



## O Nutricionista Como Provedor de Saúde e Educação Alimentar no Âmbito Escolar <sup>1</sup>

Georgia GARRIDO<sup>2</sup>  
Bruna ALMEIDA<sup>3</sup>  
Faculdade Laboro, DF

### RESUMO

A primeira infância é a fase determinante para criação de hábitos. Para que haja promoção de saúde e educação alimentar nutricional, ressalta-se a importância do nutricionista escolar para proporcionar à criança conhecimento alimentar e escolhas saudáveis.

**PALAVRAS-CHAVE:** Educação alimentar; Saúde; Escola; Nutrição.

Nas unidades de alimentação e nutrição, os nutricionistas são responsáveis pela orientação e divulgação do conceito de alimentação saudável para a comunidade em geral (ISOSAKI, NAKASATO, 2009).

Além das atividades privativas do nutricionista, como o planejamento, organização, direção, supervisão e avaliação de serviços de alimentação e nutrição (DOU, 1991), a equipe de nutrição deve ter um olhar não somente administrativo, e sim mais humanizado, principalmente no âmbito escolar.

Na idade pré-escolar, as preferências alimentares das crianças tendem ao consumo de alimentos com quantidade elevada de carboidrato, açúcar, gordura e sal, e baixo consumo de alimentos como vegetais e frutas, se comparados às quantidades recomendadas (KREBS et. al., 1996).

Nesse contexto, a escola aparece como espaço ideal para o desenvolvimento de ações de melhoria das condições de saúde e do estado nutricional das crianças (RAMOS, STEIN, 2000). Uma vez que a alimentação pode exercer influência nos processos de saúde e doença (ROSSI, et. Al 2008).

---

<sup>1</sup> Trabalho apresentado à Disciplina de Produção e Inovação Científica realizada no dia 06/02/2022 na unidade Laboro em Brasília

<sup>2</sup> Georgia Nely de Castro Garrido. Gestão de UAN, Segurança Alimentar e Marketing Para Food Service. E-mail: garridonutri@gmail.com

<sup>3</sup> Orientadora do trabalho. Professora Mestra, da Faculdade Laboro. E-mail: brunaalmeida87@gmail.com



Com o início da vida escolar, a criança fica sujeita às influências nos padrões alimentares, sendo esta fase decisiva para a formação de hábitos e comportamentos que podem permanecer durante a vida adulta (BRAY et al., 1998).

Assim, a educação alimentar é uma maneira eficaz para que haja conscientização das crianças sobre a importância de escolher os alimentos com melhor valor nutricional e garantir um melhor crescimento e desenvolvimento (SILVA, 2015).

De acordo com Paiva, et al. (2012), as escolas que têm o cardápio do almoço elaborado por nutricionista, em especial a escola com presença diária do profissional, apresentam maior oferta de alimentos, cores e técnicas de preparo.

Se alimentar de forma mais saudável não depende de aulas, mas de uma série de fatores que envolvem mais os adultos do que as crianças. Está ligada à oferta de alimentos nas refeições, aos produtos disponíveis nas cantinas, aos hábitos alimentares, aos recursos financeiros e à disponibilidade regional de alimentos (CARVALHO, 2005).

Assim, como concluído no estudo conduzido por Goulart, et al. (2010), o nutricionista é o profissional que pode e deve contribuir para uma formação ideal de hábitos alimentares saudáveis, tendo em vista que, além de conduzir o funcionamento das etapas de alimentação escolar, pode desenvolver ações que envolvem o educar/cuidar.

Dessa forma, pode-se concluir que o nutricionista além das funções administrativas, tem competência para atuar efetivamente na educação alimentar e nutricional, por meio de interações multidisciplinares em ações que podem interferir positivamente nos hábitos alimentares e refletir em melhores condições de saúde na primeira infância e com isso refletir por toda a vida adulta.

## **REFERÊNCIAS**

Bray GA, Popkin BM. Dietary fat intake does affect obesity. *Am J Clin Nutr* 1998; 68(6):1157-1173.

Carvalho SP. As delicadas relações entre construção de hábitos e aprendizagem. *Rev Avisa*. 2005; (Edição especial).

COSTA, M. B. et al. Obesidade infantil: características em uma população atendida pelo programa de saúde da família. *Ver. APS*. 2011jul/set



GOULART, R.M.M; BANDUK, M.L.S; TADDEI, J.A.AC. Uma revisão das ações de nutrição e do papel do nutricionista em creches. Rev. Nutr., Campinas, 23(4):655-665, jul./ago., 2010

ISOSAKI M, Nakasato M. Gestão de Serviço de Nutrição Hospitalar. Rio de Janeiro, Brasil, 2009.

Krebs-Smith SM, Cook DA, Subar AF, Cleveland L, Friday J. Kahle LL. Fruit and vegetable intakes of children and adolescents in the United States. Arch Pediatr Adolesc Med 1996; 150:81-6.

Lei nº 8.234, de 17 de setembro de 1991 (DOU 18/09/1991). Regulamenta a profissão de nutricionista e determina outras providências.

PAIVA, P.Y.U. et al. A Importância Do Nutricionista Na Qualidade De Refeições Escolares: Estudo Comparativo De Cardápios De Escolas Particulares De Ensino Infantil No Município De São Paulo. Revista Univap, São José dos Campos-SP, v. 18, n. 32, dez. 2012. ISSN 2237-1753

Ramos M, Stein LM. Desenvolvimento do comportamento alimentar infantil. J Pediatr (Rio J) 2000; 76:229-37.

ROSSI, A.; MOREIRA, E. A. M.; RAUEN, M. S. Determinantes do comportamento alimentar: uma revisão com enfoque na família. Revista Nutrição, Campinas, v. 21, nº 6, p. 739-748, 2008.

SILVA, T. S. Construção de projeto de oficinas de alimentação saudável para crianças. 30f. Monografia. Universidade de Brasília. Brasília, 2015.