

PERCEPÇÕES DE ESTUDANTES E EDUCADORES SOBRE ALIMENTAÇÃO ADEQUADA E SAUDÁVEL: DIÁLOGOS COM A PROMOÇÃO DA SAÚDE

*STUDENTS' AND EDUCATORS' PERCEPTIONS ABOUT PROPER AND HEALTHY EATING:
DIALOGUES WITH THE HEALTH PROMOTION*

Olga Maria Ramalho de Albuquerque¹, Helena Maria Campos², Cleber da Silva Alves³,
Alberto Mesaque Martins⁴

Resumo: O presente trabalho objetiva analisar percepções de estudantes e educadores de escolas públicas sobre alimentação adequada e saudável, por abordagem qualitativa, observações participantes e *brainstorms* em 4 escolas públicas de Ceilândia-DF. Como resultados, os participantes discerniram práticas alimentares adequadas e saudáveis sem reflexo na escolha de sua alimentação. As observações apontaram ambiente escolar com acesso facilitado aos alimentos de pouco valor nutricional, elevado teor calórico e ausência de iniciativas centradas no ambiente que possibilitem aos sujeitos realizarem escolhas salutares. Conclui-se que a dinâmica da consulta a esses grupos problematizou a realidade e dialogou com conhecimentos pré-existentes assimilados a partir de suas histórias de vida.

Palavras-chave: promoção da saúde, obesidade, saúde escolar, inovação, pesquisa qualitativa

Abstract: This paper aims to analyze students' and educators' perceptions about proper and healthy eating in public schools through qualitative approach, participant observations and brainstorms in four public schools in Ceilândia-DF. As results, participants discern appropriate and healthy eating habits without reflection in their food choice. The observations showed school environment with easy access to food of little nutritional value, high calories and lack of initiatives towards an environment that enables individuals to perform wholesome choices. It was concluded that the consultation dynamics with these groups problematized reality and dialogued with pre-existing knowledge from their life stories.

Keywords: health promotion, obesity, school health, innovation, qualitative research

1. Universidade de Brasília, Brasil. olgamarca@unb.br

2. Centro de Pesquisas René Rachou. Fundação Oswaldo Cruz, Brasil. helenacampos@cpqrr.fiocruz.br

3. Universidade de Brasília, Brasil, alves-cleber@hotmail.com

4. Centro de Pesquisas René Rachou. Fundação Oswaldo Cruz, Brasil, mesaque@cpqrr.fiocruz.br

Introdução

Diferentes políticas de reorganização de atenção à saúde no Brasil têm como referência a Promoção da Saúde (PS). Ela constitui uma das prioridades ajustadas formalmente entre os gestores dos entes federativos nos pactos pela saúde e em áreas estratégicas de atuação na Atenção Básica (BRASIL, 2012b). Entre os temas prioritários da Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS) (BRASIL, 2015), encontra-se a promoção de “ações relativas à alimentação adequada e saudável visando a PS”. Ademais, conforme a Portaria Interministerial MS/MEC n. 1.010 (BRASIL, 2006), a escola é considerada como local propício e estratégico para favorecer escolhas salutares

A Promoção da Saúde (PS) é aqui entendida como a capacidade de pessoas e comunidades de modificarem determinantes de saúde por meio da participação social, tendo em vista melhorar a qualidade de vida e a saúde. A atuação para promover saúde inclui a formulação de políticas públicas saudáveis, o desenvolvimento de habilidades, o fortalecimento da ação comunitária, a criação de ambientes favoráveis à saúde e a reorientação de serviços (BRASIL, 2002).

Alinhados a essa questão, o estudo de Yen e Syme (1999) identifica duas formas de enfrentar questões relacionadas à saúde: uma delas é focalizar no indivíduo e na mudança de comportamento para reduzir risco de adoecer. A outra forma é convergir na perspectiva do ambiente mediante intervenções contextualizadas e direcionadas para diferentes níveis, com base no local e na estrutura do ambiente. A meta a ser alcançada é sempre a mudança de comportamento, mas o alvo principal é o ambiente no qual as pessoas vivem e que guia o comportamento individual. A inclusão da dimensão do ambiente na construção de ações em saúde favorece o rompimento com discursos individualistas que culpabilizam os próprios

sujeitos e seus estilos de vida pela condição de saúde apresentada por eles e desconsidera o papel dos determinantes sociais em sua constituição.

No contexto da saúde, os “ambientes favoráveis” referem-se aos aspectos físico e social da comunidade, das casas, do lazer, do local de trabalho e de estudo das pessoas. Inclui, ainda, as estruturas que determinam o acesso dessas pessoas aos recursos para viver e as oportunidades para ter maior poder de decisão. As formas de atuação para criar ambientes favoráveis e promotores de saúde têm diferentes dimensões: física, social, espiritual, econômica e política. Interligadas em uma interação dinâmica, tais dimensões se articulam com diferentes níveis de coordenação: regional, nacional e mundial (BRASIL, 2002).

