

UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA
"JÚLIO DE MESQUITA FILHO"

FACULDADE DE MEDICINA DE BOTUCATU
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM SAÚDE COLETIVA

A CONCEPÇÃO DA CRIANÇA EM IDADE ESCOLAR SOBRE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO



Roberta Alessandra Gaino

BOTUCATU-SP
2012

UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA
"JÚLIO DE MESQUITA FILHO"
FACULDADE DE MEDICINA DE BOTUCATU
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM SAÚDE COLETIVA

Roberta Alessandra Gaino

A CONCEPÇÃO DA CRIANÇA EM IDADE ESCOLAR SOBRE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO

Dissertação apresentada à Faculdade de Medicina de Botucatu da Universidade Estadual Paulista "Júlio de Mesquita Filho", Campus de Botucatu, para a obtenção do título de Mestre em Saúde Coletiva (Área de Concentração: Saúde Pública).

Orientadora: Profa. Dra. Eliana Goldfarb Cyrino

BOTUCATU-SP
2012

Gaino, Roberta Alessandra.

A concepção da criança em idade escolar sobre a alimentação e nutrição /
Roberta Alessandra Gaino. - Botucatu, 2012

Dissertação (mestrado) - Faculdade de Medicina de Botucatu, Universidade
Estadual Paulista, 2012

Orientador: Eliana Goldfarb Cyrino

Capes: 40602001

1. Campo biblioteca - Campo biblioteca. 2. Campo biblioteca.

Palavras-chave: criança em idade escolar; concepções; alimentação; nutrição;
alimentação saudável

Folha de A provação

Folha de Aprovação

Roberta Alessandra Gaino

A CONCEPÇÃO DA CRIANÇA EM IDADE
ESCOLAR SOBRE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO

Aprovada por:

Profa. Dra Eliana Goldfarb Cyrino - Orientadora

Profa. Dra. Alice Yamashita Prearo

Profa. Dra. Luciana Maria Lunardi Campos

BOTUCATU-SP
2012

Dedicatória

*Ao meu avô Elpidio Gaino, "in memoriam", que me presenteou com sua presença
tranquila e bondosa, ensinando-me a ter paciência e a conviver com os outros
despretensiosamente. Dedicou-se a mim durante minha infância e preocupou-se comigo
durante nossos dezenove anos de vida juntos. Amou-me!*

O LUAR

*O luar,
é a luz do Sol que está sonhando*

*O tempo não pára!
A saudade é que faz as coisas pararem no tempo...*

*... os verdadeiros versos não são para embalar,
mas para abalar...*

A grande tristeza dos rios é não poderem levar a tua imagem...

Mário Quintana

A gradecimentos

À minha orientadora, professora Dra. Eliana Goldfarb Cyrino, que me conduziu, acreditou em mim, teve paciência e me ensinou a voar mais longe.

À professora Dra. Luciana Maria Lunardi Campos, que sempre esteve presente me aconselhando e incentivando com carinho e dedicação. Pelo seu interesse, atenção e sugestões fundamentais no percurso desta pesquisa.

Aos membros da banca examinadora da minha qualificação, Dra. Alice Yamashita Prearo, Dra. Maria Antonieta B. L. Carvalhaes e Dra Gimol Benzaquen Perosa, que com suas considerações contribuíram para a conclusão da dissertação.

À Ma. Marina Lemos Villardi, colega de pós-graduação, pela ajuda valiosa em vários momentos do meu trabalho.

À minha tia Maria Ivone Gaino, presente em todos os momentos de minha vida e impulsionadora dos meus desafios. Por seu amor incondicional, dedicação, orações e por semear força para eu ir sempre em frente, mesmo quando parecia não haver luz no fim do túnel. Esta vitória também é sua.

À minha mãe Sandra Maria Nunes Camargo e meu pai Antônio Roberto Gaino, pelo incentivo e por acreditarem em mim.

Às minhas queridas, avó Maria e tia Luciane, que compreenderam a minha ausência e torceram por mim.

Agradeço também à tia Maria Eunice e primas Ednice e Mayara, sempre presentes pelo espírito de família que nos une. Obrigada pelas palavras de incentivo.

Às amigas Maila, Aline e Priscila, por serem solícitas nas horas que mais precisei de ajuda. Obrigada pelo companheirismo e por terem disponibilizado suas casas.

Aos colegas de mestrado, em especial à Luciana, pelas horas que passamos juntas na sala de aula e fora dela.

Às crianças que participaram deste estudo, por terem compartilhado suas experiências e proporcionado novos desafios e conhecimentos.

Agradeço à direção da escola EMEF “Angelino de Oliveira” pela contribuição na realização desta pesquisa. E a professora, Ana Tereza, que disponibilizou seus alunos para as atividades do estudo.

À CAPES – Coordenadoria de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior, pela bolsa concedida.

Às nutricionistas, colegas de trabalho presentes e que trilharam novos caminhos, pelas conversas e momentos de descontração. À coordenadora e à supervisora de Nutrição Clínica, do Serviço de Nutrição e Dietética do Hospital Estadual de Bauru, por autorizarem minha ausência na enfermaria.

Aos profissionais do Departamento de Saúde Pública, principalmente, ao Wagner pela formatação do trabalho e à Lucilene por esclarecer minhas dúvidas.

À equipe da biblioteca, pela correção das referências e organização da ficha catalográfica, ao Comitê de Ética em Pesquisa e aos profissionais da Pós-Graduação, principalmente à Janete, pela paciência na reta final.

Ainda, agradeço todos aqueles que de uma forma direta ou indireta contribuíram para que esta dissertação fosse concluída.

E acima de tudo a Deus, pela vida, pelas oportunidades profissionais e pelo aprendizado no decorrer desta jornada.

Epígrafe

Comer comer

Quero acordar bem cedinho
Fazer um lanchinho
Laranja, café, leite e pão
Quero também chocolate, iogurte, abacate, biscoito, presunto e melão
Quero comer toda hora uma torta de amora, bolinha de anis ou caju
Eu gosto mais de torrada e uma baita fritada de carne de cobra e tatu
Eu gosto mais de torrada e uma baita fritada de carne de cobra e tatu
Até de tatu?
De cobra faz mal!
Mas que comilão!
Não, Não, não!
Comer comer, comer comer
é o melhor para poder crescer
Comer comer, comer comer
é o melhor para poder crescer

Quero comer no almoço um bife bem grosso, polenta, batata e arroz
Eu quero carne assada, banana amassada com leite e sucrilho depois
Quero ensopado de frango, sorvete, morango, suspiro, pudim e manjar
Eu vou ficar numa boa comer a leitoa com broa depois do jantar
Eu vou ficar numa boa comer a leitoa com broa depois do jantar
Depois do jantar?
Será que vai dar?
Não vai aguentar!

1 2 3
Comer comer, comer comer
é o melhor para poder crescer
Comer comer, comer comer
é o melhor para poder crescer
Comer comer, comer comer
Comer comer, comer comer
Comer comer, comer comer
é o melhor para poder crescer

Se eu não como me dá nó nas tripas
Me ataca a gripe, não posso dormir
Incha meus olhos, eu fico tão fraco
que até um mosquito vai me destruir
Se eu não como não posso brincar,
Não consigo falar e começo a tremer
Eu como de uma só vez a comida de um mês
até minha barriga crescer
Eu como de uma só vez a comida de um mês
até minha barriga crescer
Comida de um mês?
Comendo outra vez?
De uma só vez?

Grupo Genghis Khan

Resumo

Resumo

GAINO, R. A. **A concepção da criança em idade escolar sobre alimentação e nutrição.**

Dissertação (Mestrado). Universidade Estadual Paulista, Botucatu, 2012.

Considerando-se que a alimentação e a nutrição são aspectos fundamentais para a promoção da saúde da criança, a presente pesquisa tem por objetivo identificar a concepção da criança em idade escolar em relação à alimentação e nutrição. Trata-se de uma pesquisa qualitativa, de abordagem interpretativa, na qual foram entrevistadas dezessete crianças com idade de 9 a 11 anos de uma escola municipal de Botucatu, no interior paulista, no ano de 2011. Foram realizadas duas entrevistas semi-estruturadas; questionário com questões abertas; observação participativa com uma oficina culinária, leitura e interpretação de histórias infantis e trabalho com desenhos e; diário de campo, como material para coleta de dados. As entrevistas abordaram as concepções das crianças em relação à alimentação e a nutrição. Essas foram gravadas e tiveram a duração de cerca de uma hora cada uma. As transcrições foram feitas pela pesquisadora. Os dados foram apresentados de forma descritiva e as entrevistas foram interpretadas através de análise de conteúdo, sendo que emergiram dos dados empíricos cinco categorias de análise. Como resultados, esse estudo possibilitou identificar que as crianças têm noção do caminho por que passam os alimentos nos seus sistemas digestivos e percebem a digestão nas suas diferentes etapas. Além disso, aponta a presença da mãe na prática alimentar e na escolha dos cardápios. Há, ainda, preocupação com a concepção dos alimentos como promotores de saúde e também como produtores de doenças e até como sua falta ou excesso pode contribuir para o óbito. As crianças destacam as funções dos alimentos assim como seus componentes específicos e apresentam concepções adequadas sobre as qualidades específicas de alimentos considerados promotores de saúde. No entanto, foi possível perceber que elas não gostam de alimentos como verduras e algumas frutas e este fato pode estar relacionado aos hábitos desenvolvidos em suas casas ou até mesmo na escola. As crianças também apontam uma preocupação com a questão da obesidade, relatada como presente em suas famílias ou nelas próprias. Portanto, os resultados desta pesquisa confirmam que a alimentação e nutrição é assunto de interesse e importância para as crianças em idade escolar. As crianças demonstram compreender que a alimentação é essencial para uma vida saudável e percebem os efeitos de práticas alimentares inadequadas. Fica claro que há uma diferença grande entre ter a concepção sobre a alimentação saudável e alimentar-se de forma saudável. A partir da compreensão desta realidade podem, não somente os profissionais de saúde, mas também os da educação e usuários dos serviços, intervir objetivamente melhoria da saúde da criança em idade escolar.

Palavras-chave: criança em idade escolar; concepções; alimentação; nutrição; alimentação saudável

A bstract

Abstract

GAINO, R. A. **The school-age children concept about alimentation and nutrition.**

Dissertation (Master's degree). São Paulo State University, Botucatu, 2012.

Considering that alimentation and nutrition are crucial for the child health promotion, the present work aims to identify the school-age child's conception in relation to alimentation and nutrition. This is a qualitative-interpretive approach-research in with seventeen children aged 9-11 years have been interviewed on a municipal school of Botucatu in the countryside of São Paulo in 2011. Several activities were realized as two semi-structured interviews; a questionnaire with open questions; a culinary workshop dynamic observation; children's stories reading and drawings interpretation; and work with a field journal, as material for data collection. The interviews approached the children conception about alimentation and nutrition. They were recorded and lasted approximately one hour each. The interviews approached the children conception about alimentation and nutrition. They were recorded and lasted approximately one hour each. The transcripts were made by the researcher. Data were presented descriptively and interviews were interpreted using content analysis. Five categories of analysis emerged from empirical data. As a result, this study identified that children have notion of the way the food passes in their digestive systems have the perception of digestion in its different stages. Furthermore, it indicates the presence of the mother in eating habits and choice of menus. There is also concern about the concept of food as health promoters as well as producers of disease and even as their lack or excess can contribute to death. Children highlight the roles of food as well as their specific components and have adequate conceptions about the special qualities of foods considered health promoters. However, it was revealed that they do not like foods such as vegetables and some fruits and this may be related to the habits developed in their homes or even at school. Children also show a concern with the issue of obesity, reported as present in their families or in themselves. Therefore, the research results confirms that 'alimentation and nutricion' is a subject of interest and importance to school-age children. Children demonstrate that they understand that alimentation is essential for a healthy life and realize the effects of inadequate feeding practices. Clearly, there is a big difference between having the conception of a healthy diet and eating healthily. By understanding this reality, could not only health professionals, but also the education's and service users, intervene objectively in improving the school-age children health.

