassado nos nossos pratos típicos, que são acessíveis, pois são de produção de nossa terra, além de poderem ser muito saborosos, dependendo da forma como são preparados.

Até mesmo a proposta deste exercício de criatividade no preparo dos alimentos, no entanto, fica difícil quando acontece o não-cumprimento do direito da criança à alimentação na escola, conforme denuncia uma das mães:

A merenda ainda tá...eu acho que ela ainda tá fraquinha, porque... quando tem a merenda, as merendeiras fazem direitinho, balanceado, né? Um dia é de um jeito, noutra semana de outro jeito, outra semana de outro... Mas quando tem. Quando não tem... aí vai... é só em casa mesmo! (EPb/P16)

Outro aspecto abordado por uma das mães da escola pública foi o referente à higiene dos utensílios utilizados para servir a merenda escolar, conforme sua fala:

Eu não gosto que eles coma não. Nem eles mesmo gostam porque... eles dizem: mãe, os copos ficam no chão... as colher ficam no chão, mãe. Aí as crianças merenda e elas vão dando pro outro... Você sabe, né? Há mesmo essas coisas... Aí eles dizem: mãe, as coisas ficam tudo no chão... as tias bota as colher assim, assim... aí as crianças pega... só lava e dá pras crianças de novo... Eu não gosto que eles merende não... (EPb/P4)

Durante as observações realizadas na hora da merenda na escola pública, foi possível perceber situações semelhantes a essa relatada por esta mãe. O ritmo acelerado para atender todas as crianças em tempo hábil, servir a merenda e ainda liberá-las para brincar no recreio favorece o fato de não ser viável higienizar todo o material utilizado adequadamente; ou seja, junta-se todo o material na lavanderia e se passa água rapidamente a fim de retirar o excesso deixado pelos anteriores. As

merendeiras se esforçam como podem para atender todos a tempo, e muitas vezes apelam para os auxiliares de limpeza que colaborem na entrega da merenda aos alunos. Os professores ficam observando os seus alunos merendarem, tentando manter a disciplina que muitas vezes é tumultuada por alguns alunos mais exaltados.

Estes são alguns motivos apresentados pelos pais a respeito da não-utilização da merenda servida na escola, o que justifica mandarem a merenda de casa ou entregarem dinheiro aos filhos para que comprem na venda ambulante existente na escola, conforme suas falas ainda sugerem:

Meu filho traz o dinheiro. Ele diz que não gosta da merenda daqui não. É alguma vez que ele come, mas não é muito chegado não...Então ele come bolo... ele compra da mulher ali. Aí eu dou um real a ele todo dia, todo dia. Todo dia é um real. (EPb/P6)

Às vezes eu dou um dinheiro à minha filha. Dou cinqüenta centavos a ela aí ela compra xilitos, coxinha, umas coisas que tem aí na venda. (EPb/P5)

A hora da merenda na escola privada que serviu como referencial para este estudo favorece aos alunos e seus pais a possibilidade de escolher o que pretendem comer, ou ainda, no que concerne àqueles pais que ainda controlam a compra da merenda, o que seus filhos comam. Muitas vezes, porém, estas escolhas não são unânimes, ou seja, os filhos querem comer uma coisa e os pais querem oferecer outras.

A possibilidade de utilizar a cantina da escola ou a opção de trazer merenda de casa são as opções neste contexto escolar. Observou-se, a partir das falas dos pais, que a alternativa da utilização da cantina, muitas vezes forçada pela pressão que os filhos fazem para não trazer comida de casa, não é satisfatória porque, segundo suas falas, não corresponde ao que se deve oferecer como alimentação saudável para crianças em desenvolvimento:

Eu prefiro trazer a merenda de casa porque eu não acho que a cantina do colégio tenha alimento saudável pra criança. A gente faz um acordo. Porque ele vê os amiguinhos comendo tipo... biscoito. É como eu te falei: ele é uma criança... eu não posso exigir que ele coma só coisas que eu como... tem a idade, né? Eu também não posso ser tão... radical com ele! Aí, se ele quiser trazer o biscoitinho dele, aí de manhã lá em casa ele come bananinha amassadinha. (EPv/P1)

Foi mais pra ele ter uma alimentação mais saudável, porque na infância eu posso segurar, né? Enquanto eu consigo... Agora, eu tô sentindo que um pouco, mais um ano, e ele vai começar a querer comprar na escola... Porque eu acho que na escola

ainda não tem esse trabalho direcionado, pra ver as lanchonetes... pra umas coisas um pouco mais saudáveis. Porque a gente vê muitas frituras, refrigerantes, sorvetes... (EPv/P7)

Minha filha traz a merenda de casa, mas principalmente porque o que é ofertado na cantina, a meu ver, não tem a qualidade que ela precisa, porque não tem fruta, não tem iogurte, tem mais massa. Aí ela traz de casa... (EPv/P11)

A pressão que os alunos fazem para não levar merendeira de casa e sim comprar a merenda na cantina é muito bem explicada por esta mãe de aluno da escola privada:

Aí é a história de que, quando saiu do ensino infantil para o ensino fundamental, né? Quando ele foi para a 1ª. Série, aí começa pela própria lancheira, né? Disse que não era mais bebê e que não ia levar lancheira... porque queria realmente ela levar o dinheiro, e queria o lanche da cantina. (EPv/P9)

E a tentativa desta mãe de acompanhar as escolhas que o filho faz na cantina, buscando orientar para que se alimente do modo mais saudável possível, o que fica muito difícil pelas opções que a cantina favorece:

Às vezes eu digo: filho, o que é que tu tá lanchando? Porque eu sempre acompanho... O que tu lanchou hoje? Aí ele acaba dizendo que lanchou uma empada, que lanchou uma fatia de pizza, né? E eu acabo dizendo: filho, porque tu não pede um suquinho de frutas? Aí ele diz que de vez em quando pede um suquinho de caju. (EPv/P9)

Parece realmente ser uma batalha cotidiana dos pais contra o tipo de alimento oferecido na cantina, que, segundo a fala de uma das mães, é muito difícil argumentar com os filhos por uma escolha alimentar mais saudável, quando o apelo na cantina apresenta de modo mais evidente os alimentos ditos não saudáveis:

Eu acho que a escola não oferece uma cantina que tenha uma opção saudável de lanche. É... a gente olha, aí você vê logo os cartazes. É muito chamativo, né? Refrigerante, salgadinho... Não tem um biscoito, não tem cereais, não tem iogurte. Não tem as coisas que realmente são nutritivas pra criança. Por isso que eu faço questão de que pelo menos até a 4ª. série elas tragam lanche de casa. (EPv/P6)

Observa-se ainda que esta afirmação de que a cantina vende alimentos não saudáveis é também reconhecida por alguns alunos, que, de forma indireta, parecem reconhecer que não estão fazendo as escolhas alimentares mais adequadas, conforme suas falas evidenciam:

Eu compro a merenda na cantina porque... ora, porque é mais fácil comprar o lanche! Mas também tem a questão dos alimentos... eles são mais gordurosos... (EPv/A9)

Eu trago a merenda de casa. Mas... tem dias que eu compro sorvete. Mas eu não compro refrigerante não... (EPv/A6)

Semelhantemente, alguns professores da escola privada relataram situações em que sentiram sua saúde ameaçada em virtude da utilização da cantina, dando a entender que o que esta oferece não é saudável:

É difícil eu comprar lanche na cantina. Essas frituras, o óleo, já me dá dor de cabeça... fico mais empachada... fico com um gosto ruim na boca... me dá logo uma gastura. Eu evito comer essas coisas da cantina. (EPv/E10)

Aí o corre-corre termina que acaba não dando pra comer... aí eu não como nada de manhã, e no almoço, faço aquele prato! Aí depois, às vezes ainda como alguma coisa na cantina, né? Aumentei o meu peso no último ano agora, né? Atribuo isso... ao uso da cantina... como muito salgado... (EPv/E11)

A coordenadora pedagógica da escola privada, apesar de reconhecer que muitos alimentos oferecidos na cantina não favorecem uma alimentação mais nutritiva, justifica a manutenção do estabelecimento pela solicitação de alguns pais, que, após uma atitude radical da escola de não ofertar os ditos alimentos não saudáveis, solicitaram que voltassem a oferecê-los porque senão seus filhos ficariam sem alternativa do que comer, conforme depoimento da própria coordenadora pedagógica:

(...) A gente já ousou retirar esse lanche que a gente considera não ser saudável. Só que a gente teve uma contrapartida dos pais, que não foi positiva. Porque o que é que eles colocam: meu filho saiu de casa sem tomar café. Então se ele não encontra na cantina alguma coisa que ele goste pra comer, ele chega em casa com fome. E o que vocês estão oferecendo no momento... A gente fez esse teste, que durou apenas dois dias, e no segundo dia a gente teve a resposta negativa dos pais. Então, muitas vezes, o que é que a gente percebe, que os pais preferem que eles comam pra matar a fome, independente do que se esteja comendo. Infelizmente, ou felizmente, a gente tem que satisfazer o nosso público, né? o povo que a gente trabalha...

Conforme nossas observações de campo, porém, constatamos que a cantina da escola é bastante diversificada, oferecendo opções que possibilitam favorecer a escolha dos pais e alunos. Segundo a diretora pedagógica, apesar de a cantina oferecer também o lanche saudável, a procura maior é pelo alimento reconhecido como não

saudável, causando muitas vezes até prejuízo para o administrador do estabelecimento, conforme sua fala:

A gente dispõe de outro lanche. A gente tem a fruta, tem a salada de frutas, tem o suco, tem o pão integral, o sanduíche natural, né? com verdura, com ricota, o que a gente considera que seja mais saudável. Mais do que o cheetos, mais do que o salgadinho, a fritura...Então a gente oferece as duas coisas. Agora, sem dúvida nenhuma, a procura é infinitamente maior pelo lanche que não é saudável, né? que a gente não considera saudável. Sem dúvida nenhuma.

Quando a gente faz as reuniões mensais, inclusive com o gerente da cantina, o que ele coloca é isso: gente, muitas vezes, eu perco, o sanduíche natural vai pro lixo, porque vence, e o aluno não compra. A minha fruta apodrece na geladeira, tem aquela geladeira com a tampa de vidro que eles podem ver o que tem dentro, e os alunos não compram. Eu vendo pros funcionários... e pros que estão de dieta! Ainda tem mais isso! Né? Pra os funcionários que estão fazendo dieta pra perca de peso mesmo. Mas pra aluno, normalmente não. A opção existe pelo menos.

Os depoimentos dos alunos da escola privada sobre suas preferências alimentares na hora da merenda apontam um quadro que parece satisfazer tanto aos filhos quanto aos pais. Dos 14 alunos entrevistados, cinco merendam da cantina, dois trazem merenda de casa e sete utilizam as duas opções, ou seja, tanto compram na cantina quanto trazem de casa.

As opções dos alunos que compram a merenda da cantina são as mais diversas, conforme suas falas apontam:

Um pastel de forno, um suco de jandaia. O pastel de forno tem queijo e presunto e eu gosto... Mas só que meu pai não compra mais isso. Ele compra hambúrguer... suco... essas coisas. (EPv/A4)

Aqui na escola eu como um pedaço de bolo com suco jandaia. (EPv/A13)

E a justificativa de um aluno por escolher merendar da cantina, apesar de ter noção de que está escolhendo um lanche não saudável, é algo que chama a atenção:

Eu compro a merenda na cantina porque... ora, porque é mais fácil comprar o lanche! Mas também tem a questão dos alimentos... eles são mais gordurosos... (...) Eu escolho cheetos, refrigerante... às vezes balas, bolo, pipoca, chocolate... (EPv/A9)

E os alunos que optam tanto por trazer a merenda de casa quanto por comprar na cantina têm como suas preferências os seguintes alimentos:

De casa, eu trago biscoito de chocolate, refrigerante... e da cantina, eu compro um pastel e guaraná. (EPv/A10)

De casa eu trago um suco, um bolo... e às vezes eu compro na cantina: um suco, um pão de queijo... (EPv/A7)

Na cantina eu tomo Kapo<sup>65</sup> e Tot's<sup>66</sup>. E às vezes minha mãe manda uma maçã e um suquinho natural. (EPv/A8)

E ainda o depoimento de uma aluna que prefere trazer a merenda de casa, que, conforme se pode observar, mesmo não optando por merendar da cantina, as tentações que ela oferece são irresistíveis.:

Trago pra merendar muitas coisas... Às vezes é sanduíche, que eu trago é muito... E também às vezes... um dia, eu trouxe pra comer salada de frutas. Eu gosto muito de salada de frutas... Gosto também de chocolate branco que tem aqui na cantina. (EPv/A1)

E apenas uma criança da escola privada que citou o dia do lanche saudável, que, conforme proposta da escola, deverá pelo menos ser na sexta-feira.

Biscoito. Às vezes, quando é dia de alimentação saudável, minha mãe manda o pão com manteiga. (EPv/A11)

A escola privada investigada neste estudo traçou um programa de conscientização acerca da alimentação saudável que propõe aos alunos que, pelo menos às sextas-feiras, tragam alimentos saudáveis para a hora da merenda, conforme explicitado pela coordenadora pedagógica:

Então se trabalha uma vez por semana na escola. A gente começa com um texto, explicando o valor dos alimentos, o valor energético, o valor de vitaminas... o valor... principalmente de frutas, de verduras, da carne magra, né? Isso tudo se trabalha com eles, e desde o início do ano se faz a conscientização mesmo com eles a esse respeito. E logo em seguida a gente começa a trabalhar. A partir da quinta-feira todos os alunos de primeira a quarta recebem o recadinho lembrando que no dia seguinte é dia de lanche saudável. Então o que é que a gente pede? Que eles tragam o lanche de casa. Uma fruta... ou troque o refrigerante pelo suco... Troque o sanduíche pela fruta. Ou então troque o salgadinho pelo que é mais saudável... Então, a gente faz esse trabalho, tem surtido um bom efeito, porque a gente conta com a colaboração das professoras, dos professores nesse processo... Como é que se faz? É... na sexta-feira, o professor junta todos os alunos e faz um piquenique, então junta o que todos trouxeram, se reparte esse lanche, se trabalha dessa forma. Até

<sup>65</sup> Bebida produzida pela The Coca-Cola Company oferecida em cinco sabores diferentes de frutas.

<sup>66</sup> Salgadinhos fabricados por M. Dias Branco, assados no forno, em formato de animais marinhos.

para o que não é gostoso no paladar deles, nesse momento passa a ser porque é um momento de troca, de compartilhamento desse lanche entre eles. Então a gente faz isso toda sexta-feira, uma vez por semana, se trabalha dessa forma.

Serão apresentados detalhes e comentários sobre o programa da sexta-feira saudável no capítulo sobre a educação alimentar na escola, quando indagamos aos professores acerca de suas estratégias de abordagem da alimentação saudável.

A creche-escola, que oferece a possibilidade de atendimento às crianças em período integral, apresenta a proposta de cardápios balanceados, bem diversificados, preparados por nutricionista, é responsável pela administração da alimentação tanto de alunos quanto dos funcionários. Mantém uma cozinha bem equipada, abastecimento de material regular e freqüente, fazendo uso de grande variedade de alimentos. As refeições são feitas no refeitório, havendo revezamento de horário por turmas, que vão uma após a outra ocupando o espaço e cedendo posteriormente para os próximos.

Mesmo favorecendo aos pais dos alunos que seus filhos façam as refeições na escola, a saber, merenda da manhã, almoço, merenda da tarde e jantar, a creche-escola possibilita que eles optem por trazer a merenda de casa, no caso dos que permanecem apenas um período. Esta merenda deverá ser orientada, no entanto, pelo Serviço de Nutrição, que apontará quais são os alimentos mais indicados e os não indicados que sejam enviados pelos pais. Os motivos dessa orientação vão desde a proposta da escola de que os alunos aprendam a se alimentar de forma saudável desde a mais tenra idade, até para evitar que haja constrangimento entre os alunos quando alguns trazem alguns alimentos considerados gostosos, porém sem valor nutricional importante.

Dos oito alunos da creche-escola entrevistados, quatro merendavam o que a escola oferecia e quatro optavam por trazer merenda de casa. É importante esclarecer que esta seleção paritária dos alunos referente à utilização da merenda da escola foi um novo critério sugerido pelas professoras, e acatado por nós, para indicar os que participariam deste estudo. Segundo informação da secretaria deste estabelecimento, porém, 76% dos pais de alunos optam pela merenda ofertada pela escola.

Os motivos pelos quais as crianças dizem ter optado, ou ainda, seus pais optaram pela merenda oferecida na escola apresentam aspectos relacionados à segurança dos alimentos para a saúde como também a praticidade para os pais, conforme as falas das crianças:

Merendo da escola porque é mais seguro pra minha alimentação... Às vezes é pipoca que eu como aqui... pão com requeijão, pão com... um monte de coisas... manteiga... Minha mãe que disse isso, porque tem um cardápio próprio para as crianças crescerem forte. (CE/A1)

Merenda da escola porque é mais fácil... é bom... Minha mãe que diz. Já tá pronto na escola, não dá nem trabalho... (CE/A10)

Estes depoimentos das crianças são compatíveis com os critérios dos pais quanto à opção de que seus filhos merendem o que é oferecido na escola, conforme a fala de uma das mães evidencia:

Deixando o meu filho lanchar aqui na escola, eu sei que é uma alimentação saudável... talvez melhor do que a que eu trouxesse de casa. Então, eu prefiro. É uma alimentação que eu sei que é uma nutricionista que tá orientando, entendeu? Então, eu prefiro (CE/P6)

A mudança de hábitos alimentares é forte motivo para a escolha da merenda balanceada e natural oferecida na creche-escola. Mesmo que provoque alguma resistência por parte da criança, o discurso de uma das mães, caracteriza o esforço que pais, escola e a própria criança fazem para ter hábitos alimentares mais saudáveis:

Meu filho merenda da escola. Pra ele ir se acostumando a comer frutas... que a escola, ela fornece isso. E não quer que mande biscoitos de chocolate, não quer que mande Toddyinho<sup>67</sup>, entendeu? Às vezes ele diz: mãe, eu tô morrendo de fome... nem comi a comida... nem gostei... Mas pelo menos foi um pouquinho, né? Vai se acostumando. Meu filho não comia banana com mel... nada dessas coisas... agora já tá querendo banana com leite Ninho. Por quê? Por conta da escola. (CE/P8)

Optar por trazer merenda de casa traduz, desde a preferência da própria criança por não gostar do que é oferecido na escola, até o argumento financeiro apresentado pela mãe, conforme as crianças apontaram:

Trago merenda de casa, porque eu não gosto de lanchar muito aqui não. Porque tem lanche... tem dia que eu não gosto. Às vezes tem banana, e eu não gosto de banana... (CE/A2)

Trago merenda de casa, porque minha mãe acha o lanche aqui da escola mais caro... (CE/A3)

---

<sup>67</sup> Achocolatado fabricado pela PEPSICO DO BRASIL LTDA.

Trago merenda de casa, porque de casa eu posso escolher os alimentos que eu trago.  
(CE/A7)

Fato curioso e inédito foi o relatado por duas mães de crianças da creche-escola, ao apresentarem o motivo pelo qual optaram por trazer merenda de casa:

Pela lancheira! (Risos...) A lancheira que ela pediu ao papai Noel. Ela não abria mão da lancheira. Ela ama a lancheira. Quando amanhece o dia ela já pergunta qual é o lanche desse dia! Ela tem toda uma preocupação de saber qual é o lanche que ela vai trazer. Tem que trazer a lancheira! (CE/P3)

Minha filha passou 4 anos merendendo da escola... Este ano ela quis trazer lancheira. Ela nunca teve uma, e acha o máximo trazer lancheira para a escola. Agora, no clube do volley, quando ela vai, pede pra lanchar na cantina... Eu acho que ela faz isso devido a influência do grupo, né? (CE/P7)

A lancheira parece não ser uma curtição apenas dessas crianças, conforme comentado anteriormente. O depoimento da mãe demonstra o quanto pode ser interessante e rico o momento de preparar a lancheira para o filho. O cotidiano da mulher que trabalha fora de casa tem estas limitações, ou seja, não possibilitar às mães que um momento tão corriqueiro quanto este, de preparar a lancheira, seja propício para uma maior interação e envolvimento de toda a família no processo de aquisição dos hábitos alimentares

Porque quando eu tenho tempo pra fazer a lancheira, eu adoro isso! Quando eu não posso, eu peço pra eles lancharem aqui da escola. À noite, quando eles vão dormir, eu converso com eles pra saber... Eu digo pra eles: amanhã eu vou fazer um lanche especial! Aí eu digo o que é, pergunto o que é que eles acham... Aí eu boto pão de queijo... Eu gosto de fazer suco de laranja, da fruta mesmo! Eu gosto de preparar a merenda pra eles trazerem. Eu acho isso bacana! Eles ficam na maior expectativa, e quando eu vou buscar eles dizem: mãe, eu adorei o lanche! Eu acho bacana isso... (CE/P2)

Podemos concluir que merendar na escola pode caracterizar um momento de grande aprendizado e prazer, desde que sejam contemplados aqueles princípios elementares do ato de comer bem, conforme as representações dos próprios alunos e de seus pais: que sejam alimentos saudáveis, que atendam às necessidades nutricionais, sociais e afetivas, e que sejam, acima de tudo, alimentos gostosos, conforme nossos sujeitos já deixaram bem claro a partir de seus depoimentos.

### 5.3 A hora do almoço

Em seqüência à hora da merenda, a próxima refeição – o almoço – também possibilitou constatar aspectos peculiares de cada grupo de sujeitos deste estudo. As variáveis observadas apontaram predominantemente para as diferenças referentes ao nível socioeconômico e cultural das famílias entrevistadas, conforme será discutido mais adiante.

Fisberg *et al* (2002, p.15), buscando focar a cultura alimentar brasileira, abordam a riqueza cultural e nutricional dos pratos típicos do norte ao sul do Brasil, questionando inclusive a necessidade da modificação dos hábitos alimentares. Lamentam ainda a substituição do tradicional arroz com feijão por lanches com valor nutricional bastante inferior, conforme suas palavras:

O nosso arroz com feijão, que sabemos além de contribuir com o valor energético de nossa dieta ainda se constitui de importante fonte protéica, sem contar a importância da fibra do feijão, que por ser mista pode atuar tanto na motilidade intestinal como contribuir para a manutenção de níveis saudáveis de colesterol.

Conforme apontam os dados referentes aos alimentos comumente ingeridos pelos alunos do presente estudo<sup>68</sup>, o arroz com feijão realmente predomina no prato das crianças entrevistadas. Além das propriedades nutricionais que detêm, conforme o comentário dos autores citado anteriormente, o arroz com feijão é uma combinação de fácil acesso que compõe a cesta básica do brasileiro.

As falas de alguns pais, no entanto, evidenciam a dificuldade em perceber o poder nutritivo desses alimentos acessíveis, o que traz implícita aquela representação de que o que é barato e/ou acessível não tem valor. Esta compreensão evidencia-se no discurso de alguns pais entrevistados, independentemente de sua classe social ou grau de instrução<sup>69</sup>. Este valor permeado de preconceitos acerca de alguns alimentos saltou das falas dos pais da escola pública e da creche-escola

---

<sup>68</sup> Dados apresentados em apêndice.

<sup>69</sup> Grau de instrução dos pais citados: EPb/15: até 8ª. série do Ensino Fundamental e CE/1: Ensino Médio completo (Conforme quadros III e IX, no terceiro capítulo).

(...) Porque arroz, feijão e macarrão, eu sei que isso enche a barriga, mas não é alimentação saudável. (EPb/15)

Eu não sei se comer arroz, feijão e macarrão seja comer bem. Eu acredito que não é comer bem... Eu acredito que é mais encher a barriga de comida, fazer bolo... (CE/P1).

Conforme os dados apontam, no entanto, a força do feijão é devidamente reconhecida pela maioria dos entrevistados, alunos e pais das três escolas abordadas. Seja pelo sabor ou pelo valor nutritivo, o feijão, em parceria com o arroz, marcou presença na maioria das mesas, conforme estas falas de alunos:

Alimentação saudável é... É comer verdura... tomar suco... É muitas coisas que deixam a gente ficar mais grande, como o arroz e o feijão. (CE/A1).

Porque a gente come... e também a gente fica forte. O feijão é o mais fortificante. (CE/A2)

É feijão, arroz... macarrão também, que dá força, né? Tem vitaminas. (EPb/A19)

Comer bem é... É frutas, verduras... eu não como verdura! É feijão e arroz. Disso eu gosto! (EPv/A13)

De comida de panela eu amo feijão! Feijão e arroz, se não tiver, não é almoço prá mim. (EPv/A8)

E no discurso dos pais dos alunos também podemos verificar o peso do feijão na mesa dos entrevistados:

Comer bem, é ter horário prá comer. Comer frutas, verduras... feijão, arroz... (EPv/P5)

Meu filho come arroz, come feijão... um paiozinho. Sempre ele come muito brócolis, muito verde... carne branca... um franguinho... Come bem! (EPv/P7)

Lá em casa eu boto eles prá comer feijão todo dia. Feijão, feijão, feijão... Todo dia! Eu boto fé nisso! (EPb/P19)

E ainda, mesmo que não satisfaça ao paladar de alguns, o feijão é decisivamente reconhecido como referencial de alimentação saudável, como afirmam estas mães:

Pra mim, a alimentação saudável já começa no café da manhã, né? Você já ter cuidado de ter cereais, frutas... E no almoço, um pouco de cada coisa, né? Um feijão, que aliás eu quase não como, o arroz, a carne e a verdura. (CE/P3)

Se eu como bem? Como. Como bem. Só que lá em casa a gente não come muito feijão porque não gosta. (EPb/P15)

Observamos ainda aqueles que até gostariam de ter feijão no prato com maior frequência, no entanto, a carência de recursos não favorece ter o que acreditam ser uma alimentação saudável, conforme podemos constatar na fala de uma adolescente que foi autorizada pela mãe a representá-la na entrevista, assim como é autorizada a responder pela educação dos dois irmãos, o que foi confirmado por nós junto às professoras:

Depois de merendar na escola, é só a hora do almoço: aquele arroz, aquele ovo... porque raramente a gente come feijão. Ou então aquela mortadela... o que tiver... o que tiver nós come. Aí a gente passa a tarde todinha sem se alimentar... (EPb/P8)

Aquele alimento que acompanha o feijão com arroz, no contexto da escola pública, muitas vezes recebe o nome de “mistura”:

No almoço, eu como arroz, feijão e mistura. (EPb/A17)

No almoço a gente come arroz. E a mãe deixa um real pra gente comprar de mistura... Aí eu compro mortadela, ou eu compro uma lingüiça. Aí eu também compro às vezes um real de ovos... (EPb/P8)

Destes alimentos, a carne foi a mais citada nos três contextos familiares deste estudo, sendo que em maior proporção na escola privada e na creche-escola<sup>70</sup>. O ovo e o frango também foram citados, desta feita em maior proporção no discurso dos alunos da escola pública. Alguns alimentos, contudo, serão destacados neste momento por terem sido apresentados em diferentes universos (público e privado), pois, conforme pudemos constatar a partir dos depoimentos dos alunos da escola pública, a mortadela, a lingüiça, a salsicha, o peixe, a panelada foram citados como presentes à mesa na hora do almoço. Já entre os alunos da creche-escola e da escola privada, a paçoca, a macarronada e o creme de galinha surgiram como elementos presentes nesta refeição. Estes dados evidenciam as diferentes possibilidades de acesso aos alimentos, contemplando aqui os aspectos socioeconômicos e culturais destes sujeitos.