A Declaração de Sundsvall (BRASIL, 2002) estabelece que as iniciativas para contribuir na construção de um ambiente “favorável e fomentador de saúde” sejam desenvolvidas pelas pessoas da comunidade e nacionalmente pelos governos, mediante a formulação de políticas públicas saudáveis. Do ponto de vista das ações em nível local relacionadas às escolas, uma forma de criar esses ambientes é trabalhar junto aos segmentos existentes nesse âmbito; enfatizando o trabalho com eles e não para eles, mediante sua participação em todas as etapas do processo.

Vale ressaltar que o ambiente obesogênico reúne um conjunto de influências, oportunidades ou condições que promovem obesidade nos indivíduos e em populações, enquanto que o ambiente leptogênico promove, facilita escolhas saudáveis e encoraja a atividade física (SWINBURN et al., 1999).

No contexto dessa pesquisa, optou-se por trilhar caminhos inovadores frente à tendência de aumento da obesidade infantil e seu impacto na condição de saúde (SCHMIDT et al., 2011), mediante a construção/criação de iniciativas direcionadas ao ambiente para contribuir na

redução do sobrepeso. Isso caracteriza uma inovação nos cuidados em saúde que engloba “novas formas de trabalhar e/ novas tecnologias”, tipo de abordagem que aporta uma novidade, um componente de aplicação e um benefício pretendido (LÄNSISALMI et al., 2006).

Assim sendo, o objetivo desta pesquisa foi analisar a percepção de estudantes e educadores de escolas públicas sobre a alimentação adequada e saudável no âmbito da escola.

Material e Métodos

O desenvolvimento dessa contribuição se baseou no reconhecimento do valor da experiência cognitiva e social de educandos e educadores. Essa perspectiva guiou a tessitura do percurso metodológico variado, com base em uma perspectiva emancipatória, típica da PS. Adotou-se o estudo descritivo, de natureza qualitativa, além da triangulação de métodos e de dados para compreender melhor aspectos da realidade das escolas. De acordo com Flik (2005), a combinação de diferentes métodos, perspectivas e observadores em um mesmo estudo permite melhor compreender os diferentes aspectos de uma realidade sob investigação.

O presente estudo compõe um projeto mais amplo intitulado “Revisão sistemática sobre o efeito de intervenções educativas dirigidas a escolares para redução da obesidade infantil como subsídio para intervenção em escolas da Diretoria Regional de Ensino – (DRE-Ceilândia-DF, Brasil)” (ALBUQUERQUE, 2011).

A coleta de dados iniciou-se em setembro e foi concluída em dezembro de 2010. Participaram da pesquisa quatro escolas públicas da Diretoria Regional de Educação – (DRE), Ceilândia, Distrito Federal, Brasil. Elas foram selecionadas com base no diagnóstico realizado por Albuquerque (2011), que, mediante amostra randômica, identificou uma prevalência de 14,4% de estudantes de 6-12 anos com sobrepeso nesse território.

Segundo Varkey et al. (2008), a inovação começa com a geração de ideias e/ou oportunidades ou o reconhecimento do problema. A geração de ideias inclui a observação do assunto em questão e a realização de *brainstorms* como meio de elucidar a variedade de perspectivas para o desenvolvimento de diversas soluções. Ele preconiza um percurso a ser trilhado para a inovação do processo que engloba a identificação de problemas, a indicação e geração de ideias, a avaliação de ideias, o desenvolvimento, a primeira utilização, a comercialização e a difusão.

A pesquisa foi desenvolvida em três etapas distintas e integradas. Na primeira, foram realizadas observações participantes com o objetivo de verificar *in loco* os processos que se desenrolam no cenário da pesquisa. As modalidades de observação tipificadas por Junker e Hughes (1960) incluem a participação total, a participação como observador e a observação participante. Para Jorgensen (1989), a observação participante configura “um método de pesquisa social que objetiva gerar verdades teóricas e práticas acerca da vida humana com base nas realidades do cotidiano”.

Nessa investigação, adotou-se o papel de observadoras participantes (JORGENSEN, 1989), as quais permaneceram por duas semanas, em dois turnos, na mesma escola, e em horários diferentes, no início das aulas, na chegada dos estudantes, durante o recreio e no horário da merenda. A sequência de visitas foi guiada por um roteiro de observação que privilegiou as características físicas do contexto, os comportamentos, as interações pessoais e os processos organizacionais relacionados à merenda escolar. Essa etapa atendeu à “observação do assunto em questão” para gerar ideias (VARKEY et al., 2008).