Keywords: school-age children; conceptions; alimentation; nutrition; healthy eating

Lista de Quadros e Figuras

Lista de Quadros

Quadro 1 -	Desenvolvimento da pesquisa.....	48
Quadro 2 -	Algumas características das crianças e de seus relatos sobre a alimentação da família, na escola, dia alimentar habitual e preferências e restrições alimentares, Botucatu, 2011.	60

Lista de Figuras

Figura 1 -	Desenho da criança 2 alimentando-se.	65
Figura 2 -	Desenho da criança 5 alimentando-se.	66
Figura 3 -	Desenho da criança 10 com alimentos em seu redor.	66
Figura 4 -	Desenho da criança 7 alimentando-se.	67

Lista de Abreviaturas

Lista de Abreviaturas

ECA	Estatuto da Criança e do Adolescente
FNDE	Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação
IBGE	Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística
MEC	Ministério da Educação e do Desporto
OMS	Organização Mundial da Saúde
PCN	Parâmetros Curriculares Nacionais
PNAN	Política Nacional de Alimentação e Nutrição
POF	Pesquisa de Orçamentos Familiares
SAN	Segurança Alimentar e Nutricional
TCLE	Termo de Consentimento Livre e Esclarecido
VAN	Vigilância Alimentar e Nutricional
VIGITEL	Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico
DCNT	Doenças Crônicas não Transmissíveis

Sumário

Sumário

1. Introdução	24
1.1 O olhar em relação à criança e seu desenvolvimento cognitivo	24
1.2 A nutrição e o comportamento alimentar da criança em idade escolar	29
1.3 Educação alimentar e nutricional: a escola como ambiente protetor e promotor da saúde dos escolares	37
2. Justificativa	44
3. Objetivo	46
4. Metodologia	48
4.1 Caracterizações da pesquisa	48
4.2 Considerações éticas.....	49
4.3 O local da pesquisa	50
4.4 Sujeitos envolvidos	51
4.5 Coletas de dados: instrumentos e procedimentos.....	52
4.6 Etapas da coleta de dados	55
Etapa 1: A observação	55
Etapa 2: A aproximação	56
Etapa 3: A entrevista semi-estruturada 1	57
Etapa 4: Oficina culinária: brincando de “chef” de cozinha	58
Etapa 5: A entrevista semi-estruturada 2.....	58
4.7 Análises dos dados.....	59
5. Resultados e Discussões	62
5.1 Conhecendo as crianças.....	62
5.2 Conhecendo as concepções das crianças sobre alimentação e nutrição.....	76
Categoria 1 - Os caminhos dos alimentos em nosso corpo.....	76

Categoria 2 - O alimento para a criança: imprescindível à vida e ao crescimento; promotor de saúde e de doenças; e sua falta relacionada à morte	78
Categoria 3 - O alimento vivo e suas funções.....	85
Categoria 4 - Comer muito faz mal: pode ter consequências como a obesidade e necessidade de tratamento	96
Categoria 5 - A participação da mãe na prática alimentar da criança: as escolhas dos alimentos e as mudanças de hábitos	103
6. Considerações Finais.....	113
7. Referências Bibliográficas	118
Anexos	128
Anexo I - Parecer de Aprovação do Comitê de Ética	128
Anexo II - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE)	129
Anexo III - Questões norteadoras da entrevista semi-estruturada 1	130
Anexo IV - Questionário destinado aos alunos.....	131
Anexo V - Questões norteadoras da entrevista semi-estruturada 2.....	132
Anexo VI - Desenhos infantis sobre o ato de alimentar-se	133
Anexo VII - Caracterização de cada criança, seu ambiente e alimentação: um pouco de sua história.....	138
Anexo VIII - Exemplo de entrevista transcrita (criança 10)	162

Introdução



Romero Brito

1. Introdução

1.1 O olhar em relação à criança e seu desenvolvimento cognitivo

A criança começa a ser vista como um sujeito que precisa ser respeitado e protegido do mundo adulto apenas após os séculos XVI e XVII (CYRINO, 2009).

“A descoberta da infância começou sem dúvida no século XVIII, e sua evolução pode ser acompanhada na história da arte e na iconografia dos séculos XV e XVI. Mas os sinais de seu desenvolvimento tornaram-se particularmente numerosos e significativos a partir do fim do século XVI e durante o século XVII” (ÁRIES, 1986, p.65).

No decorrer do século XIX, a criança teve progressiva valorização, passando a ser objeto de investimento econômico, educacional e afetivo (MOREIRA e DUPAS, 2003); no Brasil, nos anos de 1960, o Estado torna-se responsável pelos direitos e proteção da criança (CYRINO, 2009) e em 1990, o Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA) é aprovado e os direitos da criança e do adolescente passam a receber maior atenção (CIRINO, 2001). Entramos no século XXI reconhecendo que a criança é sujeito de direitos e cidadã; o que se evidencia através das significativas conquistas nas legislações dos países desenvolvidos e em desenvolvimento, como o Brasil (MORIN, 2001 apud: DELGADO e MÜLLER, 2008).

Hoje se admite que a criança, de acordo com a fase de desenvolvimento em que se encontra, tem características, necessidades e direitos próprios e a sociedade em geral deve proporcionar a ela um desenvolvimento integral; quando falamos em criança, estamos nos referindo ao ser em formação e não a um pequeno adulto. Àquele que deseja e necessita ser amado, aceito e acolhido; que deve ser respeitado, para que aprenda a respeitar os outros. É necessário captar sua voz, para que seja compreendido em sua integralidade (MOREIRA e DUPAS, 2003; CAMPOS, 2005 apud: CRUZ, 2008).

A infância se caracteriza por uma sucessão de etapas, cada uma com suas peculiaridades e ambientes sócio-econômico. O local em que a criança vive é fator determinante em sua formação; logo, ela requer algumas condições que favoreçam seu desenvolvimento, tais como: convívio familiar e social, nutrição, saúde, proteção, educação e diversão – que não deixa de ser uma das formas de que a criança dispõe para se comunicar

com o mundo – através das brincadeiras, elabora conflitos e aprende a adaptar-se à realidade (KNOBEL, 1992 e VERISSÍMO; SIGAUD, 1996 apud: GAIVA e PAIÃO, 1999).

A criança deve participar ativamente da construção de sua própria história. Já a família deve possibilitar, sobretudo, que ela desenvolva plenamente suas potencialidades; através de atividades como: saber ouvir, permitir que a criança pense, sinta, expresse seus sentimentos, participe ativamente da vida familiar. (GAIVA e PAIÃO, 1999).

A interação com a criança, seja no âmbito profissional ou familiar, é alicerçada nas percepções que temos sobre ela. Percepções essas, construídas social e culturalmente ao longo de um processo histórico, sendo que as ciências humanas podem corroborar para sua ampliação (GAIVA e PAIÃO, 1999). Segundo Campos (2005, apud: CRUZ, 2008), a criança é objeto de estudo na pesquisa científica, principalmente, na condição de ser observada, medida, descrita, analisada e interpretada; mas é tendência recente o debate sobre a condição em que a criança toma parte na investigação científica.

Apesar das pesquisas que tiveram a criança em idade escolar como sujeito, esse conceito ainda é pouco conhecido, principalmente, em relação ao papel social que possui tal indivíduo no desempenhar na nossa organização cultural. Além disso, atualmente, convive-se com diferentes formas de perceber e tratar a criança, persistindo na omissão de alguns, na super proteção de outros e no respeito por poucos; pois, as concepções de infância de uma sociedade, ou grupo social, variam de cultura para cultura e até mesmo dentro dos diferentes segmentos da mesma sociedade (GAIVA e PAIÃO, 1999; SZYMANSKI, 2004).

O desconhecimento em relação à infância pode gerar barreiras na interação do adulto com a criança, assim, é de fundamental importância, que pais, educadores, profissionais da saúde, pesquisadores, dentre outros, compreendam o desenvolvimento cognitivo e percebam os interesses da criança que, em cada idade, difere em seu pensamento e modo de sentir o mundo. Através da apropriação pelo adulto, em relação às potencialidades e limitações de cada estágio da infância, sua relação com a criança pode tornar-se mais harmoniosa pelo abandono de uma posição "adultocêntrica", possibilitando uma convivência respeitosa e construtiva (BANKS-LEITE, 2001).

O desenvolvimento cognitivo, ou seja, da inteligência e da lógica, foi tema de muitos estudiosos; gerando, por exemplo, as teorias psicogenéticas do século XX. Teorias tais que são muito difundidas na atualidade. Alguns de seus precursores foram Lev S. Vigotsky, Henri Wallon e Jean Piaget, todos contemporâneos, porém com compreensões

diferenciadas em relação ao desenvolvimento infantil. Apesar das divergências, suas teorias apresentam uma visão interacionista de desenvolvimento humano e de aprendizagem; ou seja, o ser humano ao interagir com o mundo se desenvolve e aprende, havendo influência da cultura e do momento histórico (BANKS-LEITE, 2001; LEPRE, 2008).

A partir das teorias psicogenéticas, ocorreram mudanças significativas no olhar em relação à criança: “essa passou a ser vista como qualitativamente diferente do adulto, com características próprias nos campos da cognição, afetividade e moralidade. Enfim, um ser integral, ativo e interativo.” (LEPRE, 2008, p. 313).

Dentre os autores da psicologia, Jean Piaget, epistemólogo suíço, é considerado um dos mais importantes. O valor de sua obra é decorrente de várias características, dentre elas, seu vasto volume (por volta de setenta livros e inúmeros artigos) que se relaciona, principalmente, com um tema essencial da psicologia – a inteligência –; além de uma abordagem teórica consistente, o que possibilitou que sua teoria extrapolasse para outros temas como a afetividade, a moral e, evidentemente, a educação. Assim, sua contribuição tem grande influência em nossa época (BANKS-LEITE, 2001).

A obra de Piaget relaciona-se, basicamente, ao desenvolvimento da inteligência e à construção do conhecimento. Portanto, batizou sua teoria de “Epistemologia Genética”, que visa responder a pergunta: Como os homens constroem o conhecimento? Como a criança é o indivíduo mais ativo na construção do conhecimento, realizou seus estudos com esse enfoque, mas Piaget não se refere à psicologia da infância, e sim aos processos que o homem passa para que modifique seu nível de conhecimento, questão que o autor tentou responder durante toda sua vida (PÁDUA, 2009).

Segundo Piaget, a inteligência deve ser definida em dois aspectos. Enquanto função, é compreendida como uma adaptação, ou seja, os processos da inteligência têm como finalidade que o homem sobreviva, adaptando-se ao meio ou modificando-o. A inteligência também deve ser definida enquanto estrutura e, desse do ponto de vista, foi compreendida como uma organização de processos que, quando mais complexos, exigem um nível de conhecimento superior; e quando se trata de uma organização menos complexa, a exigência é de um nível de conhecimento inferior. Ainda, segundo esse autor, o crescimento da inteligência não se dá por acúmulo de informações, mas por uma reorganização da própria inteligência; dessa forma, crescer é reorganizar a própria inteligência para mais possibilidades de assimilação (PÁDUA, 2009).

Na teoria piagetiana, há um grande número de conceitos, essenciais para o entendimento do desenvolvimento cognitivo. O conceito da “assimilação” foi extraído da biologia (Piaget também foi um biólogo) e se relaciona com a interpretação do mundo e a compreensão dos objetos de conhecimento. Através da interpretação, há assimilação, ou seja, o sujeito se apropria de algumas informações relacionadas ao objeto e outras são deixadas de lado. Já o conceito da “acomodação”, relaciona-se a organização ou reorganização dos elementos que foram assimilados: as estruturas mentais se modificam devido às singularidades do objeto (PÁDUA, 2009).

A partir desses conceitos, Piaget postulou que o sujeito entra em conflito com o objeto, ocorrendo um constante processo de “equilibração”; o desequilíbrio leva a “assimilação” e, conseqüentemente, ocorre a “acomodação”, que consiste no equilíbrio, na estabilidade da organização mental, que poderá ser desestabilizada por mais um conflito e assim por diante. Ainda para compreendermos a construção do conhecimento, outros conceitos são essenciais, como os de “abstração empírica e reflexiva”. O primeiro refere-se às informações retiradas do objeto de conhecimento; e o segundo, às informações retiradas da ação sobre o objeto, ou seja, o desenvolvimento da inteligência se dá pelo processo da criança pensar sobre o mundo e na sua ação sobre ele (LEPRE, 2008; PÁDUA, 2009).

Portanto, o desenvolvimento cognitivo se dá por interações entre o sujeito e o objeto de conhecimento; por meio do princípio da atividade, no qual a criança é um ser ativo, que constrói o próprio saber, sendo a ação regida pela necessidade e interesse; como ressalta Vasconcelos (1996, apud: LEPRE, 2008):

“Piaget difundiu a idéia de que o processo que leva a criança a conhecer o mundo é um processo de criação ativa, em que toda a aprendizagem se dá a partir da ação do sujeito sobre os objetos. Um sujeito intelectualmente ativo, que constrói seu conhecimento sobre a ação, não é um sujeito que tem apenas uma atividade observável, mas um sujeito que compara, exclui, categoriza, coopera, formula hipóteses e as reorganiza, também em ação interiorizada” (VASCONCELOS, 1996, p. 21).