E ainda, ao solicitarmos que desenhassem os alimentos de que mais gostavam e os que menos gostavam, pudemos contemplar no contexto da creche-escola a

---

<sup>70</sup> Quadro em anexo.

referência a alimentos típicos da cultura chinesa e japonesa, como o sushi e o yakisoba, o que demonstra a amplitude de acesso aos mais diversos costumes entre as pessoas da classe média, pois, nos meios mais populares, esta vivência não foi observada.

Dentre os alunos da creche-escola que permaneciam em período integral, o almoço era bem diversificado, conforme podemos notar nos cardápios elaborados em quatro versões semestrais<sup>71</sup>, tendo sido os pratos mais citados como os preferidos a macarronada e o baião-de-dois<sup>72</sup>. Quanto aos alunos que não almoçavam na escola, o feijão com arroz, o macarrão e a carne foram os alimentos mais citados, conforme informações fornecidas pelos pais.

#### **5.4 Merendar em casa**

Semelhantemente às refeições comentadas anteriormente, merendar em casa também apresenta demarcadores de natureza econômica e cultural significantes. No contexto das crianças da escola pública, o café com pão foi a merenda mais comum (35% - 7 alunos), não tendo sido sequer citados pelas crianças da escola privada e da creche-escola. O demais alimentos citados pelos alunos da escola pública foram suco, bolo, bolacha, guaraná e maçã<sup>73</sup>.

Já no contexto dos alunos da escola privada, o alimento mais citado como referência da merenda em casa foi o sanduíche, de tipos diversos: de queijo com presunto, só de presunto ou de mortadela, correspondendo igualmente a 35% (cinco alunos) dos entrevistados. Os alimentos em pacotes também foram referência significativa, tendo sido citados os salgadinhos, as batatinhas e os “sucrilhos”. A cultura alimentar dos alunos da escola privada comporta, ainda, na hora da merenda, o chocolate, o sorvete e, exclusivamente neste contexto, o capuccino<sup>74</sup>.

Dos oito alunos da creche-escola entrevistados, quatro eram de período integral. Nesta situação, os alunos afirmaram comer na hora da merenda o que tivesse na

---

<sup>71</sup> Cardápios apresentados em anexo.

<sup>72</sup> Comida típica cearense à base de feijão com arroz.

<sup>73</sup> Quadro referente a estes dados em apêndice.

<sup>74</sup> Quadro referente a estes dados em apêndice.

escola, ou seja, o que fosse oferecido de acordo com o cardápio preestabelecido. Por sua vez, os alunos que merendavam em casa citaram sanduíche, leite, biscoitos e achocolatado como sendo suas opções mais freqüentes.

### **5.5 A hora do jantar**

A última refeição do dia, o jantar, também evidencia as suas peculiaridades conforme os relatos dos alunos das três escolas. No cotidiano dos alunos da escola pública, o jantar parece ser o que possa ter sobrado do almoço, pois a presença marcante do arroz com feijão traz indícios desta evidência, tendo sido citados por 75% (15 alunos) dos entrevistados.

Este fato também foi relatado por Bezerra (2002) em sua tese de doutorado, ao constatar, a partir das falas de seus sujeitos, que o jantar era baseado nas sobras do almoço por uma questão de economia de tempo e de gás de cozinha.

A mistura, segundo os alunos da escola pública, variava entre a carne, o ovo, a galinha, o peixe e a salsicha. E ainda o pão, o suco e a sopa foram citados como sendo consumidos no jantar. Conforme pudemos observar, as dificuldades econômicas desta clientela não favorecem muitas variações à mesa, no entanto, retomando o que já foi comentado, onde a necessidade básica é preponderante, o que importa é que se tenha comida todo dia.

Os hábitos alimentares referentes ao jantar dos alunos da escola privada e da creche-escola apresentaram algumas características semelhantes. Além do arroz e do feijão, citados em proporção menor do que os alunos da escola pública, a sopa e o “miojo”<sup>75</sup> foram elementos significativamente citados nas duas realidades.

Segundo os fabricantes do “miojo”, a utilização do macarrão instantâneo está em sintonia com a evolução do mundo, no qual as refeições deixaram de ter horários fixos preestabelecidos. Segundo afirmam, este novo estilo alimentar mudou o modo de preparação dos pratos, daí a maior utilização dos alimentos que já vêm quase prontos para servir. E de fato. Na pequena amostra deste estudo, insignificante em relação ao

---

<sup>75</sup> Macarrão instantâneo produzido pela Nissin Foods Products Co. Ltda. e Ajinomoto Co. Inc. Cf.: [www.nissin-miojo.com.br](http://www.nissin-miojo.com.br).

mundo globalizado, o “miojo” está realmente cumprindo o seu papel de satisfazer a necessidade de praticidade nos dias atuais, o que foi possível constatar a partir da fala de uma das mães da escola privada:

À noite, quando a gente tá sem empregada, eu muitas vezes preparo um “miojo” daqueles, que é bem rápido de fazer. Só que eu misturo com ovos, salsicha... eles (os filhos) adoram! (EPv/P10)

Não obstante toda a utilização de alimentos preparados, enlatados, instantâneos, além da necessidade de praticidade e urgência, ficou flagrante nas falas dos pais deste estudo o desejo de que a família esteja reunida à mesa, o que pressupõe maior disciplina quanto ao horário das refeições. Pode-se inferir, a partir desta constatação, que a transição entre o estilo alimentar tradicional, com todos reunidos à mesa, e o estilo globalizado, da vivência do *fast-food*, está sendo alvo de alguma resistência por parte dos pais entrevistados em nome do bem-estar geral da família. Conforme suas falas:

Durante a semana, uma das coisas que eu faço muita questão é que todos comam juntos. Todos sentem à mesa. Então... eu tenho muito cuidado com isso, sou muito exigente nesse aspecto. (EPv/P6)

Eu e o meu marido fazemos o possível para estar todos juntos à mesa. (EPv/P7)

(...) Mas o almoço e o jantar é um horário sagrado por ser um momento de reunião. Pra tá todo mundo em conjunto, né? Aí, eu procuro preservar isso aí que a mamãe sempre dizia: horário da alimentação é um horário sagrado, principalmente o almoço e o jantar. (EPv/P12)

Conseguir reunir toda a família à mesa, contudo, na hora das refeições evidencia-se como sendo muito difícil, apesar de procedimento valorizado, conforme relatam alguns pais da creche-escola:

O café-da-manhã é um transtorno... É aquele horário terrível, em cima da hora, atrasada, atrasada, né? E... no almoço, a gente já procura almoçar junto. Agora o meu menino adolescente, quando chega, já chega com fome e não quer nem esperar, né? Mas no sábado e domingo a gente procura fazer as refeições junto. (CE/P3).

Durante a semana a gente tenta fazer uma alimentação correta, principalmente nos horários, por causa das crianças... Todos comemos juntos, menos meu marido, por causa do horário dele, que é diferente. Mas eu e as crianças, a gente sempre almoça juntos. Quando não dá, eles almoçam na escola e eu almoço fora. (CE/P2)

O corre-corre cotidiano, a dificuldade em conciliar horários, a falta de tempo de fazer as refeições em casa, tudo isso, muitas vezes, são os motivos que levam os pais a optar por uma escola em tempo integral. Esta decisão resolve estas dificuldades que os pais encontram, no entanto, não deixa de trazer implícita a separação da família na hora das refeições, conforme a fala de um pai da creche-escola entrevistado:

Bem, o café-da-manhã a gente toma junto, né? A família é pequena: são duas crianças, ela (a aluna entrevistada) e uma de dois anos, minha esposa... Nós tomamos o café juntos e jantamos juntos. O almoço, ela (a aluna) come aqui na creche... e merenda aqui na creche também... e janta na creche. (CE/P10)

A proposta do movimento *slow-food* parece ser uma tendência em oposição ao estilo *fast* no que diz respeito aos hábitos alimentares. Mesmo sendo apontada como uma situação necessária atualmente, visto que o ritmo das relações em todo o mundo segue um padrão de tempo semelhante (FLANDRIN, 1998), comer apressadamente parece constituir, conforme podemos inferir a partir das falas de nossos sujeitos, uma situação que vai de encontro ao bem-estar de toda a família.

## 5.6 Os finais de semana e as férias

Outra dimensão dos hábitos alimentares abordada neste estudo referiu-se às vivências em torno da comida nos finais de semana e nas férias. Indagamos aos alunos e aos seus pais se havia alterações nas escolhas alimentares fora do cotidiano regular durante a semana. Na prática da clínica com pacientes em tratamento cirúrgico da obesidade severa, constatamos empiricamente que as dietas de restrição alimentar geralmente são descumpridas nos finais de semana, período em que as pessoas buscam compensar o esforço, ou até mesmo, segundo alguns, o sacrifício que fazem ao abrir mão de determinados alimentos, geralmente muito calóricos, o que na maioria dos casos compromete o resultado satisfatório da perda de peso.

A investigação deste fenômeno junto aos sujeitos desta pesquisa apresentou resultados que, mais uma vez, são fortes determinantes das diferenças sociais e econômicas dos entrevistados, com flagrantes contrastes entre os pais da escola pública e das escolas privadas.

Para a maioria das famílias da escola privada e da creche-escola, o estilo alimentar nos finais de semana e nas férias representa o alívio das pressões vividas durante a semana, com rotina alimentar mais regrada, restrita e monótona. É a hora de relaxar, de abrir mão das regras e liberar os horários e a escolha dos alimentos.

Muda, muda bastante. No final de semana, eu acho que o almoço é meio assim... tumultuado, né? Porque a gente sai... vai assim... pra alguma praia, algum lugar diferente... Aí come assim, um lanchezinho, um Mc Donald, alguma coisa assim. (EPb/P6)

Muda. No final de semana sempre é assim: um camarão... porque eles gostam muito de um camarãozinho... aí eles comem um pouquinho a mais. E a bela pizza, né? Domingo a gente encerra com essa pizza. (EPv/P9)

É diferente... porque às vezes vai pra uma praia, ou a gente vai pra fazenda. Aí a gente faz churrasco... minha filha gosta muito de torresmo... Aí a gente mata um carneiro, faz torresmo de carneiro... (EPv/P10)

Todo final de semana, aí a gente já libera. Às vezes suco, às vezes refrigerante. Aí se come mais uma massa: uma pizza, uma lasanha... come mais doce, sobremesa. Então, no final de semana a gente libera um pouco mais. A gente come mais... chocolate, essas guloseimas, né? (EPv/P13)

Nos finais de semana até muda, né? Porque você come fora, aí abre mão pro refrigerante, abre mão pro sorvete (CE/P5)

Restringir a ingestão de determinados alimentos durante a semana, e liberando-os nos finais de semana, é uma estratégia de controle muitas vezes adotadas pelos pais dos alunos destas escolas, conforme explicita muito bem esta mãe:

Muda tudo! (risos)... Na semana, até que a gente consegue manter um ritmo, sabe? Aí no final de semana, os horários, aquela coisa, né? Eu acho que às vezes lá em casa a gente deixa a coisa muito solta no final de semana, contrasta um pouco com a semana, sabe? Já começa na sexta-feira: a gente vai dormir tarde, acorda mais tarde no sábado, no domingo também... Aí, já toma o café da manhã em cima do almoço... Na hora do almoço já não tá com tanta fome, aí deixa pra almoçar mais tarde. Então bagunça um pouco os horários e aí eu sempre libero mais... Tipo assim: quer comer um McDonald? Então vamos pro McDonald. Quer comer uma pizza? Então vamos comer uma pizza... Tá entendendo? Na verdade, é que na semana inteira tem esse argumento, né? Ah, eu quero um McDonald! Não, só no final de semana... Eu quero um refrigerante! No final de semana... Um chocolate! (Risos) então, no final de semana a gente libera, entendeu? (CE/P6)

A folga das empregadas domésticas também foi apontada como um dos motivos para mudar a rotina alimentar nos finais de semana, tendo a família que buscar opções que muitas vezes comprometem os hábitos alimentares geralmente vivenciados durante a semana:

Muda... porque é a folga da empregada no final de semana. Aí tem que apelar pra comida congelada, compra feito, pede em restaurante, vamos comer no shopping... (CE/P6)

Às vezes, dia de domingo, a gente vai pra restaurante. É o jeito, né? Que eu não tenho empregada nesse dia pra ajudar.(EPv/P14)

Freqüentar restaurantes, *shoppings*, *self-services*, nos finais de semana é uma prática muito comum nas famílias da escola privada e da creche-escola para variar os hábitos da semana, conforme as falas de alguns pais e crianças:

Nos finais de semana almoça todo mundo junto. Aí a gente sai... eu sempre dou folga pra pessoa que cozinha pra mim porque a gente vai em *self-service*, vai às vezes no Iguatemi (shopping) num *a la carte*. Isso vai depender do que a gente tenha vontade no final de semana. (CE/P2)

Muda sim, porque às vezes eu como fora de casa, aí não como a mesma coisa... (EPv/A5)

Depende... porque tem alguns restaurantes... Minha mãe, quando a gente vem pro Iguatemi, a gente janta e depois eu tomo um *milk shake* de creme. (EPv/A8)

Quando eu passo no McDonald, muda. Ou então na Pizza Hut. (EPv/A6)

Só muda o lanche, né? Porque às vezes no Iguatemi a gente come McDonald, come pastel, essas coisas... (CE/A8)

Ao atentarmos bem para os hábitos alimentares das famílias deste estudo, raramente foi constatada a preferência por comidas típicas nordestinas, no entanto, o depoimento de uma das mães evidencia a dificuldade que a família tem em escolher um prato que satisfaça a todos no restaurante nos finais de semana em razão das preferências de uma das filhas, conforme sua fala:

Aí já muda um pouco, né? Porque a gente vai pra restaurante às vezes no sábado ou no domingo. Às vezes é até difícil porque a minha filha mais nova tem muitas preferências, e dá problema porque no restaurante nós sempre pedimos um prato pra todos. Mas ela sempre não come isso ou aquilo... Ela gosta mesmo é da comida bem nordestina: o feijão com arroz, o cuscuz, o inhame... Ela não gosta, por exemplo, de lasanha, estrogonofe, macarronada, não. Ela gosta mesmo é do trivial. (EPv/P3)

As visitas aos avós nos finais de semana foram apontadas como grandes influenciadoras dos hábitos alimentares dos filhos, como podemos conferir:

Aí é complicado! Não por comer fora, que a gente faz isso todo dia. A questão é ir lá pra casa do meu pai! Aí, já viu...É comida demais... Ele não pode ver a minha filha de boca parada! Eu até peço a ele que não dê tanta comida, mas ele insiste: tem que comer! Tem que ficar forte! Quer isso? Quer aquilo? (EPv/P8)

Aliás, desde pequenininho, a mamãe sempre influenciou. Eu lembro que quando eu estava amamentando ele, ela dizia: mas não é possível! Só leite? Esse menino precisa de suco de caju! Eu dizia: mamãe, isso é um absurdo! Porque até os seis meses eu dava só o meu leite, nem água eu dava. E escondido de mim, ela ficava botando coisa na boca dele... Até hoje em dia ela faz esse tipo de coisa. Dá pra ele as coisas que ela sabe que eu não gosto... (EPv/P1)

E, mesmo quando a rotina alimentar não é alterada nos finais de semana, as férias podem caracterizar um período de grandes alterações, quando se vai para a casa da vovó, conforme depõe esta mãe:

Nas férias já é diferente, porque a gente vai pra casa da avó, e ela faz sanduiche, faz bolo, aí é diferente... aumenta mais. Aí eles comem muito mais. E ela fica dizendo o temo todo: tem que comer, pra não ficar magrinha! Tem que ficar forte, pra ficar bonita... (EPv/P4)

De outra maneira, um estilo diferente de avó também influencia os hábitos alimentares da família no final de semana, conforme o relato de uma das mães da creche-escola:

É assim: final de semana, normalmente a gente vai pra casa da vó dela, né? Da minha mãe. Aí lá é assim: tem o horário de almoçar. Todo mundo tem que almoçar no horário dela. Lá, agora, tem aquela comida assim: bem balanceada. A gente geralmente passa o final de semana lá. (CE/P1)

Longe, porém, da casa desta avó, o estilo alimentar no final de semana é de liberação total:

Quando não, a gente vai pro restaurante. Aí no restaurante a gente abusa, né? Aí relaxa... relaxa mesmo! Agora, durante a semana, pra ela não tem problema, né? Porque ela passa o dia aqui na escola. Aí é bem melhor! (CE/P1)

Apesar do clima de liberdade alimentar constatado nos finais de semana destas famílias, alguns depoimentos afirmaram que não havia mudanças significativas, ficando estas mais evidentes apenas nas férias:

Há pequenas diferenças, mas não muitas. Talvez a diferença maior seja nas férias, porque a gente desopila mais... Você vai pra um local, aí a gente não gerencia muito os horários... Mas durante a semana eu acho que é bem disciplinado, porque eles têm os horários muito regulados, né? No final de semana, nem tanto, mas também não fica muito diferente da semana não. Fica mais ou menos a mesma coisa... Talvez haja diferença nos horários, mas no tipo de alimentação, não. (EPv/P11)

As férias escolares caracterizam um momento de relaxamento, de ausência de cobranças em torno do cumprimento de deveres e normas, tanto acadêmicas e profissionais, quanto alimentares, conforme pudemos comprovar a partir do relato dos pais de alunos da escola privada e da creche-escola:

Nas férias libera mais ainda! Vamos pra restaurante, *self-service*... Aí pode comer tudo: batata-frita, sanduíche, refrigerante... Tudo! (EPv/P3)

E nas férias muda porque a gente viaja, né? É uma praia diferente, o horário já é totalmente alterado... Tem batata-frita... Muda, com certeza muda. Muda bastante. (CE/P3)

Viajar nas férias muitas vezes situa estes sujeitos em contato com costumes alimentares e comidas típicas diferentes das suas experiências cotidianas, como relatam estas mães:

Muda muito nas férias porque eu vou pra Bahia... eu sou de lá. Aí muda a alimentação... Eles comem vatapá, caruru, as comidas que tem lá. Meus meninos adoram! Gostam da comida de lá, Até engordam um pouquinho... (EPv/P14)

Durante as férias, geralmente é assim: quando a gente viaja lá pro sertão, que é o interior da gente, aí é uma alimentação totalmente diferente. Aí é assim: muito feijão, muita carinha cozida, galinha caipira cozida... Aí a gente foge um pouco até também da salada. Aí só fica mesmo aquele feijão, aquela galinhazinha caipira, aquele arroz simples. Aí foge um pouco mais do refrigerante... E quando a gente não vai pro sertão, a gente vai pra praia. Aí é muito peixe! (EPv/P9)

Quando as férias dos pais não coincidem com as férias dos filhos, porém, as mudanças nos hábitos alimentares assumem uma conotação mista entre a rotina da semana e a do final de semana, sem muitas variações:

Nas férias, segue uma situação mista: tanto da semana como do final de semana. A gente mescla um pouco mais, né? No meio da semana, às vezes, a gente come um chocolate aqui, um sorvete ali, um pudim, uma sobremesa... coisas um pouco mais doces, né? (EPv/P13)

Agora, nas férias não é muito diferente da semana não. Eu procuro manter o mesmo esquema. Agora, é claro que a gente realmente sai mais, aí acaba que sempre tem aquele sorvetinho de chocolate, que é a grande preferência, né? (EPv/P6)

Nas férias... é assim: não muda tanto, sabe? Até porque, nas férias eu nunca posso tirar o mês de férias com eles... a gente viaja muito pouco, né? Aí, até que dá pra dar uma equilibrada, sabe? Agora, é assim: se viajar... se for pra algum canto... aí cai na mesma história do final de semana... Fica mais flexível, entendeu? (CE/P6)

Algumas mães da escola privada e da creche-escola relataram que os hábitos alimentares mudam para melhor nas férias, pois têm mais tempo de ficar junto aos filhos e providenciar uma alimentação mais satisfatória:

Nas férias, ele sempre come um pouco mais, mas mesmo assim é regrado. Nas férias, a gente passa muito tempo na nossa casa de praia... Aí, acho que é até o contrário do final de semana. Como eu estou muito perto dele, aí é que eu fico mesmo em cima: ta na hora do suco! Aí eu fico mais em cima nas férias... (EPv/P1)

Em férias, eu fico de folga com eles também, porque a gente viaja, sempre vai pra casa dos avós que não moram aqui em Fortaleza. Aí eu digo que a alimentação deles é bem melhor! Porque nós estamos mais próximos, aí todo dia eu faço um horário sempre correto. A alimentação é tranquila, porque não tem horário de trabalho pra cumprir. Então, é muito bom esse período de férias com eles. Em relação à alimentação, até pra mim é mais favorável (CE/P2)

O contexto alimentar nos finais de semana e nas férias das famílias da escola pública entrevistadas para este estudo delineia um quadro bem diferente do comentado anteriormente. As limitações econômicas não possibilitam opções diversificadas de programas de lazer e alimentares, estando estas variações atreladas ao aparecimento de uma fonte de renda extra ou até mesmo ao fato de estarem os pais empregados ou não, conforme o depoimento desta mãe:

No fim de semana é a mesma coisa da semana. Nas férias também. Agora, quando eu estou trabalhando, eu gosto que eles comam bem, né? Aí eu compro Danone, compro Nescau... Só que, quando eu não estou trabalhando, fica difícil, né? Às vezes acontece de não ter nem um real pra comer... Tem muitas vezes que acontece de não ter nem um real. Aí fica assim: só o normal... Mas quando eu estou trabalhando, tudo o que eu pego é pra comprar as coisas pra eles. Só tem o meu marido que trabalha num hotel, de porteiro... carregador de mala, né? Mas quando ele tá sem trabalho, aí fica difícil... Aí falta mesmo... (EPb/P7)

A situação de insegurança alimentar fica bem evidente nestes depoimentos, estando muitas famílias vivendo em situação crítica, procurando sobreviver com recursos escassos, e ainda ameaçados pela instabilidade do emprego, pois, conforme

podemos constatar, muitos são trabalhadores autônomos sem vínculo empregatício ou assalariados:

Não muda muito não... O problema é que não tem condições de mudar muito no final de semana... Às vezes eu faço uma coisa variada assim: uma salada, uma verdura... Quando eu tenho condição, né? Quando eu não tenho, a gente come mesmo o do dia-a-dia. Não falta na minha casa não, mas quando eu tava trabalhando não deixava faltar essas coisinhas pra ela: Danone, que ela gosta muito. Bat-gut... essas coisas. E nas férias? Depende da condição... Porque meu marido trabalha avulso. O que a gente pega não dá nem pra se alimentar direito... (EPb/P11)

O que muda assim, é nas férias, né? Porque eu trabalho na praia. Aí, nas férias, eu já como assim... o dinheiro... aí eu já posso comer uma coisa diferente, né? Assim, vamos supor... uma fruta, né? Porque a gente, com dinheiro nas férias... porque eu vendo côco na praia... Aí eu tenho dinheiro todo dia... Aí eu compro umas frutas. (EPb/P17)

A escola pública deste estudo situa-se em uma região praiana, em Fortaleza, sendo o trabalho em torno do turismo uma das principais fontes de renda de muitos pais. O comércio informal nas barracas de praia é intenso, além dos pedintes, crianças e idosos circulando entre os turistas, a fim de conseguir alguns trocados. A expectativa em torno da alta estação é grande, momento em que ocorre o incremento da renda familiar e, conseqüentemente, das possibilidades alimentares, conforme assinala este pai, que é artesão e vende seu trabalho entre as barracas da Praia do Futuro<sup>76</sup>:

Aí melhora muito! É alta estação, eu tenho mais condição... melhora muito... Aí eu compro bastante coisas pra eles. Na baixa estação fica mais difícil... Mas mesmo assim, eu trabalho todo dia, porque sempre tem turista, né? Lá em casa a gente não passa fome não, porque eu vou atrás... de segunda a segunda... o ano todo... (EPb/P19)

Enquanto as mães da escola privada e da creche-escola alteram seus hábitos alimentares em decorrência das folgas das empregadas domésticas, uma das mães da escola pública, que é empregada doméstica, atende bem melhor os seus filhos em casa, porque, nos finais de semana, quando tem folga, tem tempo para preparar algo diferente para os filhos comerem. Este depoimento foi dado pela adolescente que foi enviada pela mãe à entrevista como sendo responsável pelo irmão, sujeito deste estudo:

---

<sup>76</sup> Praia da região metropolitana de Fortaleza, com intenso movimento turístico, em razão da presença das barracas de praia em toda orla marítima.

Tem dia de sábado que minha mãe faz faxina... Aí ela ganha R\$25,00. O dinheiro do mês, que ela ganha do trabalho fixo dela, de empregada doméstica, já é pra pagar a luz, pagar a água, comprar roupa, calçado... E também pra comprar os alimentos. Aí, no final de semana, ela às vezes tira aquele dinheirinho pra fazer uma feijoadá, fazer mucunzá... uma coisa diferente pra gente comer. Porque, a semana todinha é só arroz, ovo, mortadela, porque é coisa mais fácil pra gente fazer, né? (EPb/P8)

A falta de tempo decorrente da intensa jornada de trabalho foi argumento apresentado por algumas mães da escola pública para justificarem a monotonia da alimentação dos filhos durante a semana ou nos finais de semana, já que muitas delas trabalham mais pesado nesta ocasião, quando aproveitam o maior movimento nas barracas da praia:

No final de semana eu também trabalho. Só folgo na segunda e na terça. Nas férias é que eu trabalho mesmo. Eu trabalho em barraca de praia, aí eles só folga na segunda. Aí nas férias é que eu não tenho tempo mesmo. Aí à noite, quando eu chego, é que faço alguma coisa pra eles comer...(EPb/P6)

O lazer destas famílias é realmente muito restrito, tanto em consequência do tempo, tomado pela jornada de trabalho, quanto pelas limitações financeiras, conforme foi explicitado anteriormente. Com algum esforço e criatividade, contudo, é possível desfrutar de alguns momentos de descontração em família, conforme o depoimento de uma das mães nos leva a constatar:

Aí agora, no final de semana não. Aí eu sou mais é pra eles... Aí de manhã eu faço cuscuz... aí eles comem com leite, às vezes eles comem com margarina. No final de semana eu cuido mais um pouco, né? Porque eu tenho condição de cozinhar pra elas. E vai bem, né? No final de semana é bem agradável... Aí quando é no domingo, o que é que eu faço? Aí eu pego elas, faço um peixe frito, e vou pra praia com elas. Aí eu passo o dia todinho, sabe? Aí levo o pão, levo biscoito, levo suco, água... aí, quando é de tardezinha, a gente vem. Isso eu faço mais elas e meu esposo. Aí às vezes a gente vai pescar peixe e às vezes a gente pesca camarão. Aí elas gosta! (EPb/P15)

Estes depoimentos nos possibilitam contemplar o quadro da realidade brasileira, pintado em cores que expressam as contrastantes realidades sociais, no qual, apesar de toda a adversidade, ainda se pode contemplar o exercício da criatividade, numa tentativa de tornar as dificuldades mais amenas.