Na sequência, realizaram-se os *brainstorms*, que consistem em uma técnica de criação conjunta utilizada em diferentes campos, pelas mais diferentes profissões e por distintas pessoas, cujo

principal objetivo é gerar ideias para encontrar soluções frente a desafios (OSBORN, 1967). No dia dos *brainstorms*, a coordenadora da pesquisa passava nas salas de aula onde se encontravam as crianças na faixa de 6 a 9 anos e selecionava aquelas identificadas com sobrepeso no estudo transversal (ALBUQUERQUE, 2011). O mesmo procedimento se repetia para o grupo de 10 a 12 anos.

A realização dos '*brainstorms*' com os escolares e com os educadores correspondeu à "elucidação da variedade de perspectivas para o desenvolvimento das diversas soluções possíveis". Para isso, empregaram-se recursos audiovisuais e técnicas lúdicas como músicas, brincadeiras infantis, vídeos e textos reflexivos, para criar um espaço de interação, comunicação e reflexão sobre a percepção das práticas alimentares.

A análise dos resultados partiu da categorização das ideias formuladas *a priori* (BARDIN, 2011), que estiveram diretamente relacionadas à alimentação saudável e não saudável. A seguir, as palavras ou falas dos estudantes foram sendo inseridas segundo o sistema de "caixas" (BARDIN, 2011 p. 149), sob a forma de registro em cartolinas expostas no quadro. Até esse ponto, foram cumpridas as fases iniciais que compõem o percurso da inovação do processo, quais sejam, a identificação de problemas, a geração/avaliação de ideias e o desenvolvimento (VARKEY et al., 2008).

Na terceira etapa, foi construído um processo de formação, planejamento e desenvolvimento de Oficinas em Dinâmica de Grupo (ODG), segundo os pressupostos de Afonso (2000). Foram desenvolvidas inicialmente três ODGs, compostas por crianças de seis a nove anos, seguidas de outras quatro com os escolares de dez a doze anos. Elas tiveram uma duração média de 120 minutos. Cada uma contava com vinte educandos, totalizando 140 estudantes.

Durante as ODGs, cada um dos estudantes escreveu uma carta para os pais e educadores. Nelas, explicitaram suas propostas de mudança

para terem um ambiente favorável à saúde, em casa e na escola. Esses resultados foram descritos por Albuquerque et al. (2014). Esse espaço crítico e reflexivo criado com as ODGs contribuiu para os educandos apontarem sua percepção de ambiente facilitador de escolhas saudáveis. A realização das ODGs correspondeu à "primeira utilização" constante na sequência de passos da inovação do processo (VARKEY et al., 2008).

Em outro momento, foram realizadas as ODGs direcionadas aos diretores, professores e merendeiras que atuam nas escolas participantes e constituem o grupo dos educadores. Compuseram o estudo aqueles que aceitaram o convite da equipe de pesquisa, em número de 60 (participaram de quatro oficinas, perfazendo onze ODGs). Nessas ODGs, a equipe de pesquisa realizou a técnica do *brainstorm* e também apresentou as cartas redigidas pelos estudantes, buscando favorecer um espaço de reflexão crítica e também de construção de estratégias que interferissem na (re)criação de ambientes favoráveis à saúde.

Os dados foram analisados na perspectiva da análise de conteúdo, tomando-se as unidades de registro como regra de recorte, tendo em vista compreender o que "está por trás dos conteúdos manifestos". Para Bardin (2011, p. 134), "a unidade de registro é a unidade de significação a codificar e corresponde ao segmento de conteúdo [...] visando a categorização [...] efetivamente executam-se recortes [...] como, por exemplo, a 'palavra' ou a 'frase'".

A avaliação pautada na análise de conteúdo das unidades de registro obtidas nos *brainstorms* cotejou essas informações com a observação participante efetuada nas escolas.

O projeto de pesquisa foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Ciências da Saúde, UnB, sendo aprovado sob o parecer nº 092/10. Cabe ressaltar que, por se tratar de uma pesquisa que envolve estudantes, os pais e/ou responsáveis foram esclarecidos sobre os objetivos da pesquisa e assinaram o Termo de

Consentimento Livre e Esclarecido, autorizando a participação dos estudantes no estudo.

Resultados e Discussão

Brainstorm com estudantes

O guia alimentar para a população brasileira (BRASIL, 2014b) elucida diferentes significados do termo "alimentação saudável". Nessa publicação estão consubstanciadas as práticas alimentares saudáveis: manter o equilíbrio energético e o peso saudável; limitar a ingestão energética procedente de gorduras saturadas e insaturadas e eliminar as gorduras trans (gorduras hidrogenadas); aumentar o consumo de frutas legumes e verduras, cereais integrais e feijões; limitar a ingestão de açúcar livre, de sal (sódio) de qualquer procedência e consumir sal iodado.