Ainda segundo Piaget, o desenvolvimento cognitivo é a transformação das estruturas mentais e da qualidade da inteligência, que se desenvolve por sequência e sucessão, havendo a passagem pelos estágios cognitivos, que é dependente dos meios sociais e escolares. Os estágios são divididos, basicamente, em três: sensório-motor (de zero a vinte quatro meses), pré-operatório (de dois a sete anos) e operatório (de sete anos em

diante), subdividido em operatório concreto e formal. Portanto, a idade escolar, marca o ingresso no estágio operatório concreto, com seus desdobramentos nas várias aquisições operatórias de conservação, inclusão de classes e seriação (FIORI, 1982; PÁDUA, 2009).

Na teoria em questão, a criança em idade escolar apresenta diminuição do egocentrismo, o que possibilita colocar-se no lugar do outro, passando a perceber as contradições de seu pensamento e sentir necessidade de comprovação empírica de seus julgamentos; torna-se capaz de elaborar seu próprio pensamento e comparar-se aos demais de maneira lógica. Possibilitando-a entender o conteúdo do pensamento do outro, ao mesmo tempo em que sente a necessidade de transmitir sua própria argumentação (RAPPAPORT, 1982).

Para Piaget (1969), o escolar começa a conquista do processo da reflexão, ou seja, da discussão interiorizada. Passa a abandonar o pensamento fantasioso, tornado-se capaz de se relacionar com a realidade externa, física e social, de maneira muito mais adequada; é observado cooperação, troca de idéias e de experiências em uma linguagem socializada (RAPPAPORT, 1982). Porém, a criança no estágio operatório concreto: "(...) faz uso da capacidade das operações reversíveis apenas em cima de objetos que ela possa manipular, de situações que ela possa vivenciar ou de lembrar a vivencia, ainda não existe, por assim dizer, a abstração." (PÁDUA, 2009, p. 32).

Nesse estágio, observa-se um declínio do brinquedo egocêntrico, individualizado e altamente simbólico e uma evolução para os jogos de regras; porém, com o passar do tempo, as crianças vão se tornando flexíveis em relação às regras, tanto em termos intelectuais, quanto sociais. Acrescenta-se que as construções simbólicas aproximam-se cada vez mais de uma imitação do real (sem esquecer o papel da criatividade). O indivíduo tenta acomodar-se ao real mesmo no brincar, ou seja, à medida que a criança se desenvolve, há uma tendência para o distanciamento da fantasia, pois de acordo com Piaget, ela encontrará tantos estímulos para seu desenvolvimento intelectual na vida cotidiana, que não mais necessitará refugiar-se na fantasia, abandonando paulatinamente o jogo simbólico (RAPPAPORT, 1982).

O grupo de amigos caracteriza-se pela presença de elementos do mesmo sexo, pois há diferenças no conteúdo das brincadeiras de meninos e de meninas, que estão ligadas ao desenvolvimento da identidade sexual e ao aprendizado dos papéis sociais. Em relação à

afetividade, há aparição de novos sentimentos morais como o respeito, existente em toda a amizade fundada na estima (PIAGET, 1969).

A partir do exposto, compreende-se que o conhecimento em relação ao desenvolvimento cognitivo do escolar é essencial a partir do momento que esse é objeto de pesquisa em nutrição. E quando o estudo trata-se de concepções de criança, é importante entendermos como essas são formadas, ou seja, é quase impossível não recorrer a outros campos de conhecimento ao se estudar a alimentação e a nutrição, pois há muitas indagações referentes ao tema que remetem ao seu caráter interdisciplinar (TONIAL, 2008).

Em relação às concepções, têm origem científica, espontânea e cultural. As concepções analógicas são advindas dos aprendizados escolares; já as espontâneas têm origens sensoriais e perceptivas; enquanto as representações sociais são formadas pelas crenças compartilhadas por grupos sociais. Sendo as duas últimas chamadas de concepções alternativas, formadas na tentativa de dar significado às atividades cotidianas: "(...) são produto de um aprendizado que na maior parte dos casos é informal ou implícito e que tem como objetivo estabelecer regularidades no mundo; torná-lo mais previsível e controlável." (POZO e CRESPO, 2009, p. 95).

As concepções espontâneas aparecem inclusive, frequentemente, relacionadas às teorias sobre o funcionamento do mundo natural, ou seja, parte das idéias dos indivíduos sobre saúde e doença apóia-se nas mesmas; também, as representações sociais são comuns em certas áreas do conhecimento biológico que são culturalmente significativas, como a nutrição (POZO e CRESPO, 2009). E para compreender a necessidade em descobrir as experiências e concepções da criança em relação à alimentação e à nutrição, torna-se necessário conhecer a importância da nutrição para o escolar.

1.2 A nutrição e o comportamento alimentar da criança em idade escolar

A alimentação é uma das necessidades básicas do ser humano e o equilíbrio alimentar que responda à demanda nutritiva é importante em qualquer fase da vida, principalmente, em períodos de crescimento; assim, para a criança é necessário hábito alimentar saudável, mediante uma alimentação variada e em quantidades adequadas, através de uma dieta em que os alimentos contem todos os nutrientes necessários (PHILIPPI,

2008; OBELAR et al., 2009; CONSEA, 2010), porém, são diversos fatores que influenciam no comportamento alimentar, ou seja, na adoção de uma alimentação de qualidade nutricional.

O comportamento alimentar é um processo que constitui um conjunto de ações realizadas em relação ao alimento e tem início com o momento da decisão, relação com a disponibilidade, modo de preparo, tipos de utensílios utilizados, horários e a divisão da alimentação nas refeições diárias; ou seja, as diferentes formas que o indivíduo convive com o alimento constituem o seu comportamento alimentar (PHILIPPI, 2008).

Ao longo dos últimos anos, em decorrência da industrialização, urbanização e desenvolvimento econômico, houve mudanças na cultura alimentar com alterações no comportamento alimentar. Pois devido às novas demandas geradas pela vida contemporânea, as pessoas se adaptaram segundo as condições das quais dispõe (como tempo, recursos financeiros, locais disponíveis para se alimentar, local e periodicidade das compras, entre outras). E as soluções, para essa adaptação, foram apresentadas pela indústria e comércio, que delinearam novas modalidades no modo de comer a um grande número de pessoas que, de modo geral, tem mais acesso à comida (GARCIA, 2003; PHILIPPI, 2008; BIRCH, 2006 e DEGHAN et al., 2005 apud: MAYER, 2011). Dessa forma, as práticas alimentares são originárias de conhecimentos e experiências, construídas a partir das condições de vida, da cultura, das redes sociais e do saber científico de cada época histórica e cultural (ROTENBERG e VARGAS, 2004)

A formação dos hábitos alimentares das crianças sofre diversas influências do meio ambiente, como o aleitamento, a forma como os alimentos complementares foram incluídos, experiências positivas e negativas quanto à alimentação ao longo da infância, condição socioeconômica, fatores ideológicos, culturais e emocionais, que também, influenciam na percepção de fome, apetite e saciedade (VITTOLO, 2008; PARIZZI, 2004 apud: OLIVEIRA, 2008).

Na idade escolar, estabelecem-se práticas, gostos, preferências e restrições alimentares, formando a base para toda a vida. Nesse período, a criança é capaz de selecionar seus próprios alimentos e determinar a quantidade que será consumida; e a escolha dos gêneros passa a ser influenciada por fatores externos, além dos pais e familiares. A interferência desses, de maneira inadequada, em casos de excesso de peso, pode gerar compulsão alimentar, levando a obesidade (GALISA et al., 2008; VITTOLO, 2008).

Para a formação do hábito alimentar da criança escolar, deve-se levar em consideração uma associação de fatores que confere a essa fase da vida altas exigências nutricionais, que se relacionam ao aporte adequado de energia, fibras, proteínas e micronutrientes, como o cálcio, o ferro, o zinco, principalmente as vitaminas A, D e C, (FAGIOLI e NASSER, 2006; VITOLLO, 2008). É essencial que a construção de um hábito alimentar saudável, tenha como base diretrizes norteadoras ¹ para a oferta adequada de nutrientes, bem como a vigilância, a qualidade, a composição, a biossegurança e os aspectos toxicológicos dos novos alimentos disponíveis para a alimentação da criança (OBELAR et al., 2009). Porém, as inadequações alimentares são muito comuns, por questões culturais e/ou falta de informação.

Algumas inadequações alimentares devem-se ao maior consumo de alimentos muito energéticos, com alto conteúdo de gorduras e açúcares e baixo em fibras; a ingestão elevada de açúcares diminui a qualidade nutritiva da dieta, pois aporta uma quantidade considerável de energia e inadequada em nutrientes (PHILIPPI, 2008). Essas inadequações não se caracterizam, somente, por excesso de alimentos, mas também por escassez dos mesmos, ou seja, a não-realização de uma ou mais refeições planejadas; o desjejum, frequentemente, não é realizado, seguindo a este hábito, os atrasos nos horários das demais refeições (LOPES e VIEIRA, 2008). Vitolo (2008) complementa afirmando que na idade escolar, há uma diminuição da ingestão do leite, que pode comprometer o suprimento do cálcio; esses comportamentos estão relacionados, em algumas pesquisas, como fator de risco para problemas nutricionais.

As recomendações nutricionais e os hábitos alimentares devem convergir para o bem-estar físico, emocional e social da criança. Dessa forma, o plano dietético deve incluir, no mínimo, as três principais refeições (desjejum, almoço e jantar) e o cardápio ajustar-se à alimentação da família e ser o mais variado possível, a fim de facilitar a diversificação e evitar a criação de hábitos monótonos, que podem condicionar o futuro adulto; e para tanto, deve-se analisar a disponibilidade de alimentos e as preferências regionais, e essas, também, devem ser consideradas na alimentação escolar, assim como o não consumo de alimentos isentos de valor nutricional (VITOLLO, 2008; OBELAR et al., 2009).

Segundo Obelar et al. (2009), as famílias devem ser orientadas sobre as práticas de uma alimentação saudável, que deve incluir, diariamente, alimentos capazes de cumprir

¹ Dietary Recommended Intakes - DRI.

três funções básicas: energia, plasticidade e regulação das funções orgânicas, sendo necessário o consumo diário de alimentos de todos os grupos e respeito às leis da alimentação, que servem para orientar a alimentação equilibrada (PHILIPPI, 2008). E recomenda-se que para uma alimentação saudável e equilibrada, as pessoas deveriam seguir a pirâmide alimentar, pois os guias alimentares são instrumentos informativos sobre a seleção, forma e quantidade de alimentos a ser consumidos (BRASIL, 2006; CECANE, 2010).

O comer e a disponibilidade do alimento são práticas sociais, logo, a alimentação destaca-se como um fator ambiental importante ao desenvolvimento. E devido às necessidades biológicas da criança, a alimentação e a nutrição² constituem requisitos básicos e fundamentais para a promoção e proteção da sua saúde. A criança passa parte de sua vida no ambiente familiar e outra na escola, os quais devem somar forças para desenvolver hábitos saudáveis de vida (FAGIOLI e NASSER, 2006; CONSEA, 2010).

A Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN) insere-se na perspectiva do direito humano e à alimentação adequada. Entre suas diretrizes, destacam-se a promoção da alimentação saudável, no contexto de modos de vida saudáveis e o monitoramento da situação alimentar e nutricional da população brasileira (BRASIL, 2006). Sendo a criança portadora de necessidades próprias e o meio ambiente seu determinante, torna-se de fundamental importância a Vigilância Alimentar e Nutricional³ (VAN), assim como a Política de Segurança Alimentar e Nutricional⁴. E para a proteção e promoção da saúde do escolar, estabeleceu-se como um dos direitos de caráter universal o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), que é elemento essencial para que a alimentação saudável seja realidade para os escolares brasileiros.

² A alimentação e nutrição têm conceitos diferentes, mas relacionam-se diretamente. A alimentação envolve a etapa da escolha dos alimentos, passa pelo armazenamento e preparo até o momento em que são consumidos, também, envolvem significados que englobam desde questões culturais até individuais. Já a nutrição compreende a ciência cujos instrumentos de trabalho traduzem-se ao homem e sua relação com o alimento, estuda como ocorre a utilização dos nutrientes pelo organismo como matéria-prima (PINHEIRO, 2005).