## 6 CONSIDERAÇÕES ACERCA DA EDUCAÇÃO ALIMENTAR

### 6.1 A experiência dos alunos

Sabe-se que a primeira experiência alimentar da criança ocorre logo após o seu nascimento. O aleitamento materno é uma prática natural e reconhecidamente saudável, sendo por isso mesmo recomendada e incentivada pelo menos até os seis meses de vida, de forma exclusiva, sendo a partir daí acrescentados outros alimentos que irão fornecer novos elementos necessários ao saudável desenvolvimento da criança, além de paulatinamente iniciá-la nos novos hábitos alimentares (MAHAN; SCOTT-STUMP, 2005). Assim sendo, a educação alimentar tem início no seio da família, onde as experiências em comum servirão como parâmetros à formação e consolidação dos valores e escolhas alimentares da criança desde a mais tenra idade até a idade adulta.

Esta idéia é confirmada pelas crianças deste estudo, que apontaram suas mães, e em escala menor, seus pais, tias e avós, dependendo da estrutura familiar de cada um, como sendo os principais orientadores dos costumes alimentares, ou seja, o que comer, o que não comer e os porquês. A escola também é importante referencial da educação alimentar, pois é uma formadora, confirmadora ou transformadora de valores que irão influenciar decisivamente na formação integral da criança. A tabela XI quantifica os seus depoimentos:

**Tabela XI** – Respostas dos alunos referentes à quem lhes ensinou sobre alimentação.

Escolas	N	Mãe	%	Pai	%	Mãe/pai	%	Professora	%	Sozinho	%	Outros	%
EPb	20	7	35	1	5	5	25	3	15	2	10	2	10
EPv	14	6	43	-	-	3	21	1	7	2	14	2	14
CE	08	3	37	-	-	3	37	1	12	4	50	-	-

### 6.1.1 O que aprenderam em casa – “Foi a mãe que disse”

Conforme os dados demonstram, nos três contextos educacionais deste estudo, a maioria das crianças assinalam ter aprendido sobre alimentação em casa, sendo as mães, e em alguns casos observa-se a participação dos pais, as principais responsáveis por esta orientação.

Ao perguntar acerca do que aprenderam sobre alimentação em casa, suas respostas evidenciaram predominantemente a idéia do alimento como gerador de força e crescimento, representando assim um dos principais argumentos dos pais para incentivar seus filhos à alimentação, conforme suas falas explicitam:

Que é pra comer bem, pra mim ficar forte. (EPb/A13)

A mãe diz que tem que comer... pra eu crescer... (EPb/A14)

É que tem que aumentar o nível da alimentação. Um bocado de tipo de alimento... Minha mãe tem um livro que tem tipos de alface... e um bocado de coisa... verdura e alimentação. São fortes e têm vitaminas. (EPb/A4)

Minha mãe sempre fala pra eu comer fruta, carne. Aí eu como isso pra mim crescer bem forte. (EPv/A8)

Que comer cresce... fica forte (EPb/A13)

A fala de uma criança da creche-escola acrescenta uma questão muito importante a esta orientação que as crianças dos depoimentos acima dizem receber de seus pais:

Aprendi **o que** é pra comer prá ficar forte (EPv/A3)

Observa-se na resposta desta criança a referência à qualidade da orientação que os pais podem oferecer quando se enfatiza a importância de aprender o que comer, e não simplesmente comer para poder ficar forte e crescer.

Apenas informar às crianças que devem comer para ficar forte não lhes favorece uma elaboração mais autônoma acerca da alimentação saudável. A capacidade de escolher o alimento que lhes traga saúde e, conseqüentemente, força e crescimento é, na verdade, um ideal a ser atingido a partir de uma educação alimentar mais consciente

e esclarecedora, o que é confirmado por Lucas (2005, p.261), ao comentar acerca da importância da nutrição na infância:

Conforme as crianças crescem, elas adquirem conhecimento e assimilam conceitos com grande rapidez. Estes primeiros anos são ideais para fornecer informação nutricional e promover atitudes positivas sobre todos os alimentos. Este aprendizado pode ser informal e natural e pode ocorrer em casa, com os pais como modelos e uma dieta com uma grande variedade de alimentos.

A idéia de alimentação saudável objetivada nas frutas e verduras foi uma orientação apontada apenas nos lares das crianças da escola privada, conforme suas falas evidenciam:

Que a gente deve comer frutas, saladas... uma comida leve... pra alimentação natural. (EPv/A9)

Que é pra comer verduras, feijão, tomate, legumes e muito mais. (EPv/A4)

Não obstante todas as crianças deste estudo terem evidenciado o fato de que as frutas e verduras são importantes para compor uma alimentação saudável, o que ora apresentamos é a constatação de que este conhecimento, segundo suas respostas à pergunta acerca do que aprenderam sobre alimentação em casa, não foi reconhecido pelos alunos da escola pública e da creche-escola entrevistados como sendo originário do ambiente familiar. Conforme iremos abordar mais adiante, os livros e os professores também ensinam, e são importantes para se alcançar informações sobre a importância da alimentação.

Pudemos observar nas falas de algumas crianças que a educação alimentar, em determinados contextos, está tomando um caminho de doutrinação coercitiva, ou seja, ou a criança come frutas e verduras ou estará sujeita a pagar um preço, conforme as suas falas levam a entender quando expressam o que aprendem sobre alimentação em casa:

Tem que comer verdura. A mamãe era gorda, aí ela tá fazendo um tratamento pra emagrecer... aí ela tá me ensinando a comer verdura. (EPv/A8)

A mamãe me ensinou que eu devo sempre lancha fruta, comer verdura. Que eu não devo ficar comendo muito doce que dá mal digestão... dá dor de barriga... até a pessoa pode passar mal. (EPv/A13)

Esta versão coercitiva da educação alimentar foi apresentada de maneira bem sutil, permeada de eufemismos, no discurso de uma criança da escola privada, conforme sua própria fala pode sugerir:

Que tem que comer verduras, muitas verduras, pra acostumar o paladar. Aí é só comer, de pouquinho em pouquinho. Eu me acostumei a comer cenoura e beterraba porque eu fico comendo de pouquinho em pouquinho. Agora, eu tô aprendendo a comer melão... e mamão... De primeiro ardia um pouco pra mim... aí eu fui comendo de pouquinho e gostei. Mas minha mãe diz que só é bom se comer tudo! (EPv/A1)

A referência ao sabor do mamão e do melão, apresentada por esta criança, evidencia controvérsias que suscitaram a nossa reflexão. Estas frutas são notavelmente doces, e na pior das hipóteses, insípidas, no entanto, a criança as percebia ardendo em sua boca. Pelo contexto do ardor, parece mais se referir a algo que incomoda, queimando como se estivesse em chamas, do que a algo apaixonante, delicioso de se comer. Tanto é que à proporção que foi comendo de “pouquinho em pouquinho” foi se tornando possível finalmente gostar do seu sabor. E ainda arremata, em um tom conclusivo: “mas minha mãe diz que só é bom se comer tudo!”

Pode-se imaginar o esforço que esta mãe e esta criança fazem para ter hábitos alimentares saudáveis. E este parece estar sendo o clima reinante na educação alimentar dos lares de algumas crianças entrevistadas, pois outras falas levam a esta suspeita quando os pais pautam suas orientações nas mais diversas regras conforme expressam seus filhos:

Que não era pra comer feijão azedo... que não era prá comer macarrão azedo... comer as coisa azeda. (EPb/A5)

A mãe ensinou que não é pra comer as coisas doces e salgadas, que faz mal pra barriga da pessoa e dá verme. (EPb/A18)

Prá gente não comer muita gordura, não comer muitas coisas doces... E assim que terminar o almoço, ou comer sorvete ou alguma coisa, escovar os dentes. (CE/A8)

Que eu não posso comer muito... porque comer muito só ajuda... assim... meu estômago fica muito pesado quando eu como muito. Aí eu tenho vontade de me deitar. Aí, quando eu me deito... todo dia eu descanso depois do almoço... Aí, quando eu como muito e vou me deitar, a gente engorda, não engorda? Aí todo dia eu tenho que andar de bicicleta! (CE/A9)

O contraste social evidencia-se mais uma vez nestas expressões, denunciando a educação alimentar pautada em regras que apresentam medos diferentes, próprios de classes sociais diferentes e que, no entanto, têm algo em comum: a aparente falta de uma vivência consciente e esclarecida acerca do que é uma alimentação saudável.

Phillipi e Alvarenga (2004) argumentam que a idéia que muitas pessoas têm de que a ingestão exclusiva de alimentos ricos em nutrientes essenciais e pobres em açúcares e gorduras constitua a dieta ideal é uma noção preconceituosa, já que todos os outros alimentos serão vistos como “não saudáveis” ou “engordativos”, de forma que sua ingestão costuma causar sentimentos de culpa. Desta forma, conforme pudemos constatar nos depoimentos destas crianças sobre as orientações de seus pais, é importante que os conhecimentos acerca da alimentação saudável estejam acessíveis a todos, visto que suas representações parecem evidenciar os preconceitos citados pelas autoras retrocitadas.

Outra dimensão da educação alimentar no contexto familiar apresentada pelas crianças foi a que denuncia a obrigatoriedade a que se vêem expostas em ingerir alimentos de que não gostam, como explicita uma criança da escola privada:

A minha mãe... é que tem umas coisas que eu não gosto de comer, aí a minha mãe às vezes fica botando... às vezes mesmo sabendo que eu não gosto de comer... (EPv/A11)

Esta mesma aluna, ao responder sobre o que entende por alimentação saudável, ratifica sua dificuldade em ingerir determinados alimentos, buscando ainda uma justificativa para esta sua experiência:

Eu não gosto de verduras não! É que às vezes a minha mãe me enfiava quando eu era bebê, eu acho... (EPv/A11)

Em uma dimensão semelhante à citada anteriormente, as crianças se vêem ainda obrigadas a comer em quantidade que não suportam. A idéia de que se deve comer tudo o que está no prato traz implícitos aspectos da história da humanidade em épocas de escassez de alimentos, pois, em decorrência do tamanho sofrimento causado pela fome, ou pelo medo de desafiná-la, justifica-se tomar como sendo uma falha terrível

contra Deus, ou um desrespeito aos carentes, ter o que comer e não fazê-lo. Por isso é que se deve comer tudo o que está no prato, não deixar sobras, sob pena de constrangimento e castigo. Desta forma, segundo seus depoimentos, as crianças aprenderam:

Que é pra comer tudim (*sic*)... que é pra se alimentar. (EPb/A17)

Que é pra comer muito, pra gente ficar mais saudável. (EPb/A12)

Foi que minha mãe disse assim: Filha, se você não comer vai ficar fina. Vai ficar bem fininha... vai ficar feia, tão fininha, que você vai desaparecer e eu não vou ser mais sua mãe. Porque se você desaparecer você não vai mais me ver. (EPb/A18)

É a ameaça de morte, física e emocional. Uma chantagem gerada a partir de uma falta de conhecimento e de orientação dos pais, que se sentem perdidos ao ponto de fazerem uma ameaça como esta relatada pela criança. Uma sentença que, segundo relatos de centenas de pacientes candidatos à cirurgia bariátrica ouvidos por nós na clínica psicológica, foi muitas vezes repetida por suas mães: coma, pra ficar bonita! Coma pra ficar inteligente! Coma pra ficar forte! E subentende-se que filhos bonitos, inteligentes e fortes seja tudo o que uma mãe deseja ter, no entanto, lançamos aqui a questão: afinal, o que é preciso comer, e em quais proporções, para que se alcance as tão almejadas beleza, inteligência e força? Estes depoimentos trazem implícitos, conforme já comentamos, a necessidade de que os pais tenham conhecimentos básicos sobre a alimentação saudável, que tanto poderão orientar as vivências alimentares da família, quanto os valores que irão transmitir aos filhos.

Esta ausência de informações ou vivências em torno da temática da educação alimentar no contexto familiar foi ainda observada nas palavras de três crianças da escola pública, ao serem indagadas acerca do que aprenderam em casa sobre alimentação:

(Silêncio) ... nada não. (EPb/A10)

Não ensinou não... ainda... (EPb/A2)

Nada. (EPv/A14)

O Guia Alimentar para a População Brasileira<sup>77</sup>, documento das Políticas Alimentares do Ministério da Saúde, lançado em outubro de 2005 em Brasília, tem como objetivo contribuir para a orientação de práticas alimentares que visem à promoção da saúde e a prevenção de doenças relacionadas à alimentação, sejam elas a desnutrição e deficiências nutricionais, ou sejam as doenças crônicas não transmissíveis como diabetes, obesidade, hipertensão, doenças cardiovasculares e alguns tipos de câncer.

A proposta do Ministério da Saúde é de que esse material seja distribuído em todo o País, para a rede de saúde, profissionais de saúde de nível superior em escolas formadoras, sociedades científicas de saúde, ministérios parceiros com interface em alimentação, secretarias estaduais e municipais de Saúde, Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, setor produtivo de alimentos e, particularmente, para as famílias.

Este guia retromencionado contempla nove diretrizes alimentares oficiais, sendo que duas delas são de natureza especial. São elas: os alimentos saudáveis e as refeições; cereais, tubérculos e raízes; frutas, legumes e verduras; feijões e outros alimentos vegetais ricos em proteínas; leite e derivados, carnes e ovos; gorduras, açúcares e sal; água. E as especiais: atividade física e qualidade sanitária dos alimentos para consumo e armazenagem<sup>78</sup>.

Fazer com que o Guia Alimentar para a População Brasileira tenha seus objetivos cumpridos é, conforme entendemos, um compromisso de todo cidadão, mais especificamente, conforme tratamos neste estudo, dos pais de família e dos educadores, visto que as orientações que as crianças entrevistadas afirmaram receber em seus lares parecem suscitar uma abordagem mais bem orientada.

### 6.1.2 O que aprenderam na escola – “Foi a professora que ensinou”

Por se tratar de um estudo acerca das representações de alimentação no Ensino Fundamental, a versão das crianças sobre o que aprenderam na escola, com suas

---

<sup>77</sup> [www.saude.gov.br/nutricao](http://www.saude.gov.br/nutricao).

<sup>78</sup> Idem.

professoras e com seus livros, tornou-se de grande valia para se entender o grau de importância que a escola tem dado a este tema e o quanto as crianças têm elaborado acerca dele.

Na realidade, a tabela XI, apresentada no início deste capítulo, e os relatos das crianças, evidenciam que os professores realmente abordam este assunto no ambiente escolar, o que poderá ser visto, sob a perspectiva do professor, na seqüência desta análise.

Os depoimentos das crianças das três escolas evidenciam algumas características em comum quanto às suas experiências acadêmicas acerca da alimentação. A representação da alimentação como algo que faz ficar forte, crescer e ficar inteligente foi o ensinado por alguns professores, segundo as falas das crianças da escola pública e da creche-escola:

Um monte de coisa! Que comer é bom pra nossa barriguinha... pra nossa cabeça... pra ficar forte. (EPb/A9)

Aprendi que é pra crescer. (EPb/A3)

Que as pessoas comem... e crescem mais, vivem mais, ficam cada vez mais forte. Que vai aprender mais as coisas também. (EPb/A19)

Que a alimentação é muito bom pra gente. Que a gente fica forte. Pra gente na hora do recreio brincar melhor e... pra gente não ficar se sentindo fraca. (CE/A7)

Que minhas alimentações dão muita força... Tem suco, milho, carne, feijão. (CE/A4)

E ainda a idéia da quantidade de alimento associada à força que ele proporciona e às suas conseqüências:

Que tem que comer tudo... não estragar. E se estragar, você fica um pouco fraca... (CE/A2)

Que tem que comer muito para crescer. (CE/A3)

Que é pra comer tudim (*sic*) que é pra gente engordar. (EPb/A17)

Que é prá gente comer muito... pra gente poder ficar mais saudável (EPb/A12)

Notamos a associação entre normas de higiene e alimentação saudável nas falas das crianças das três escolas, sendo que, no discurso dos alunos da escola pública, a ênfase foi direcionada à higiene do corpo:

A professora ensinou que a gente tem sempre que lavar as mãos e os alimentos pra ficar com boa saúde... (EPv/A1)

Comer frutas... e quando terminar o suco, lavar as mãos. (CE/A8)

A professora ensinou coisa saudável... de higiene. Higiene para os dentes, para o corpo e para a boca. (EPb/A7)

Ela ensinou sobre nossa saúde. Manter nosso corpo limpo e etc... (EPb/A1)

A preocupação com a higiene dos alunos foi bastante enfatizada por professoras da escola pública, que, em seus discursos acerca de como trabalhavam a educação alimentar, deram a entender que não só de conhecimentos sobre a alimentação saudável os seus alunos precisam, mas também de noções básicas de higiene, conforme as próprias falas:

Eu trabalho... (a educação alimentar) Sempre na área de ciências, né? Noções de higiene... Porque aqui tem muito menino que vem sem tomar banho, né? Então todos os dias, sempre na aula de ciências eu dou aula de higiene, né? (EPb/E2)

Eu acho que eles precisam muito mesmo é de noções de higiene... Eu mesma já tive de levar a roupa de um aluno pra lavar em casa, porque a blusinha do menino parecia até um pano de chão, daqueles bem encardidos, de tão suja. Eu precisei deixar dois dias de molho, pra ver se melhorava aquilo... O menino vinha tão sujo pra escola que chegava a causar nojo... Deus me perdoe! (EPb/E9)

Os alunos também entenderam as orientações de seus professores quanto à alimentação saudável a partir de regras, que, conforme suas falas, pautavam seus discursos mais no que não deviam ou não podiam fazer na hora de comer:

Que não pode comer... nada que você não sabe o que é. Como... é... coisas que tiver ruim não pode comer, que vai fazer mal à gente. (EPb/A15)

Que não pode ficar comendo só aquelas coisas... tipo, muitos doces, aqueles salgadinhos de cantina... não pode comer muito. Aqueles pastéis também, tem muita gordura, tem muita caloria. (EPv/A11)

E a orientação da professora, um pouco mais maleável, que permite o “não saudável”, desde que não seja em excesso, conforme o entendido por dois alunos da escola privada:

Eu aprendi que a gente deve comer as coisas saudáveis e não... a gente pode comer

até as que não são saudáveis, mas não muito... (EPv/A4)

Que os alimentos gordurosos podem... podem até matar uma pessoa, quando é exagero. (EPv/A9)

A fala de uma aluna da creche-escola associa as regras do que pode ou não pode comer a um experimento realizado pela professora em sala de aula:

Que não pode misturar... refrigerante... Se comer refrigerante faz mal pro estômago. Aí a tia fez uma pesquisa que botou uma carne aí botou refrigerante. Aí a carne ficou diferente... Aí ela falou que faz mal pra saúde. (CE/A10)

Observamos nestes depoimentos dos alunos que existe uma noção do que é alimentação saudável, no entanto, o que nos chamou a atenção foi a metodologia utilizada pelos professores para abordar este tema, mais pautada nas proibições e nas regras do que mesmo na conscientização dos alunos acerca da escolha do alimento.

A cantina da escola privada foi um ponto de referência utilizado para trabalhar o tema da alimentação, conforme as falas das crianças evidenciam acerca do que os seus professores ensinaram:

(...) aqueles salgadinhos da cantina... não pode comer muito. Aqueles pastéis também... (EPv/A11)

Que a gente devia comer de casa, porque da lanchonete não é saudável... da cantina. (EPv/A6)

E a constatação de uma criança sobre a incoerência entre o que a professora ensina e o que a escola proporciona aos alunos em termos de alimentos:

Bem, eu aprendi que também não se deve comer aqueles salgadinhos... mas eu vejo que aqui na escola não tem isso não, por causa que na cantina vende aqueles salgadinhos... bem gordurosos, que eu adorava... Só que agora eu peço é bolo com suco Jandaia. (EPv/A13)

A escola privada tem como parte do trabalho da alimentação saudável a proposta de que as crianças se esforcem por trazer um lanche saudável pelo menos em um dia da semana. É a sexta saudável, que será comentada com maior detalhamento nas considerações dos professores acerca da educação alimentar na escola. Apenas duas crianças, porém, afirmaram suas participações neste programa da escola:

Ela ensinou que a alimentação é boa pra saúde. E na sexta-feira saudável tem que trazer frutas, verduras, bolo... sei lá! (EPv/A13)

Às vezes, quando é dia de alimentação saudável, minha mãe manda para lanche na escola o pão com manteiga. (EPv/A11)

A partir destas falas, pode-se inferir o fato de que ainda não houve uma assimilação, pelos alunos, e de forma mais abrangente, pelos seus pais, da proposta da escola quanto à intenção de fomentar hábitos alimentares mais adequados a partir do projeto da sexta-feira saudável. Quando a primeira criança arremata sua fala com um – sei lá! – fica subentendido que ainda não compreendeu bem quais são os alimentos que podem ser considerados saudáveis. E, na fala da segunda criança, percebemos claramente que quem escolheu o alimento foi a sua mãe, o que poderia ser bem mais interessante se ela fosse incentivada a participar desta escolha.

No contexto da escola pública, a ameaça da fome e da desnutrição permearam as orientações de alguns professores, pois, conforme os alunos, aprenderam na escola:

Que é pra comer, pra gente não ficar com fome. Porque a comida é pra gente não ficar fraca. (EPb/A12)

É... que é pra gente comer, senão a gente vai ficar seco e desaparecer. (EPb/A18)

Aprender sobre alimentação saudável na escola parece ser uma experiência pouco enfatizada, ou, ainda, o que fica retido acerca deste tema não dimensiona o valor que o assunto tem para o desenvolvimento satisfatório - físico, cognitivo, emocional e social - da criança. As falas de algumas crianças da escola pública e da escola privada evidenciam esta situação, quando o que os professores ensinam na escola parece não ter sido trabalhado de forma mais esclarecedora:

Que é pra comer tudim... que é pra se alimentar. (EPb/A17)

Que tem que comer bem. (EPv/A2)

Eu aprendi que alimentação saudável é quando a pessoa se alimenta bem. (EPv/A8)

Que a gente tem que se alimentar bem, comer as coisa que presta. (EPv/A10)

E a não-assimilação dos ensinamentos acerca da alimentação saudável ficou mais flagrante ainda a partir do depoimento dos alunos das três escolas, conforme suas palavras apontam:

Não sei. Não ensinou não, ainda não... (EPb/A2)

Nada. (EPb/A4)

Nada não. (EPb/A10)

(Silêncio) Não. (EPb/A14)

Não ensinou não. (EPb/A8)

Nada. Tem vez que a professora fala, tem vez que ela não fala. (EPv/A6)

Na escola? Nada... ninguém falou nada não. (CE/A9)

Notamos, ainda, além destes aspectos apresentados, a autopercepção da criança como um aprendiz autodidata, quando em suas falas expressam que aprenderam sobre alimentação saudável sozinhas, ou em alguns casos, com a ajuda dos livros:

Eu já sabia... quando eu era... quando eu tinha cinco aninhos. (EPb/A7)

Eu sei isso mesmo sobre alimentação saudável... Eu também aprendi sozinha. (EPb/A16)

Ninguém ensinou! Eu que sei. (EPb/A9)

Bem, não falamos muito na escola sobre isso mas...alimentação saudável serve para o corpo humano sobreviver melhor. Estudei sobre isso. (EPv/A8)

Ninguém ensinou. Eu aprendi sozinha. (CE/A4)

Ninguém ensinou. Eu tenho na minha cabeça. (CE/A1)

Estes dados são referenciais de avaliação importantes acerca dos métodos e recursos que a escola utiliza para trabalhar a temática da alimentação com seus alunos. Como será apresentado mais detalhadamente no item dos referenciais de educação alimentar elaborados pelos professores, sabe-se que este tema é realmente contemplado no conteúdo curricular, principalmente nos livros de Ciências, conforme seus depoimentos demonstram. A metodologia utilizada, contudo, a didática aplicada, os recursos utilizados, parecem ainda não propiciar os efeitos pretendidos. Na realidade, as crianças não estão aprendendo sobre alimentação saudável de forma

esclarecedora, conscientizadora e motivadora para a formação dos hábitos alimentares mais satisfatórios, manutenção ou, ainda, modificação dos hábitos inadequados.

Esta afirmação é confirmada a partir do depoimento de uma professora da escola privada, quando expressa:

Eu acho que as crianças sabem toda a teoria, mas na hora da prática, nada com nada... Só fazem a opção errada. (EPv/E6)

As representações apresentadas pelas crianças no quarto capítulo deste estudo confirmam o discurso desta professora, pois suas elaborações acerca do ato de comer bem, realmente, contemplam alguns parâmetros dos guias alimentares. Trata-se, todavia, de um conhecimento ainda pautado em informações equivocadas, visto que, conforme pudemos observar, faltam a estes sujeitos informações mais seguras acerca do que realmente possa ser o referencial da alimentação saudável<sup>79</sup>.

O que denunciemos aqui, entretanto, é o distanciamento do real objetivo da educação alimentar observado no contexto escolar. Para que esta meta seja atingida, é importante não apenas informar o que se deve ou não comer, mas também favorecer a manutenção dos hábitos alimentares saudáveis e fomentar a modificação dos hábitos prejudiciais à saúde, e, ainda, de uma forma que apresente um discurso e uma prática coerentes, com conteúdo adequado às necessidades e possibilidades cognitivas e sociais das crianças.

## **6.2 A expectativa dos pais dos alunos: “A escola pode ajudar”**

A questão central que proporcionou alcançar as expectativas e considerações dos pais quanto à educação alimentar de seus filhos partiu da seguinte pergunta: o que você acha da inclusão da disciplina educação alimentar no conteúdo curricular?

Os pais das três escolas deste estudo receberam a possibilidade desta disciplina no currículo das escolas de seus filhos como sendo algo muito importante, necessário e urgente, pelos mais diversos motivos, conforme será apresentado a seguir.

---

<sup>79</sup> Conforme afirmam Phillipi e Alvarenga (2004) quando aborda o preconceito sobre alguns alimentos que são entendidos como sendo não saudáveis, aspecto já comentado por nós anteriormente.

Esta mãe da creche-escola acredita que uma disciplina de Educação Alimentar é um recurso ideal para prevenir males futuros à saúde por meio de uma alimentação bem orientada:

Eu acho excelente, porque... eu acho assim: que a comida, ela é a energia da gente, né? Se você aprende a se alimentar bem desde criança, você é uma pessoa sadia, tanto física quanto mentalmente, porque se você está com o físico bem, tudo influencia, né? Eu acho ideal! Eu acho perfeito! (CE/P8)

Desta forma, a compreensão da importância da disciplina de Educação Alimentar na escola pareceu estar muito atrelada à prevenção de transtornos associadas aos hábitos alimentares inadequados, conforme discurso presente também nas falas destes pais da escola privada e da creche-escola:

Seria interessante... seria interessante até porque muitas doenças até advêm da má alimentação. Câncer... Aí é preciso conscientizar desde cedo. Acho que no nível de cada aluno, seria ótimo. (EPv/P1)

Respeitar o nível intelectual do aluno é um aspecto muito importante para se atingir resultados satisfatórios de aprendizagem. Lucas (2005, p.255) apresenta o desenvolvimento das habilidades alimentares da criança tomando Piaget como referencial do desenvolvimento cognitivo. Segundo essa autora, no estágio das operações concretas, que, conforme Piaget, caracteriza o período entre sete e onze anos, a capacidade da criança de focar vários aspectos de uma situação simultaneamente, classificar, reclassificar e generalizar os elementos, além da diminuição do egocentrismo, favorecem a percepção de que os alimentos nutritivos possuem um efeito positivo sobre o crescimento e a saúde. Assinala, porém, ainda, que a compreensão de como isso ocorre, ou por que, ainda é limitada.

