TRIBUNA DO NORTE
Publicado em 11/06/2023 - 07:12

Projetos são exemplos de boas práticas na alimentação escolar

“As crianças acompanham desde a germinação das sementes até o surgimento das primeiras folhas, regando e observando, diariamente, as mudanças no crescimento da plantinha”, conta a diretora da Escola Municipal de Educação Infantil (Emei) Rosana Munhos, Juliana de Carvalho Yamane, de São Caetano do Sul (SP). A escola foi citada como referência de boas práticas em alimentação escolar pela Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO), Organização das Nações Unidas para Alimentação e Agricultura.

Prefeitura de São Caetano do Sul/Divulgação

Além da Emei Rosana Aparecida Munhos, mais duas escolas da rede municipal de São Caetano do Sul são citadas: Emei Cleide Rosa Auricchio e Escola Municipal de Ensino Fundamental (Emef) Anacleto Campanella. As experiências das escolas foram selecionadas para participar do projeto Making School Meals Tasty

(Tornando as Refeições Escolares Saborosas), com o objetivo de promover não apenas uma alimentação nutritiva, mas, também, atrativas aos alunos. “Não só dietas saudáveis são cruciais para crianças, [em termos de] desenvolvimento e bem-estar, mas o usufruto da alimentação também faz parte do direito à alimentação”, destacam os organizadores do projeto.

Com esse objetivo, a FAO publicou diversas dicas para que as merendas escolares sigam orientações nutricionais e sejam desfrutadas por todos os alunos. Para cada dica, compartilhou exemplos reais de boas práticas já realizadas em escolas. As experiências de São Caetano podem inspirar outras escolas no Brasil e no mundo.

Na Emei Rosana Aparecida Munhos, as ações seguem a orientação da FAO relacionada à criatividade: “Seja criativo com a apresentação do prato e as escolhas alimentares para tornar as refeições atraentes”. Para envolver os alunos em escolhas alimentares saudáveis, o projeto começou com o plantio de tomate-cereja. A ideia surgiu de uma conversa com crianças que não haviam experimentado o alimento antes.

Além do tomate-cereja, há outros alimentos plantados. “As crianças plantaram milho, já que era uma curiosidade dos pequenos saber se era possível plantar o milho de pipoca, e, atualmente, estão acompanhando o feijão desde o plantio à mesa, ou seja, nossos pequenos estão experienciando o cultivo, as transformações do grão quando adicionado a outros elementos até a receita do bolinho de feijão que será feita na nossa cozinha experimental”, detalha a diretora Juliana de Carvalho Yamane.

O plantio é feito na própria escola. “Estamos estudando a possibilidade de a horta adentrar as salas referências para naturalizar, sempre que possível, os espaços escolares para uma educação com sustentabilidade e respeito à natureza.”

A cozinha experimental da escola também segue a orientação da FAO: “Apoie um ambiente alimentar, que encoraje escolhas saudáveis e o prazer das refeições.” A escola tem um espaço próprio para as crianças experimentarem, criarem, cozinharem e descobrirem novas possibilidades com os alimentos.

“A cozinha experimental surge da necessidade de propor às crianças ambientes e espaços escolares que implicam a experimentação e aprendizagens significativas através da culinária. Na cozinha experimental, a alimentação torna-se mais atraente e ampliam-se as experiências e conceitos científicos dada a combinação de substâncias e misturas”, relata a diretora.

Copyright © Clipclap 2025.

Na cozinha experimental, convivem outros aprendizados, como de ciências, artes e história. Recentemente, as crianças tiveram a oportunidade de investigar os processos que resultam na borra de café. Participaram da preparação da bebida e, depois, fizeram uma atividade artística, utilizando a borra de café como pigmento. “As nossas crianças bem pequenas experimentam o conhecimento de mundo integrando todos os campos de experiências e direitos de aprendizagens postos na Base Nacional Comum Curricular [BNCC] e Currículo Municipal da cidade”, completa Juliana.

Familiaridade

“Prepare refeições com pratos e sabores que são familiares às crianças” é outra dica da FAO para motivar os alunos a se alimentarem bem na escola. Para isso, a Emef Anacleto Campanella tem o cardápio da merenda escolar repleto de alimentos naturais, nutritivos e bem brasileiros, como arroz, feijão, mandioca e frutas.

“Temos colaboradores envolvidos afetivamente com o preparo dos alimentos dos alunos. Um levantamento mostrou que a maioria das merendeiras cozinha como se estivesse cozinhando para os seus filhos e netos”, afirmou a diretora Andrea Moreno Castillo.

Durante o intervalo para as refeições, os alunos que são parentes são incentivados a comer juntos. “O alimento conecta, agrega e aproxima as pessoas. Por isso, é importante dar tempo para conversarem, assim os irmãos e primos que estudam em salas diferentes sentam juntos quando o horário permite, o alimento acaba **sendo uma das maneiras de o aluno se sentir acolhido pela escola”, completa a diretora.**

Sustentabilidade

“Promova preparações mais sustentáveis que também sejam deliciosas”, orienta a FAO. Segundo a organização da ONU, estima-se que 17% dos alimentos do mundo sejam desperdiçados no varejo e pelo consumidor final. “É essencial que a vontade de reduzir ou eliminar o desperdício de alimentos seja desenvolvida desde muito cedo e incentivada nas escolas.”

A Emef Anacleto Campanella tem desenvolvido projeto que busca reduzir o desperdício de alimentos, conscientizando os alunos e abordando o tema nas aulas de ciências. “Observamos quais os alimentos que foram mais desperdiçados, e buscamos fazer um trabalho de incentivo ao consumo desses pratos, convidando as crianças a experimentarem novos sabores. Desde março já conseguimos uma

Copyright © Clipclap 2025.

redução de desperdício de 11 kg para 3 kg", comemora a diretora Andrea Moreno Castillo.

Horta

"Use hortas escolares para familiarizar as crianças com alimentos nutritivos", recomenda a FAO. Segundo a organização, as hortas escolares são uma maneira prática e excelente para as crianças aprenderem sobre alimentação, dietas e nutrição, mudando até as atitudes delas em relação a alimentos nutritivos, como frutas e vegetais.

No projeto É Gostoso Comer Bem, as crianças da Emei Cleide Rosa Auricchio têm a oportunidade de plantar e colher hortaliças que serão utilizadas em receitas ou incluídas no cardápio. Segundo a coordenadora pedagógica Mércia Ferreira, a participação ativa das crianças no pomar incentiva o consumo desses alimentos.

Os projetos citados pela FAO foram criados de forma autônoma pelas escolas, seguindo um direcionamento geral da Secretaria de Educação do município de São Caetanos do Sul.

Agência Brasil

http://www.tribunadonorte.com.br/noticia/projetos-sa-o-exemplo-de-boas-pra-ticas-na-alimentaa-a-o-escolar/565697

Veículo: Online -> Site -> Site Tribuna do Norte/RN

Seção: Educação

Copyright © Clipclap 2025.