³ A Vigilância Alimentar e Nutricional deve ser entendida como produto de um conjunto de ações que buscam o diagnóstico, a promoção da saúde, a prevenção e a reabilitação de morbidades que tenham, direta ou indiretamente, relação com a alimentação, seja individual ou coletivamente. Dessa forma, inserem-se, nesse corpo, as ações preconizadas pela Organização Mundial da Saúde (OMS), como as ações de monitoramento do crescimento e desenvolvimento infantil (BRASIL, 2009 - Caderno de Atenção Básica nº 24).

⁴ Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) é a realização do direito de todos ao acesso regular e permanente a alimentos de qualidade, em quantidade suficiente, sem comprometer o acesso a outras necessidades essenciais, tendo como base práticas alimentares promotoras de saúde, que respeitem a diversidade cultural e que sejam, social, econômica e ambientalmente, sustentáveis (BRASIL, 2006 e CONSEA, 2010).

O objetivo do programa é colaborar para o crescimento e desenvolvimento biopsicossocial, contribuindo para a aprendizagem e rendimento escolar e para formação de hábitos alimentares saudáveis. Operacionalizado de forma descentralizada desde 1994, é atualmente, coordenado, nacionalmente, pelo Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE), do Ministério da Educação e do Desporto (MEC), responsável pelo repasse dos recursos financeiros para aquisição de alimentos. E cabe aos Estados e Municípios complementar os recursos, além de cobrir os custos operacionais (CECANE, 2010). Já a resolução 32/2006 do FNDE, modificada em 2009 ⁵, detém poder sobre a alimentação escolar: a refeição servida na escola.

Mesmo com a constante preocupação das autoridades governamentais em relação à condição nutricional da criança, ela é acometida por déficits nutricionais, como o baixo peso, a desnutrição pregressa e as deficiências de minerais e vitaminas, e dentre as carências nutricionais, a anemia ferropriva é considerada uma das mais prevalentes no Brasil (IULIANO, 2009). A criança, também, é vítima da constipação intestinal, da obesidade, da hipercolesterolemia e do diabetes mellitus tipo dois, também, consequenciais de práticas alimentares insatisfatórias e estilo de vida não saudável.

Na situação de transição nutricional do Brasil, observa-se aumento do sobrepeso e obesidade e redução da desnutrição, o que reflete mudanças econômicas, culturais e de hábitos alimentares, e que antes a obesidade era associada às classes sociais mais abastadas e, atualmente, têm avançado nas menos favorecidas, sendo uma característica epidemiológica marcante desse processo (ESCRIVÃO e SILVEIRA apud: NÓBREGA, 2008; BATISTA FILHO e RISSIN, 2003 apud: OLIVEIRA, 2008). E considera-se que a obesidade entre a população de baixa renda, não é causada, somente, pela falta de informação, mas é fruto da busca pela comida economicamente acessível, porém, de baixo valor nutritivo, que controla a fome e proporciona sensação de saciedade (TONIAL, 2001 apud: OLIVEIRA, 2008).

Em 2010 o Ministério da Saúde e o IBGE ⁶ divulgaram dois grandes levantamentos dos números do excesso de peso e obesidade no Brasil: o VIGITEL Brasil 2009

⁵ A modificação da lei que regulamenta a alimentação escolar detalha sobre a composição e origem dos alimentos, assim como aumenta de 20% para 30% as necessidades totais de energia que a alimentação escolar deve suprir e amplia esse direito para o ensino médio (BRASIL, 2009).

⁶ Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística.

⁷ e a Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-09 (POF). Esses mostram que uma em cada três crianças, de cinco a nove anos de idade, estava acima do peso e que houve um salto na frequência de excesso de peso nessa faixa etária, com aumento de 10,9% (1974-75) para 34,8% (2008-09) entre os meninos e observou-se padrão semelhante entre as meninas, com aumento de 8,6% (1974-75) para 32% (2008-09).

Entre os indivíduos, com dez a dezenove anos de idade, do sexo masculino, a frequência de excesso de peso passou de 3,7% (1974-75) para 21,7% (2008-09) e no sexo feminino, o crescimento foi de 7,6% para 19,4%; a obesidade, também, apresenta tendência ascendente, indo de 0,4% para 5,9% no sexo masculino e de 0,7% para 4,0% no sexo feminino, comparando os mesmos períodos. Em paralelo, também nessa faixa etária, o déficit de peso apresenta declínio nesses 34 anos, indo de 10,1% para 3,7% entre os homens e de 5,1% para 3,0% entre as mulheres.

Os dados do IBGE mostram que a frequência da obesidade pouco varia com a idade em meninos e tende a diminuir com a idade em meninas. Em ambos os sexos, a frequência é maior nas regiões Sul, Sudeste e Centro-Oeste que nas regiões Norte e Nordeste e, dentro de cada região, tende a ser maior no meio urbano que no meio rural (LAMOUNIER et al., 2009). Ainda, estudos revelam crianças com baixa estatura (desnutrição pregressa) e ao mesmo tempo obesas e presença simultânea de desnutrição e obesidade na mesma família, sendo a associação entre pobreza e o estado nutricional complexa.

A obesidade não é fenômeno recente, entretanto, nunca havia atingido proporções epidêmicas como se observa atualmente, tornado-se importante problema de saúde pública nos países desenvolvidos e epidemia global nos em desenvolvimento, principalmente, entre os adolescentes e adultos jovens, o que é particularmente preocupante, uma vez que é fator de risco para a obesidade na vida adulta; entre as crianças que aos quatro anos de idade eram obesas, 20% tornaram-se adultos obesos, entre os adolescentes obesos o percentual foi de 80% (MALFARÁ, 2007; ESCRIVÃO e SILVEIRA, 2008; SICHIERI e SOUZA, 2008).

Deve-se considerar ainda, que crianças com excesso de peso possuem risco de sofrer dos problemas associados à obesidade, como as doenças crônicas não transmissíveis, e de complicações psicológicas, como o baixo desenvolvimento de habilidades sociais, baixa

⁷ Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico.

autoestima, depressão, problemas em relação à autoimagem e discriminação. Portanto, a obesidade tornou-se um grande desafio para profissionais de saúde e pacientes (MALFARÁ, 2007; MAYER, 2011).

Em relação ao impacto da obesidade sobre o orçamento de saúde, ela é responsável por 2-7% do total das despesas em cuidados de saúde nos países desenvolvidos, mas os verdadeiros custos são maiores, pois nem todas as condições relacionadas com a obesidade estão incluídas nos cálculos (OMS, 2003 apud: OLIVEIRA, 2008).

Considerando os dados epidemiológicos, as consequências a saúde e as despesas em relação ao excesso de peso, para que o prognóstico seja favorável em longo prazo, percebe-se a necessidade de detecção precoce de crianças com risco para o desenvolvimento da obesidade e da tomada de medidas para controlar o problema, pois, quanto maior a idade e maior o excesso de peso, mais difícil será a reversão em função dos hábitos alimentares incorporados e alterações metabólicas instaladas (SOTELO et al., 2004; MALFARÁ, 2007).

Não só a família, mas também, a escola é ambiente promotor da saúde, podendo ajudar no controle da obesidade, pois: "(...) se configura como uma das primeiras situações instituídas além da família, a proporcionar experiências e desafios, constituindo-se assim, em um espaço privilegiado para o desenvolvimento infantil." (MARTURANO e LOUREIRO, 2003, p.260 apud: MAYER, 2011).

Segundo Sichieri e Souza (2008), a nutrição na escola tem se tornado foco de atenção de órgãos públicos em diversos países, com vistas à elaboração de programas e implantação de leis que propiciem mecanismo de prevenção e controle da obesidade. Para a implantação dos programas deve-se considerar que os conhecimentos técnicos científicos, sobre a relação da nutrição com o crescimento e desenvolvimento, não são suficientes para tomada de ações que objetivam produzir efeitos satisfatórios na mudança do comportamento alimentar; assim, é necessário compreender como a cultura contribui para o desenvolvimento das relações e atitudes sociais relativas às práticas de saúde junto à criança (GAÍVA e PAIÃO, 1999), considerando a importância e a atualidade desse tema.

Portanto, para a intervenção em relação à obesidade infantil é necessário programas que combinem múltiplos componentes baseados na família e na escola, que incluam a promoção da atividade física, orientação dos pais, aconselhamento comportamental e educação nutricional, pois esta doença é de difícil controle, com altos

percentuais de insucessos terapêuticos e de recidivas, podendo apresentar, na sua evolução, sérias repercussões orgânicas e psicossociais, como mencionado (ADA, 2006; ESCRIVÃO et. al. 2000 apud: OLIVEIRA, 2008; SICHIERI e SOUZA, 2008).

Steinberg (1997, apud: Delgado e Müller, 2008) acredita que a educação não está limitada à escola; assim, as bibliotecas, brinquedos, televisão, videogame, anúncios, também, constituem-se como espaços pedagógicos. Isso significa que grandes corporações produzem o que a autora chama de currículo cultural para as crianças, o que estaria a serviço dos interesses comerciais que agem a favor da vantagem individual.

Kincheloe (2001, apud: Delgado e Müller, 2008), propôs-se a analisar a construção da infância a partir da intervenção da rede internacional de lanchonetes McDonald's na rotina das crianças, assim compreendeu que as grandes corporações são produtoras da colonização da consciência infantil, pois têm o objetivo de transformar crianças em consumidoras; ressalta que tudo é disfarçado pelo divertimento e alerta que as interferências das grandes corporações, devem extrapolar a análise acadêmica. Ambos os autores, acreditam na produção corporativa da cultura infantil⁸ e para Corsaro (2003, apud: DELGADO e MÜLLER, 2008), as culturas da infância são culturas de pares:

“Não é algo que as crianças carregam ao redor de suas cabeças para guiar seus comportamentos. Cultura de pares é pública, coletiva e performativa, isto é: um conjunto estável de atividades ou rotinas, artefatos, valores, e preocupações que as crianças produzem e compartilham em interação com pares” (p. 147).

O rápido desenvolvimento dos meios de comunicação modificou os padrões culturais e estilos de vida dos indivíduos e das famílias. A televisão está presente de uma forma inequívoca e preponderante na vida das pessoas, sejam adultas ou crianças; essas estão longe de se satisfazer com a programação que lhes é específica, consumindo, também informação que integram o mundo dos adultos e que lhes coloca não só em constantes oportunidades e desafios, mas também, em múltiplas perplexidades e problemas individuais e sociais. Essa exposição e conseqüente influência da televisão e outros meios de comunicação, que pregam o culto a magreza, acometem, principalmente, as meninas, podendo levá-las a transtornos alimentares. Crianças, de modo geral, são influenciadas pelos

⁸ De acordo com a Sociologia da Infância, as culturas infantis podem ser compreendidas através da apropriação dos discursos das crianças (DELGADO e MÜLLER, 2008).

meios de comunicação, pois, têm tendência a reproduzir o comportamento de adultos, havendo repercussão nas escolhas alimentares por parte das mesmas (GUERREIRO, 2008).

Considerando os fatores que determinam o comportamento alimentar das crianças, como a grande disponibilidade de alimentos obesogênicos, as interações sociais entre os pares, entre as crianças e adultos, principalmente, os pais, assim como, a influência pretensiosa da mídia, dependente das grandes corporações como mantenedoras, compreende-se que essas são vulneráveis a inadequações alimentares.

Portanto, a Organização Panamericana de Saúde (2004), consciente da necessidade de esforços para melhorar as condições de qualidade de vida dos escolares, vem apoiando o desenvolvimento das “Escolas Promotoras da Saúde” como uma estratégia efetiva de proteção e promoção da saúde no âmbito escolar.

Integra-se a estratégia de proteção e promoção da saúde do escolar, as ações voltadas à educação alimentar e nutricional, devido à importância e a necessidade das mesmas, pois essas são fundamentais na segurança alimentar e na formação de hábitos alimentares saudáveis entre os escolares, que se constituem em elementos de prevenção e intervenção nas doenças crônicas não transmissíveis, possibilitando resultados futuros favoráveis em relação ao perfil de adoecimentos e mortes da população brasileira (SOBRAL e SANTOS, 2010); dessa forma, o tema em questão é abordado na sequência.