Durante os *brainstorms*, os estudantes verbalizaram o que reconhecem como "alimentação saudável": "leite", "maçã", "salada de frutas", "frutas" (banana, uva, manga), "saladas", "frutas e verduras", "vegetais", "legumes", "cenoura", "batata", "alface", "arroz", "feijão", "sopa", "peixe", "sucos", "carnes". O grupo destacou ainda a importância de "comer coisas variadas" e o padrão rítmico do comportamento, "ter horários corretos para se alimentar", "não pular refeições". Os fragmentos expressivos das falas evidenciaram também a associação ao "bem-estar/saúde"; à "educação em casa"; à "liberdade para alimentar-se" e à necessidade de "tomar bastante líquido".

Ao tempo em que elencam os alimentos considerados não saudáveis, os educandos mostram restrição ao consumo de "muito doce" e ao hábito de usar "muito óleo na comida da escola". Esse conjunto de elementos muito bem situados reflete o conhecimento dos estudantes sobre práticas alimentares. Em um estudo publicado anteriormente, Toral et al. (2009) apontam essa compreensão adequada sobre

alimentação e nutrição no público jovem. Mesmo as pessoas com sobrepeso demonstram mais clareza sobre aspectos nutricionais da dieta do que indivíduos eutróficos (SOUZA; ORNELLAS, 2012).

Os saberes evidenciados na fala dos educandos acerca de alimentação questionam os processos verticalizados de transmissão de conhecimento, que os concebem como receptores passivos de um conhecimento considerado adequado. Esse tipo de abordagem tuteladora trata as pessoas como incapazes de compreender sua condição de vida e saúde e de tomar decisões próprias relacionadas à sua saúde. Além disso, tal perspectiva mostra-se contrária ao princípio da autonomia, indispensável para o empoderamento dos sujeitos e a efetividade das práticas de PS. Assim fazendo, não se levam em consideração as dificuldades e as barreiras enfrentadas por eles para modificar comportamentos e estilos de vida, o que contribui para discursos que culpabilizam os próprios sujeitos pela sua condição de saúde, pelo próprio sobrepeso e/ou obesidade, nesse caso.

Os estudantes souberam identificar práticas alimentares não saudáveis. Por essa razão, eles sugerem "cortar o churrasco gorduroso", "evitar 'beliscar' ", "evitar refrigerantes", "evitar frituras, doces e massas", bem como "não trazer dinheiro para comprar 'besteiras' na cantina". Esse entendimento parece ter pouco significado na escolha de sua alimentação no dia a dia, corroborando outra pesquisa na qual o conhecimento sobre saúde e nutrição não aparece como determinante na seleção dos alimentos (FITZGERALD et al., 2009). Na maioria das vezes, essa opção é marcada por preferências pessoais de sabor, textura e aparência, e não pelo seu valor nutritivo. Ao apontarem os doces como alimentos não saudáveis, os escolares admitem a contradição entre o conhecimento e o comportamento alimentar "... mesmo se às vezes não dá para evitar (os doces)".

De acordo com as falas dos estudantes, essa inconsistência entre o conhecimento e o

comportamento se verifica também na oferta da merenda das escolas: “as coisas vêm muito doce, como a canjica” ou “na lanchonete tem muito doce” ou “eu queria que mudasse algumas coisas, por exemplo, a nossa saúde... não fazer comida com muita gordura, nem com muito sal”. Ao se referirem aos alimentos consumidos em casa, os estudantes afirmam: “Eu queria que nossa alimentação em casa tivesse coisas saudáveis e variadas, todo tipo de comida, verduras, legumes, frutas e também doces”. E acrescentam a importância de “ter a família na mesa”.

O Guia Alimentar da População Brasileira (BRASIL, 2014b) recomenda aumentar o consumo de frutas, legumes, verduras, feijões e limitar a ingestão de açúcares e de sal. A pesquisa de LEVY et al. (2012) aponta para o excesso de consumo de “açúcares de adição” pela população brasileira, o qual vai além dos limites máximos recomendados por organismos internacionais.

A perspectiva de análise adotada nesta pesquisa enfatiza aspectos voltados para as mudanças necessárias ao ambiente escolar como suporte para escolhas salutaras. Assim fazendo, reconhece o valor dos estudantes na construção da sua identidade pessoal, da sua identidade social e dos espaços onde vivem. Outros estudos salientam a importância dessa abordagem do ambiente: FOSTER et al. (2008); SAELENS et al. (2003); TAYLOR et al. (2008); FITZGERALD et al. (2009); ALBUQUERQUE et al. (2014); ALBUQUERQUE et al. (2016); SILVESTRE et al. (2016).

