

## O PAPEL DA ESCOLA NA FORMAÇÃO DE BONS HÁBITOS ALIMENTARES E DE HIGIENE

Eixo Temático: **CURRÍCULO, METODOLOGIA E PRÁTICAS DE ENSINO**  
Forma de Apresentação: **RELATO DE VIVÊNCIA**

Adriana Aparecida Graciano<sup>1</sup>  
Caroliny Pereira<sup>2</sup>  
Juliana de Paula Domingues de Souza<sup>3</sup>  
Ana Lucia dos Santos<sup>4</sup>  
Mirian Viviane Dias<sup>5</sup>

### RESUMO

Este trabalho teve como temática o papel da escola na formação de bons hábitos alimentares e de higiene, conscientização dos alunos e familiares sobre hábitos saudáveis. Tendo como objetivos: o estudo e análise de como a escola pode promover bons hábitos alimentares e de higiene em crianças de uma turma de Educação Infantil, na turma de 3 anos; discutir o papel da escola como espaço de práticas pedagógicas visando a promoção de bons hábitos alimentares e de higiene; e, trabalhar de forma lúdica na adesão de hábitos de higiene e alimentar. As metodologias utilizadas foram descritivas e exploratórias, partindo do estudo das atividades propostas realizadas em uma escola de Educação Infantil da cidade de Alfenas.

**Palavras-chave:** Educação Infantil. Bons hábitos. Alimentação. Higiene

### 1 INTRODUÇÃO

A alimentação e a higiene nos espaços escolares, são de extrema importância para todos, afinal, nelas as crianças passam a metade de seu tempo e consomem alimentos, compartilham diferentes hábitos e isso tem se refletido no comportamento alimentar e higiênico de sua rotina.

Segundo o PNAE – Programa Nacional de Alimentação Escolar (BRASIL, 2014) a promoção de saúde na escola se divide em três áreas de atuação: 1) Educação em saúde: pode ser efetivado através da inclusão do tema ao currículo, o desenvolvimento de materiais educativos e a capacitação de docentes; 2) Serviços de saúde e alimentação: serviços de saúde baseados nos aspectos preventivos, com execução de exames periódicos para os escolares; o fornecimento da merenda escolar e a formação de hortas escolares; 3) Ambientes saudáveis: é necessário assegurar condições

---

<sup>1</sup> Graduanda em Pedagogia. IF SUL DE MINAS-Campus Machado;

<sup>2</sup> Graduanda em Pedagogia. IF SUL DE MINAS-Campus Machado;

<sup>3</sup> Graduanda em Pedagogia. IF SUL DE MINAS-Campus Machado;

<sup>4</sup> Professora Tutora de Pedagogia. IF SUL DE MINAS- Campus Machado;

<sup>5</sup> Prof. Ma. Tutora de Pedagogia. IF SUL DE MINAS- Campus Machado

adequadas do espaço físico escolar, a fim de promover bem-estar às pessoas, buscar assegurar aos alunos habilidades para a vida, dotando-os de capacidade para analisar os fenômenos comunitários e estimular a prática de atividade física na escola (BRASIL, 2014).

A alimentação das crianças precisa de cuidados, principalmente por ocorrer durante a formação dos hábitos alimentares, experimentando novas texturas, sabores e cores, ou seja, as experiências sensoriais poderão influenciar a aceitação ou não dos alimentos, o que afetará o padrão alimentar a ser adotado pela criança (PHILIPPI et al., 2003; COSTA et al., 2012). Para tanto, propusemos os objetivos: discutir o papel da escola como espaço de práticas pedagógicas visando a promoção de bons hábitos alimentares e de higiene; trabalhar de forma lúdica na adesão de hábitos de higiene e alimentar.

Assim, é primordial que haja um estudo que aborde a alimentação escolar e a higiene enquanto elemento educativo, por este motivo, questiona-se: existem ações de alimentação e higiene desenvolvidas no âmbito escolar? A hipótese levantada é de que mesmo as escolas oferecendo alimentação de forma gratuita e uma postura higienista a maioria das crianças apresentam resistência em consumir comida saudável e já apresentam hábitos vindos de sua casa, assim sendo necessário que se invista em ações que despertem nas crianças bons hábitos.

## 2 METODOLOGIA

Utilizou-se na presente pesquisa métodos descritivos e exploratórios, partindo do estudo das atividades propostas realizadas em uma turma de Educação Infantil com crianças de 03 (três) anos na cidade de Alfenas, havendo uma interação entre pesquisadores e sujeitos da pesquisa durante todo o processo através de observações e diferentes ações com atividades lúdicas.

As propostas surgiram a partir de um projeto sobre “Higiene e saúde”, com ações que possibilitem e garantam uma aprendizagem efetiva e transformadora de hábitos, de forma contextualizada e sistemática, toda a equipe contribui de forma decisiva na formação de cidadãos atuantes em favor da melhoria dos níveis de saúde pessoal e do coletivo.