1.3 Educação alimentar e nutricional: a escola como ambiente protetor e promotor da saúde dos escolares

Cabe ao Estado respeitar, proteger e facilitar a ação de indivíduos e comunidades em busca da capacidade de alimentar-se de forma digna, para que possam ter uma vida saudável, ativa, participativa e de qualidade. Para a promoção e manutenção da saúde da criança, há necessidade de melhorias das políticas públicas voltadas à distribuição de renda e riqueza e avanços nos programas de educação alimentar e nutricional (CONSEA, 2010).

A educação nutricional é um dos caminhos existentes para a promoção da saúde e pode ser definida como “(...) qualquer conjunto de experiências de aprendizagem, designadas para facilitar a adoção voluntária de comportamento alimentar ou relacionado à nutrição, que conduza à saúde e ao bem estar.” (OLIVARES, 1998 apud: CECANE, 2009). Boog

(2004, apud: VASCONCELOS, 2008), no sentido de assegurar a amplitude que a educação alimentar e nutricional merece, conceituou-a como:

“(...) um conjunto de estratégias sistematizadas para impulsionar a cultura e a valorização da alimentação, concebidas no reconhecimento da necessidade de respeitar, mas também modificar crenças, valores, atitudes, representações, práticas e relações sociais que se estabelecem em torno da alimentação, visando o acesso econômico e social a uma alimentação quantitativa e qualitativamente adequada, que atenda aos objetivos de saúde, prazer e convívio social.” (P. 18).

A falta de informação e o desconhecimento da população em relação à nutrição são divulgados nos meios de comunicação e identificados em pesquisas. A educação nutricional tem como grande desafio a necessidade de criar estratégias educativas que além de transmitir informações, possibilitem a criação de novos sentidos para o ato de comer, pois, as simples transmissões de informações não são suficientes para mudanças de hábitos, essas alcançam somente a dimensão intelectual e a alimentação envolve muito mais do que isso (RODRIGUES e BOOG, 2005 apud: OLIVEIRA, 2008).

As orientações conduzidas às mudanças comportamentais são importantes, mas não devem estar separadas do contexto social e cultural dos indivíduos. Compreende-se que a proteção da saúde não depende da vontade exclusiva do sujeito, mas de uma série de relações que determinam as condições de vida dos grupos sociais em que vive (GARCIA e CANESQUI, 2005; BOOG, 1999 apud: OLIVEIRA, 2008; CONSEA, 2010).

As ações de educação nutricional dispõem de inúmeras abordagens de acordo com o movimento político-social vigente. Segundo Santos (2005), a educação nutricional crítica, de meados de 1980, assumia o compromisso do fortalecimento das classes populares contra a exploração que gera a fome e a desnutrição, problemas muito prevalentes no país naquela época, nesse contexto, também, emergiu a concepção da promoção das práticas alimentares saudáveis.

No final dos anos 1990, o termo “promoção de práticas alimentares saudáveis” começa a marcar presença nos documentos oficiais brasileiros. A prática citada, aliada ao favorecimento de estilo de vida saudável, constitui-se em estratégia de vital importância para o enfrentamento dos problemas nutricionais do contexto atual (SANTOS, 2005).

Não se concebe mais a prática da educação nutricional “tradicional”, que consistia na transmissão de conceitos de nutrição para a população, de forma homogênea,

com palestras, cujos conteúdos limitavam-se aos aspectos biológicos da alimentação, destacando o efeito dos nutrientes no organismo o que, embora, seja uma informação importante, não considera os aspectos regionais e as desigualdades sociais que comprometem o acesso da população a uma alimentação adequada (RODRIGUES e RONCADA, 2008).

O desenvolvimento do conceito de educação nutricional crítica, permitiu uma evolução ao integrar vários aspectos que até então eram ignorados, como os políticos, ideológicos e econômicos, além de acesso a terra, emprego e renda, educação e serviços de saúde, entre outros, destacando-os como essenciais para a aquisição dos alimentos e a manutenção da saúde (RODRIGUES e RONCADA, 2008).

A Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN), vigente, considera a educação nutricional como uma estratégia importante para a promoção da alimentação saudável, mas não aprofunda a sua reflexão, nem estabelece normas para o seu planejamento, desenvolvimento e avaliação; ao contrário, ressalta essa dificuldade ao assumir a necessidade de buscar consenso sobre conteúdos, métodos e técnicas do processo educativo. Embora a educação alimentar e nutricional seja valorizada, se dilui em um conjunto de propostas, pelo fato de suas bases teórico-conceituais e operacionais, não estarem claramente estabelecidas (RODRIGUES e RONCADA, 2008).

Em um encontro de *experts* em sobrepeso em crianças e adolescentes, concluiu-se que as intervenções abordam uma fração pequena das forças que geram a obesidade; aspectos como o papel da indústria de alimentos, das cadeias de *fast food*, das propagandas na TV, dos filmes e dos jogos e da própria programação de TV, que mantêm as crianças cada vez mais sedentárias e submetidas a um hiperconsumo calórico, não têm sido avaliados nos desenhos dos estudos (SICHIERI e SOUZA, 2008).

Dessa forma, as intervenções junto aos escolares, com o objetivo de alterar conhecimentos e estilo de vida, em sua maioria, não possibilitam resultados satisfatórios, apontando para a elaboração de intervenções que considere a criança em todos os aspectos. Ainda, Bizzo e Leder, (2005) advertem que os programas de saúde escolar no Brasil exibem práticas assistencialistas e subdivididas em ações isoladas ou fragmentadas, reforçando a necessidade de desenvolvimento de uma política nacional de educação alimentar e nutricional escolar.

As recomendações da Estratégia Global da Organização Mundial da Saúde indicam a necessidade de fomentar mudanças sócio-ambientais, em nível coletivo, para favorecer as escolhas saudáveis em nível individual; e as ações brasileiras de promoção da saúde, estruturadas no âmbito do Ministério da Saúde, ratificam o compromisso com as diretrizes em questão. A promoção da alimentação saudável deve estar integrada a um programa de política pública intersetorial, que estimule a produção, a comercialização e o consumo de alimentos saudáveis, de preferência integrados à agricultura familiar e com respeito à cultura alimentar (OMS, 2003).

As discussões em relação aos programas de educação alimentar e nutricional mostram que para resultados satisfatórios, há necessidade da participação da sociedade civil; pois é fundamental, a aprendizagem pautada em uma prática humanizada, que contemple os anseios e inquietações do indivíduo/família/comunidade e reconheça a saúde como um processo produzido socialmente (VASCONCELOS, 2008). Dessa forma, torna-se importante, a responsabilidade compartilhada entre sociedade, setor produtivo e setor público, para a construção de modos de vida que tenham como objetivo central, a promoção da saúde e prevenção de doenças (OMS, 2003; BRASIL, 2006; CECANE, 2010).

Em relação à participação da sociedade civil, entende-se que os indivíduos ou comunidade não podem ser simplesmente receptores de ações preventivas e educativas, é preciso que sejam participantes do cuidado a que estão sujeitos. Portanto, para uma educação alimentar e nutricional realista e eficaz, devem-se adotar estratégias nos quais os educandos possam participar, ativamente, da construção dos conhecimentos a serem apropriados (VASCONCELOS, 2008).

Considerando os vários aspectos que devem ser articulados nas ações de educação nutricional, entende-se que, para maior eficiência dos programas educativos em nutrição, esses devem ser ampliados e envolver organismos, como governo, mídia, indústria e escola. Ou seja, a educação alimentar e nutricional pode ser articulada através de entidades privadas e ou governamentais, e deve ter como objetivo, proporcionar, a todos os indivíduos da sociedade, inclusive a criança, autonomia consciente em relação a suas práticas alimentares (CECANE, 2009).

As características da criança em idade escolar, como a formação de laços sociais com adultos e indivíduos da mesma idade, assim como as capacidades presentes que se relacionam a fase cognitiva, são determinantes para o desenvolvimento da mesma em todas

as áreas e para o estabelecimento de novas aprendizagens, inclusive sobre alimentação e nutrição. Além da importância da família, a escola passa a desempenhar papel de destaque na saúde da criança e a escolarização permite que a mesma adquira certo grau de autonomia em sua alimentação (SBP, 2006; OBELAR et. al., 2009).

De acordo com o Ministério da Educação, a escola deve assumir a responsabilidade pela educação para a saúde devido à sua função social e à sua potencialidade para o desenvolvimento de um trabalho sistematizado e contínuo (SOBRAL e SANTOS, 2010); nessa perspectiva, reconhece-se na escola, local para educação alimentar e nutricional. Ou seja, o papel da escola é fundamental e para que seja cumprido, adequadamente, torna-se importante a construção de programas de educação alimentar e nutricional integrados ao currículo e a alimentação escolar (merenda), com a participação da família (OBELAR et. al., 2009). E a preocupação com a inclusão de conteúdos sobre alimentação está expressa nos documentos oficiais - Parâmetros Curriculares Nacionais (PCNs) e Parâmetros Curriculares Nacionais - Ciências Naturais (BRASIL, 2000).

Nos PCNs para as séries do ensino fundamental a temática "alimentação" é apresentada no tema saúde, proposto como um tema transversal e cujo conjunto de conteúdos educativos pode ser considerado comum a todas as disciplinas. O objetivo da incorporação da saúde como tema transversal é o de melhorar a compreensão dos problemas relacionados com a saúde humana, desde o enfoque preventivo até a promoção de formas de vida mais saudáveis. Assim, a abordagem da temática alimentação deve ser realizada de forma transversal; nesse documento, está indicada a necessidade do desenvolvimento da consciência crítica em relação à alimentação, essencial à saúde (BRASIL, 2000). Os conteúdos indicados são:

- Finalidades da alimentação (incluídas as necessidades corporais, socioculturais e emocionais) relacionadas ao processo orgânico de nutrição;
- Identificação dos alimentos disponíveis na comunidade e de seu valor nutricional;
- Valorização da alimentação adequada como fator essencial para o crescimento e desenvolvimento, assim como para a prevenção de doenças como desnutrição, anemias ou cáries;
- Noções gerais de higiene dos alimentos relativas à produção, transporte, conservação, preparo e consumo;

- Reconhecimento das doenças associadas à falta de higiene no trato com alimentos: intoxicação, verminoses, diarreias e desidratação; medidas simples de prevenção e tratamento.

Os PCNs, Ciências Naturais, também indicam a alimentação como um tema a ser considerado e sugere que os alunos investiguem aspectos culturais e educacionais dos hábitos alimentares, as principais substâncias alimentares, suas funções e a importância da higiene na alimentação. Nesse documento, ainda, está indicado como conteúdo o sistema digestório (BRASIL, 2000).

A partir do exposto, reconhece-se a necessidade de pesquisas qualitativas em nutrição que tenham como objetivo investigar como os indivíduos interagem com as questões referentes à alimentação e à nutrição; influenciadas por fatores sociais, econômicos e históricos. Pouco se conhece sobre a concepção da criança em idade escolar em relação à alimentação e à nutrição. Não obstante, pesquisas apontam o despreparo dos profissionais da saúde e da educação para atuarem em ações de educação alimentar e nutricional, como a falta de embasamento teórico e de técnicas para abordar os problemas alimentares (SOBRAL e SANTOS, 2010).

O despreparo dos profissionais de saúde e da educação reflete-se, negativamente, nos programas de proteção e promoção da saúde do escolar que, atualmente, não atingem os resultados esperados. Portanto, torna-se imprescindível compreender o que a criança pensa e sente em relação à alimentação e à nutrição, para que as ações de educação alimentar e nutricional propiciem um processo de aprendizagem significativo e prazeroso, de acordo com a fase de desenvolvimento cognitivo do educando.

Justificativa



Romero Brito

2. Justificativa

A pesquisa sobre a alimentação e a nutrição evoluiu muito nos últimos anos, mas não gerou o impacto desejado na melhoria das condições nutricionais da população (BOOG, 2005 apud: OLIVEIRA, 2008). Para que os escolares adquiram uma alimentação e modos de vida saudáveis, todos os atores responsáveis pela formação dos hábitos alimentares e estilo de vida dos mesmos devem envolver-se nas ações de proteção e promoção da saúde do escolar (SOBRAL e SANTOS, 2010), sendo que o conhecimento sobre o que a criança pensa e sente em relação à alimentação e à nutrição, pode ser elemento motivador para uma interação dialógica do adulto com a criança, cujo tema seja a alimentação e/ou nutrição.

Considera-se que a descoberta da concepção da criança sobre alimentação e nutrição traz importante contribuição para os profissionais da saúde, da educação e para os sujeitos da sociedade, pois através do conhecimento da mesma, podem ampliar suas percepções em relação à criança, principalmente, sobre seu comportamento alimentar.