Brainstorm com educadores

Nos encontros com os educadores, observou-se que eles tinham muita clareza ao citar alimentos saudáveis – “frutas”, “legumes”, “sucos naturais”, “carnes cozidas e grelhadas”, “verduras”, “carne”, “arroz”, “feijão”, “chocolate”, “leite”, “água”, “folhas”, “comer de tudo” –, e não saudáveis – “gordura jamais”. Tendo em vista que os hábitos alimentares estão inseridos em estruturas culturais, econômicas e políticas, as ações mais

efetivas para aumentar o consumo de frutas, legumes e verduras dependem, em parte, da formulação de políticas públicas saudáveis. O fornecimento de subsídios financeiros à produção de alimentos saudáveis; a discriminação no rótulo dos alimentos quanto à composição química, além do estabelecimento de controle de propaganda que incentive o consumo de alimentos densamente energéticos constituem o ambiente político adequado para favorecer as escolhas mais saudáveis (BRASIL, 2009, 2012B; HENRIQUES et al., 2012).

Em outro grupo, os educadores destacaram suas percepções acerca de alimentação adequada e saudável: “não prejudica ou prejudica menos a saúde”, “faz bem nos horários adequados”, “uso de produtos integrais”, “respeito com o corpo” e “alimentação balanceada”. Ao assinalar o que entendem por alimentação adequada e saudável, os educadores mencionam condições adversas do cotidiano em relação ao seu consumo tais como: “(falta de) equilíbrio”, “(falta de) tempo”, “ansiedade”, “compulsão”, “exagero”, “saber o que é certo (inconsciência e autocontrole)”, “menos sabor e maior preço”, “elaboração complicada e desprazer”, bem como “aspectos financeiros”. Nesse grupo, verificou-se o mesmo discernimento e sinceridade quanto à incoerência nas escolhas dos alimentos saudáveis ao reconhecerem que “todo mundo sabe o que é saudável, mas não come” (FREITAS et al., 2013). Isso evidencia que o conhecimento é importante e necessário, mas não é suficiente para mudar comportamentos. O Vigitel-Brasil (BRASIL, 2011b) reafirma essa mudança nos hábitos alimentares do país e identifica um aumento significativo da obesidade entre homens e mulheres ($p < 0,01$). Em 2006, a proporção de obesos no sexo masculino era de 47,2%; em 2010, passou para 52,1%. No sexo feminino verificou-se incremento de 38,5% para 44,3%.

Ao convidar os educadores para os *brainstorms*, ficava explícito o caráter facultativo dessa participação. Na data prevista para sua realização,

eles foram chegando aos poucos, em pequenos grupos, com um comportamento de reserva, de desconfiança e relutância. Essa atitude inicial de resistência foi cedendo lugar à reflexão sobre os padrões de comportamento alimentar, à abertura para a discussão, à manifestação do pensamento, à descontração e a uma forte interação com os facilitadores.

Esse espaço de construção coletiva, muito apreciado pelos diferentes segmentos existentes nas escolas, constitui um dos resultados desse estudo, como desvela a sua avaliação no final dos trabalhos: "Desafio", "trabalho-processo", "por em prática, fazer, agir", "momento de integração muito forte", "dinâmico", "produtivo", "motivador", "despertou ideias possíveis", "hora de despertar", "criativo", "instigante", "transformação a partir da boa vontade", "objetividade", "gratificante".

Os fragmentos expressivos das falas dos professores, que estão descritos a seguir, exprimem a avaliação deles ao final dos *brainstorms*. "É interessante resgatar essas questões, mas é também um desafio por causa da cantina. Até os adultos compram alimentos prejudiciais, dando mau exemplo aos alunos." "Serviu para alertar, para tomar atitude. A gente sabe o que é certo, mas não tem a atitude de mudar para colocar em prática o que falamos." "É uma construção, e toda construção tem que ter um trabalho de várias frentes, tem que ter tempo e paciência." "Encontro participativo e muito interessante, em pouco tempo construímos muitas coisas importantes."

O processo coletivo de troca de saberes produziu um momento saudável de alegria, de espontaneidade, capaz de construir uma vivência participativa, reflexiva e fecunda que foi muito apreciada pelos grupos participantes. Isso atesta "a criação de ambiente no qual os participantes se sintam seguros para expressar suas ideias e encorajados a construir progressivamente sobre as ideias geradas", o que caracteriza um *brainstorm* bem-sucedido segundo Varkey et al. (2008).

Observação participante

As características físicas do contexto escolar e seu entorno, focalizadas nas observações registrada nos diários de campo das observadoras participantes, confirmam as falas dos estudantes e educadores. Elas apontam para a existência de um ambiente escolar que, muitas das vezes, dificulta e/ou inviabiliza as escolhas saudáveis e que, ao mesmo tempo, favorece o consumo de alimentos com pouco valor nutricional e elevado teor calórico. Essa prática adotada pelas escolas diverge da política de alimentação e nutrição vigente no país (BRASIL, 2009, 2012a, 2015).