Torna-se imprescindível que os educadores planejem as orientações acerca da educação alimentar de seus alunos, ao abordarem a temática da alimentação saudável, observando o nível de elaboração e de compreensão de cada um deles. A utilização de material adequado, apropriado para cada faixa etária, com gravuras coloridas, exercícios práticos, oficinas de culinária, dentre vários outros recursos, podem ser valiosos aliados para se atingir este propósito. Acima de tudo, é importante que o

professor também esteja bem orientado acerca deste assunto, o que poderá favorecer hábitos alimentares saudáveis não apenas para os alunos, mas também para eles mesmos.

A obesidade (e suas co-morbidades) é um transtorno muito presente nos discursos dos pais da escola privada e da creche-escola, sendo muito forte a sua influência sobre a opinião dos pais acerca da inclusão de uma disciplina de Educação Alimentar na escola:

Olha, seria excelente! Eu acho que tá precisando mesmo, sabe? Esta epidemia de obesidade que a gente tem escutado falar tanto, não é outra coisa não... é por falta de hábitos alimentares, em casa, hábitos saudáveis... Isso acaba trazendo realmente problemas de diabetes, obesidade, que a gente vê. Toda semana tem uma reportagem em revistas falando sobre isso! (EPv/P6)

Olha, eu acho fundamental. Principalmente nos dias de hoje, que a obesidade realmente tá imperando, né? Então, eu acho importante. É saúde, e pela saúde a gente tem que fazer tudo. (CE/P5)

Eu acho uma idéia muito boa, porque o que a gente vê hoje em dia é justamente as crianças cada vez mais tendendo à obesidade, a complicações por causa de colesterol, a diabetes, né? Em crianças... a diabetes juvenil. Coisas complicadas que vão acarretar problemas com cuidados durante toda a vida. (CE/P9)

Eu acho muito interessante... As crianças têm que adquirir esse valor, né? Adquirir esse valor desde pequenininho. Porque realmente a gente tá vendo aí, né? Doenças evitáveis, mortes evitáveis, por causa da alimentação. (CE/P6)

E o depoimento de um pai que, numa espécie de pedido de socorro às autoridades da saúde e da educação, manifesta o seu desejo de que haja mais controle da alimentação nas escolas, em forma de lei, a fim de prevenir transtornos maiores ao sistema como um todo:

É interessante, principalmente porque nós vemos hoje na imprensa, no Fantástico, que essa questão da obesidade, não só do adulto como também infantil, é um problema mundial, né? Que se agrava, e que inclusive pode trazer até problemas pro sistema de saúde pública, né? Porque vão ter que contratar nutricionistas... vão ter que contratar! Inclusive eu acho que alguns estados já estão adotando essa questão de proibir nas escolas públicas e particulares, rever essa questão da cantina, né? Tem que rever, porque se sabe que é um problema... quer dizer, deixar prá curar num hospital, curar numa clínica? É melhor regular, proibir frituras, né? Essas coisas... bombom nas escolas... Pelo menos nas escolas, porque... agora, na rua, todo mundo é livre. (CE/P10)

Várias ações, no Brasil e no mundo, buscam trabalhar em prol do controle da obesidade infanto-juvenil. Na cidade do Rio de Janeiro, um decreto de abril de 2002

proibiu a venda de guloseimas na rede municipal de ensino. No Distrito Federal, escolas são orientadas na promoção de hábitos alimentares saudáveis, com o apoio da Universidade de Brasília e do Ministério da Saúde. Nos Estados Unidos e na Inglaterra, existem movimentos que lutam pela proibição de guloseimas, salgadinhos e refrigerantes em máquinas nas escolas<sup>80</sup>. A Portaria Interministerial nº. 1.010, de 08 de maio de 2006, institui as diretrizes para a Promoção da Alimentação Saudável nas Escolas de Educação Infantil, Fundamental e Nível Médio das redes públicas e privadas, em âmbito nacional. Desta forma, pode-se ver que existem atitudes da sociedade e das políticas públicas que começam a considerar a importância de leis que regulamentem a educação alimentar e a proibição de alguns alimentos que podem comprometer a saúde, se ingeridos de forma indiscriminada.

Segundo as falas de alguns pais da escola privada, a falta de tempo em razão das múltiplas exigências do cotidiano é um fator agravante e inviabilizador para que esta educação alimentar seja feita satisfatoriamente em casa, o que seria, segundo suas conclusões, o mais indicado. Observamos, a partir de seus depoimentos, que muitas vezes esse papel fica nas mãos das empregadas domésticas e das babás, responsáveis pelos cuidados com a alimentação dos filhos enquanto eles trabalham:

Eu acho que seria interessante, porque às vezes os pais não têm tempo de ficar ensinando as crianças em casa, né? Ficam nas mãos de outras pessoas, e elas acabam perdendo a paciência, né? E talvez na escola, assim, poderia ser bem melhor para a criança. Eu acho uma boa... eu sinto falta disso. (EPv/P2)

Se tivesse educação alimentar na escola, iria ajudar muito, porque os pais muitas vezes não têm tempo de ter uma disciplina, de ter um esquema de horário pra alimentação... Às vezes as crianças ficam muito com a empregada, e aí o que é que acontece? A criança não tem a oportunidade de aprender. (EPv/P6)

Porque tem pais que trabalham... então já fica mais fácil ter uma disciplina dessa, porque a própria criança aprende mesmo mais com a escola do que até mesmo com os pais. Os pais trabalhando, ela fica em casa com o quê? Com a babá? Com a empregada? Infelizmente não é a mesma coisa! Mesmo que você tenha muita confiança, não é do mesmo jeito! Então, no colégio é diferente... a criança vê o que vai ser melhor prá ela. (EPv/P10)

Esta, por sua vez, é uma situação muitas vezes contornada pelos pais das crianças da creche-escola que, apesar de não oferecer a educação alimentar como disciplina, mantém um programa de alimentação saudável a partir de cardápios de merendas,

---

<sup>80</sup> Cf. <http://revistaepoca.globo.com> Acesso em 11/10/2006.

almoço e jantar<sup>81</sup> planejados por nutricionista e preparados na cozinha da própria escola. Como se pode observar a partir de suas falas, este serviço oferecido pela creche-escola foi um diferencial importante na hora de escolher a escola para seus filhos:

Quando eu descobri essa escola pra mim foi uma benção, porque a alimentação aqui é balanceada. Eu sei que aqui ela come de tudo... pelo menos tem uma nutricionista para ajudar, né? Por isso que eu prefiro que ela coma aqui na escola. (CE/P1)

Foi um dos fatores, né? Não chegou a ser decisivo não, mas foi um dos fatores que contribuíram, né? A questão de não ter cantina... (CE/P7)

E aí eu optei por ela se alimentar aqui, porque eu já sabia que aqui tinha um programa de alimentação... onde eles são orientados por nutricionista, onde existe verdura, existe sucos naturais. Não entra refrigerante, não entra salgadinho, não entra coxinha... e isso é importante, principalmente nessa fase, né? (CE/P10)

Eu prefiro, porque eu sei que é uma alimentação que é uma nutricionista que tá orientando, entendeu? Então, eu prefiro. (CE/P6)

E uma das mães, que mesmo estando satisfeita com a atual performance da creche- escola quanto à alimentação, acredita que seria bem melhor se houvesse um trabalho mais sistematizado, como uma disciplina mesmo, segundo sua fala:

E eu ainda acho que esta escola tem essa preocupação (com a alimentação), porque ela tem uma nutricionista, ela tem um cardápio balanceado... Mas eu acho que tinha que ser mais forte. Tinha que ser uma disciplina realmente. Seria o ideal... muito interessante! (CE/P5)

Enquanto os pais da creche-escola se acham seguros quanto à alimentação de seus filhos no ambiente escolar, os pais da escola privada recebem a possibilidade de uma disciplina de Educação Alimentar como uma luz no fim do túnel, ou, ainda, uma boa parceria nesta difícil tarefa que é trabalhar com a formação e/ou modificação de hábitos alimentares:

(...) E já que eles estão na escola, e a escola tem também esse papel de educar junto com a família, seria assim, algo muito importante se existisse essa disciplina na escola (EPv/P6)

Eu acho ótimo, né? Eu acho que seria muito proveitoso pra todos, e pra eles, ainda mais... Porque eles iam desde pequeno aprender a se alimentar bem... Porque eu... por exemplo... a gente relaxa, né? E formar isso desde pequeno, educar isso desde

---

<sup>81</sup> Exemplar de cardápio em anexo.

pequeno, eu acho que fica muito mais fácil de você administrar, né? Eu acharia ótimo! Eu acho que deveria existir sim. (EPv/P7)

Olha, eu acho que iria ajudar demais. É assim: eu considero a educação escolar, que se ela não funcionar como uma extensão da familiar, não anda, tá entendendo? Então, eu tinha certeza que se eu tivesse esse apoio da escola, poxa, o trabalho ia ficar muito mais fácil pra mim... eu tenho certeza! (EPv/P9)

Seria muito bom... Porque eu vejo assim: a escola é a segunda família da criança, é uma extensão, né? Porque a criança, ela acompanha muito as orientações decididas na escola. É muito importante... Porque eu acho que essa inclusão no currículo, da educação alimentar, seria um complemento muito importante. Iria ajudar pra família também. (EPv/P12)

A idéia da inclusão da disciplina de Educação Alimentar no conteúdo curricular foi também recebida como algo que beneficiaria não apenas as crianças, de forma direta, mas indiretamente, eles mesmos, os pais, pois afirmam muitas vezes não saber qual a melhor maneira de exercer os seus papéis de educadores no ambiente familiar:

Se tivesse uma disciplina, uma vez por semana, por exemplo, com aulas próprias sobre alimentação, seria bem melhor. Iria ajudar até nós, os pais. (EPv/P3)

Acho que seria excelente! Serviria até pra gente saber educar as crianças na alimentação...(EPv/P4)

Isso ajuda a gente a estar mais atenta pra essas coisas da alimentação... Eu acho que seria bom até pra nós, pais. (EPv/P8)

Porque eu acho que essa inclusão no currículo, da educação alimentar, seria um complemento muito importante. Iria ajudar pra família também. (EPv/P12)

Seria muito bom! Seria muito bom porque eu acho que poderia até mudar muitas cabeças de muitas mães... em termos de alimentação. (EPv/P14)

E a disposição de uma das mães da creche-escola em aprender com a filha, pois garante não saber o que é realmente uma alimentação saudável:

Do mesmo jeito que tem português, matemática, eu acho que devia ter essa disciplina de educação alimentar. As crianças também podem ensinar pra gente. Eu, pelo menos, não sei. Eu não sei o que é uma alimentação saudável, como fazer em casa uma alimentação saudável. Não sei que tipo de alimento eu uso, no dia-a-dia, pra ter uma alimentação saudável. (CE/P1)

O depoimento de uma das mães da escola pública tomou aspecto de denúncia, ao apresentar o motivo pelo qual acreditava ser a disciplina Educação Alimentar de crucial importância não só para as crianças, mas, principalmente, para os seus pais. A fala desta mãe será transcrita sem cortes, por isso mesmo um pouco extensa. A escolha

por apresentá-la integralmente decorre do forte teor de seu conteúdo, conforme podemos conferir:

Seria uma ótima idéia se pudesse implantar esse sistema nas escolas públicas. Porque as crianças, a maioria, não se alimentam como deveriam se alimentar, por isso que há desnutrição... não crescem, como deveriam crescer...são fracas na escola por falta de alimentação... como muitas que vêm pra escola sem nem tomar um café... aí chega na escola não tem nem o ânimo pra estudar...nem pra brincar... Adoecem com facilidade... Se tivesse esse programa nas escolas, principalmente nas escolas públicas, e fosse acompanhado direitinho, acho que desenvolveria muito mais as crianças... Tanto na parte dos estudos, como na parte do crescimento... de tudo. Isso seria uma vantagem. (EPb/P16)

A partir desta sua fala, outra pergunta foi acrescentada ao roteiro da entrevista, pois o seu depoimento estava divergindo consideravelmente do discurso dos outros pais e dos professores da escola pública, afirmando que as condições precárias dos alunos não favoreceriam uma prática satisfatória do que seria aprendido na escola sobre a alimentação saudável. Foi-lhe perguntado como percebia esta distância entre as precárias condições de vida dos alunos e o conteúdo provavelmente apresentado na disciplina educação alimentar. A sua resposta será transcrita integralmente:

Eu acho que isso... na minha opinião, né? de mãe. Eu acho que esse tempo já passou, porque, hoje em dia, a maioria das mães que têm os filhos na escola, tá tendo um benefício do governo. Não são todas elas, mas uma boa parte, mais da metade tem, e não sabe usar esse benefício na parte da alimentação das crianças. Compram coisas que não tem interesse nenhum pras crianças e aí deixam as crianças em casa sem uma alimentação mais pesada, que é justamente pra isso que o governo dá esse benefício. Como eu. Eu recebo, e eu gasto mais da metade desse benefício com a alimentação delas. Com leite...Com esse dinheiro eu dou uma alimentação mais adequada pras minhas filhas. Essa história de que todos os alunos da escola pública passam fome, isso é coisa do passado... Porque o governo dá o dinheiro... Mas agora, infelizmente, não tem o controle sobre o que é feito com esse dinheiro. Eu ouvi falar, por exemplo, que no interior a prefeitura faz o quê? Dá o auxílio, a pessoa leva uma folha, vai pra mercearia, lá na mercearia o vendedor anota tudo o que a pessoa comprou, correspondente ao valor do benefício que recebeu da prefeitura, e as pessoas têm que devolver essa folha com a alimentação que comprou, tudo anotadinho. Se botar um sabão em pó, não pode. Tem que ser só alimentação para as crianças. Se não trouxer essa folha, então é cortado o auxílio benefício. Então, no interior, a prefeitura realmente fiscaliza o que é feito. Aqui na cidade, não. Então você entra numa casa dessas, aqui no Caça e Pesca, tá lá: uma televisão enorme! A casa bem pequenininha, a televisão quase que nem cabe na sala. Geladeira? Geladeira daquelas boas... Frost Free... Como é que pode uma casa dessa? As panelas vazias e uma geladeira Frost Free? Né? Isso aí... as mães ficam luxando, só querem andar prontas, usando o benefício pra pintar as unhas, pra pintar o cabelo, e as crianças vêm com fome pra escola... Sem tomar um café da manhã, muitas vezes... E a estante vazia... Então, eu acho que é muita falta de organização mesmo. Se as mães fossem orientadas pelos profissionais, pelos educadores ou pela prefeitura a utilizar esse auxílio de forma correta, comprando alimentos que são

realmente importantes, saudáveis para as crianças, isso iria melhorar, tá? Tanto para os pais como para as crianças.(EPb/P16)

O benefício do Governo, citado por esta mãe, refere-se ao Programa Bolsa-Família (PBF), que favorece uma transferência direta de renda que beneficia famílias pobres (com renda mensal por pessoa de R\$ 60,01 a R\$ 120,00) e extremamente pobres (com renda mensal por pessoa de até R\$ 60,00)<sup>82</sup>. Os valores pagos por este Programa variam de R\$ 15,00 a R\$ 95,00, conforme a renda mensal por pessoa da família e o número de crianças. Alguns critérios de elegibilidade devem ser observados, de tal forma que nem todas as famílias da escola pública são contempladas.

Constatamos junto à Secretaria da escola o fato de que, das 20 crianças entrevistadas para este estudo, 12 eram beneficiadas pelo Programa Bolsa-Família, no entanto, apenas a mãe citada anteriormente teceu comentários sobre a sua utilização.

A denúncia da fome e da carência de recursos foi o tema presente nas falas da maioria dos professores da escola pública, conforme será comentado mais adiante, e no relato da adolescente responsável pelos irmãos, que, apesar de ter apreciado a idéia da inclusão da disciplina de Educação Alimentar no currículo, questiona o possível contraste entre a teoria e a prática:

Seria muito bom... porque os professores iriam incentivar as crianças sobre o que comer durante o dia, né? Que é muito importante. Poderia fazer isso, seria muito importante. Mas tinha que falar isso e conversar com os pais... Porque nem é todas crianças que têm o que elas vão falar, né? Porque tem muitas crianças que passam necessidade em casa, né? Que eu sei. Muita, muita, muita... Eu acho que seria muito bom ensinar as crianças o que é importante comer... (EPb/P8)

A família desta adolescente, segundo suas informações levam a entender, vive em situação de insegurança alimentar. A mãe é empregada doméstica, recebe um salário mínimo (R\$ 350,00) e eventualmente faz faxinas avulsas para complementar a renda. Moram em casa de aluguel, o pai das crianças saiu de casa e não colabora financeiramente. São cinco filhos, sendo um de 15 anos, uma de 13 (a que foi entrevistada neste estudo) e os outros de sete, cinco e dois anos. São beneficiados pelo Bolsa-Família, e, no entanto, conforme pudemos constatar, a carência é ainda muito

---

<sup>82</sup> [www.mds.gov.br/programas/transferecia-de-renda/programa-bolsa-familia](http://www.mds.gov.br/programas/transferecia-de-renda/programa-bolsa-familia).

grande, principalmente de alimentos.

Não obstante, porém, esta flagrante condição de carência de nossos sujeitos, outros pais da escola pública apresentaram justificativas que traduzem o caráter educativo da Educação Alimentar na escola, ao entenderem que, como disciplina, poderia favorecer aos alunos aprenderem a escolher os alimentos mais adequados para o seu desenvolvimento satisfatório:

Era bom, né? Porque às veiz (*sic*) eles tão comendo besteira, aí a gente diz que faz mal, aí eles diz: faz nada, mãe! Eles tem que saber bem isso. Eu achava bom, pra eles entender, né? O que era bom e o que não é, né? (EPb/P4)

Ótimo! Seria excelente! Eu acho que uma coisa assim a criança vai conhecer melhor até a alimentação pra ela própria. Eu acho que ela não vai querer comer tanta porcaria depois de ter essa disciplina... Eu acho isso. Seria ótimo. Seria um sonho, né? Ter um acompanhamento assim. (EPb/P12)

Era bom, né? Porque aí eles iam ver que a pessoa tava explicando porque a pessoa tinha que comer aquela comida, né? Que ali era saudável pra eles. Mas... não tem ainda, né? Mas se tiver, vai ser melhor pra eles, né? (EPb/P18)

Esta dimensão da importância da inclusão da disciplina Educação Alimentar na escola também foi contemplada no contexto da creche-escola, ao ser enfatizada a autonomia que os alunos poderiam obter na escolha dos alimentos, caso os conhecessem melhor:

É interessante, né? Porque eu acho assim: por mais que a gente tente dar coisas que façam bem pras crianças, elas sempre gostam da batata-frita, do hambúrguer, do chiclete, do refrigerante... elas sempre querem, né? E eu acho que teria que ser uma escolha da própria criança, que eu acho que com essa educação alimentar, a própria criança iria escolher as coisas que ela gosta e que fosse fazer bem pra ela. Eu acho que com essa disciplina, aos poucos, eles iam tendo conhecimento dos alimentos, porque eu acho que eles não têm... (CE/P4)

O poder de influência que a escola pode exercer sobre a escolha alimentar das crianças é abordado por pais da escola privada e da creche-escola, ao considerarem que seria muito importante a parceria com os professores, pois, segundo suas falas, o que eles dizem é inquestionável para as crianças:

Que muitas vezes, é muito interessante essa questão familiar e escolar... Por exemplo: você sabe que aquilo que o professor diz, na idade do meu filho, tudo é verdade. Só quem sabe tudo é a professora. Às vezes, a gente vai ensinar até uma atividade, ele diz logo: não mãe, não é assim... a tia disse que é assim, assim e

assim... Então eu acho que a escola vai reforçar, vai ajudar, eu acho que é fundamental. (EPv/P9)

Uma criança de 7 a 10, 11 anos, o que é dito, é gravado, mais no colégio do que em casa... Então, no colégio, o que a professora diz fica mais gravado do que o que a gente diz em casa. Minha filha diz: não, mas a tia falou que é assim... A gente às vezes tem até que concordar com o que o colégio fala, senão a gente vai entrar em atrito. E tendo uma coisa dessa, a gente vai ter uma orientação melhor... na parte alimentar. (EPv/P10)

Eu acho fundamental. Porque a visão que as crianças têm do professor é perfeita. O professor orientando sobre alimentação, ajuda a gente, os pais, as mães, em casa. Então, a professora passando pra eles e a mãe fazendo em casa também, vai só complementar o ensino. Eles vão perceber que há mais uma voz, uma pessoa que é de alta responsabilidade pra eles, ensinando a mesma coisa que a mãe fala. (CE/P2)

A idéia da escola como extensão da família foi outro aspecto abordado nas justificativas dos pais quanto à importância da parceria com os professores na educação alimentar dos filhos:

Seria muito bom... Porque eu vejo assim: a escola é a segunda família da criança, é uma extensão, né? Porque a criança, ela acompanha muito as orientações decididas na escola. É muito importante... (EPV/P12)

Uma das vantagens em proporcionar às crianças a educação alimentar na escola, segundo Lucas (2005, p.260), é que, ao se alimentarem em grupo, em um ambiente apropriado, as crianças comem melhor e experimentam maior variedade de alimentos do que quando se alimentam sozinhas. Este aspecto foi abordado por uma das mães da creche-escola, conforme podemos identificar em sua fala:

E eu acho que através dos colegas, e daquele domínio que a professora tem, eu acho que se consegue muito mais do que a gente em casa. Porque eles têm o colégio como um... não é nem uma segunda casa, muitas vezes é a primeira casa. (CE/P3)

O depoimento de uma das mães da creche-escola apresentou um argumento diferenciado de todos os pais entrevistados. Segundo assevera, a educação alimentar é função primordial da família, sendo que a escola iria favorecer apenas aquelas crianças que não têm este referencial satisfatório em casa:

De um modo geral, eu acho que é válido, né? Eu não sei é se... isso parte muito é da própria família, né? Pra aquelas crianças que a família não tem nenhum comprometimento com esse tipo de questão, então pode ajudar bastante. Mas eu acho que não tem como não estar atrelado à situação mesmo de casa. (CE/P7)

Os hábitos alimentares familiares também foram enfatizados por outros pais como sendo primordiais na educação alimentar, sendo a escola entendida como tendo mais recursos para efetivar as mudanças desejadas:

Eu já refleti até sobre a má influência que eu estava tendo sobre a minha filha... Eu saía pra passear e sempre levava ela pra comer. Na realidade, quem queria comer mesmo, era eu. Eu levava ela pra comer pizza, Bebelu, McDonald, só coisas que eu gosto. Eu tava estragando a minha filha... (EPv/P8)

Em casa a gente tem dificuldade, até porque às vezes, a gente não dá o exemplo. A gente dá, mas é assim... o que a gente mesmo gostaria é difícil. Eu acho que através do colégio, que é mais lúdico, né? Fica melhor. (CE/P3)

Na perspectiva de Lucas (2005, p.257), o ambiente imediato das crianças pequenas, ou seja, as vivências alimentares de seus pais e outros parentes, são modelos significantes, sendo suas atitudes fortes preditoras de suas preferências e aversões alimentares. A partir das próprias conclusões de alguns pais, conforme pudemos constatar, o velho ditado popular “faça o que eu digo; não faça o que eu faço”, reafirma a ineficácia de uma educação alimentar baseada em modelos contraditórios, o que, no caso das crianças, tem uma força mais contundente ainda, visto que estão em processo de formação de valores que suscitam uma vivência coerente e equilibrada.

### **6.3 A perspectiva dos professores: “A família deve participar”**

O importante papel da escola na formação de hábitos alimentares saudáveis é reconhecido cada vez mais pelos mais diversos segmentos, tanto da saúde quanto da educação. A Organização Mundial da Saúde (OMS) aprovou, em 22 de maio de 2004, em Genebra, a Estratégia Global para a Alimentação Saudável, Atividade Física e Saúde, em fase de adaptação em 192 países, dentre eles o Brasil, que sugere, dentre outras medidas, a promoção de atividade física e alimentação saudável nos ambientes domiciliares e escolares. Na Portaria nº. 1.010, de 08 de maio de 2006, citada na introdução deste estudo, os ministros da Saúde e da Educação consideram que a alimentação no ambiente escolar pode e deve ter função pedagógica, devendo encontrar-se no contexto curricular.

Estas medidas resultam do alarmante quadro de insegurança alimentar que a população mundial e, mais especificamente neste estudo, a população brasileira está sofrendo, sendo tanto a desnutrição quanto a obesidade demarcadores desta evidência.

Nesta pesquisa, procuramos investigar qual a proposta pedagógica da escola em relação à educação alimentar, como os professores estavam lidando com este tema e quais os recursos que utilizavam para abordar a formação de hábitos alimentares saudáveis junto aos seus alunos.

Conforme já comentado, a escolha das três escolas deste estudo buscou contemplar três diferentes relações dos alunos, seus pais e professores, com aspectos relacionados à alimentação no ambiente escolar.

Foi possível constatar abordagens bem diversificadas, demarcando uma cultura alimentar permeada por valores e expectativas próprias de cada grupo, conforme já observado nas considerações dos alunos e de seus pais acerca da educação alimentar. Em entrevistas às coordenadoras pedagógicas da escola pública, da escola privada e da creche-escola, foi possível entrar em contato com a visão e a atitude que cada um destes estabelecimentos tinha acerca da questão alimentar dos seus alunos, além das experiências dos professores no dia-a-dia em sala de aula, que evidenciam aspectos importantes da compreensão e do comprometimento de cada um deles com a educação alimentar de seus alunos.

### 6.3.1 Na escola pública

Em entrevista com a coordenadora pedagógica da escola pública, comprovamos alguns aspectos que sugeriam a falta de apoio e de informações dos educadores no que concerne às questões relacionadas à alimentação na escola. Mesmo estando ciente de alguns movimentos de proibição de alguns alimentos no ambiente escolar, a coordenadora pedagógica queixou-se da falta de comunicação entre os responsáveis pela elaboração dos cardápios e distribuição da merenda e a escola, acerca de aspectos referentes à alimentação:

Aqui na nossa realidade, enquanto prefeitura, não se tem ainda uma linguagem clara, não foi definido ainda uma lei... eu acho que eles só estão lançando agora.

Essa é uma nova proposta que essa nova gestão está colocando agora, pras escolas. Eu percebi que eles estão tendo essa preocupação, esse novo cronograma de merenda. Eu creio que ainda não existe uma lei aqui, mas percebo que eles estão tentando se organizar nessa área da merenda escolar das crianças, com relação a essa parte alimentar.