Não obstante, justifica-se o desenvolvimento de uma pesquisa que objetive investigar a concepção de escolares em relação à alimentação e à nutrição, visando à descoberta de conhecimentos que possibilitem a identificação de diretrizes para a elaboração de propostas mais eficazes de educação alimentar e nutricional, pois "(...) para que haja aprendizado significativo é necessário que o aprendiz possa relacionar o material de aprendizagem com a estrutura de conhecimentos que já dispõe." (POZO e CRESPO, 2009).

Acrescenta-se que os órgãos governamentais reconhecem a importância das ações de educação alimentar e nutricional e para Chapman et al., 1995 (apud: ASSIS, 2004):

"O conhecimento sobre o que comer é um primeiro degrau na influência do comportamento alimentar saudável, provavelmente super valorizado. A relação entre o que as pessoas sabem e o que as pessoas fazem, tem sido considerado como "altamente tênue". O conhecimento não instiga a mudança, mas funciona como um instrumento quando as pessoas desejam mudar." (p.36)

Portanto, para que os profissionais da saúde e da educação possam interferir de forma positiva em relação à alimentação do escolar, é necessário que compreendam as idéias e o sentido que a criança atribui às diversas questões que estão relacionadas à alimentação e à nutrição.

Objetivo



Romero Brito

3. Objetivo

O presente estudo tem como objetivo:

Identificar a concepção da criança em idade escolar em relação à alimentação e à nutrição.

Metodologia



Romero Brito

4. Metodologia

4.1 Caracterizações da pesquisa

Por muito tempo, foi predominante a predileção ao método quantitativo de pesquisa ao abordar a alimentação e a nutrição. Após o reconhecimento dos vários fatores que envolvem a temática, as pesquisas qualitativas ganharam espaço e têm recorrido às ciências humanas e sociais para a interpretação dos resultados. Entretanto, ainda são poucas as pesquisas na área em questão que optam pelo método qualitativo, sendo evidenciada a necessidade de mais estudos, para que o mesmo seja aprimorado nesse campo do conhecimento (CANESQUI, 2009).

A escolha pelo método deve ser orientada pelas características do objeto de estudo, assim, os vários aspectos envolvidos no campo da nutrição exigem uma mudança de foco dos fenômenos mensuráveis para as questões de ordem social, psicológica e cultural (TURATO, 2003; BOOG, 2005 apud: OLIVEIRA, 2008).

Devido à pergunta desta pesquisa: Quais as concepções da criança em idade escolar sobre alimentação e nutrição? Optou-se por estudo exploratório e descritivo com análise apoiada em abordagem qualitativa, que utilizou como instrumentos de coleta de dados: duas entrevistas semi-estruturadas, desenhos feitos por crianças, um questionário com questões abertas, uma oficina de educação culinária, observações em sala de aula, no intervalo e das atividades de coleta de dados e caderno de campo da pesquisadora, com as anotações sobre as observações.

A abordagem qualitativa permite focar realidades cuja quantificação não pode ser realizada ou não é suficiente para a compreensão da problemática estudada. Possibilita interpretações que envolvem o universo dos significados, valores, atitudes, correspondendo a um espaço mais profundo das relações e processos (MINAYO, 2002).

Para Minayo (2002), a investigação na área de saúde é uma investigação social que deve contemplar uma característica básica do seu objeto: a análise qualitativa. “Isso implica considerar sujeito de estudo: gente, em determinada condição social, pertencente a determinado grupo social ou classe com suas crenças, valores e significados” (p.22). Implica,

também, na percepção de que o objeto com o qual se está trabalhando é complexo e em constante transformação.

Um aspecto básico no desenvolvimento de pesquisa qualitativa é o reconhecimento de que no trabalho do pesquisador, estão refletidos valores e princípios considerados em sua época (LÜDKE E ANDRÈ, 1986). O conhecimento não se produz a um rol de dados isolados e conectados por uma teoria explicativa; o sujeito-observador é parte integrante do processo de conhecimento e interpreta os fenômenos, atribuindo-lhes um significado (CHIZZOTTI, 1998).

Existem características fundamentais que abrangem a abordagem qualitativa; a primeira é que nessa pesquisa o ambiente fornece os dados e o pesquisador é seu principal instrumento; a segunda é a preocupação essencial com os significados que os indivíduos atribuem aos fenômenos sociais; a terceira é que essa pesquisa é essencialmente descritiva, sendo os dados expressos por palavras; a quarta característica é que a essa abordagem preocupa-se, principalmente, com o processo e não simplesmente com os resultados (LUDKE e ANDRÉ, 1986).

4.2 Considerações éticas

O presente estudo foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Medicina da Universidade Estadual Paulista, em Botucatu-SP, parecer nº3169/2009 (FMB - UNESP - Anexo I).

Como parte das exigências no desenvolvimento de pesquisas, elaborou-se o “Termo de Consentimento Livre e Esclarecido” (TCLE) (Anexo II), por meio de uma linguagem clara e objetiva. O TCLE serviu de instrumento para a obtenção do consentimento livre e esclarecido e informou sobre os objetivos, os benefícios e os procedimentos de coleta de dados do estudo. Foi esclarecido que as entrevistas seriam gravadas e que seriam solicitados materiais produzidos pelos participantes e que os dados seriam arquivados e depois destruídos.

Antes do início das atividades de coleta de dados, o documento foi entregue, discutido em sala de aula e recolhido após o consentimento dos cuidadores e das crianças

participantes, na faixa etária de 11 anos de idade. Nessa ocasião, foi-lhes assegurado o sigilo das informações e resguarda à identidade.

Manteve-se o respeito quanto ao desejo do participante de colaborar ou não com a pesquisa. Da mesma maneira, os participantes foram informados quanto ao seu direito de desistência em qualquer etapa da coleta de dados, assim como, à disposição dos pesquisadores no esclarecimento de dúvidas.

4.3 O local da pesquisa

A pesquisa foi realizada em uma escola municipal de ensino fundamental - séries iniciais - da cidade de Botucatu-SP.

A escola é localizada em bairro de fácil acesso e atende aos alunos de famílias que residem no próprio bairro e bairros adjacentes, sendo a maior parte delas de baixo e médio poder aquisitivo. Em relação aos pais dos alunos, dados de 2010, revelam que 1% deles é analfabeto, 19% possuem ensino fundamental completo, 50% ensino médio completo e 30% nível superior (Projeto Político Pedagógico da escola, 2010).

A escola é de alvenaria, está em bom estado de conservação e possui doze salas de aula, secretaria, diretoria, sala de professores e da coordenação, cozinha, quadra e pátio cobertos, biblioteca, laboratório de informática e jardim. De um modo geral, pode-se considerar o espaço físico como adequado para o atendimento dos escolares.

Destaca-se o interesse e a disponibilidade da direção da escola para que a pesquisa fosse realizada. Além da escola estar habituada ao desenvolvimento de projetos⁹,na ocasião, os professores participavam de uma formação continuada, cujo tema era nutrição e o Programa de Saúde do Escolar está implantado desde 1985, pela prefeitura municipal da cidade de Botucatu - SP.

⁹ Foi realizado na escola, estudo envolvendo educação alimentar e nutricional (CAMPOS e GAINO, 2006), dentre outros projetos de pesquisa.

4.4 Sujeitos envolvidos

Participaram deste estudo, 17 alunos de uma classe do 5º ano do ensino fundamental, na faixa etária de 9 a 11 anos. O anexo VII, apresenta uma caracterização detalhada de cada uma das crianças participantes desta pesquisa.

A escolha por uma classe de 5º ano deu-se por se considerar que as habilidades para a comunicação verbal e escrita desse período facilitariam o diálogo entre a pesquisadora e os sujeitos (FAUX; WALSH; DEATRUCK, 1998, apud: SPARAPANI, 2010). Também se considerou que as crianças com as idades mencionadas, de acordo com Piaget, encontram-se no estágio operatório-concreto e algumas delas já em transição para o operatório-formal. Nesses estágios de desenvolvimento cognitivo, os escolares têm a capacidade de refletir sobre o objeto de conhecimento, assim como na sua ação sobre ele. Portanto, a criança em idade escolar, pode relatar suas experiências em relação à alimentação e à nutrição, atribuindo às mesmas seus sentimentos e suas próprias opiniões.

Essas opiniões podem ter origem no ambiente escolar, através da interação da criança com pares e adultos, de suas experiências nesse ambiente e da apropriação de conhecimentos científicos, já que a temática alimentação e nutrição é parte do currículo escolar no tema “saúde”. As experiências com a alimentação e a nutrição também se originam da vivência familiar e de outros ambientes sociais, e deve-se considerar, ainda, que as crianças, de modo geral, têm fácil acesso aos meios de comunicação, que constantemente tratam de assuntos relacionados à alimentação e à nutrição. Portanto, compreende-se que a criança em idade escolar, possui um maior número de experiências e teve mais acesso a informações em relação à alimentação e à nutrição se a compararmos com a criança pequena. Na idade em questão, a criança possui capacidade de colocar-se sobre o tema “alimentação e nutrição”, já que esse também é assunto do seu cotidiano.

A professora da classe também foi considerada uma participante do processo de pesquisa, sendo que sua interação com os alunos foi objeto de observação.

4.5 Coletas de dados: instrumentos e procedimentos

Segundo Alves-Mazzotti e Gewandsznajder (1998), as investigações qualitativas podem apresentar uma estruturação prévia bem detalhada ou a estruturação pode ser definida no decorrer do processo de investigação. Na presente pesquisa, foram feitas modificações em relação aos procedimentos metodológicos, pois alguns instrumentos inicialmente propostos para a coleta dos dados (como o questionário de frequência alimentar) foram excluídos do trabalho, por não atenderem ao objetivo da pesquisa.

Optou-se por utilizar como instrumentos de coleta de dados: observação, entrevistas semi-estruturadas (duas), questionário e materiais produzidos pelos alunos (desenhos), oficina culinária e o diário de campo da pesquisadora.

A observação é uma forma de fazer contato com o real, de situar o pesquisador e orientar seus questionamentos. Os registros das observações acompanham anotações reflexivas em diários de campo que priorizam aspectos como a descrição do espaço físico, dos sujeitos, do cotidiano, das reações e alterações de comportamento, além de situações inusitadas que, vez por outra, acontecem nos locais (DELGADO e MÜLLER, 2008).

Dessa forma, esse instrumento de coleta possibilitou o contato com os sujeitos, suas perspectivas e com seu cotidiano escolar, conforme indicado por Lüdke e André (1986). Esse contato com o meio e com as relações sociais estabelecidas pelas crianças participantes da pesquisa foi de extrema importância para se compreender em qual contexto se dão as falas e ocorrem as interações de grupos. Os comportamentos observados foram relatados da forma como ocorreram, visando descrever e compreender uma dada situação. Também foi realizada uma descrição dos dados registrados em diário de campo, com discussão sobre as observações.

Não foi elaborado um roteiro detalhado para as observações, apesar disso elas foram norteadas pelas seguintes questões: Como era a relação entre a professora e os alunos e a interação entre os mesmos? Quais eram as atividades mais prazerosas no ambiente escolar? Como era o intervalo de aula e a alimentação dos escolares?

A entrevista semi-estruturada é um instrumento utilizado que depende do tipo de pergunta que se pretende responder, podendo ser o principal instrumento, na medida em que se deseja apreender as concepções e percepções da criança sobre determinado fenômeno ou situação (CARVALHO et. al., 2004). Possibilita identificar o que as pessoas

sabem e no que acreditam; seus sentimentos, desejos e crenças e também as suas justificativas para seus atos praticados (GIL, 1999, apud: SPARAPANI, 2010). Ela é utilizada quando o pesquisador conhece a área de interesse e são formuladas perguntas prévias às entrevistas, na qual se considera qual o tipo de informação que o entrevistador requer (MAYAN, 2001, apud: SPARAPANI, 2010).

Segundo Carvalho et. al. (2004), a entrevista com crianças é uma técnica que exige o mesmo rigor metodológico de outros instrumentos. Esse autor cita diversos pesquisadores (Smith, Hunter, Carvalho e Costabile, 1992; Carvalho, Smith, Hunter e Costabile, 1990; Carvalho, Beraldo, Santos e Ortega, 1993; Yates e Smith, 1989) que propõem a entrevista ou o questionário com objetivo de investigar percepções ou concepções da criança. Porém, a obtenção dos relatos confiáveis de crianças em entrevista é uma tarefa difícil e está ligada às várias questões do seu próprio desenvolvimento (IRWIN, 1985, apud: SPARAPANI, 2010).