Quanto aos processos organizacionais relacionados à merenda, em cada sala ficava disponibilizada uma carteira vazia onde as merendeiras deixavam o lanche, que era servido pela professora ou até mesmo pelos educandos. As porções respeitavam o apetite e a aceitação dos escolares, que comiam sentados e eram liberados para o recreio após se alimentarem. No que se refere ao cardápio da merenda servida pelas escolas, em algumas delas o cardápio semanal era afixado no mural, ainda que nem sempre fosse condizente com o que era ofertado. Segundo as merendeiras, os lanches doces não eram os mais aceitos pelos estudantes.

As lanchonetes existentes nas escolas comercializavam guloseimas como salgadinhos, esfirras, enrolado de salsicha, coxinha, pastel, balas, chicletes. Estrategicamente expostos e vendidos a preço baixo, esses alimentos eram os mais comprados pelos educandos. O lanche vendido pela lanchonete parecia ser mais procurado pelos estudantes do que a merenda oferecida pela escola, o que foi confirmado pelo coordenador (FREITAS et al., 2013). A minoria, especialmente entre as crianças menores, trazia lanche de casa, como salgadinhos, biscoito recheado e bolo industrializado, acompanhados de refrigerante ou achocolatado.

Outro estudo (LEVY et al., 2012) evidencia que

em áreas metropolitanas se verificou incremento de 400% no consumo de produtos industrializados em detrimento de alimentos básicos como feijão e arroz. No entorno da escola, as lojas colocavam à venda picolé, sorvete, água mineral, refrigerantes, água de coco, variados tipos de salgadinho, balinha e chiclete. Além disso, havia a presença de barraquinhas e pontos de venda de salgados para os quais muitos estudantes se dirigiam na volta para casa. Algumas iniciativas mostraram efetividade para contribuir na redução da obesidade em estudantes, tais como: a interface com a comunidade e seu compromisso com o projeto, e a redução da disponibilidade de alimentos não saudáveis nas lanchonetes das escolas (FOSTER et al., 2008; TAYLOR et al., 2008).

Os comentários sobre o excesso de gordura na merenda foram recorrentes em todas as escolas; essa percepção foi confirmada pelos resultados da observação participante. A Pesquisa de Orçamento Familiar (BRASIL, 2011a) aponta uma prevalência de 82% de consumo excessivo de gordura saturada, enquanto o consumo excessivo de açúcar foi referido por 61% da população brasileira. O contexto observado no âmbito escolar desvela o contraste entre o conhecimento difundido acerca da alimentação adequada e a merenda servida nas escolas. Essa realidade gera maior perplexidade porque diverge da diretriz constante na Política Nacional de Alimentação e Nutrição (BRASIL, 2012a). Nela se estabelece a "garantia da presença de alimentos saudáveis nos programas públicos e institucionais de alimentação e nutrição". Essa normativa corrobora e consolida o Guia Alimentar Para a População Brasileira (BRASIL, 2014b), a Lei 11.947 (BRASIL, 2009) e a Política Nacional de Promoção da Saúde (BRASIL, 2014a).

No período em que se procedeu à observação, um aspecto chamou a atenção: o porte físico das merendeiras, que sugere eutrofia; algumas aparentavam sobrepeso. A pesquisa de Xavier et al. (2011) avaliou o perfil nutricional das merendeiras (média de idade de 44 ± 11 anos) trabalhando em

escolas públicas de Pernambuco. Na amostra, 76% apresentaram sobrepeso e obesidade. Quando questionadas sobre a prática de exercícios físicos, apenas 16,3% informaram que praticavam algum tipo de atividade física, enquanto a grande maioria (83,7%) afirmou ser sedentária. A medição da circunferência da cintura permite dizer que 17% possuem risco aumentado, e 71,9% risco muito aumentado para doenças cardiovasculares.

O conjunto de observações aqui descrito sugere dificuldade estrutural para acionar mecanismos de mudança no âmbito da escola que favoreçam a redução de níveis de obesidade nos estudantes. Levando-se em conta o arcabouço normativo referente ao tema (BRASIL, 2009, 2012a, 2014a, 2014b, 2015), que cria o ambiente político oportuno, questiona-se o que está faltando para ocorrer essa adequação do ambiente escolar às necessidades elencadas pelos participantes desse estudo. Há insuficiência de leis ou de gestores/administradores que operacionalizem o aparato legal existente?

Considerações Finais

Estudantes e educadores demonstraram conhecimento acerca do que compõe uma alimentação adequada e saudável, além da capacidade de discernir alimentos saudáveis de não saudáveis. As respostas de ambos os grupos apontam para a necessidade de escutar e compreender as percepções deles, bem como para a necessidade de incorporar suas ideias como uma parte importante nos processos de mudança.

Essa pesquisa enfatizou o resgate das percepções dos educandos e educadores em relação à alimentação adequada e saudável. Em seguida, identificou as mudanças necessárias ao ambiente escolar como suporte para escolhas mais saudáveis. Assim fazendo, reconhece o valor desses componentes na construção da identidade pessoal, social e dos ambientes onde vivem. De forma semelhante, reconhece a inseparabilidade

dos modos de pensar, sentir e agir em saúde, concebendo-os como práticas sociais e, portanto, intimamente atrelados ao contexto social, cultural e político no qual os sujeitos se constituem.