## 3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os hábitos alimentares e de higiene estão diariamente presentes em nossas vidas. Neste contexto a família, escola e sociedade, exercem um papel importante na formação da consciência de bons hábitos alimentares e de higiene. A escola, sobretudo o professor, tem papel primordial na formação de tais hábitos, pois, o tempo em que as crianças passam nela e a afetividade criada se torna fundamental na influência de bons hábitos que tendem a adquirir.

As práticas de promoção e estímulos oferecidos pelos professores, através de jogos, brincadeiras, desafios ou qualquer prática que promovam o incentivo aos alunos e o desejo de cooperação e interação nesse processo de conscientização, contribuirão

para esse processo, não excluindo, portanto, a parte das instituições de ensino como propulsoras de bons hábitos (SOUZA, 2005).

No período de realização da pesquisa foi criado um projeto de intervenção sobre “Bons hábitos”, com planos de aula flexíveis, visando o desenvolvimento integral da criança. Para a execução das ações planejadas foram escolhidos materiais próprios para a faixa etária da turma visando facilitar o processo de aprendizagem de forma lúdica, trabalhando rodas de conversa, contação de história, cantigas, filmes, visitas a cozinha, banheiro, pátio, visita de profissionais da saúde, entre outros.

Diante das ações todos participavam e interagiam, através de uma ação dialógica respeitando a estrutura de vida e conhecimento prévio de cada uma das crianças e em cada oportunidade era enfatizado a temática de “bons hábitos” e a sua importância no desenvolvimento do ser humano (PHILIPPI et al., 2003; COSTA et al., 2012).

Através das ações as crianças aos poucos adquiriam consciência sobre uma boa alimentação e a função de alguns alimentos em nosso corpo, sobre a importância de bons hábitos de higiene como escovar dentes, tomar banho, manter sempre cabelos e unhas cortadas, entre outros, desenvolvendo habilidades para a vida. Nas atividades de visita à cozinha da escola foram aprendidas formas de higienização dos alimentos, e como eram preparados

As atividades contribuíram para o desenvolvimento de várias habilidades tais como: oralidade, criatividade, interação e troca de informações entre as crianças, podendo dialogar sobre o que aprenderam com as atividades, entre outros. Fazendo com que percebessem que a higiene corporal e os alimentos saudáveis é de que são uma ação contínua, mostrando as crianças que seu corpo merece carinho e cuidados especiais (PHILIPPI et al., 2003; COSTA et al., 2012).

Por este motivo as atividades ocorreram de forma dinâmica, pois segundo Souza (2005) brincar é fundamental, principalmente quando esta ação se dá de forma interativa e prazerosa, fazendo o uso de diversos e diferentes recursos como bonecos, dedoches, livros, fantoches, entre outros. As crianças assimilaram bem a proposta, por este motivo vimos este projeto de forma positiva, pois contribuiu para o desenvolvimento integral de cada um deles.

## CONCLUSÃO

O objetivo desta pesquisa foi mostrar e analisar qual é o papel da escola na formação de bons hábitos alimentares e de higiene. A escola pode e deve desenvolver metodologias inovadoras utilizando o alimento como ferramenta pedagógica, o papel do professor e demais funcionários da escola no incentivo de boas práticas alimentares e de higiene é de extrema importância, propondo atividades que envolva a dinâmica de boas escolhas tornando-se uma ferramenta de grande importância na construção do conhecimento.

Através deste trabalho evidenciou-se a importância de se trabalhar diariamente nas escolas sobre os bons hábitos, nesta perspectiva, podemos concluir que educar para a saúde leva em conta todos os aspectos envolvidos na formação de hábitos e atitudes que acontecem no cotidiano da escola, principalmente na Educação Infantil cujas



abordagens e os meios que executá-las deverão respeitar a construção do pensamento e da linguagem das diferentes fases do processo de aprendizagem.

## REFERÊNCIAS

BRASIL. Resolução CD/FNDE nº 26, de 17 de junho de 2013. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE, **Diário Oficial da União**, Brasília, 2014.

BRASIL. **Lei das Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDBEN)**: lei nº 9.394, de 20 de dezembro 1996.

COSTA, Sarah Evelyn Porto; MENDONÇA, Karina Aragão Nobre. **Avaliação qualitativa de cardápios oferecidos para pré-escolares de creches do Distrito Federal**. Universitas: Ciências da Saúde, v. 10, n. 1, p. 33-40, 2012.

SOUZA, L. A. S. “**Educação alimentar e nutricional no contexto da promoção de práticas alimentares saudáveis**”. Revista de Nutrição, Campinas, 18(5): 681-692 setembro/outubro, 2005.