As crianças podem apresentar dificuldades para responder honestamente em situações que adultos lêem questões, demonstrando-se mais engajadas quando em atividades apropriadas à sua idade, expressando-se abertamente sobre suas experiências (CECI e BRUCK, 1993, apud: SPARAPANI, 2010).

A entrevista semi-estruturada foi utilizada como uma das técnicas de coleta de dados desta pesquisa. Foram realizadas duas entrevistas, gravadas e transcritas na íntegra, para melhor compreensão das falas, a primeira foi realizada logo no início da pesquisa, após a aproximação com as crianças e seguida da solicitação para que se desenhassem comendo, a segunda foi realizada após a atividade culinária e a transcrição da primeira.

As entrevistas foram individuais e realizadas com os alunos que aceitaram participar da pesquisa de acordo com o "Termo de Consentimento Livre e Esclarecido" (TCLE). Elas ocorreram em sala privativa cedida pela diretoria da escola, com duração média de trinta minutos à uma hora por aluno, num total de 19 participações na primeira e 18 participações na segunda, devido à mudança de escola de um aluno.

Inicialmente, foi realizada uma entrevista piloto, para avaliar a adequação das perguntas a faixa etária e ao tema de investigação; após a primeira experiência, foram acrescentadas perguntas que caracterizassem as crianças em relação a seu cotidiano, sendo abordados o meio familiar e escolar. Dessa forma, foram consideradas 17 crianças participantes da pesquisa.

As perguntas foram apresentadas de forma clara, ordenadas logicamente, buscando-se não interromper o fluxo da entrevista e permitir às crianças falar livremente sobre os assuntos abordados, possibilitando, assim, espaço para colocarem-se sobre os temas. Por meio das entrevistas semi-estruturadas foi possível explorar as experiências vividas pelas crianças, permitindo uma análise crítica direcionada ao comportamento alimentar e em relação aos conhecimentos e concepções inerentes a alimentação e a nutrição.

Solicitou-se a produção de desenho, por considerá-lo um importante instrumento de comunicação das crianças com o mundo e uma forma de expressão de acordo com o desenvolvimento cognitivo.

Pode-se considerar, que ao desenhar a criança expressa sua habilidade criativa e seu nível cognitivo, pois o desenho é um objeto emergido do imaginário, do percebido e do real, possibilitando comunicar pensamentos sobre os temas propostos à discussão (FERREIRA, 1998). Entende-se que através dos desenhos é possível perceber o que a criança conhece e suas experiências, sendo que as imagens produzidas são acompanhadas de significados, podendo estar relacionados aos sentimentos.

Piaget (1980) considera o desenho como uma forma de função semiótica, que envolve um processo de representação da realidade e evolui em etapas. A partir dos oito/nove anos, o desenho revela um "realismo visual" (p.58), a criança passa a desenhar somente o que vê e a perspectiva e a disposição dos objetos são consideradas.

O questionário permite a exposição de fatos, idéias, crenças, formas de pensar, opiniões, sentimentos, maneiras de sentir e de atuar, comportamentos, razões conscientes ou inconscientes de determinados pensamentos, sentimentos ou ações (MINAYO, 2002).

Foi aplicado aos participantes da pesquisa um questionário com questões abertas, que teve como principal objetivo, investigar se as crianças sabiam e gostavam de cozinhar. O mesmo foi planejado com critério para que os aspectos a serem coletados fossem expostos, já que não há possibilidade de diálogo no momento da resposta (CHIZZOTTI, 1998).

4.6 Etapas da coleta de dados

Para desenvolver a presente investigação qualitativa, segue-se cinco etapas, apresentadas no Quadro 1.

Quadro 1 - Desenvolvimento da pesquisa

Etapa um	Etapa dois	Etapa três	Etapa quatro	Etapa cinco
A observação: Em sala de aula e no intervalo.	A aproximação: Histórias, desenho e apresentação do gravador.	Entrevista semi- estruturada 1 e desenho.	Oficina culinária e questionário.	Entrevista semi estruturada 2.

Etapa 1: A observação

As observações foram realizadas em sala de aula, no intervalo escolar e em atividades recreativas, com a finalidade de conhecer melhor os alunos e de selecionar os aspectos que seriam investigados. Essas se iniciaram em março de 2011, com duração de três dias, com exclusividade, e propiciaram os primeiros questionamentos que orientaram a coleta de dados e a formulação de suposições que foram modificadas na medida em que mais dados foram coletados.

Dessa forma, as observações foram determinantes para o planejamento da próxima etapa da pesquisa: "a aproximação", assim como das outras, e corroborou na elaboração das questões norteadoras das entrevistas.

Acrescenta-se que a observação do comportamento das crianças ocorreu durante todo processo de investigação e em diversas situações: nas atividades em grupo; nas interações entre crianças; durante as entrevistas e em sua relação com a professora.

Etapa 2: A aproximação

A qualidade do dado colhido depende, entre outros fatores, da relação entre o entrevistador e o entrevistado. No caso do estudo com crianças, depende muito da disponibilidade e motivação delas e que condições favoráveis de interação sejam oferecidas (CARVALHO et. al., 2004).

Considerando a importância da entrevista semi-estruturada para apreensão de concepções das crianças sobre determinados assuntos e a dificuldade de se obter motivação para o instrumento e sinceridade em seus auto-relatos, buscou-se estabelecer uma aproximação e vínculo com as crianças, propiciando relatos os mais fidedignos possíveis; para tanto, foi realizado um trabalho prévio, para melhor comunicação nas próximas etapas da pesquisa.

Considerou-se que o trabalho com o desenvolvimento da observação, concepções e imaginação infantil não pode ser desvinculado de atividades lúdicas, pois são fundamentais para o processo de amadurecimento da criança (FERRAZ, 1999, apud: LEMES, 2009). O brincar é uma das formas que a criança tem de se comunicar com o mundo que a rodeia; assim, a promoção do brincar pode ser instrumento facilitador para o estabelecimento de canais de comunicação (PEDRO et al., 2007).

Iniciou-se o estabelecimento de canais de comunicação, através de duas histórias contadas aos alunos, que se relacionam aos alimentos e são recomendadas como literatura infantil: “A menina do leite” e “A menina dos cajus”¹⁰. Nessa etapa, participaram todos os alunos da turma. Em seguida, como estratégia de familiarização com a solicitação do desenho, foi pedido que as crianças desenhassem o que haviam entendido sobre a história contada.

A sala destinada à atividade era privativa e ampla e antes do início de cada atividade, a pesquisadora apresentava-se novamente como nutricionista, pois sempre achavam que era professora; logo em seguida, começava a contar a história destinada para aquele grupo. Foram formados seis grupos de alunos, com quatro crianças cada; os grupos

¹⁰ A fábula “A menina do leite” foi adaptada por Reis (2008) e conta a história de uma menina que, pela primeira vez, iria vender o leite de sua vaca na cidade. Enquanto caminhava, fazia planos com o venda: de criar outros animais e, assim, ampliar sua renda; mas por um descuido, derrubou todo o leite e os seus sonhos se foram, de acordo com a história: “Sonhar faz parte da vida... Sonhar com cuidado, devido a nossa realidade”. Já, a História “A menina dos cajus”, conta as peripécias de uma criança, para apanhar cajus no quintal de sua vizinha (DI PAULA, 2011).

revezavam-se para ir à sala e os encontros ocorreram em seis dias consecutivos, as crianças quando chegavam à sala, posicionavam-se como queriam e, na maior parte das vezes, ficaram sentadas no chão.

Como forma de ampliar o diálogo com as crianças, pediu-se para registrarem em gravador uma história de suas vidas, que poderia estar relacionada ou não com os fatos vivenciados pela personagem da história contada e foi propiciado às crianças que manipulassem o gravador de fita C7.

Ou seja, após a história contada e o desenho, dava-se início à brincadeira de falar no gravador; a maior parte das crianças já conhecia um gravador, porém nunca o haviam manipulado. A escuta das histórias contadas pelas crianças foi marcante, pois ao se escutarem, foi percebida grande excitação: descoberta e encantamento com a própria voz; assim, o momento foi emocionante, repleto de alegria e surpresa. As crianças queriam contar outras histórias.

Compreende-se que o objetivo das atividades descritas foi à aproximação da pesquisadora com as crianças, a familiarização com a solicitação de desenho, com um gravador C7 e a valorização de suas vozes; a voz que expressa desejos, comunica idéias e constrói conhecimentos; contar histórias, desenhar e conversar, em uma prática lúdica, criativa e reflexiva, constituiu essa etapa da pesquisa. Portanto, o ouvir e compartilhar, foram uma “chave” para o estabelecimento de canais de comunicação.

Etapa 3: A entrevista semi-estruturada 1

Após as observações e as atividades iniciais (“aproximação”) realizou-se a primeira entrevista individualizada, visando obter dados sobre a caracterização dos alunos, o comportamento alimentar e o “despertar” em relação à reflexão sobre a alimentação e a nutrição por parte das crianças.

A entrevista semi-estruturada 1 (Anexo III) foi elaborada com a participação de uma pedagoga, que contribuiu, principalmente, na formulação das perguntas relacionadas à caracterização dos alunos e de sua relação com o ambiente da pesquisa. Já as perguntas relacionadas à investigação do comportamento alimentar foram baseadas na literatura sobre o assunto, que indica as principais inadequações alimentares da faixa etária em questão que devem ser investigadas. Também se buscou compreender questões inerentes a

alimentação na escola e em casa, como os alimentos consumidos nos ambientes em questão e a identificação de costumes e preferências alimentares.

Para completar os dados da entrevista, foi solicitado aos alunos que se desenhasssem comendo. A solicitação foi: "(...) desenhe você comendo", feita desta forma generalista, dando possibilidade para a criança explorar o ambiente social que desejasse. Assim, as 17 crianças fizeram desenhos que expressaram distintas situações do ato de alimentar-se.

Etapa 4: Oficina culinária: brincando de "chef" de cozinha

Considerando o brincar como fonte primordial do pesquisador que dialoga com a criança e o alimento, parte integral de nossas vidas (mais que um veículo de fornecimento de nutrientes), optou-se por realizar uma oficina culinária intitulada "brincando de chef de cozinha". A atividade lúdica serviu para que as crianças tivessem acesso a uma linguagem de seu domínio, de modo a se expressarem de maneira mais ativa e foi espaço para que demonstrassem a experiência com o preparo de alimentos.

Após preparo do bolo ¹¹ e degustação em sala de aula, os participantes da pesquisa responderam a um questionário com perguntas abertas (Anexo IV), que teve como principal objetivo investigar se sabiam e gostavam de cozinhar.

O intuito foi incitar a sensibilização das crianças para o tema nutrição através de um espaço de prazer e de expressão e, assim, investigar algumas questões que foram temas do questionário, que também avaliou a repercussão da oficina culinária e permitiu que as crianças explorassem o universo imaginário e o real, por meio da criação de uma receita.

Etapa 5: A entrevista semi-estruturada 2

A partir de análises preliminares dos dados coletados, identificou-se a necessidade da realização de uma segunda entrevista que abordasse conhecimentos mais profundos em relação à alimentação e à nutrição. E as questões norteadoras dessa entrevista (Anexo V) abordaram conhecimentos inerentes à digestão, variedade alimentar,

¹¹ Bolo de fubá, ingredientes: dois copos (200 ml) de fubá, de trigo, de leite e açúcar, quatro ovos, duas colheres (sopa) de margarina e fermento e uma xícara de café de óleo. Esses foram misturados, manualmente, e a massa assada em uma assadeira untada no forno da escola.

nutrientes, função dos alimentos no organismo e suas diferenciações, em relação a propriedades específicas. Buscou-se, ainda, identificar restrições alimentares e as motivações dos indivíduos para a alimentação.

4.7 Análises dos dados

Para a análise dos dados, consideraram-se as entrevistas semi-estruturadas, a oficina culinária, o questionário e o caderno de campo.

A oficina culinária - brincando de "chef" de cozinha - e o questionário foram analisados em conjunto, pois se relacionam. Em relação à oficina, foi descrito sobre a participação das crianças, inclusive abordando a satisfação das mesmas com a atividade, e às respostas do questionário, foram analisadas quanto ao número de crianças, sempre, comparando com ao total de participantes da pesquisa, ou seja, foi indicado o número de crianças que apresentaram determinada resposta para cada pergunta do questionário. Também foi realizada análise geral em relação à receita inventada e feito inferências a outros achados importantes.