A dinâmica adotada no processo de consulta aos escolares e educadores estimulou a reflexão e possibilitou a problematização da realidade, ao mesmo tempo em que proporcionou o diálogo com os saberes já assimilados a partir de sua própria história de vida. Os *brainstorms* adotados para a coleta de dados imprimiram um dinamismo que superou as expectativas dos participantes. Seu desenvolvimento criou um espaço lúdico, interativo e despojado da pretensão de reproduzir conhecimentos considerados adequados, premeditando uma adesão comportamental. A liberdade de expressão propiciada pelos *brainstorms* serviu para reafirmar a identidade e a autonomia, e se configurou numa forma de exercício de cidadania.

As informações coletadas no processo de observação participante proporcionaram uma variedade de informações que confirmaram o conteúdo das cartas escritas pelos estudantes durante as ODGs. Nelas se destacam a incoerência entre o conhecimento apresentado pelos estudantes e a preferência revelada ao adquirirem alimentos na lanchonete da escola. Isso reforça a necessidade de garantir merenda adequada, saudável, saborosa e atraente. E ratifica a importância da regulamentação da venda de alimentos nas lanchonetes das escolas, que vem sendo adotada em muitas cidades.

Referências

AFONSO, M. L. M. . **Oficinas em Dinâmica de Grupo: Um Método de Casa do Psicólogo**. 2002.

ALBUQUERQUE, O. M. R. **Relatório do projeto "Revisão sistemática sobre o efeito de intervenções educativas dirigidas a escolares para redução da obesidade infantil como subsídio para intervenção em escolas da Regional de Ensino – Ceilândia, DF"**. Brasília, DF: CNPq, 2011.

ALBUQUERQUE, O. M. R.; MESAQUE, A. M.; MODENA, C.; CAMPOS, H. Percepção de estudantes de escolas públicas sobre o ambiente e a alimentação disponível na escola: uma abordagem emancipatória. **Saúde e Sociedade**, v. 23, n. 2, p. 604-615, 2014.

ALBUQUERQUE, O. M. R.; CAMPOS, H.; ALVES, C.; MARTINS, A. M. A participação de crianças na construção de ambientes saudáveis na escola é uma fantasia ou um sonho possível? **CIAIQ**, 2016, 2(0).

_____. (2016). Estudantes e educadores de escolas públicas: o que eles pensam sobre alimentação? **CIAIQ**, 2016, 2(0).

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. 3. reimp. Lisboa: Edições 70, 2011.

BRASIL. **Projeto Promoção da Saúde**. As Cartas da Promoção da Saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 2002. Disponível em: <http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cartas_promocao.pdf>. Acesso em: 10 out. 2016.

_____. **Portaria Interministerial nº 1.010, de 8 de maio de 2006**. Institui diretrizes para a Promoção de Alimentação Saudável nas Escolas de educação infantil, fundamental e nível médio das redes públicas e privadas em âmbito nacional. Brasília: Diário Oficial da União, 2006. Disponível em: <<http://dtr2001.saude.gov.br/sas/PORTARIAS/Port2006/GM/GM-1010.htm>>.

_____. **Lei 11.947**, de 16 de junho de 2009. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar

e o Programa Dinheiro Direto na Escola aos alunos de Educação Básica. Brasília, 2009.

_____. **Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009:** análise de consumo alimentar pessoal no Brasil. Rio de Janeiro, 2011a.

_____. **Vigitel Brasil 2010:** vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico. Brasília, 2011b.

_____. **Política Nacional de Alimentação e Nutrição.** Brasília, 2012a.

_____. **Política Nacional de Atenção Básica.** Brasília, 2012b.

_____. **Portaria Nº 2.446,** de 11 de novembro de 2014. Redefine a Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS). Brasília, 2014a.

_____. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira.** 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica, 2014b. 156 p.

_____. **Política Nacional de Promoção da Saúde Revisão da Portaria nº. 687,** de 30 de março de 2006. Brasília: Ministério da Saúde, 2016.

FITZGERALD, E.; BUNDE-BIROUSTE, A.; WEBSTER, E. Through the eyes of children: engaging primary school-aged children in creating supportive school environments for physical activity and nutrition. **Health Promot J Austr,** v. 20, n. 2, p. 127-132, 2009.

FLIK, U. **Triangulation in Qualitative Research.** A Companion to Qualitative Research. London: Sage, 2005. p. 432.

FOSTER, G. D.; SHERMAN, S.; BORRADAILE, K. E.; GRUNDY, K. M.; VANDER VEUR, S. S. NACHMANI, J.; [...] SHULTS, J. A policy-based school intervention to prevent overweight and obesity. **Pediatrics,** v. 121, n. 4, p. 794-802, 2008.

