

Alimentação escolar: projetos brasileiros são exemplo de boas práticas

“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.

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.

Garantir alimentação escolar adequada para indígenas é desafio. Escolas usam rede social e produtos locais para alimentação saudável. 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, cozinhare 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.

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 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 Caetano do Sul.

<https://brasilfolhas.com/2023/06/11/alimentacao-escolar-projetos-brasileiros-sao-exemplo-de-boas-praticas/>

Veículo: Online -> Site -> Site Brasil em Folhas

Seção: Últimas Notícias