As mudanças percebidas no cardápio da escola constituíram o referencial utilizado por esta educadora para sustentar as suas conclusões, pois os novos alimentos que passaram a fazer parte da merenda escolar pareciam mais nutritivos e regionalmente localizados:

A alimentação que nós estamos recebendo agora, a parte de merenda das crianças, a gente vê que já se tem uma preocupação maior em relação ao nutritivo pras crianças... Então já tem todo um cronograma da merenda que vai ser servido e, pelo que nós sabemos, esse cronograma tem o acompanhamento de uma nutricionista. Então o lanche das crianças, a merenda deles, às vezes é uma rapadura, feijão, coisas que são bem mais nutritivas... estão se preocupando com isso.

Notamos, ainda, no seu depoimento a preocupação em transmitir os cuidados com a manipulação e higiene dos alimentos, fatores realmente imprescindíveis na elaboração e oferta da merenda escolar:

Aqui na nossa escola nós já começamos a nos preocupar com isso. Primeiro, com relação à merenda das crianças: como vai ser feito? Já é uma preocupação que a gente tem com as meninas da cantina, que a gente chama e conversa. Primeiro a questão da higiene. Elas têm um uniformezinho... tem que usar a touca, estar sempre com as mãos limpas, evitar ficar pegando a comida com as mãos... nós já compramos luvas, pra não tá pegando com as mãos... Então isso é uma questão já existente, nós temos esses cuidados.

A preocupação em preparar uma alimentação que seja apreciada pelos alunos também foi contemplada pela coordenadora pedagógica da escola pública, que, conforme pudemos constatar, ultrapassa os recursos oferecidos pela Prefeitura, buscando a parceria de quem tiver condições para poder dar mais sabor aos alimentos, de acordo com sua fala:

A parte de... temperar bem a comida deles... a gente faz o que pode, às vezes pede para os pais trazerem verduras, ou então nós mesmas compramos, junto com a comunidade. Hoje teve o Maria Isabel... então a gente comprou cheiro verde, tomate, pra fazer uma comida saudável pra eles né? Pra eles gostarem, se sentirem bem e comerem. Ontem mesmo, que eu sabia que hoje era Maria Isabel, eu vi ali a feirinha, aí a gente compra tomate, alho, cebola, cheiro verde, pimentão. Eu dou dinheiro, elas compram pra fazer a merenda. Aí às vezes quando a gente não tem

tempo de avisar pros pais... aí a gente pede às crianças, aí os pais mandam o cheiro verde, mandam um tomatezinho, um pimentão, e assim a gente vai organizando...

Diante deste seu depoimento, foi questionado acerca da aceitação dos pais quanto à esta estratégia utilizada para incrementar o sabor da comida, pois sabe-se que esta é, na realidade, uma obrigação da Prefeitura, e não dos professores e dos pais dos alunos. A mobilização desta comunidade em particular, segundo sua fala, é um fator que favorece medidas desta natureza:

A gente trabalha numa comunidade que ela é muito acolhedora... é uma comunidade muito pacata, apesar de existir uma área assim, que a gente sabe que gera muito coisa... em relação à prostituição, das drogas, mas a comunidade dentro da escola, é uma comunidade muito boa, muito tranqüila. E os pais são muito acessíveis em tudo. Tudo o que você pede, tudo o que você orienta... eles aceitam isso muito bem.

A boa vontade desta coordenadora pedagógica e a disposição em participar da comunidade, conforme seu discurso, encobrem certa atitude paternalista e cômoda, pela falta de questionamento e de protesto dirigidos às pessoas realmente responsáveis pelo provimento da alimentação satisfatória.

Fonseca (1996, p.626) comenta a denúncia que Paulo Freire faz do “assistencialismo amaciador”, da violência do “antidiálogo”, que impõe ao homem mutismo e passividade, impossibilitando-lhe a abertura de sua consciência que, nas democracias autênticas, há de ser cada vez mais crítica.

Atitudes deste tipo, apesar de louváveis pelo caráter humanitário que elas apresentam, são possíveis mantenedoras de uma situação de adequação do pobre à condição de carentes: de comida, de alimentação e, acima de tudo, de direitos também. Ainda na sua fala, é possível identificar o nível da repercussão que suas atitudes provocam:

Quando é dia de carne de charque, a gente escolhe uma turma pra no dia seguinte trazer... a cebola, pimentinha de cheiro, o alho... aí eles trazem. Então... é assim que a gente trabalha. Tem gente até que diz que eu sou boba, que gasto dinheiro à toa... eu não! Eu não penso assim! O que é que custa um ou dois maços de cheiro verde? Quando eles podem, eles trazem... mas quando eles não trazem, não custa nada fazer alguma coisa por eles, né? Isso não vai alterar em nada a vida... acho que só vai acrescentar... Eles já têm essa consciência aqui na escola... e eles gostam.

A partir das considerações da coordenadora pedagógica da escola pública,

podemos inferir que a comunidade escolar ainda está pouco envolvida com a educação alimentar na escola. Parece não haver um programa claro, uma abordagem planejada que efetive a função pedagógica dos alimentos, conforme propõe a portaria interministerial retromencionada.

Isto pôde ser observado ainda no discurso dos professores desta escola, quando foram indagados se trabalhavam a educação alimentar e quais recursos utilizavam para este fim.

Dos doze professores da escola pública entrevistados, oito afirmaram abordar o tema da educação saudável apenas em conversas cotidianas com os alunos. A partir de suas observações das escolhas alimentares dos alunos, procuravam orientá-los acerca do que era mais saudável comer, conforme alguns depoimentos:

Olha, eu sempre procuro conversar com as crianças... eu sempre procuro conversar com os maiores e com os pequeninhos também, em relação a esses xilitos, esses biscoitos recheados, que às vezes tem criança que vem com um recheado, um pacote daqueles salgadinhos industrializados, um suquinho daqueles industrializados... Eu sempre procuro conversar. (EPb/E1)

No momento, eu não estou trabalhando ainda a educação alimentar. Mas eu sempre tô falando pros meus alunos que é importante comer frutas e verduras. (EPb/E4)

Bem, como a gente tem poucos recursos em sala de aula, a gente trabalha com o básico que a gente tem. Eu utilizo a palavra mesmo, já que a gente não tem o objeto na sala. Mas quando a gente conhece a fruta, o legume, a verdura, eu digo o nome e formas de utilizar o alimento. A gente utiliza o aluno, a alimentação dele por dia. O que ele alimenta, a gente fala o que é certo, o que é errado, principalmente esse xilitos, porque eles já chegam em sala de aula com esse xilitos aberto, comendo... ou com chicletes na boca, logo de manhãzinha... (EPb/E5)

Eu, aqui? Não. Eu incentivo assim: quando surge algum assunto. No livro de ciências, alguma coisa assim. Mas, diretamente? Não. (EPb/E11)

A utilização do livro de Ciências como recurso para trabalhar a educação alimentar foi citada pelos professores:

Só o livro. No livro tem um capítulo sobre os alimentos. Aí fala que é importante ter alimentos variados na alimentação. O prato, quanto mais colorido, mais saudável, né? (EPb/E3)

Apesar de contemplar o assunto, entretanto, os professores relataram ainda que o livro não trabalha satisfatoriamente o tema da alimentação saudável, provável motivo pelo qual a maior ênfase da abordagem deste tema é dada às conversas cotidianas:

Os livros falam muito pouco... é mais na vivência do dia-a-dia que a gente trabalha... (EPb/E2)

Tem no livro de ciências falando, mas é pouca coisa. (EPb/E7)

A gente percebe as frutas, verduras... e infelizmente, só assim, na época que tem no livro, conteúdo do livro, mas não sempre, né? A gente tem que ressaltar mais, mas fica assim, meio a desejar, sabe? Só em algumas épocas assim, que vem junto com o conteúdo do livro texto, do livro que a gente tem. (EPb/E12)

Em virtude desta carência de material que aborde a alimentação saudável mais satisfatoriamente, muitas vezes é preciso trazer material de casa, usar a criatividade. Segundo uma professora, porém, seria também necessário um preparo dos professores, a fim de trabalhar o tema de forma mais segura:

No meu livro de ciências nós temos, a boa alimentação. Mas o próprio livro mesmo, se for cobrar do livro, não tem não. Tem que preparar em casa e trazer, porque os livros não trazem de jeito nenhum. É aquele livro bem seco, que todo professor acha difícil de trabalhar... Você tem que ter uma noção e passar pros seus alunos, porque o livro mesmo, em si, só fala da boa alimentação, não diz mais nada. (EPb/E10)

E a partir deste comentário, a professora chega a uma conclusão que é objeto de estudos diversos acerca da influência dos meios de comunicação nos hábitos alimentares das crianças:

A televisão ensina muito mais! Toda criança gosta de um McDonald's, toda criança gosta de um Bob's, toda criança gosta de um Habib's... de pequenininho já... a Coca-cola... E por aí vai... desse jeito.... (EPb/E10)

Podemos constatar, a partir do depoimento desta professora, a competência que as redes de *fast-food* (Mc Donald's, Bob's, Habib's) têm quando se propõem a divulgar os seus produtos. Isto nos leva a pensar na competência que os pais e os professores precisam adquirir para proporcionar às crianças e adolescentes uma audiência mais crítica aos argumentos apresentados pelos meios de comunicação.

Segundo Guareschi e Biz (2005, p.19), a tarefa fundamental e imprescindível da educação é possibilitar a existência de seres humanos conscientes, livres e também responsáveis, constituindo estes aspectos – consciência, liberdade e responsabilidade – o tripé da dignidade humana.

Sendo assim, podemos inferir que educar para a alimentação saudável constitui

um desafio aos pais e professores, a fim de proporcionar às crianças a condição de dignidade, visto que o que se come reflete decisivamente na capacidade de uma pessoa de viver, pensar e se desenvolver.

Muitas vezes, as orientações cotidianas aos alunos acerca da boa alimentação concernem à constatação de seus hábitos alimentares insatisfatórios e, conseqüentemente, sugestões são dadas enfatizando a substituição de alimentos não nutritivos por outros, que podem ser acessíveis e saudáveis ao mesmo tempo:

A gente sabe que muitas vezes falta o alimento. Aí, o dinheirinho que tem, compra xilitos, pirulitos, essas coisas, né? Eu explico pra eles que não é saudável pra se alimentar... seria melhor comprar uma banana, compre uma fruta, tome um leite! Mas eu acho que eles não são muito chegados a esse tipo de coisa... Laranja, limonada... Ave Maria! Pra que melhor que um suco de limão? Acerola, a gente tem bastante! Um caju, na época do caju, maracujá, que dá em todo canto! Manga... Tem muitas frutas nossas! (EPb/E10)

Porque eles compram um pacote de biscoito que custa um real. Com este real, eles podem comprar bananas, que é muito mais forte! Se um pacote custa um real, durante a semana são cinco reais. Com esses cinco reais, se comprasse frutas variadas, eles se alimentariam muito melhor! (EPb/E2)

A constatação da necessidade de orientação aos pais quanto à escolha do alimento que oferece ao filho foi comentada por algumas professoras, que têm a consciência de que, mesmo sendo pessoas carentes, com poucos recursos financeiros, os pais podem ser orientados quanto à alimentação saudável:

Eu toco muito nesse assunto... Mas, como para os pais que podem comprar é muito mais fácil ir na bodega comprar, e como eles também não tiveram uma educação nesse sentido, é muito mais prático comprar biscoito. Parte deles também, né? (EPb/E2)

Então, tem certas coisas que eles comem que não alimentam, mas matam a fome, né? Aí seria bom até mesmo trabalhar com os pais, porque... tá, eu não dou o xilitos, mas dou o quê? O que está ao meu alcance? (EPb/E1)

Por outro lado, o discurso de que a carência da clientela atendida pela escola pública não favorece falar sobre alimentação saudável também foi constatado entre os professores desta escola como justificativa do fato de não trabalharem a educação alimentar com seus alunos:

Não. Até porque a nossa clientela é uma clientela onde a educação alimentar... ela é

muito básica, né? A maioria deles, às vezes, não tem nem o almoço. Às vezes vem pra escola já por conta da merenda, e no dia que não tem a merenda, é muito complicado, porque eles voltam pra casa com fome, né? Então, você trabalhar a questão alimentar na escola pública, é muito complicado! Porque você vai falar de uma alimentação saudável, de alimentação variada, pra criança que às vezes sai de casa sem tomar o café da manhã. Aí é complicado... (EPb/E8)

Paugam (*apud* SAWAIA, 2004, p.10), ao discorrer acerca da exclusão pela pobreza, comenta que “o descrédito atormenta os excluídos tanto quanto a fome”. Esta é uma questão muito importante a ser ressaltada pois, conforme entendemos, o direito à alimentação e o direito à educação constituem conquistas efetivadas a partir de lutas e conscientização, sendo o papel do educador imprescindível neste contexto específico.

A maior valorização da necessidade de ensinar a ler e a escrever foi comentada por uma professora, pois, a partir de sua fala, é fácil inferir que trabalhar a educação alimentar não é uma prioridade do ambiente escolar:

Eu ainda não comecei a trabalhar essa parte... Porque a gente se envolve tanto com outras coisas, com outras atividades relacionadas à leitura e escrita... e a gente também tem... tem a matéria, né? (EPb/E6)

O discurso dos professores aponta para maior reflexão acerca do papel do educador na formação da sociedade. É imprescindível que os professores e professoras ultrapassem a noção de que sejam transmissores de informações, mas produtores culturais, conforme sugere Giroux (1992), com práticas pedagógicas que privilegiem a organização de experiências, através das quais os estudantes possam vislumbrar o caráter socialmente construído de seus conhecimentos e experiências, num mundo extremamente cambiante de representações e valores.

Nos ensinamentos de Albuquerque (2004, p.11), a escola favorece vivenciar “as dimensões do saber, do conhecimento, da beleza, da solidariedade e da cooperação”, no entanto, mesmo que de forma velada, também está presente “a maioria das dimensões do poder, do arbítrio, do mando, da submissão, da subordinação, do controle e da violência simbólica”.

Paulo Freire (1974 *apud* GUARESCHI e BIZ, 2005, p.22) assinalou que:

Somente a educação que parte da *reflexão* (grifo do autor), do crescimento em consciência, pode ser uma educação verdadeiramente libertadora e que leve a uma autêntica responsabilidade, tornando o ser humano digno, isto é, merecedor, e não apenas receptor passivo de um paternalismo que domina o mais profundo da consciência.

Conforme entendemos, refletir acerca da dignidade humana pode constituir o primeiro passo para uma proposta educacional mais construtiva, e no caso específico deste estudo, para a conquista da segurança alimentar.

### 6.3.2 Na escola privada

A escola privada apresenta vivências alimentares diferenciadas da escola pública, pois oferece o serviço de cantina para a merenda de seus alunos, que têm a opção de utilizar este recurso ou trazer o alimento de casa. A proposta pedagógica da escola aborda a alimentação saudável a partir do conteúdo de ciências, conforme explicitado pela coordenadora pedagógica do Ensino Fundamental:

A gente trabalha no próprio conteúdo de ciências. A gente trabalha... começa trabalhando a questão do corpo, do funcionamento das partes do corpo, com nível de dificuldade crescente, ou seja, de uma série para outra, a gente vai aumentando a complexidade da compreensão dos alunos, né? Com o próprio corpo... e como é que funciona esse sistema que é o corpo? Então, dentre eles o sistema digestório, como é que se dá a obtenção da energia, das calorias, do acúmulo de peso, como é que acontece? Por quê?... Então no próprio conteúdo de ciências isso já é trabalhado dentro da escola.

A idéia de trabalhar a formação de hábitos alimentares saudáveis é concretizada nesta escola por meio do projeto da sexta-feira saudável. Neste dia, os alunos são estimulados a comer coisas consideradas saudáveis, conforme descreve a coordenadora pedagógica:

Então se trabalha uma vez por semana na escola. A gente começa com um texto, explicando o valor dos alimentos, o valor energético, o valor de vitaminas... o valor... principalmente de frutas, de verduras, da carne magra, né? Isso tudo se trabalha com eles, e desde o início do ano se faz a conscientização mesmo com eles a esse respeito. E logo em seguida a gente começa a trabalhar. A partir da quinta-feira, todos os alunos de primeira a quarta recebem o recadinho lembrando que no dia seguinte é dia de lanche saudável. Então o que é que a gente pede? Que eles tragam o lanche de casa. Uma fruta... ou troque o refrigerante pelo suco... Troque o

sanduíche pela fruta. Ou então troque o salgadinho pelo que é mais saudável... Então, a gente faz esse trabalho, tem surtido um bom efeito, porque a gente conta com a colaboração dos professores nesse processo... Como é que se faz? É... na sexta-feira, o professor junta todos os alunos e faz um piquenique, então junta o que todos trouxeram, se reparte esse lanche, se trabalha dessa forma. Até para o que não é gostoso no paladar deles, nesse momento passa a ser porque é um momento de troca, de compartilhamento desse lanche entre eles. Então a gente faz isso toda sexta-feira, uma vez por semana, se trabalha dessa forma.

Em abordagem semelhante à da escola pública, indagamos aos professores da escola privada se trabalhavam a educação alimentar com seus alunos e quais os recursos que utilizavam. Dos onze professores entrevistados, oito apontaram o livro didático, principalmente o de Ciências, como o recurso por excelência utilizado na escola:

Na minha área, que é Ciências, a gente sempre tem na 3ª. Série uma parte dedicada a isso. Só pra trabalhar essa parte nutricional, de alimentação, dos alimentos, educação alimentar, os grupos alimentares... Em Matemática, como a gente trabalha interdisciplinarmente, a gente procura colocar sempre textos nutricionais, na parte de peso, de quantidade..., né? Tem também, nos livros, textos pequenos, tipo curiosidades... Assim: você sabia? Com curiosidades sobre alimentação. (EPv/E7)

Os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN's) propõem que a saúde do escolar seja abordada transversalmente, ou seja, todos as matérias contemplem temas de saúde, dentre eles inserida a temática da alimentação saudável. Podemos observar esta abordagem na fala de outros professores da escola privada:

A gente trabalha com experiências na parte de plantas e também prevenção de doenças... Aí a gente sempre toca na alimentação deles, né? Passa pra eles o que é alimentação saudável, e tudo. E agora, com plantas, a gente tá pedindo que tragam frutas, motiva a comer saladas, o que eles não gostam! E como agora tudo é tema transversal, a gente estuda no tema de Português, Ciências e Matemática. Então, tudo se toca nesse ponto... (EPv/E4)

Além do livro didático, as orientações cotidianas também são recursos utilizados pelos professores da escola privada para trabalhar o tema da alimentação saudável com seus alunos, conforme as próprias falas:

A gente trabalha com o livro de ciências e a questão da conversa, né? A gente pergunta: O que é que você gosta de comer no café? No almoço, no jantar? Será que isso aí é uma alimentação adequada? Então, o que é necessário comer para que a gente tenha saúde? Então é assim, através da conversa... (EPv/E10)

Eu converso com eles sobre isso... E os lanches, eu falo pra eles evitarem refrigerante, cheetos, esses tipos de salgados que só prejudicam. (EPv/E2)

As oficinas culinárias também foram apontadas como recursos para trabalhar a alimentação saudável, momento em que as professoras, juntamente com os alunos, executam uma receita que deverá ser apreciada por todos na própria escola:

Na 1ª. Série, a gente tem um projeto que a gente faz lanche saudável. A gente dá início com uma campanha com a salada de frutas. Aí eles trazem frutas e a gente prepara na sala. (EPv/E6)

O programa da sexta-feira saudável, a proposta da escola para trabalhar a educação alimentar, suscitou diferentes percepções dos professores. Todos recebem da coordenação um aviso impresso que deverá ser colocado nas agendas dos alunos até quinta-feira, lembrando a sexta-feira saudável. As diferentes abordagens dos professores sugerem níveis de sensibilização diferentes, conforme é depreensível de seus depoimentos:

Na sexta-feira a gente tem um programa, né? Do lanche saudável, onde a gente pede na quinta-feira que eles tragam frutas, sucos, pra evitar que eles fiquem só nessa história do cheetos, que tem muito corante, do refrigerante, né? Porque eles gostam de comer essas coisas...(EPv/E10)

Na escola, eu começo a incentivar a semana inteira, mostrando a importância, mostrando quais são os alimentos saudáveis, porque muitas vezes as crianças nem sabem. E assim, a gente incentiva muito...(EPv/E1)

O entendimento do programa da sexta-feira saudável como um dia de opção diferente ao que é vendido na cantina, ou como algo que deve ser trabalhado não apenas na sexta, mas todos os dias da semana, sugere diferentes graus de envolvimento e conscientização dos professores acerca da importância do tema para a formação dos hábitos alimentares dos seus alunos, e, ainda, no tocante à importância do papel da escola neste propósito.

Segundo relato dos professores, entretanto, a adesão dos alunos ao programa da sexta-feira saudável deixa a desejar, pelos motivos mais variados. O comodismo dos pais, que enviam alimentos industrializados para a merenda dos filhos, ou que dão o dinheiro para que comprem na cantina, foi um dos aspectos citados como

dificultadores do objetivo da escola referente à educação alimentar:

A adesão é mais ou menos... Eu acho que é até a questão do costume que a gente tem, né? Pra alguns pais, que de repente trabalham dois expedientes, é mais fácil comprar a coisa já pronta. (Epv/E10)

Mas é um trabalho que tem que ser feito não só com os meninos, mas também com os pais. Porque nessa correria deles, o maior problema é que os pais querem logo o lanche todo pronto. É mais fácil, né? No lugar de pegar uma fruta, passar no liquidificador... compra um achocolatado já pronto... (Epv/E9)

Mas, realmente, eles não gostam. Porque não faz parte do cotidiano deles. Lancham muito o industrializado... Eles têm esse hábito, até por comodidade das mães. É mais cômodo comprar o lanche pronto! (Epv/E7)

Desta forma, muitas crianças até trazem o alimento de casa na sexta-feira e, no caso das 1<sup>as</sup>. séries, em outros dias também, no entanto, as professoras questionam se são realmente alimentos saudáveis, conforme suas falas:

E quando eles trazem... o que é que eu acho assim... ao meu ver... Eu acho que o lanche de suco de caixinha, eu não acredito que seja saudável, não é natural. Eu não considero natural porque tem conservantes. É diferente do suco de laranja, feito ali... dá trabalho! Tem também o tempo dos pais, né? Eles vão no mais fácil. A caixinha é mais prática, né? É aquele bolo de padaria... Frutas? Nunca trazem! (Epv/E6)

Na minha turma, a quantidade que faz uso da cantina é muito pouca. Geralmente, 1<sup>a</sup>. Série, traz lanche de casa. A maioria traz de casa. Só que eu percebo que muitos trazem um saquinho de cheetos, essas porcarias... Trazem uma ficha pra comprar refrigerante... Aí eu tenho que incentivar pra trazer suco! (Epv/E2)

E ainda existem os casos de alunos que até se empenham em participar da sexta-feira saudável, trazem as frutas, mobilizam-se, só que não comem o que trazem. A professora até cria estratégias para motivar a turma a trazer lanche saudável, mas os hábitos alimentares existentes falam mais alto, conforme citam estas professoras:

Nós trabalhamos, toda sexta-feira... pedimos pra trazer lanche saudável, mas nem todos trazem. E quando trazem, é só pra trazer mesmo... Falam assim: ó professora, eu trouxe! Mas alguns nem comem. É muito difícil eles comerem... Às vezes a gente estimula, damos pontos pro grupo... mas eles trazem, às vezes, só pra ganhar. Eles nem comem... É hábito mesmo! (EPv/E4)

A gente incentiva muito! Dá pontos no quadro avaliativo... o grupo que traz lanche saudável na sexta-feira é premiado... então a gente bate palmas, procura saber quem trouxe... Eles mesmos se fiscalizam! Apesar de que alguns ainda não trazem o lanche saudável. Ainda tem criança que resiste! Ainda tem criança que diz: ah, eu não gosto! A mãe diz: ah, se eu não mandar alguma coisa que ele goste ele vai ficar com fome, né? (EPv/E1)

O apelo dos professores a que os pais sejam igualmente estimulados a participar foi também constatado, pois, segundo garantem, se a família não se conscientizar acerca da importância do alimento saudável para os filhos, o que a escola fizer não trará grandes resultados:

A gente sabe que a família tem que ajudar muito. Não é só a escola fazer o seu papel. A escola faz o papel dela, mas eu acho que é como diz a história: educar é um serviço de pai, mãe, aluno e professor... Eu acho isso! (EPv/E1)

Não obstante toda movimentação em torno da sexta-feira saudável, dos avisos aos pais, do material nos livros didáticos que favorecem abordar aspectos da educação alimentar, ao serem perguntados se trabalhavam a alimentação saudável com seus alunos, alguns professores da escola privada responderam:

Não, não... eu não tenho feito isso. (EPv/E11)

Pra te ser sincera? Isso não me chamou a atenção, né? Não chamou muito... (EPv/E5).

Estes depoimentos evidenciam o quanto as representações sociais têm de subjetivo, de individual, pois certamente o tema da alimentação saudável faz parte do programa desta escola e, no entanto, estes dois educadores nem se deram conta de que em algum momento de suas tarefas trabalharam aspectos, mesmo que discretos, da educação alimentar.

### 6.3.3 Na creche-escola

Com uma atitude diferenciada das escolas comentadas anteriormente quanto às vivências alimentares no ambiente escolar, a creche-escola oferece um cardápio orientado por nutricionista, sendo toda a alimentação preparada na cozinha da própria escola, desde o lanche da manhã até o jantar. A abordagem da temática da alimentação saudável na creche-escola, conforme sua coordenadora pedagógica, sucede no cotidiano, como um valor a ser adquirido e que faça sentido para a criança, conforme

sua explanação:

Por que o tema pode surgir de uma problematização da turma, de algo que esteja mais próximo da realidade deles. Por exemplo, como uma situação ocorrida na sala de aula: as crianças não gostavam de comer frutas... e aí era um problema o dia de frutas, ninguém queria comer, rejeitavam todo o lanche... A partir daí, de algo que é real, é contextual, surge o projeto de estudo... um projeto nesse sentido, da alimentação, das frutas, né? As crianças foram todas sentir as frutas de todas as formas. Cheirar, identificar a cor da fruta, o sabor que cada uma tinha... a textura, né? Lendo histórias sobre as frutas... e tal... Até trabalhos manuais com frutas eles fizeram. Começaram também a levar pros pais textos informativos sobre as frutas, receitas... O que é que a gente pode fazer com fruta tal... E aí fizeram a grande culminância com um piquenique...Então, pra mim o que é que vem : é mais próximo da criança quando surge de um projeto, porque houve uma problematização. Houve uma necessidade do grupo... Então, aquela coisa informativa: nós vamos estudar isso porque nós precisamos estudar isso aqui... Qual o significado disso pra minha vida? Quando surge de uma forma real, a forma como a criança abraça esse projeto, essa causa, é diferente...Tem mais significado, entendeu?

A conscientização sobre a escolha do melhor alimento também foi outro aspecto abordado no contexto da creche-escola, que, segundo sua coordenadora pedagógica, é um processo que deve estar sempre em pauta no contexto escolar:

Pra mim, é um processo, que eu acho que a gente tem que estar sempre buscando... E a partir do momento também, que a gente junto com as crianças, vai fazendo também um estudo nesse sentido, o porquê dessa alimentação? Que a criança vai também tomando consciência em relação ao que que é bom pra saúde dela?... O que que é saudável...? Por quê que a gente não toma determinadas coisas? Essa consciência no sentido também de gerar uma autonomia na escolha da sua alimentação, eu também acho que é interessante. Não deve ser o proibido pelo proibido...mas a criança ir tomando consciência do que que é bom pra ela, também.