FREITAS, M. de C. S. de; MINAYO, M. C. de S. Ramos, L. B. FONTES, G. V. SANTOS, L. A.; SOUZA E. C. de; [...] BERNARDELLI, T. M. Escola: lugar de

estudar e de comer. **Ciência & Saúde Coletiva,** v. 18, n. 4, p. 979-985, 2013.

HENRIQUES, P.; SALLY, E. O.; BURLANDY, L.; BEILER, R. M. Regulamentação da propaganda de alimentos infantis como estratégia para a promoção da saúde. **Ciência & Saúde Coletiva,** v. 17, n. 2, p. 481-490, 2012.

JORGENSEN D. L. **A Methodolgy for Human Studies.** The Methodology of Participant Observation. Thousands Oaks: Sage, 1989. 133 p.

UNKER, B. H.; HUGHES, E. C. **Field work:** An introduction to the social sciences. Chicago: University of Chicago Press, 1960. 224 p.

LÄNSISALMI, H.; KIVIMÄKI, M.; AALTO, P.; RUORANEN, R. Innovation in healthcare: a systematic review of recent research. **Nursing science quarterly,** v. 19, n. 1, p. 66-72, 2006.

LEVY, R. B.; CLARO, R. M.; BANDONI, D. H.; MONDINI, L.; MONTEIRO, C. A. Disponibilidade de "açúcares de adição" no Brasil: distribuição, fontes alimentares e tendência temporal. **Revista Brasileira de Epidemiologia,** v. 15, p. 3-12, 2012.

OSBORN, A. **Applied Imagination:** The principles and procedures of Creative Thinking. New York: Charles Scribner's Sons, 1967.

SAELENS, B. E.; SALLIS, J. F.; BLACK, J. B.; CHEN, D. Neighborhood-based differences in physical activity: an environment scale evaluation. **Am J Public Health,** v. 93, n. 9, p. 1552-1558, 2003.

SCHMIDT, M. I.; DUNCAN, B. B.; AZEVEDO E SILVA, G.; MENEZES, A. M.; MONTEIRO, C. A.; BARRETO, S. M.; [...] MENEZES, P. R. Doenças crônicas não transmissíveis no Brasil: carga e desafios atuais. **The Lancet,** v. 377, p. 1949-1961, 2011.

SILVESTRE, C. C.; ALMEIDA, J. V.; CONCEIÇÃO M. H.; ALBUQUERQUE, O. M. R. Análise de promoção das práticas corporais e atividade física pelo Programa Saúde na Escola nas escolas de Samambaia/Distrito Federal. **CIAIQ,** 2016, 2(0).

SOUZA, L. V.; ORNELLAS, F. H. Avaliação do conhecimento nutricional de indivíduos eutróficos,

sobrepesos e obesos e sua associação com o estado nutricional. **RBONE – Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, v. 5, n. 26, p. 40-47, 2012.

SWINBURN, B.; EGGER, G.; RAZA, F. Dissecting obesogenic environments: the development and application of a framework for identifying and prioritizing environmental interventions for obesity. **Prev Med**, v. 29, n. 6, Pt. 1, p. 563-570, 1999.

TAYLOR, R. W.; MCAULEY, K. A.; BARBEZAT, W.; FARMER, V. L.; WILLIAMS, S. M.; MANN, J. I. Two-year follow-up of an obesity prevention initiative in children: the APPLE project. **Am J Clin Nutr**, v. 88, n. 5, p. 1371-1377, 2008.

TORAL, N.; CONTI, M. A.; SLATER, B. A alimentação saudável na ótica dos adolescentes: percepções e barreiras à sua implementação e características esperadas em materiais educativos. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 25, n. 11, p. 2386-2394, 2009.

VARKEY, P.; HORNE, A.; BENNET, K. E. Innovation in health care: A Primer. **American journal of medical quality: the official journal of the American College of Medical Quality**, v. 23, n. 5, p. 382-388, 2008.

XAVIER, V. L.; PEREIRA, J. D. A.; SILVA, M. A.; ZLOCCOWICK, N. M.; ARRUDA, H. A de . Perfil nutricional de merendeiras de escolas públicas do estado de Pernambuco. **Nutrire**, v. 36 (Suplemento), p. 340, 2011.

YEN, I. H.; SYME, S. L. The social environment and health: a discussion of the epidemiologic literature. **Annu Rev Public Health**, v. 20, p. 287-308, 1999.

Agradecimentos: Ao Conselho Nacional de Pesquisa e Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) por ter financiado esta pesquisa, às estudantes da Faculdade de Ceilândia, Universidade de Brasília, ao corpo docente e discente das Escolas e à Diretoria Regional de Ensino, Ceilândia.