Por tratar-se de uma creche-escola, muitas crianças realmente têm a maior parte de suas experiências alimentares no ambiente escolar. E, ainda, em muitos casos, estas experiências ocorrem do berçário até o Ensino Fundamental. Desta forma é que a coordenadora pedagógica enfatiza a importância da escola na formação dos hábitos alimentares:

De fato, as crianças da educação infantil chegam pra gente muito pequenas, muito novinhas, né? A partir de meses... então a gente tem um papel muito importante em relação à criação de hábitos, né? O que que é melhor mesmo pra saúde? O que é importante essas crianças comerem? Em relação também a fazer desse momento de alimentação um momento de prazer, e não de constrangimento... não de estresse... mas um momento tranquilo...

O envolvimento dos pais com a proposta pedagógica da creche-escola referente à alimentação é ainda um desafio a ser enfrentado, pois, segundo a coordenadora pedagógica, lidar com hábitos tão arraigados ameaça alterar valores fortemente instalados na cultura alimentar atual, e isto provoca desconforto e, conseqüentemente, protesto:

Eu acho que tem também a coisa assim de... motivar, incentivar os pais... que às vezes ficam meio esquecidos nesse sentido.... de educar também, paralelamente os pais... Acho que às vezes a gente acaba conseguindo mexer com algumas pessoas... Por exemplo, aqui tem mães que questionam a escola, até têm raiva por que a gente proíbe o refrigerante. Já tive mães brigando, que acham o cúmulo porque a gente não deixa entrar refrigerante, se é tão prazeroso prá criança, que as crianças gostam tanto... e tal... Então a gente vai fazendo todo um trabalho também de formação desses pais. Então, se a gente pode ir fazendo esse contato com outras coisas mais saudáveis, mais nutritivas mesmo, né? Por que não? Às vezes prá um pai que já está contaminado com isso ele não consegue perceber essa dimensão... Então é um trabalho educativo com os pais.

Eis a crítica da coordenadora pedagógica da creche-escola às instituições de ensino que ainda não atentaram para o seu papel na formação dos hábitos alimentares saudáveis, apontando a liberação de alguns alimentos em cantinas escolares como um ato anti-pedagógico:

Acho que deveria ser proibido cantina na escola... as gorduras, as batatinhas da vida... sanduíches, salgadinhos, né ? Eu acho que não tem porque a escola, se é um ambiente educacional, se é um ambiente que tem que estar ali lidando sempre com a saúde, com a prevenção, não tem porque a gente não olhar pra esse lado, né? Seria negar um aspecto importante da educação.

As professoras da creche-escola trabalham a alimentação saudável a partir dos princípios estabelecidos pela orientação alimentar própria da escola. O primeiro passo é a apresentação do cardápio<sup>83</sup>, em quatro versões, inserido na agenda escolar e deverá ser substituído semestralmente. Nesta ocasião, as crianças começam a ser adaptadas à proposta alimentar da escola, que procura valorizar os alimentos naturais, regionais e a refeição balanceada, conforme as falas das professoras:

Nós iniciamos com um projeto, né? Conhecer o cardápio, ficar falando sobre o cardápio, o que eles vão comer durante a semana... Porque nós trabalhamos com quatro cardápios. Nós divulgamos o cardápio em sala, falamos o valor nutritivo

---

<sup>83</sup> Em anexo.

dessa alimentação, de cada item... (CE/E4)

A conscientização acerca da importância da alimentação saudável dos alunos é um dos objetivos da creche-escola, motivo pelo qual as professoras têm todo um trabalho de motivação dos alunos para que aceitem o alimento satisfatoriamente, compreendendo o porquê de estarem comendo o que é oferecido. As dificuldades geralmente surgem no início do ano letivo, principalmente quando os pais optam por levar a merenda de casa, destoando às vezes da orientação nutricional dada pela escola. Desta forma, é preciso estabelecer estratégias para envolver os alunos e seus pais em um programa alimentar mais saudável, conforme uma professora:

Nesse ano a minha turma... é uma turma que só traz lanche de casa. Então, foi muito difícil fazer esse tipo de conscientização com eles, né? De alimentação natural. Então o que foi que eu fiz? Eu peguei o cardápio da escola, mandei um bilhetinho para os pais para que acompanhassem o cardápio e tentassem mandar lanches semelhantes. Porque é assim: se a gente aqui faz um trabalho desse e as crianças que trazem de casa cheetos, biscoitos recheados, essas coisas, vai contra tudo o que a gente tá fazendo, que a gente acredita, né? (CE/E1)

A orientação dada aos pais que não optam pela merenda da escola é uma prática constante da creche-escola, ficando muitas vezes evidentes as regras e restrições quanto à alimentação no ambiente escolar:

Eu oriento assim: procure evitar trazer refrigerante... mais à base de suco. O biscoito, nada de recheado, né? Então a gente já vem sempre conscientizando os pais e as crianças que a boa alimentação é aquela que a gente deve seguir mais ou menos dentro da pirâmide alimentar. (CE/E5)

Mas tem alguns pais que de vez em quando... Porque é assim: a gente não aceita lanches do tipo salgadinhos, batata-frita, cheetos, biscoitos recheados, esses lanchinhos industrializados, né? A gente sempre pede a eles pra trocar... Porque se a criança que traz uma fruta ver, ela não vai querer comer mais fruta... vai querer o cheetos do colega. Então foi criada uma regra pra não trazer esse tipo de lanche. Foi uma coisa resolvida entre nós mesmos. Foi uma coisa discutida, com a escola toda. (CE/E1)

Não obstante esta regra discutida e adotada pela escola, muitos pais continuam insistindo em mandar os “alimentos proibidos”, o que leva as professoras a pedir que procurem substituir, oferecendo outras opções mais saudáveis às crianças:

Foi uma regra, e a gente pede pra substituir. Pedimos que a criança guarde e

oferecemos o lanche da escola. E anotamos na agenda o que aconteceu, avisando à mãe que houve substituição. No outro dia, a mãe já não manda, né? Mas de vez em quando tem aquela mãe que continua insistindo... Aí a mãe diz: mas é ela que bota! Coisas do tipo: biscoitos recheados, aqueles Tot's... porque tem em casa, né? E quando a gente faz um trabalho desses, não é só pra escola. É um trabalho pra vida deles. (CE/E1)

Os recursos utilizados para trabalhar a educação alimentar, segundo as professoras, são os mais diversos. As conversas no dia-a-dia, semelhantemente à escola pública e à escola privada, também é uma prática adotada por estas professoras:

É assim: toda questão que surge na hora do lanche a gente tá comentando, né? Principalmente a criança que a gente precisa estar o tempo todo lembrando pra ela memorizar aquela informação, né? Então é assim: a gente tá sempre lembrando, na hora do lanche, quando alguém traz de casa um lanche que não pode na escola... por que é que não pode? Por que não trazer outro? Outro mais saudável? Que seja rico em vitaminas? Por que é assim: um biscoito recheado, cheio de recheio artificial que se coloca na massa, o que se coloca? Então a gente tá sempre trabalhando isso com eles. Surgiu uma oportunidade, a gente tá trabalhando. (CE/E3)

O recurso é mais a conversa mesmo. É o bate-papo, a conscientização. E quando as crianças são bem pequenas, é bem mais fácil. Mas é assim: eu não perco as oportunidades de estar falando pros meninos que é bom comer frutas, digo por quê, pra que servem, né? O valor nutricional de todas elas. (CE/E2)

A dificuldade em lidar com a resistência da família foi um aspecto apontado pelos educadores das três escolas investigadas. Até mesmo na creche-escola, onde a proposta alimentar é bem diferenciada, sendo, inclusive, para alguns pais, um dos motivos de matricular seus filhos, esta situação também é enfrentada, conforme a professora:

Quando elas vão crescendo, elas já têm opiniões em casa. Olham o cardápio, vêm a fruta... e aí pedem pra mãe mandar outra coisa, e a mãe manda. Aí fica complicado pra professora, na hora do lanche, desfazer aquilo que já vem feito de casa, né? Então é assim: coma a fruta, que é legal! Mas se a mãe já mandou todo aquele lanche atrativo, aquela guloseima toda... Fica complicado pelos valores variados que a gente trabalha, né? Tem a família, que pesa bastante. (CE/E2)

O material didático utilizado pela escola também foi citado como um recurso utilizado para trabalhar o tema da alimentação saudável, segundo depoimento desta professora:

O próprio material deles... Por exemplo: a gente trabalha com o mapa de ciências. Já é um recurso que a gente tem pra orientar os meninos com relação a essa questão da

alimentação. O próprio material deles.(CE/E5)

As oficinas de culinária, os cartazes e a pesquisa são outros recursos de que as professoras lançam mão para trabalhar a temática da alimentação saudável, conforme seus depoimentos evidenciam:

No começo do ano eu trabalhei. Coloquei cartazes, coloquei informações em cartazes pra eles lerem. As frutas, eu mandei eles trazerem... o que era benéfico para o corpo, né? A gente trabalha com a informação realmente, de mim pra eles, e deles, pra fazerem pesquisa. Eu peço pra pesquisarem em casa, né? Aí a gente faz uma socialização dessa informação. (CE/E3)

Então eu fiz um projeto sobre a boa alimentação. E aí, toda semana a gente ia elaborar uma receita com as crianças. Aí fazia aqui na escola mesmo. O bolo de banana, *milk shake* com as frutas daqui mesmo, coquetéis de frutas. Daí eu comecei a perceber que tinham algumas crianças que rejeitavam frutas e passaram a comer porque tinha uma receita de salada de frutas feita por eles. Então eles comentaram: ah, tia, não é tão ruim não! Nós encerramos o projeto até com um almoço em que tinha o arroz integral, o feijão catado por eles, lavado por eles. E nós fizemos a receita que eles trouxeram de casa. (CE/E1)

A vivência alimentar experimentada na creche-escola apresenta uma característica diferenciada da escola pública e da escola privada: um posicionamento educacional claro, visto que a alimentação saudável é incentivada e, de certa forma, fiscalizada, quando se posiciona frontalmente contra determinados alimentos, que, segundo entendem, não trazem benefícios à saúde.

Com efeito, a educação alimentar não é trabalhada apenas a partir do conteúdo dos livros, de conversas cotidianas, ou da eleição de um dia específico, mas nas relações cotidianas com os alimentos.

Procuramos ainda neste estudo, porém, sondar a repercussão, entre estes educadores, da possibilidade de se trabalhar a alimentação saudável na escola como um conteúdo específico, apresentado como uma disciplina complementar ao currículo, o que poderemos contemplar na seqüência deste trabalho no próximo capítulo.

## 7 A PROPOSTA DE UMA DISCIPLINA SOBRE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

A coleta de dados nas três escolas investigadas neste estudo ocorreu no primeiro semestre de 2005, um ano antes da portaria interministerial 1.010, de 08 de maio de 2006. Alguns movimentos em todo Brasil já demarcavam a necessidade de uma nova atitude das escolas diante da educação alimentar das crianças brasileiras, fator apontado como um dos meios para se prevenir os transtornos causados pelos hábitos alimentares inadequados.

A proposta de se trabalhar a educação alimentar no ambiente escolar é uma idéia que nos últimos anos é posta em prática, tanto no plano público quanto no âmbito privado, o que denota uma mudança significativa de algumas vivências alimentares, que, apesar da resistência às novas propostas, são compreendidas como necessárias e urgentes.

Nas entrevistas com os professores, foi-lhes perguntado acerca do que achavam da inclusão de uma disciplina sobre alimentação saudável no conteúdo curricular das escolas. As suas respostas apontaram para um espaço que está se tornando cada vez mais evidente, sendo que a maioria dos professores acolheu a idéia deste novo projeto, conforme mostra a tabela abaixo. Algumas restrições foram citadas, trazendo em seu âmago implicações de natureza socioeconômica e técnica, aspectos estes que serão explicitados em suas falas.

**Tabela XII** – Respostas dos professores acerca da disciplina sobre alimentação saudável

Escolas	N	Sim	%	Não	%	Sim/com restrições	%
EPb	12	7	58,3	-	-	5	41,6
EPv	11	9	81,8	-	-	2	18,1
CE	05	4	80,0	1	20	-	-

Os motivos apresentados pelos professores que concordaram plenamente com a inclusão de uma disciplina sobre alimentação saudável na escola são bem diversificados. A constatação de que apenas conversar sobre o assunto com os alunos

não é suficiente foi feita por uma professora da escola pública, conforme o depoimento:

Seria ótimo! Porque aí eles teriam essa disciplina, e no caso, passariam para os pais também, né? Porque só uma aula que a gente dá, introduzindo a conversa, no horário de aula, não repassa muito o que a gente deseja fazer, né? Já uma disciplina, tendo aquele horário só pra isso, com atividades referentes a esse assunto, seria bem melhor. (EPb/E2)

Além disso, foi ainda abordado o quanto os pais poderiam ganhar também com essa disciplina, pois, se seus filhos fossem bem orientados, a família se sentiria compelida a se envolver também, caso contrário, de nada adiantaria a educação alimentar só no ambiente escolar:

Eu acho que era bom, né? Até porque a criança tá em fase de crescimento, se tiver alimentação saudável, aí com certeza... Mas aí teria que ter um trabalho com os pais. Porque não adiantaria a gente estar aqui na escola ensinando os alunos quais são os melhores alimentos se em casa eles não tivessem também essa mesma orientação. E seria maravilhoso, tanto pros alunos quanto pros pais... (EPb/E12)

Agora, precisaria de parceria com os pais, prá ter também esse trabalho em casa. Aí se completa. (EPv/E6)

Para os professores da escola pública, a partir dessa disciplina, os pais seriam ajudados na tarefa de fomentar hábitos alimentares saudáveis em seus filhos, já que, segundo suas falas, falta-lhes tempo para esse fim:

Fundamental... Até porque alguns pais, por conta do trabalho, são mais aperreados e tudo, então preferem mandar um lanche que não é saudável. Então eu acho que a escola tem um papel fundamental. Até de orientar os pais, né? Eu acho que tem que ser inserido na escola como um conteúdo, como uma aula como outra qualquer. (EPv/E1)

Eu acho que seria bem interessante. Porque assim: eu acho que a questão de alguns pais que não têm às vezes o tempo, né? Às vezes não é nem porque eles não querem, mas porque eles não podem, né? Porque têm que trabalhar. Então seria uma forma de ajudar. (EPv/E10)

Aprender para se proteger foi outro argumento a favor da educação alimentar na escola, pois, segundo esta professora, a oferta de alimentos sem valor nutritivo para as crianças é muito evidente no dia-a-dia, aumentando as chances de que as crianças venham a consumi-los:

Eu acho bastante proveitoso porque... uma alimentação correta, equilibrada, eu acho que até facilita a aprendizagem, né? Eu acho maravilhoso! Principalmente nos dias de hoje, que tem tanta oferta, né? Nos supermercados, de coisas que não são saudáveis, de alimentos que não são saudáveis de jeito nenhum... e aquilo ali, chamando a atenção das crianças! (EPv/E2)

Dedicar um tempo e espaço específicos para trabalhar a educação alimentar na escola foi ainda evidência reconhecida como um incremento à formação de hábitos saudáveis, pois, consoante duas professoras da creche-escola, isto traria maior aprofundamento e consistência ao conteúdo que seria trabalhado com as crianças:

Eu acho que seria legal! Até porque, por mais que a gente tente abranger isso no dia-a-dia, a gente acaba não aprofundando como poderia ser, né? Provavelmente seria bem melhor. (CE/E4)

Eu acho que seria uma boa... seria uma boa sim. Porque teria uma forma mais consistente, né? De intensificar essa prática, esse hábito alimentar. Então eu acho que seria uma coisa interessante. (CE/E5)

Um impasse, contudo, foi detectado: quem iria ministrar essa disciplina? Enquanto algumas professoras logo abraçaram esta proposta como sendo também uma de suas responsabilidades, outras, reconhecendo a falta de tempo e de preparo satisfatório para trabalhar este assunto, logo cogitaram a necessidade de um professor especializado:

Ah, seria ótimo! Pelo menos ajudava muito, né? Porque às vezes nosso tempo é muito curto. Então seria ótimo, tanto para eles quanto para nós, pois seriam orientados da melhor maneira possível, né? (EPb/E2)

Eu acho que seria muito bem-vindo, porque com certeza essa pessoa que viria fazer esse trabalho traria os objetos para ser trabalhado, né? Porque ela iria ter uma sala só com aqueles recursos que ela iria fazer o trabalho dela, né? (EPb/E5)

A sobrecarga de conteúdos a serem transmitidos aos alunos foi um dos aspectos abordados por professores da escola pública e da escola privada. Segundo seus relatos, este tema já é abordado pelo livro de Ciências, dando a entender que não seria necessário tomar a amplitude de uma disciplina:

Bom, a educação alimentar já é um tema de ciências, né? Na parte de ciências a gente vê a alimentação também... (EPb/E6)

Bom, seria válido se tivesse um horário, né? O tempo já é tão corrido, tão achatado, que talvez nem dê mais pra isso, né? (EPv/E4)

E as sugestões que poderiam ser opcionais à disciplina sobre alimentação saudável apresentadas pelas professoras:

Seria melhor o colégio ajudar quanto ao lanche da cantina... Lá estimula a outras coisas, seduz... (EPv/E4)

Então eu acho que na escola seria de fundamental importância. Talvez não como disciplina, mas como cursos, palestras, de uma forma bem ilustrativa pros alunos... (EPv/E8)

A coordenadora pedagógica da escola privada apostou prontamente na capacidade dos professores para trabalhar a educação alimentar na escola. Segundo sua fala,

Eu considero que é super positivo, né? Inclusive, nosso currículo aqui no colégio já é bastante diversificado. Porque a gente trabalha a questão da Filosofia, a gente tem Artes dentro do currículo. Só que, pra gente incluir uma disciplina no currículo, a gente precisaria ter toda uma fundamentação teórica dessa disciplina, né? Agora, se você me perguntar: é necessário um professor específico? Eu considero que não. Os nossos professores têm toda condição de dar uma disciplina como essa. Não precisaria de uma pessoa específica para essa disciplina.

Os professores da escola pública evidenciaram ânimos diferentes quanto à utilidade de uma disciplina sobre alimentação saudável junto aos seus alunos. Conforme seus depoimentos, até reconhecem que seria interessante abordar essa temática na escola, no entanto seria necessário que os pais e alunos tivessem condições reais de se alimentarem bem, o que seria pouco provável em virtude da situação econômica dessa clientela, conforme suas falas:

Eu acho interessante... mas se tivesse... se pudesse pelo menos colocar um pouco em prática, né? Porque às vezes eles têm na escola, mas infelizmente, em casa não oferece esse tipo de alimentação, né? Às vezes eles podem até querer, mas não tem... (EPb/E7)

Bom, eu acho que ela seria muito válida se viesse acompanhada de um suporte. Por exemplo, se a criança tivesse uma boa alimentação na escola e pelo menos alguma coisa que garantisse em casa... Mas sem isso, eu acho inviável. (EPb/E8)

Um dos desafios mais comuns nos centros de tratamento da desnutrição é orientar as famílias das crianças com esse problema a ter uma alimentação mais nutritiva. Além de faltar o alimento, falta também a informação adequada, que é um complicador para a tomada de medidas mais efetivas. As falas destas professoras denotam este impasse, pois, ao mesmo tempo em que argumentam acerca da carência de recursos da clientela da escola pública, vão constatando que nem sempre os alimentos mais saudáveis são os mais inacessíveis:

Eu acho que é muito importante. Seria muito bom começar de pequeno, no início já. Pra eles irem sabendo o que é certo e o que é errado, o que é bom e o que não é... Agora, é um problema sério, né? Eles são muito carentes... não dá nem pra cobrar que eles comam alimentação balanceada. Porque eles não têm condições. Ah, vamos comer verdura porque é importante! Apesar de que é uma coisa que nem é muito cara... (EPb/E3)

Então eu acho que a gente deveria ser preparada até sobre como trabalhar, não é? Porque, tudo bem, a gente pode até dizer: não comprem xilitos, não comam chocolate, não comam balas! Mas, coma o quê então? Porque às vezes realmente é muito difícil na realidade da população carente. Não tem, não tem... Não tem o quê? É um real pra comprar uma porção de frango pra fazer uma sopa... aí tem dez centavos pra comprar um xilitos, e mais vinte pra comprar um suquinho artificial. (EPb/E1).

Orientar os alunos da escola pública fornecendo-lhes informações sobre os alimentos, apesar das visíveis carências constatadas no dia-a-dia pelos professores, é favorecer o cumprimento de um dos direitos da criança. Se, além de não terem o direito à alimentação respeitado, conforme denunciam algumas professoras, ainda não tiverem o direito à informação adequada, será um acúmulo de defasagem sobre uma população já tão carente.

O ideal é que se cumpra o que preconiza a Segurança Alimentar e Nutricional, ou seja, a realização do direito de todos ao acesso regular e permanente a alimentos de qualidade, em quantidade suficiente, sem comprometer o acesso a outras necessidades essenciais, tendo como base práticas alimentares promotoras de saúde, que respeitem a diversidade cultural e que sejam social, econômica e ambientalmente sustentáveis (VALENTE, 2002).

Foi possível constatar ainda a consideração de uma professora acerca da proposta da disciplina sobre alimentação saudável, que abordou uma perspectiva diferente da maioria dos colegas entrevistados. Conforme seu depoimento, a educação alimentar é

um papel prioritariamente da família, o que não justifica a necessidade de incluir uma disciplina no currículo somente para abordar este assunto. A escola contribui, mas a grande responsabilidade deve ser da família, conforme sua fala:

Aí eu já acho que não seria tão necessário não. Porque essa educação em si, eu acho que não se faz isso em ambiente escolar, né? Eu acho que isso se faz diariamente... é uma coisa que os pais têm que fazer em casa. Não é um trabalho. Eu acho que trabalhar isso no currículo? Eu acho que não acrescenta muito... talvez não tenha tanto... é assim: importância pra eles conviverem em sociedade, entendeu? (CE/E3)

O maior empecilho apontado por esta professora foi acerca de quais os critérios que seriam utilizados para avaliar os alunos na disciplina sobre alimentação saudável:

E eu acho que a educação alimentar não caberia no currículo da escola. Acho que fugiria um pouquinho do que a gente quer, do que realmente a escola propõe. Porque é claro que a escola está preocupada com a alimentação da criança, mas eu acho que seria uma coisa mais à parte. Teria inclusive problema na avaliação. Como é que eu vou avaliar essa criança? Eu vou ter que avaliar a alimentação dessa criança? Eu acho que não tem por onde, né? (CE/E3)

Conforme o depoimento da coordenadora pedagógica da creche-escola, a alimentação saudável deve ser vista como um valor dentro da escola, como algo que deve compor o dia-a-dia, dos alunos, seus pais, professores e funcionários:

Eu nunca parei pra pensar sobre isso... Agora, de imediato, o que me vem é que a educação alimentar deveria ser um tema transdisciplinar. Que ele não ficasse reduzido a uma disciplina em si, mas que perpassasse por tudo na escola, entendeu? Como a educação ecológica também... a educação sexual, né? Pra mim seria um conteúdo transdisciplinar mesmo, que a gente não precisasse ter um momento X, só, específico, uma disciplina de educação nutricional... Mas que a gente tivesse na escola esse valor forte, transpassando em todo o discurso da escola, nas aulas diversas... desde o porteiro, que considerasse esse um valor importante, até a direção da escola, entendeu?

A idéia da inclusão da alimentação saudável como mais uma disciplina a ser acrescentada às demais pareceu caracterizar uma sobrecarga desnecessária aos alunos, segundo a coordenadora pedagógica da creche-escola. Considerar o significado real da educação, conforme sua fala, vai além do repasse quantitativo de conteúdo, sendo uma formação que valerá para todos os aspectos da vida:

Porque eu acho que às vezes a instituição educacional, a escola, ela acaba é... limitando muito a educação ao aspecto apenas do desenvolvimento cognitivo, principalmente, né? As escolas acabam muitas vezes caindo nesse pecado... de buscar condições de ensinar... principalmente em quantidade, cognitiva... e na verdade, a educação é muito mais ampla do que isso... é prá vida... envolve tudo, desde hábitos alimentares, de higiene pessoal, saúde, relação, emoções... a forma de você lidar com as emoções... Então é um discurso que vai muito mais além do que simplesmente você oferecer quantidade X de conteúdo prá criança aprender, né? Eu acho que as escolas muitas vezes se perdem nisso aí e acabam prejudicando mesmo o desenvolvimento das crianças.

Um aspecto importante da dinâmica das entrevistas aos professores merece ser contemplado neste momento, visto que apresenta importante referencial de análise: a surpresa. Para estes educadores, ao introduzirmos a questão acerca da proposta de uma disciplina sobre alimentação saudável, a expressão de seus rostos e, posteriormente, as suas respostas, demonstraram o quanto era inusitada uma sugestão de tal natureza.

Isto nos leva a inferir que a temática da alimentação saudável, compreendida como proposta educativa, ainda está em decurso de assimilação pelos educadores, o que, pelo menos, entre os sujeitos deste estudo, pudemos constatar.

## 8 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ninguém educa ninguém, ninguém educa a si mesmo, os homens se educam entre si, mediatizados pelo mundo.  
Paulo Freire

As representações de alimentação elaboradas pelos sujeitos deste estudo nos levaram ao encontro dos saberes vivenciados no cotidiano e veiculados nos contatos do dia-a-dia. Seja no seio familiar, no ambiente escolar, nas conversas informais ou através da mídia, valores, referências, atitudes e vivências diversas vão estruturando as nossas relações com o mundo, e, conforme pudemos comprovar, a alimentação configura-se como um destes universos que evidenciam a nossa identidade.

Diversas situações da história da civilização dizem respeito à alimentação e seus significados. Plantar, colher, caçar, pescar, assar e cozer caracterizam os preâmbulos que culminam no ato de comer, que, muito além de saciar a fome, fomenta relações, convivência e aprendizado.

O processo de socialização, entendido como a interação dos aspectos individuais, singulares e peculiares, e os componentes sociais e culturais, evidencia o ser humano e suas conquistas, sendo o mundo da alimentação uma forte expressão da inteligência, criatividade e habilidade de nossa espécie.

Aprender sobre a alimentação e sua importância para a saúde aponta um caminho que perpassa os aspectos biológicos, geográficos, políticos e econômicos, todos estes, indubitavelmente, permeados por matizes culturais e sociais. Isto pudemos perceber nas representações dos alunos das séries iniciais do Ensino Fundamental, que, mesmo sendo muito jovens (seis a onze anos), já lograram apresentar algum conhecimento sobre o que é comer bem, a alimentação saudável e não saudável. E, ainda, não obstante ser óbvio, foi surpreendente constatar de que forma as variáveis econômicas, indicadores de aquisições e possibilidades alimentares, demarcam os espaços sociais, sendo as representações de alimentação alcançadas, evidências da pertinência em um grupo, uma classe ou posição social.

Conforme Menin e Shimizu (2005, p.107), é essencial conhecer os sujeitos das representações sociais para se compreender por que falam o que falam. No nosso

estudo, as representações de alimentação elaboradas pelos sujeitos da escola pública, da escola privada e da creche-escola foram demarcadores de realidades diferentes, com valores e vivências bem peculiares, denunciando a força do entorno social e do processo educacional vivenciados por estes sujeitos, cada qual de *per se*.

As contradições observadas entre os hábitos alimentares e a elaboração das representações denotam a fertilidade de simbolismos presentes na relação do ser humano com o alimento, tão variáveis quanto as cores, texturas, sabores e aromas que venham a caracterizá-lo.

Paralelamente às diferenças, as semelhanças também foram contempladas, favorecendo inferir a noção de que, ao mesmo tempo que demarca territórios enfatizando as desigualdades, comer também representa algo comum a todos, visto que é a partir do alimento de cada dia que é possível viver. Alimentar-se é um processo básico e imprescindível. É um direito do ser humano, que, pelo que podemos constatar, parece ainda não ter sido assumido como direito pelos sujeitos do nosso estudo.

A consciência sobre o direito à alimentação, quantitativa e qualitativamente satisfatória, caracteriza um grande diferencial no processo da educação alimentar, além da escolha dos alimentos que contemple tanto os valores nutricionais quanto as preferências individuais, conforme a demanda do paladar.

Entendemos que, mais do que apenas informar, é necessário possibilitar a apreensão de vivências alimentares saudáveis e prazerosas, o que demanda todo um exercício cognitivo e político, tornando a criança, o cidadão e a cidadã atuantes, inclusive, em suas escolhas alimentares. Isto implica medidas que efetivamente mobilizem as necessárias mudanças viabilizadoras de saúde, que, conforme entendemos, é um dos importantes papéis da educação, visto que contribui com o desenvolvimento de capacidades que permitem intervir na realidade para transformá-la.

Inserida nos temas transversais dos Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN's), a Educação para a Saúde, a exemplo da ética, meio ambiente, pluralidade cultural, orientação sexual, trabalho e consumo, contempla princípios que seguem os critérios

da urgência social, abrangência nacional, possibilidade de ensino e aprendizagem no Ensino Fundamental e compreensão da realidade e participação social.

Segundo os PCN's, questões relacionadas a estes temas devem ser tratadas de forma contínua, sistemática, abrangente e integrada, o que demanda observar a formação dos professores, visto que, além de conhecimento específico, é preciso a coerência entre o dizer e o fazer, que, por sua vez, sugere o posicionamento político e pedagógico sobre cada um dos temas transversais.

No que concerne à educação alimentar, observamos que, não obstante tratar-se de algo corriqueiro e cotidiano que é o comer, muito ainda há que ser discutido e elaborado acerca da alimentação saudável. Os alunos, seus pais e os educadores das três realidades educacionais investigadas evidenciaram ainda ter muitas dúvidas sobre o que seja comer bem e quais os melhores caminhos e recursos para se atingir esta meta. Pudemos constatar, contudo, o quanto suas representações evidenciam princípios que norteiam um caminho a ser trilhado, sendo necessário aparar as arestas, abrir percursos e iluminar horizontes que ampliem cada vez mais as possibilidades.

Alunos, seus pais, educadores e demais agentes escolares são portadores de conhecimentos sociais que podem influenciar diversas práticas na escola, desempenhar papéis e se confrontarem com outras formas de conhecimento entendidas como sendo mais acadêmicas. Independentemente de constituírem-se como conhecimento popular ou científico, entretanto, as relações de ensino-aprendizagem devem ser coerentes, cognitiva, pedagógica e vivencialmente. Assim sendo, a educação alimentar, a exemplo de todas as áreas do saber, convencionais ou não, prescinde destes princípios, constituindo-se a coerência um forte motivador da aprendizagem.

A incoerência foi um dos aspectos mais observados neste estudo, principalmente entre os pais dos alunos e os professores das escolas investigadas. Seja pela falta de informação específica sobre a alimentação saudável, pela incipiência de condições financeiras ou exigüidade de tempo, o comer bem pareceu ser inviabilizado, de modo mais contundente, pela falta de conscientização, diálogo, atitude, de troca de experiências e conhecimentos.

Outro demarcador muito importante observado neste trabalho foi o alerta sobre a saúde dos professores, principalmente os da escola pública e da escola privada, que, de

maneira mais abrangente, refletem a saúde dos trabalhadores de maneira geral, quando não têm uma vivência satisfatória com a alimentação, fator imprescindível para a saúde e qualidade de vida.

A partir deste estudo, entendemos que aprender sobre alimentação saudável demanda uma metodologia de trabalho que, além do respeito aos aspectos regionais, às condições socioeconômicas e às preferências individuais, apresente subsídios teóricos que favoreçam um conhecimento de segurança alimentar pautado na conscientização acerca dos direitos humanos básicos do cidadão. Isto implica fomentar a autonomia dos alunos, de seus componentes familiares e da comunidade escolar como um todo quanto às suas escolhas, sejam elas alimentares, educacionais, de saúde e de cidadania. Esta atitude educativa vai além da mera informação ou imposição sobre o que é mais adequado, mais científico ou de maior acordo com as normas e regras preestabelecidas. A princípio, acreditamos que este percurso ora proposto favorece o desenvolvimento da capacidade de análise crítica do que se apresenta, de tal forma que os alunos, na medida de suas possibilidades, os compreendam, percebam sua importância para suas vidas e façam escolhas pessoais e conscientes a respeito dos valores que elegem para si e para a sociedade a que almejam pertencer.

A educação alimentar no ambiente escolar, tanto quanto no meio familiar, faz-se cada vez mais imprescindível. As representações de alimentação dos alunos, seus pais e educadores levaram-nos a esta constatação, que já é um movimento presente na sociedade como um todo, provocando reflexões e medidas de atuação das autoridades mundiais e nacionais de saúde e educação.

Entendemos que, muito mais do que prevenir agravos à saúde causados pelos hábitos alimentares inadequados e pelo sedentarismo, aprender sobre a alimentação constitui importante aspecto no estabelecimento, conscientização e vivência da cidadania.

Por isso justificamos, a partir deste estudo, a necessidade de que a alimentação saudável componha o currículo escolar, de forma competente e crítica, estando a escola coerente com os fundamentos pedagógicos na sua atuação junto à comunidade escolar.

Propomos ainda que o conteúdo a ser trabalhado alcance não apenas os valores nutricionais dos alimentos, mas que, bem além disso, provoque a conscientização sobre o valor da alimentação para a humanidade, o quanto representou, representa e ainda representará o ato de comer bem para o bem-estar e desenvolvimento individual e coletivo.

Os caminhos para se alcançar este objetivo delineiam um campo fértil e profícuo. Suscita o envolvimento interdisciplinar de profissionais da educação, saúde, economia, política etc., no entanto, acreditamos que, no entorno de todo conhecimento científico, não se pode deixar de levar em consideração o saber que emana do povo, aquele do senso-comum, cheio de sabedoria e de ensinamentos que, certamente, irão proporcionar atuação e vivências mais coerentes e efetivas no que concerne à alimentação.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ABRANTES, Marcelo; LAMOUNIER, Joel A.; COLOSIMO, Enrico A. Prevalência de sobrepeso e obesidade em crianças e adolescentes das regiões Sudeste e Nordeste. **Jornal Pediátrico**, Rio de Janeiro, vol.78, n.4, 2002. p.335-340.

AGOSTINHO, Santo. **Confissões de Santo Agostinho**. Tradução Alex Martins. São Paulo: Martins Claret, 2005, p.238.

ALBUQUERQUE, Luiz Botelho (Org.) **Culturas, currículos e identidades**. Fortaleza: Editora UFC, 2004.

ALMEIDA, Sebastião de Sousa et al. Quantidade e qualidade de produtos alimentícios anunciados na televisão brasileira. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v.36, n.3, 2002.

ALVES, Rubem; BAUER, Christian. **Está na mesa: receitas com pitadas literárias**. Campinas, SP: Papyrus, 2005.

ANANIAS, Patrus. Alimentação, direito nº1 – Patrus Ananias. **Jornal Gazeta Mercantil**. [Distrito Federal], 22 maio 2006. Disponível em: <<http://www.fomezero.gov.br/artigo/alimentação-direito-nb01-patrus-ananias>> Acesso em: 27 out. 2006.

\_\_\_\_\_. Geografia da fome, uma lei – Patrus Ananias. **Valor Econômico**. [Distrito Federal], 06 out. 2006. Disponível em: <<http://www.fomezero.gov.br/artigo/geografia-da-fome-uma-lei-patrus-ananias>> Acesso em: 27 out. 2006.

ANDRADE, Ângela. **Para além dos sintomas: a trilogia do desamparo no vivido de mulheres com transtornos do comportamento alimentar**. 2000. Dissertação (Mestrado em Saúde Pública). Departamento de Saúde Comunitária da Faculdade de Medicina da Universidade Federal do Ceará. Fortaleza, 2000.

ARISTOTLE. The Nicomachean ethics. In: PROSE, Francine. **Gula**. Tradução Sérgio Viotti. São Paulo: ARX, 2004, p.29.

ARRUDA, Ângela. Pesquisa em representações sociais: a produção em 2003. In: MENIN, M. S. D. S.; SHIMIZU, A.M. (Org.). **Experiência e representação social: questões teóricas e metodológicas**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2005. p. 59-92.

\_\_\_\_\_. (Org.). **Representando a alteridade**. Petrópolis, RJ: Vozes, 1998.

AXELRUD, E.; GLEISER, D.; FISCHMANN, J. **Obesidade na adolescência: uma abordagem para pais, educadores e profissionais da saúde**. Porto Alegre: Mercado Aberto, 1999.

BALABAN, G; SILVA, G.A.P. Prevalência de sobrepeso em crianças e adolescentes de uma escola da rede privada de Recife. **Jornal Pediátrico**, n.77, 2001. p. 96-100.

BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. 3.ed. Lisboa: Edições 70, 2004.

BENEDETTI, Carmen. **De obeso a magro: a trajetória psicológica**. São Paulo: Vetor, 2003.

BERGER, Peter L. **A Construção social da realidade**. Petrópolis: Vozes, 1983.

BEZERRA, José Arimatea Barros. **Comer na escola: significados e implicações**. 2002 Tese (Doutorado). Faculdade de Educação da Universidade Federal do Ceará. Fortaleza, 2002. Mimeografado.

BLEIL, Susana Inez. O Padrão alimentar ocidental: considerações sobre a mudança de hábitos no Brasil. **Revista Cadernos de Debate**, São Paulo: UNICAMP v.6, 1998. p. 1-25.

BOURDIEU, Pierre. Esboço de uma teoria da prática. In: ORTIZ, Renato (Org.). **Pierre Bourdieu**, 1. ed. São Paulo: Ática, 1983. p.46-81.

BRASIL, Lei. nº9.394, de 20 de dezembro de 1996. **Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional**. Disponível em <<http://www.cefet.br/ENSINO/CURSOS/Medio/Lei.htm>> . Acesso em 2004.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira**. Brasília, 2005.

BRASIL. **Portaria Interministerial Nº. 1.010 de 08 de maio de 2006**. Institui as diretrizes para a Promoção da Alimentação Saudável nas Escolas de educação infantil, fundamental e nível médio das redes públicas e privadas, em âmbito nacional. Disponível em [www.opas.org.br/familia](http://www.opas.org.br/familia). Acesso em out.2006.

BUCHT, Catharina; FEILITZEN, Cecília V. **Perspectivas sobre a criança e a mídia**. Brasília: UNESCO, SEDH/Ministério da Justiça, 2002.

BUENO, Silveira. **Minidicionário da língua portuguesa**. Ed. rev. e atual. São Paulo: FTD, 2001.

BUSSE, Salvador de Rosis (Org.) **Anorexia, bulimia e obesidade**. Barueri, SP: Manole, 2004.

CALDEIRA, Geraldo. **Psicossomática: teoria e prática**. Rio de Janeiro: MEDSI, 2001.

CARVALHO, R.B. A Obesidade hoje: busca de novas abordagens. In: KAUFMAN, A. **O Obeso no prato: projeto de atendimento ao obeso**. São Paulo: Segmento Farma, 2005. p.25-39.

CASCUDO, Luis da Câmara. **História da alimentação no Brasil**. São Paulo: Global, 2004.

CASTELL, Gemma Salvador. **Larousse da dieta e da nutrição**. São Paulo: Larousse do Brasil, 2004.

CASTRO, Josué de. **Documentário do Nordeste**. 2.ed. São Paulo: Brasiliense, 1959.

\_\_\_\_\_. **Geografia da Fome**. 10. ed. São Paulo: Brasiliense, 1967.

\_\_\_\_\_. **Homens e caranguejos** (Romance). São Paulo: Brasiliense, 1967.

CASTRO, Josué de. **O Livro negro da fome**. São Paulo: Brasiliense, 1966.

\_\_\_\_\_. **Ensaio de geografia humana**. São Paulo: Brasiliense, 1964.

\_\_\_\_\_. **Geopolítica da fome: Ensaio sobre os problemas de alimentação e de população do mundo**. São Paulo: Brasiliense, 1959.

CASTRO, Anna Maria de (Org.). **Fome, um tema proibido**. [s.l.] Última Edição Civilização Brasileira, 2003.

CLAUDINO, Angélica de Medeiros; ZANELLA, Maria Teresa (Coord). **Guia de transtornos alimentares e obesidade**. Barueri, SP: Manole, 2005.

COLL, César; MARCHESI, Álvaro; PALACIOS, Jesús (Org). **Desenvolvimento psicológico e educação**. Porto Alegre: Artmed, 2004. v.1.

COON, Dennis. **Introdução à Psicologia: uma jornada**. São Paulo: Pioneira Thomson Learning, 2006.

COSTA, Jurandir Freire. **Ordem médica e norma familiar**. Rio de Janeiro: Edições Graal, 1983.

COSTA, M.V.; SILVEIRA, R.H.; SOMMER, L.H. Estudos culturais, educação e pedagogia. **Revista Brasileira de Educação**. ANPed, São Paulo, n.23, p. 36-61, 2003.

COUTINHO, M.P.L. **Depressão infantil: uma abordagem psicossocial**. João Pessoa: tora Universitária, 2001.

COUTINHO, M.P.L. *et al* **Representações Sociais: Abordagem Interdisciplinar**. João Pessoa: Universitária/UFPB, 2003.

COUTO FILHO, Cândido. **Tempero do sol: culinária cearense**. Fortaleza: Editora CCF Ltda., 2004.

DAMATTA, Roberto. **O Que faz o brasil, Brasil?** Rio de Janeiro: Rocco, 1984.

DAMIAMI, Durval; DAMIANI, Daniel; OLIVEIRA, Renata G. Aspectos genéticos da obesidade. In: FISBERG, Mauro. **Atualização em obesidade na infância e na adolescência**. São Paulo: Editora Atheneu, 2004. p.19-26.

DESENHAR. In: BUENO, Silveira. **Minidicionário da língua portuguesa**. ed. rev. atual. São Paulo: FTD, 2001.

EIDE, Asbjorn. A Realização dos direitos econômicos, sociais e culturais – o direito à alimentação adequada e a estar livre da fome. In: VALENTE, Flávio Luiz Schieck (org.). **Direito humano à alimentação: desafios e conquistas**. Cortez: 2002. p. 207-260.

ELIAS, Norbert. **O Processo civilizador**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1994. v.1.

FERREIRA, Maria Marta; MEIER, Marcos. **Psicologia do emagrecimento**. Rio de Janeiro:Revinter, 2004.

FISBERG, Regina Mara *et al.* Alimentação equilibrada na promoção da saúde. In CUPPARI, Lílian (Coord). **Guia de Nutrição: Nutrição clínica no adulto**. Guias de Medicina Ambulatorial e Hospitalar. Unifesp/Escola Paulista de Medicina. São Paulo: Manole, 2002.

FISBERG, Mauro. **Obesidade na infância e adolescência**. São Paulo: Fundo Editorial BYK, 1997.

\_\_\_\_\_. **Atualização em obesidade na infância e adolescência**. São Paulo: Atheneu, 2004.

FISBERG, M.; WEHBA, J.; COZZOLINO, S.M.F. **Um, dois, feijão com arroz: a alimentação no Brasil de norte a sul**. São Paulo: Atheneu, 2002.

FISCHLER, Claude. A “McDonaldização” dos costumes. In: FLANDRIN, Jean-Louis, MONTANARI, Massimo. **História da alimentação**. São Paulo: Estação Liberdade, 1998. p.841-862.

FLANDRIN, Jean-Louis; MONTANARI, Massimo. **História da alimentação**. São Paulo: Estação Liberdade, 1998.

FLANDRIN, Jean-Louis. Da dietética à gastronomia, ou a liberação da gula. In: FLANDRIN, Jean-Louis; MONTANARI, Massimo. **História da Alimentação**. São Paulo: Estação Liberdade, 1998. p. 667-688.

FONSECA, João Pedro da. Paulo Freire e a merenda escolar. In: GADOTTI, Moacir (Org.). **Paulo Freire: uma bibliografia**. São Paulo: Cortez: Instituto Paulo Freire; Brasília, DF; UNESCO, 1996.

FRANCO, Ariovaldo. **De caçador a gourmet: uma história da gastronomia**. São Paulo: SENAC São Paulo, 2001.

FRANCO, M.L.P.B. **Análise do conteúdo**. Brasília: Plano, 2003.

FRAZÃO, Márcia. **Amor se faz na cozinha**. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2003.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da esperança: um reencontro com a pedagogia do oprimido**. 11ed. São Paulo: Paz e Terra, 2003.

\_\_\_\_\_. **Pedagogia do oprimido**. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2005.

FREYRE, Gilberto. **Casa grande & senzala: formação da família brasileira sob o regime da economia patriarcal**. 1.ed. Rio de Janeiro: MEC/INL, 1999.

GARCIA, Rosa Wanda Diez. **Representações sociais da comida no meio urbano: um estudo no centro da cidade de São Paulo**. 1994. Dissertação (Mestrado). Instituto de Psicologia, Universidade de São Paulo, São Paulo, 1994.

GARCIA, Rosa Wanda Diez. A comida, a dieta, o gosto: mudanças na cultura alimentar. São Paulo, 1999. Tese (Doutorado). Instituto de Psicologia, USP. In PHILIPPI, Sonia Tucunduva; ALVARENGA, Marle *et al.* **Transtornos Alimentares: uma visão nutricional**. Barueri, SP: Manole, 2004.

GIROUX, Henry. **Escola crítica e política cultural**. São Paulo: Cortez, 1992.

GOURMAND. In: MICHAELLIS. **Minidicionário francês-português, português-francês**. São Paulo: Melhoramentos, 1993.

GOURMET. In: MICHAELLIS. **Minidicionário francês-português, português-francês**. São Paulo: Melhoramentos, 1993.

GREIG, Philippe. **A criança e seu desenho: o nascimento da arte e da escrita**. Porto Alegre: Artmed, 2004.

GROTTANELLI, Cristiano. A carne e seus ritos. In: FLANDRIN, Jean-Louis; MONTANARI, Massimo. **História da alimentação**. São Paulo: Estação Liberdade, 1998. p.121-136.

GUARESCHI, N.M.F.; BRUSCHI, M.E. (Org). **Psicologia social nos estudos culturais: perspectivas e desafios para uma nova psicologia social**. Petrópolis: Vozes, 2003.

GUARESCHI, Pedrinho *et al.* **Os construtores da informação: meios de comunicação, ideologia e ética**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2000.

\_\_\_\_\_; BIZ, Osvaldo. **Mídia, educação e cidadania: tudo o que você deve saber sobre mídia**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2005.

\_\_\_\_\_; JOVCHELOVITCH, Sandra (Org.). 2. ed. **Textos em representações sociais**. Rio de Janeiro: Vozes, 1994.

\_\_\_\_\_. **Sociologia da prática social**. Petrópolis, RJ: Vozes, 1992.

HAGUETTE, Teresa Maria Frota. **Metodologias qualitativas na Sociologia**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2005.

HOLANDA, Sérgio Buarque de. **Raízes do Brasil**. São Paulo: Companhia das Letras, 1995.

JOANNÈS, Francis. A Função social do banquete nas primeiras civilizações. In: FLANDRIN, Jean-Louis; MONTANARI, Massimo. **História da alimentação**. São Paulo: Estação Liberdade, 1998. p.54-67.

JODELET, Denise. **Les Representations sociales**. Paris: Presses Universitaires de France, 1994.

\_\_\_\_\_. **Loucuras e representações sociais**. Tradução de Lucy Magalhães. Petrópolis, RJ: Vozes, 2005.

KAHTALIAN, A. Obesidade: um desafio. In: MELLO FILHO, J. **Psicossomática hoje**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1992. p.273-278.

KAUFMAN, Arthur (Coord). **O Obeso no prato**. São Paulo: Segmento Farma, 2005.

KESSLER, M.; HALPERN, A .; KUKERFELD, R. **Emagreça: mudando o corpo e a cabeça**. Porto Alegre: Cereo Publicações, 1997.

LEVENSTEIN, Harvey A. Dietética contra gastronomia: tradições culinárias, santidade e saúde nos modelos de vida americanos. In: FLANDRIN, Jean-Louis; MONTANARI, Massimo. **História da alimentação**. São Paulo: Estação Liberdade, 1998. p.825-840.

LÉVI-STRAUSS, Claude. O cru e o cozido. In: DAMATTA, Roberto. **O que faz o Brasil, Brasil?** Rio de Janeiro: ROCCO, 1984.

LEWIN, Zaida Grinberg, A Criança, os comerciais de televisão e a cultura alimentar: uma análise crítica. **Educação e Sociedade**. Campinas: Papirus, ano 12, n.43, dez.1992.

LIMA, Cláudia. **Tachos e panelas**: historiografia da alimentação brasileira. Recife: Editora da autora, 1999.

LOLI, M.S.A. **Obesidade como sintoma**: uma leitura psicanalítica. São Paulo: Vetor, 2000.

LUCAS, Betty L. Nutrição na Infância. In: MAHAN, L.Kathleen; ESCOTT-STUMP, Sylvia. **Alimentos, nutrição e dietoterapia**. Tradução Andréa Favano. São Paulo: Roca, 2005. p. 246-269.

MAHAN, L.Kathleen; ESCOTT-STUMP, Sylvia. **Alimentos, nutrição e dietoterapia**. Tradução Andréa Favano. São Paulo: Roca, 2005.

MARTINS, Joel; BICUDO, M.A.V. **A Pesquisa qualitativa em Psicologia**: fundamentos e recursos básicos. São Paulo: Moraes, 1994.

MAZZINI, Innocenzo. A alimentação e a medicina no mundo antigo. In: FLANDRIN, Jean-Louis; MONTANARI, Massimo. **História da alimentação**. São Paulo: Estação Liberdade, 1998. p.254-265.

MCDERMOTT, Timothy (Ed.). Summa theologiae: a concise translation. In: PROSE, Francine. **Gula**. Tradução Sérgio Viotti. São Paulo: ARX, 2004, p.24.

MELLO FILHO, Júlio. **Psicossomática hoje**. Porto Alegre: ArtMed, 1992.

MELUCCI, Alberto. **Por uma sociologia reflexiva**: pesquisa qualitativa e cultura. Tradução Maria do Carmo Alves Bonfim. Petrópolis, RJ: Vozes, 2005.

MENDONÇA, Cristina Pinheiro; ANJOS, Luiz Antonio dos. Aspectos das práticas alimentares e da atividade física como determinantes do crescimento do sobrepeso/obesidade no Brasil. **Cad Saúde Pública**, Rio de Janeiro, 20(3), p.698-709, mai/jun. 2004.

MENIN, M. S. D. S.; SHIMIZU, A.M. (Org.). **Experiência e representação social**: questões teóricas e metodológicas. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2005.

MONTANARI, Massimo. Sistemas alimentares e modelos de civilização. In: FLANDRIN, Jean-Louis; MONTANARI, Massimo. **História da alimentação**. São Paulo: Estação Liberdade, 1998. p.108-120.

MONTEIRO, Carlos Augusto. A Dimensão da pobreza, da desnutrição e da fome no Brasil. São Paulo, **Estudos Avançados**, v.17, n.48, p. 07-19, 2003.

\_\_\_\_\_; MONDINI L.; MEDEIROS S.A.L.; POPKIN B.M. The Nutrition transition in Brazil. **Eur J Clin Nutr** n.49, p.105-113, 1995.

MOREIRA, A.A.A. **O Espaço do desenho: a educação do educador**. São Paulo: Edições Loyola, 1991.

MOREIRA, A. S. P.(Org). **Olhares sobre o contemporâneo: representações sociais de exclusão, gênero e meio ambiente**. João Pessoa: Editora Universitária/UFPB, 2004.

MOSCOVICI, Serge. **A Representação Social da Psicanálise**. Tradução Álvaro Cabral. Rio de Janeiro: Zahar,1978.

\_\_\_\_\_. **Representações sociais: investigações em Psicologia Social**. 2.ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2003.

\_\_\_\_\_. Des representations collectives aux representations sociales. In: JODELET, D. **Les Representations Sociales**. Paris: PUF, 1994.

NEUTZLING, M.B.; TADDEI, J.A.A.C.; RODRIGUES, E.M.; SIGULEM, D.M. Overweight and obesity in brazilian adolescents. **Int J Obes** 2000; 24.

NOBRE, Inês de Jesus Guedes. A Nova proposta do ensino religioso sob o contexto da pluralidade cultural. In: COSTA, Maria de Fátima Vasconcelos (Org.). **Cultura lúdica, discurso e identidades na sociedade de consumo**. Fortaleza: Expressão Gráfica, 2005. p.205-222.

NUNES, Maria Angélica *et al*. **Transtornos alimentares e obesidade**. Porto Alegre: ArtMed, 1998.

ÓRGÃO INFORMATIVO DA ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA PARA O ESTUDO DA OBESIDADE. Projeto escola saudável. São Paulo, ano 4, n.15, ago.2003.

OLIVEIRA, Cecília; FISBERG, Mauro. Obesidade na infância e adolescência: uma verdadeira epidemia. **Arq Bras Endocrinol Metabol**, v.47, n.2, p.107-108, 2003.

ORTIZ, Renato (Org.). **Pierre Bourdieu: Sociologia: textos de Pierre Bourdieu**. São Paulo: Ática, 1994.

PANTEL, Pauline Schimitt. As Refeições gregas, um ritual cívico. In: FLANDRIN, Jean-Louis; MONTANARI, Massimo. **História da alimentação**. São Paulo: Estação Liberdade, 1998. p.155-169.

PEREZ, Carmen Hortência Alcântara. **A Propaganda comercial de alimentos industrializados na televisão e seu reflexo no consumo alimentar das crianças: um**

estudo de caso em Lima, Peru. Rio de Janeiro, 04 fev. 1991. Resumo de tese. Disponível em <[http://www.nutricao.ufrj.br/tese\\_91\\_02.htm](http://www.nutricao.ufrj.br/tese_91_02.htm)>. Acesso em 10/03/2005. BRASÍLIA. Secretaria de Ensino Fundamental. **Parâmetros Curriculares Nacionais**: apresentação dos temas transversais. Brasília: MEC/SEF, 1998.

BRASÍLIA. Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros Curriculares Nacionais**: meio ambiente, saúde. Brasília: MEC/SEF, 1998.

PEDROCCO, Giorgio. A Indústria alimentar e as novas técnicas de conservação. In: FLANDRIN, Jean-Louis; MONTANARI, Massimo. **História da alimentação**. São Paulo: Estação Liberdade, 1998. p.763-778.

PERLÈS, Catherine. As Estratégias alimentares nos tempos pré-históricos. In: FLANDRIN, Jean-Louis; MONTANARI, Massimo. **História da alimentação**. São Paulo: Estação Liberdade, 1998. p.36-53.

PHILIPPI, Sonia Tucunduva; ALVARENGA, Marle *et al.* **Transtornos alimentares: uma visão nutricional**. Barueri, SP: Manole, 2004.

\_\_\_\_\_. *et al.* Pirâmide alimentar adaptada: guia para escolha dos alimentos. **Nutr. Campinas**, v. 12, n.1, p.65-80, 1999.

PIAGET, Jean. **Epistemologia genética**. São Paulo: Martins Fontes, 1990.

PIZZINATO, V.T. **Obesidade infantil**: processo psicossomático evolutivo. São Paulo: Sarvier, 1992.

PROSE, Francine. **Gula**. Tradução Sérgio Viotti. São Paulo: ARX, 2004.

QUEIROZ, Rachel. **O não me deixes**: sua história e sua cozinha. São Paulo: ARX, 2004.

RAMOS, Graciliano. **Vidas secas**. 97. ed. Rio de Janeiro: Record, 2005.

RESENDE, Ana Lúcia Magela. **Saúde**: dialética do pensar e do fazer. São Paulo: Cortez, 1986.

REY, Fernando González. **Pesquisa qualitativa e subjetividade**: os processos de construção da informação. São Paulo: Pioneira Thomson Learning, 2005a.

\_\_\_\_\_. **Pesquisa qualitativa em psicologia**: caminhos e desafios. São Paulo: Pioneira Thomson Learning, 2005b.

ROSA, Merval. **Psicologia evolutiva**. 9.ed. Petrópolis: Vozes, 1993, Vols 2 e 3.

SAMPAIO, H.A.C; SABRY, M.O.D.(Org.). **Diagnóstico nutricional de grupos populacionais da cidade de Fortaleza – Ceará**. Fortaleza: INESP, 2002.

SARAMAGO, José. **A jangada de pedra**. São Paulo: Companhia das Letras, 1988.

SAVARIN, Brillat. **A Fisiologia do gosto**. Tradução Paulo Neves. São Paulo: Companhia das Letras, 2004.

SAWAIA, Bader (Org). **As artimanhas da exclusão: análise psicossocial e ética da desigualdade social**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2004.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE ENDOCRINOLOGIA E METABOLOGIA. **Escola Saudável**. Disponível em: < <http://www.endocrino.org.br>>. Acesso em: 2005.

SOARES, N.T.; GUIMARÃES, A.R.P.; SAMPAIO, H.A.C.; ALMEIDA, P.C.; COELHO, R.R. Estado nutricional de lactentes em áreas periféricas de Fortaleza. **Rev. Nutr. Campinas**, 13(2), p.99-106, maio/ago. 2000.

SORCINELLI, Paolo. Alimentação e saúde. In: FLANDRIN, Jean-Louis; MONTANARI, Massimo. **História da alimentação**. São Paulo: Estação Liberdade, 1998. p.792-805.

SOUZA LEÃO, S.C; ARAÚJO, L.M.B.; MORAES, L.T.L.P.; ASSIS, A.M. Prevalência de obesidade em escolares de Salvador, Bahia. **Arq Bras Endocrinol Metab** 2003; 47(2): 151-7.

SPINK, Mary Jane P. **Psicologia social e saúde: práticas, saberes e sentidos**. Petrópolis: Vozes, 2003.

\_\_\_\_\_.(Org.) **O Conhecimento no cotidiano: as representações sociais na perspectiva da psicologia social**. São Paulo: Brasiliense, 1995.

STURION, Gilma Lucazechi. **Programa de alimentação escolar: avaliação do desempenho de dez municípios brasileiros**. 2002. Tese (Doutorado). Universidade de São Paulo. São Paulo, 2002.

SUCUPIRA, Ana Cecília S.L. O ensino da saúde no espaço da escola e a segurança alimentar. In: Anais do I Simpósio de Segurança Alimentar do Estado de São Paulo, realizado em São Paulo, de 21 a 23 de setembro de 1998, p. 15-17. Disponível em: <<http://www.cip.saude.sp.gov.br/apresentação.htm>> Acesso em 22/10/2003.

TRIVIÑOS, Augusto N.S. **Introdução à pesquisa em ciências sociais: a pesquisa qualitativa em educação**. São Paulo: Atlas, 1987.

VALENTE, Flávio Luiz Schieck (Org.) **Direito humano à alimentação: desafios e conquistas**. São Paulo: Cortez, 2002.

VYGOTSKY, L.S. **Pensamento e linguagem**. São Paulo: Martins Fontes, 1993.

\_\_\_\_\_. **A Formação social da mente**. São Paulo: Martins Fontes, 1991.

\_\_\_\_\_; LURIA, A.R.; LEONTIEV, A.N. **Linguagem, desenvolvimento e aprendizagem**. São Paulo: Ícone, 1988.

WANG, Youfa; MONTEIRO, Carlos; POPKIN, Barry M. Trends os obesity ans underweight in older children and adolescents in the United States, Brazil,China and Rússia. **Am J Clin Nutr** v.75, p.971-977. 2002.

WEITEN, Wayne. **Introdução à psicologia: temas e variações**. São Paulo: Pioneira Thomson, 2002.

WORLD HEALTH ORGANIZATION Obesity: preventing and managing the global epidemic. **WHO Technical Report Series** n.894. Geneva: WHO, 2000.

## BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR

ALMEIDA, Fernando José; FONSECA JR, Fernando Moraes. **Projetos e ambientes inovadores/** Secretaria de Educação à Distância. Brasília: Ministério da Educação, SEED, 2000.

AMARAL, Célia Chaves. **Família às avessas: gênero nas relações familiares de adolescentes.** Fortaleza: EUFC, 2001.

ARMSTRONG, Alisson; CASEMENT, Charles. **A Criança e a máquina: como os computadores colocam a educação de nossos filhos em risco.** Porto Alegre: Artmed, 2001.

BEZERRA, J.A.B.; OLIVEIRA, C.F.; RIBEIRO, K.M.B. (Org.) **Saberes populares e práticas educativas.** Fortaleza: UFC, 2004.

BIKLEN, Sari. **Investigação qualitativa em educação.** Porto Editora, 1994.

BORGES NETO, Hermínio. **O Papel da informática educativa no desenvolvimento do raciocínio lógico.** Fortaleza, 1998. Pré-print.

BOGDAN, Roberto C.; BIKLEN, Sari Knopp. **Investigação qualitativa em educação.** Portugal: Editora Porto, 1994.

BOURDIEU, P.; PASSERON, J.C. **Los Estudiantes y la cultura.** Barcelona: Labor, 1967.

BOURDIEU, Pierre. **Sobre a televisão.** Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1997.

\_\_\_\_\_. **Coisas ditas.** São Paulo: Brasiliense, 1990.

\_\_\_\_\_. **O Poder simbólico.** 8. ed. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2005.

BRZEZINSKI, Iria (Org.). **LDB Interpretada: diversos olhares se entrecruzam.** São Paulo: Cortez, 1997.

CAVALCANTE, A. M. Considerações gerais sobre a atenção de saúde em bairros populares de Fortaleza. **Revista Educação em Debate.** Fortaleza, v.2, ano 21, n.38, 1999.

CHIZZOTTI, Antonio. **Pesquisa qualitativa em ciências humanas e sociais.** Petrópolis, RJ: Vozes, 2006.

COSTA, M.F.V.; FREITAS, M.G. F. (Org.). **Cultura lúdica, discurso e identidades na sociedade de consumo.** Fortaleza: Expressão Gráfica, 2005.

- COULON, Alain. **Etnometodologia**. Petrópolis, RJ: Vozes, 1995.
- COUTINHO, Carlos Nelson. **Cultura e sociedade no Brasil**: ensaio sobre idéias e formas. Rio de Janeiro: DP&A, 2000.
- DAMASCENO, M.N.; SALES, C.M.V. (Org.) **O caminho se faz ao caminhar**: elementos teóricos e práticas na pesquisa qualitativa. Fortaleza: UFC, 2005.
- DE CORTE, E. Aprender na escola com as novas tecnologias da informação. In TEODORO, V. D.; FREITAS, J. C. (Org). **Educação e computadores**. Lisboa: Ministério da Educação de Portugal/GEP, 1992, p.89 a 117.
- DENZIN, Norman K. *et al.* **O Planejamento da pesquisa qualitativa**: teorias e abordagens. Porto Alegre: Artmed, 2006.
- DERTOUZO, Michael. **O Que será?**: Como o novo mundo da informação transformará nossas vidas. São Paulo: Companhia das Letras, 1997.
- ESCOSTEGUY, A .C. **Cartografia dos estudos culturais**: uma versão latino-americana. Belo Horizonte: Autêntica, 2001.
- FREYRE, Gilberto. **Açúcar**: em torno da etnografia, da história e da sociologia do doce no Nordeste canavieiro do Brasil. Recife: IAA, 1969.
- LAHLOU, Saadi. Représentations sociales et choix alimentaires. Disponível em [www.jand-hd-ibd.net/pdf/LAHLOU.pdf](http://www.jand-hd-ibd.net/pdf/LAHLOU.pdf) Acesso em outubro de 2006.
- LEÃO, S.C.S. *et al.* Prevalência de obesidade em escolares de Salvador, Bahia. **Arq Bras Endocrinol Metab**, São Paulo, n.47, v.2., p.151-157, 2003.
- LINHARES, Célia *et al.* **Os Lugares dos sujeitos na pesquisa educacional**. Campo Grande, MS: UFMS, 2001.
- LINS, Daniel (Org.). **Cultura e subjetividade**: saberes nômades. Campinas: Papyrus, 1997.
- LODY, Raul (Org). **À mesa com Gilberto Freyre**. Rio de Janeiro: Senac Nacional, 2004.
- MÁTTAR NETO, João Augusto. **Metodologia científica na era da informática**. São Paulo: Saraiva, 2003.
- MERHY, Emerson Elias. **O Capitalismo e a saúde pública**. 2.ed. Campinas: Papyrus, 1987.

MINAYO, M.C. (Org). **Pesquisa social: teoria, método e criatividade.** Petrópolis,RJ: Vozes, 1994.

\_\_\_\_\_. **O Desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde.** São Paulo: Hucitec-ABRASCO, 1992.

MORAN, J.M.; MASETTO, M.T.; BEHRENS, M. **Novas tecnologias e mediação pedagógica.** Campinas: Papirus, 2000.

MOREIRA, Antonio Flávio. **Currículos e programas no Brasil.** Campinas: Papirus, 1990.

MOREIRA, A.S.P.; JESUÍNO, J. C. (Org). **Representações sociais: teoria e prática.** João Pessoa: Universitária/UFPB, 2004.

MORIN, Edgar. **Os Sete saberes necessários à educação do futuro.** São Paulo: Cortez, 2000.

\_\_\_\_\_. **Educar na era planetária.** São Paulo: Cortez; Brasília, DF: UNESCO, 2003.

OLIVEIRA, Marta Kohl de. **Vygotsky aprendizado e desenvolvimento: um processo sócio-histórico.** São Paulo: Scipione, 1993.

PALLOF, Rena M.; PRATT, Keith. **Construindo comunidades de aprendizagem no ciberespaço.** Tradução Vinícius Figueira. Porto Alegre: Artmed, 2002.

PAPERT, S. **A Máquina das crianças: repensando a escola na era da informática.** Porto Alegre: Artes Médicas, 1994.

ROHMANN, Chris. **O livro das idéias: pensadores, teorias e conceitos que formam nossa visão de mundo.** Rio de Janeiro: Campus, 2000.

SANTAROSA, L.M.C. Atitude dos alunos com referência à utilização do computador no processo ensino-aprendizagem. **Tecnologia Educacional.** São Paulo, n.52, p.29-38, 1983.

SILVA, Tomaz Tadeu. **Documentos de identidade: uma introdução às teorias do currículo.** Belo Horizonte: Autêntica, 2000.

\_\_\_\_\_. (Org.) **O que é, afinal, estudos culturais?** Belo Horizonte: Autêntica,1999.

SZYMANSKI, H. (Org.) **A Entrevista na pesquisa em educação: a prática reflexiva.** Brasília: Líber Livro, 2004.

THOMPSON, John B. **Ideologia e cultura moderna: teoria social crítica na era dos meios de comunicação de massa.** Petrópolis, RJ: Vozes, 1995.

TRIVIÑOS, Augusto N.S. **Introdução à pesquisa em ciências sociais: a pesquisa qualitativa em educação.** São Paulo: Atlas, 1987.

TURA, L.F.R.; MOREIRA, A.S.P.(Org.) **Saúde e representações sociais.** João Pessoa: Universitária/UFPB, 2004.

VALLA, V.V.; STOTZ, E.N. **Educação, saúde e cidadania.** Petrópolis, RJ:Vozes, 1994.

VEIGA-NETO, Alfredo. Cultura, culturas e educação. **Revista Brasileira de Educação.** n.23, p.5-15, 2003.

VIRILIO, Paul. **A Bomba informática.** São Paulo: Estação Liberdade, 1999.

WEISS, Alba M.L.; CRUZ, M.L. **A Informática e os problemas escolares de aprendizagem.** Rio de Janeiro: Dp&A, 1998.

WORTMANN, M.L.C.; VEIGA-NETO, A . **Estudos culturais da ciência e educação.** Belo Horizonte: Autêntica, 2001.

## APÊNDICES

## APÊNDICE 1

### QUADROS DE REFERÊNCIA AOS HÁBITOS ALIMENTARES DOS ALUNOS

#### O café-da-manhã (desjejum)

<b>Alimentos citados</b>	<b>EPb (n = 20)</b>	<b>EPv (n =14)</b>	<b>CE (n = 08)</b>
Café	12 alunos	-	01 aluno
Pão	10 alunos	01 aluno	01 aluno
Leite	08 alunos	01 aluno	04 alunos
Bolacha	04 alunos	-	-
Mingau	02 alunos	-	01 aluno
Achocolatado	01 aluno	02 aluno	02 alunos
Bolo	01 aluno	01 aluno	01 aluno
Suco	01 aluno	01 aluno	-
Coca-cola	01 aluno	-	-
Sanduíche	-	02 alunos	03 alunos
Bananada	-	-	01 aluno
Presunto	-	-	01 aluno
Água	-	-	01 aluno
Cereal	-	01 aluno	01 aluno
Nada	-	Nada	-
Sucrilhos c/ leite	-	01 aluno	-

Legenda: EPb = escola publica ; EPv = escola privada; CE = creche-escola.

#### O almoço

<b>Alimentos citados</b>	<b>EPb (n = 20)</b>	<b>EPv (n =14)</b>	<b>CE (n = 08)</b>
Arroz	15 alunos	12 alunos	04 alunos
Feijão	14 alunos	08 alunos	04 alunos
Macarrão	06 alunos	02 alunos	02 alunos
Carne	06 alunos	09 alunos	04 alunos
Ovo	07 alunos	02 alunos	01 aluno
Frango	05 alunos	01 aluno	01 aluno
Mortadela	03 alunos	-	-
Lingüiça	01 aluno	-	-
Salsicha	01 aluno	-	-
Peixe	01 aluno	-	-
Panelada	01 aluno	-	-
Repolho	01 aluno	-	-
Suco	01 aluno	01 aluno	-
Lasanha	-	01 aluno	-
Farofa	-	02 alunos	-

<b>Alimentos citados</b>	<b>EPb (n = 20)</b>	<b>EPv (n =14)</b>	<b>CE (n = 08)</b>
Couve	-	01 aluno	-
Brócolis	-	01 aluno	-
Frango assado	-	01 aluno	-
Creme de galinha	-	01 aluno	-
Pepino	-	01 aluno	-
Tomate	-	01 aluno	-
Alface	-	01 aluno	-
Purê	-	-	01 aluno
Paçoca	-	-	01 aluno
Macarronada	-	-	02 alunos
O que tiver na escola	-	-	02 alunos
Baião de dois	-	-	02 alunos

Legenda: EPb = escola pública; EPv = escola privada; CE = creche-escola.

#### A merenda em casa

<b>Alimentos citados</b>	<b>EPb (n = 20)</b>	<b>EPv (n = 14)</b>	<b>CE (n = 08)</b>
Pão	07 alunos	-	02 alunos
Café	07 alunos	-	-
Bolacha	03 alunos	-	01 aluno
Suco	03 alunos	01 aluno	-
Leite	02 alunos	-	-
Guaraná	01 aluno	-	-
Bolo	01 aluno	-	-
Maçã	01 aluno	-	-
Sanduíche	-	05 alunos	-
Capuccino	-	01 aluno	-
Salgadinho	-	01 aluno	-
Batata-frita	-	01 aluno	-
Chocolate	-	01 aluno	-
Sucrilhos	-	01 aluno	-
Sorvete	-	01 aluno	-
Fruta	-	-	02 alunos
O que tiver na escola	-	-	03 alunos

Legenda: EPb = escola pública; EPv = escola privada; CE = creche-escola.

## O jantar

<b>Alimentos citados</b>	<b>EPb (n = 20)</b>	<b>EPv (n = 14)</b>	<b>CE (n = 08)</b>
Arroz	15 alunos	04 alunos	02 alunos
Feijão	12 alunos	02 alunos	-
Carne	07 alunos	02 alunos	01 aluno
Ovo	04 alunos	01 aluno	-
Macarrão	03 alunos	02 alunos	-
<b>Alimentos citados</b>	<b>EPb (n = 20)</b>	<b>EPv (n = 14)</b>	<b>CE (n = 08)</b>
Galinha	04 alunos	02 alunos	01 aluno
Salsicha	02 alunos	01 aluno	-
Peixe	02 alunos	01 aluno	-
Sopa	01 aluno	03 alunos	03 alunos
Farinha	01 aluno	01 aluno	-
Cenoura	01 aluno	-	-
Mistura	01 aluno	-	-
Pão	01 aluno	01 aluno	-
Suco	01 aluno	-	-
Miojo	-	03 alunos	01 aluno
Sanduche	-	02 alunos	01 aluno
Pizza	-	01 aluno	-
Refrigerante	-	01 aluno	-
Café com leite	-	01 aluno	-
Mingau	-	-	01 aluno
Iogurte	-	-	01 aluno

Legenda: EPb = escola pública; EPv = escola privada; CE = creche-escola.

## APÊNDICE 2

### QUADRO DE REFERÊNCIA AOS ALIMENTOS CITADOS PELOS ALUNOS CONFORME SUAS PREFERÊNCIAS

Alimentos citados	<u>Escola Pública</u>		<u>Escola Privada</u>		<u>Creche-Escola</u>	
	Mais gosta	Menos gosta	Mais gosta	Menos gosta	Mais gosta	Menos gosta
Maçã	08	01	02	01	05	-
Banana	04	02	02	02	03	01
Uva	01	01	03	-	02	-
Goiaba	01	01	01	-	02	-
Caju	01	-	-	-	-	-
Laranja	01	02	03	-	01	-
Tomate	-	03	03	04	-	-
Cebola	01	03	-	04	-	02
Pimentão	-	-	-	01	-	01
Alface	01	05	03	04	-	04
Repolho	-	02	-	01	-	01
Batata	01	-	-	01	-	-
Beterraba	-	-	-	01	-	-
Chuchu	-	01	-	-	-	-
Cenoura	-	-	-	02	-	02
Brócolis	-	-	-	01	-	01
Espinafre	-	-	-	-	-	01
Couve-flor	-	-	-	02	-	-
Berinjela	-	-	-	01	-	-
Palmito	-	-	-	01	-	-
Melancia	01	01	01	-	02	01
Mamão	01	-	-	-	-	-
Morango	01	-	-	-	-	-
Pêra	01	-	-	01	-	01
Uva	02	01	02	-	02	-
Manga	01	-	-	-	-	01
Tamarindo	-	-	-	-	-	01
Suco de maracujá	-	03	-	-	-	-
Abacate	-	01	-	01	-	-
Jaca	-	01	-	-	-	-
Ata	-	01	-	-	-	-
Abacaxi	-	02	-	-	01	-
Côco	-	01	-	-	-	-

Alimentos citados	<u>Escola Pública</u>		<u>Escola Privada</u>		<u>Creche-Escola</u>	
	Mais gosta	Menos gosta	Mais gosta	Menos gosta	Mais gosta	Menos gosta
Limão	-	01	-	01	-	01
Milho	-	-	-	-	01	-
Melão	-	-	-	-	-	01
Salada de frutas	-	-	02	-	-	-
Arroz	04	01	02	-	02	-
Feijão	02	02	03	01	02	-
Baião-de-dois	-	-	01	-	01	-
Macarrão	03	03	01	-	03	-
Miojo	01	-	01	-	-	-
Ovo	03	01	-	-	01	01
Galinha	04	01	-	-	-	01
Galinha caipira	-	-	-	-	-	01
Peixe	02	02	02	01	02	01
Carne	04	-	01	-	02	-
Sopa	01	02	01	-	-	-
Mortadela	01	-	-	-	-	-
Salsicha	01	01	-	-	-	-
Lingüiça	-	-	-	01	01	-
Lasanha	-	-	02	-	01	-
Torresmo	-	-	01	-	-	-
Camarão	-	-	01	-	-	-
Vatapá	-	-	-	01	-	-
Yakisoba	-	-	-	-	-	01
Sushi	-	-	-	-	01	-
Bolo	05	-	01	-	-	01
Bolacha	01	01	02	-	01	-
Pizza	01	-	02	01	01	-
Pão	02	-	-	-	01	-
Pudim	01	-	-	-	-	-
Hambúguer	01	-	-	-	-	-
Queijo	01	-	-	-	-	-
Bacon	-	-	01	-	-	01
Mingau	-	01	-	-	-	-
Pirulito,balas	02	-	-	-	-	01
Cheetos	-	-	-	01	-	01
Esfirra	-	-	-	-	-	01
Coxinha de galinha	-	-	-	-	-	01
Pé-de-moleque	-	-	-	-	-	01
Amendoim	-	-	-	-	-	01
Nescau	03	-	-	-	-	-
Sanduíche	-	-	03	-	-	01
Batata-frita	-	-	02	-	-	-

<b>Alimentos citados</b>	<b><u>Escola Pública</u></b>		<b><u>Escola Privada</u></b>		<b><u>Creche-Escola</u></b>	
	<b>Mais gosta</b>	<b>Menos gosta</b>	<b>Mais gosta</b>	<b>Menos gosta</b>	<b>Mais gosta</b>	<b>Menos gosta</b>
Pastel	-	-	01	01	-	-
Sorvete	-	-	02	-	-	-
Refrigerante	-	-	-	01	-	-
Empada	-	-	01	-	-	-

**ANEXO****CARDÁPIOS DA CRECHE-ESCOLA**

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO .....</b>	<b>1</b>
<b>2 O PÃO NOSSO DE CADA DIA... : Reflexões acerca da alimentação, da fome e do ato de comer bem .....</b>	<b>20</b>
<b>2.1 Esboço histórico da alimentação no mundo .....</b>	<b>20</b>
<b>2.2 Roteiro da alimentação no Brasil .....</b>	<b>31</b>
<b>2.3 Um enredo histórico da alimentação no Ceará.....</b>	<b>39</b>
<b>2.4 A fome.....</b>	<b>42</b>
<b>2.5 O ato de comer bem.....</b>	<b>44</b>
<b>3 EM BUSCA DAS REPRESENTAÇÕES SOCIAIS DE ALIMENTAÇÃO NO ENSINO FUNDAMENTAL: O percurso teórico-metodológico .....</b>	<b>48</b>
<b>3.1 Universo pesquisado e fontes de informação .....</b>	<b>53</b>
3.1.1 A escola pública .....	54
3.1.2 A escola privada .....	59
3.1.3 A creche-escola.....	62
<b>3.2 Procedimentos.....</b>	<b>65</b>
3.2.1 Observação-participante .....	65
3.2.2 Entrevistas .....	71
3.2.3 Desenhos.....	72
<b>3.3 A análise de conteúdo .....</b>	<b>73</b>
<b>4 AS REPRESENTAÇÕES DE ALIMENTAÇÃO NO ENSINO FUNDAMENTAL: análise e discussão a partir das falas dos alunos, seus pais e professores.....</b>	<b>76</b>
<b>4.1 Representações dos alunos sobre o ato de comer bem .....</b>	<b>83</b>
4.1.1 a) O alimento saudável .....	84
b) O alimento “não saudável” .....	91
4.1.2 O alimento que sacia a fome.....	97
4.1.3 O alimento gostoso .....	99
<b>4.2 Representações dos pais dos alunos sobre o ato de comer bem .....</b>	<b>102</b>
4.2.1 a) O alimento saudável .....	104
4.2.1.1 Comer frutas e verduras.....	105
4.2.1.2 Alimentos balanceados .....	107
b) O alimento “não saudável” .....	110
4.2.2 O alimento que sacia a fome.....	113
4.2.2.1 Quantidade e qualidade .....	114
4.2.2.2 Você tem fome de quê? .....	117
4.2.3 O alimento gostoso .....	119
<b>4.3 As representações dos professores sobre o ato de comer bem.....</b>	<b>120</b>
4.3.1 O alimento saudável .....	122
4.3.2 Alimentação balanceada .....	123
4.3.3 Alimentação em horários regulares .....	124

<b>5 UM DOIS, FEIJÃO COM ARROZ – Análise dos hábitos alimentares dos alunos e componentes familiares.....</b>	<b>127</b>
<b>5.1 O café-da-manhã .....</b>	<b>128</b>
<b>5.2 Merendar na escola .....</b>	<b>130</b>
<b>5.3 A hora do almoço.....</b>	<b>145</b>
<b>5.4 Merendar em casa .....</b>	<b>148</b>
<b>5.5 A hora do jantar .....</b>	<b>149</b>
<b>5.6 Os finais de semana e as férias .....</b>	<b>151</b>
<b>6 CONSIDERAÇÕES ACERCA DA EDUCAÇÃO ALIMENTAR .....</b>	<b>159</b>
<b>6.1 A experiência dos alunos.....</b>	<b>159</b>
6.1.1 O que aprenderam em casa – “Foi a mãe que disse”.....	160
6.1.2 O que aprenderam na escola – “Foi a professora que ensinou” .....	165
<b>6.2 A expectativa dos pais dos alunos: “A escola pode ajudar” .....</b>	<b>171</b>
<b>6.3 A perspectiva dos professores: “A família deve participar” .....</b>	<b>181</b>
6.3.1 Na escola pública.....	182
6.3.2 Na escola privada .....	189
6.3.3 Na creche-escola.....	193
<b>7 A PROPOSTA DE UMA DISCIPLINA SOBRE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL ....</b>	<b>199</b>
<b>8 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>	<b>206</b>
<b>REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....</b>	<b>211</b>
<b>BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR.....</b>	<b>222</b>
<b>APÊNDICE 1 .....</b>	<b>227</b>
<b>APÊNDICE 2 .....</b>	<b>230</b>
<b>ANEXO.....</b>	<b>233</b>