Em relação às entrevistas, as fitas gravadas foram transcritas na íntegra, pela própria pesquisadora, seguindo-se a recomendação de QUEIRÓZ (1983 apud: OLIVEIRA, 2008), que define a transcrição como: "a reprodução de um documento, em plena e total conformidade com sua primeira forma, em total identidade, sem nada que o modifique". Nesse período, há a possibilidade de se fazer a primeira reflexão, pois todo o processamento da pesquisa é retomado, com seus envolvimento e emoções; o pesquisador participa da construção de todo o material, numa real ação de "observador participante" (QUEIRÓZ, 1983 apud: OLIVEIRA, 2008).

À medida que as entrevistas foram sendo transcritas, iniciou-se o processo de análise qualitativa e após a transcrição, foram feitas leituras e releituras de cada um dos relatos transcritos, buscando identificar os aspectos recorrentes ou contraditórios, dando sequência no processo de análise. Portanto, foi realizada a análise de conteúdo (BARDIN, 1977) com a materialidade linguística, através das condições empíricas do texto, estabelecendo categorias para a sua interpretação (CAREGNATO e MUTTI, 2006). A escolha de categorias é o procedimento essencial desse referencial metodológico, visto que elas

fazem a ligação entre os objetivos e os resultados da pesquisa (FREITAS e JANISSEK, 2000, apud: SPARAPANI, 2010).

Além disso, deve-se considerar que a análise na pesquisa qualitativa não tem como finalidade contar opiniões, pois seu foco é a exploração do conjunto de opiniões e representações sociais sobre o tema investigado. Esta análise não precisa abranger a totalidade das falas dos entrevistados, uma vez que as opiniões de um grupo homogêneo costumam ter muitos pontos em comum ao mesmo tempo em que apresentam singularidades próprias da biografia de cada interlocutor (MINAYO, 2007).

A partir da análise do material, produzido nas entrevistas com as dezessete crianças, foram construídas cinco categorias:

- Categoria 1 - Os caminhos dos alimentos em nosso corpo;
- Categoria 2 - O alimento para a criança: imprescindível à vida e ao crescimento; promotor de saúde e de doenças; e sua falta relacionada à morte;
- Categoria 3 - O alimento vivo e suas funções;
- Categoria 4 - Comer muito faz mal: pode ter consequências como a obesidade e necessidade de tratamento;
- Categoria 5 - A participação da mãe na prática alimentar da criança: as escolhas dos alimentos e as mudanças de hábitos.

Os dados foram organizados em duas partes, a primeira parte relaciona-se ao reconhecimento do ambiente escolar, as características das crianças, a alimentação da família e delas próprias em casa e na escola, ao ato de alimentar-se na representação dos desenhos e ao questionamento se as crianças sabem e gostam de cozinhar. Na segunda parte, estão descritas as categorias.

A triangulação é definida por Oliveira (2008) como o processo de observar um fato ou um fenômeno social a partir de vários ângulos. Dessa forma, os dados obtidos, através de diferentes instrumentos, foram confrontados entre si, a fim de relacionarem-se. Logo, foi realizada a triangulação de dados (VIANNA, 2003), possibilitando a reflexão sobre os diferentes achados.

Resultados e Discussões



Romero Brito

5. Resultados e Discussões

Os dados relacionados ao ambiente escolar, às características das crianças, à alimentação da família e delas próprias em casa e na escola e à relação com o preparo de alimentos (cozinhar) coletados por meio da observação, do desenho, da oficina culinária, do questionário e de algumas respostas das entrevistas foram reunidos em três tópicos:

- Conhecendo as crianças;
- Uma aproximação das crianças e de suas concepções sobre a alimentação e sobre o ato de alimentar-se na representação de desenhos;
- O preparo dos alimentos.

Os resultados referentes às concepções das crianças, obtidos por meio das entrevistas, foram organizados no tópico:

- Conhecendo as concepções das crianças sobre alimentação e nutrição.

5.1 Conhecendo as crianças

Ao entrar na classe do quinto ano, constatei que o espaço físico era amplo e as carteiras, mesinhas individuais, conservadas e dispostas em fileiras. Em frente a elas e próximo a janela, ficava a mesa de madeira da professora. Ao fundo da sala, havia dois armários de metal, um vertical, onde a professora guardava material didático e escolar; e outro horizontal, onde ficavam acondicionados os materiais didáticos para as aulas de ciências: como livros, peças de plástico, representando partes do corpo humano e microscópios em miniatura, entre outros. Na sala havia cortina nas janelas e nas paredes estavam afixadas produções e cartazes referentes a trabalhos escolares, alfabeto em letras amarelas e um livreiro de madeira azul com literatura infantil.

Em relação aos alunos, verifiquei que estavam organizados por gênero (grupos de meninos e de meninas) e por afinidade. Entre eles, havia diálogo frequente, sem que levantassem da cadeira.

Diariamente, a professora iniciava a aula cumprimentando os alunos e, em seguida, registrava na lousa a data e pedia para que eles deixassem somente os materiais

escolares sobre as carteiras. Todas as disciplinas eram ministradas pela mesma professora e os conteúdos eram transmitidos de forma expositiva em lousa, com a leitura do livro didático e com a utilização de material didático diferenciado. O caso das aulas de ciências era tratado com particular orgulho por parte da professora, que fez questão de mostrar todas as atividades programadas para as aulas futuras.

A professora incentivava os estudantes menos atentos, indicando reconhecer características - limitações e potencialidades das crianças. Direcionava-se a elas, fazendo elogios em relação as suas habilidades. A professora dizia que seus alunos eram espertos e estudiosos e que se orgulhava da turma.

As crianças sempre queriam mostrarem as suas produções à professora e iam à mesa dela para mostrar o que haviam feito, sendo parabenizadas, na maior parte das vezes. Porém, quando a professora não podia ver o texto, o desenho ou a tarefa, as crianças voltavam quietas à carteira.

As correções das tarefas realizadas em sala de aula e/ou trazidas de casa eram feitas na lousa e por meio da leitura, pelos alunos, das respostas anotadas no livro. No entanto, alguns ficavam um pouco tímidos ao irem à lousa e ao ler. Observei somente uma criança negando-se a ler (e sua vontade foi respeitada); e outra aluna que sempre fazia questão de ler, porém suas solicitações nem sempre eram atendidas. As dificuldades de alguns alunos com a leitura e a escrita eram claras e eles recebiam reforço escolar de uma estudante de pedagogia, que sempre estava presente na escola. Os reforços aconteciam em grupos pequenos, no período da manhã.

Além das atividades em sala de aula, os estudantes iam, uma vez por semana, ao laboratório de informática e à biblioteca. O que eles mais gostavam de ler eram gibis. A professora mantinha uma caixa de gibis na sala de aula e, antes do sinal da saída, sempre os deixava ler. Porém, entre uma atividade e outra, alguns liam escondido.

Houve um dia, em que as crianças receberam a visita de uma professora que leu uma história a elas. Quando fui à escola no dia seguinte, queriam contar sobre a história e disseram que se comportaram, porque gostavam de ouvir histórias.

Os alunos respeitavam a professora titular, fazendo silêncio quando era solicitado e cumprindo as tarefas propostas. O mesmo não acontecia com a professora substituta: eles ficavam inquietos e dispersos e alguns diziam que se contentavam com minha presença, porque “aquele dia era de professora substituta”.

Para os dias festivos da escola, os alunos ensaiavam coreografias idealizadas pela própria professora com a participação deles na escolha da música, dos passos e do figurino. Aqueles que não ensaiavam, podiam conversar, de forma que não atrapalhasse o andamento da atividade, e/ou ler “gibis”. As crianças gostavam da hora do ensaio e ficavam bastante à vontade com a minha presença. Algumas vezes em que assisti ao ensaio, foi solicitada a minha opinião sobre a proposta.

Constatedei que as crianças gostavam de compartilhar momentos. Uma aluna comemorou seu aniversário em sala de aula, oferecendo ao grupo salgadinho, refrigerante, bolo, docinho e música. Percebi grande satisfação da aniversariante, dos seus familiares, dos colegas e da professora.

Verifiquei que os alunos também participavam de um programa de cidadania da guarda municipal intitulado “Patrulheiros”. Todos os alunos tinham a oportunidade de participar; a nomeação é temporária e a indicação é feita pela professora, mas para isto os alunos precisam ser disciplinados e manterem boas notas. Os guardas municipais iam à escola, para desenvolver atividades e selecionar novos patrulheiros. Os alunos patrulheiros usavam um colete que os identificava durante o intervalo e tinham como função, manter a ordem, cuidando para que os colegas respeitassem as normas e uns aos outros. As crianças “ouviam” os patrulheiros e os alunos nomeados para a função orgulhavam-se da sua incumbência.

O espaço destinado ao intervalo era um pátio amplo e coberto, com mesas para alimentação, de tênis e de “pebolim”, palco, lousa (informando o cardápio da alimentação escolar, próxima a cozinha) e, em alguns pontos específicos das paredes havia produções dos alunos de diferentes anos e painel informativo. As crianças, também, podiam sentar-se em alguns bancos ao sol.

Durante o intervalo, os alunos brincavam de corda, de pega-pega, de “pebolim” e tênis de mesa ou simplesmente, conversavam e comiam os lanches que traziam de casa ou a alimentação escolar.

Sempre que possível, eu e a professora conversávamos sobre os alunos. Questionei se as crianças haviam entrado em contato com conteúdos referentes à alimentação e à nutrição. Ela respondeu que no ano anterior fora mostrada, rapidamente, a pirâmide alimentar e que, neste ano, abordaria conteúdos mais específicos. A professora explicou que o curso de formação continuada que estava frequentando (oferecido pela

prefeitura municipal) era sobre esses temas e que os seus conteúdos deveriam ser trabalhados com os alunos.

Pelas observações realizadas, considero que na relação entre a professora e as crianças havia cumplicidade e troca de experiências. A interação entre os alunos era intensa e eles se apresentavam solícitos uns com os outros.

Os momentos de convívio com as crianças, no cotidiano da escola, possibilitaram a identificação de quais atividades eram mais prazerosas a elas e o reconhecimento do espaço escolar, favorecendo as primeiras aproximações com os alunos e com sua realidade escolar, configurando-se como um tempo preparatório para a definição dos caminhos deste estudo.

Além do reconhecimento do espaço escolar e da interação das crianças como os pares e com a professora, também foi investigada a alimentação das mesmas e de seus familiares para a identificação de experiências relacionadas à alimentação, e foram explorados os principais ambientes do cotidiano dos escolares. Dessa maneira, apresenta-se a seguir um quadro síntese, com as principais informações relatadas durante as entrevistas sobre a alimentação em casa e na escola.

Quadro 2 – Algumas características das crianças e de seus relatos sobre a alimentação da família, na escola, dia alimentar habitual, preferências e restrições alimentares, Botucatu, 2012.

Criança	Características	Alimentação da família	Alimentação na escola	Dia alimentar habitual	Preferência e restrições alimentares
1	Menina 10 anos Casa: tia, mãe e irmão (pais separados).	Comem todos juntos. Mudança de hábitos alimentar devido à cirurgia da tia. Considera sua alimentação saudável.	Utiliza a alimentação escolar e leva lanche (pão com manteiga ou maionese, raramente salgadinho).	Café da manhã: leite com chocolate em pó, pão com manteiga. Sem colação. Almoço e jantar: arroz, feijão, vegetal refogado, verdura, suco, fruta ou doce light. Ceia: leite.	Preferência: bolacha água e sal com manteiga ou requeijão, pão manteiga ou geléia e arroz e feijão com banana. Restrições: alimentos gordurosos.
2	Menino 10 anos Casa: Mãe, padastro e três irmãos.	Comem todos juntos. Não tem o hábito de comer salada com frequência.	Utiliza a alimentação escolar, tem predileção pelo macarrão e nuggets e leva lanche (salgadinho bolacha e refrigerante).	Café da manhã: leite com café, pão ou bolacha. Sem colação. Almoço e jantar: arroz, feijão, carne, frango, alface e cenoura (macarrão no jantar), refrigerante ou suco. Lanche da tarde: leite com chocolate em pó, pão ou bolacha. Sem ceia.	Preferência: carne, frango, bolacha, salgadinho e "nuggets". Restrições: pepino, beterraba e batata.
3	Menina 10 anos Casa: Pais e dois irmãos.	Comem todos juntos. Considera sua alimentação saudável.	Utiliza a alimentação escolar e leva lanche (pão com queijo e suco).	Café da manhã: leite com adoçante ou chocolate em pó e pão com queijo ou manteiga. Sem colação. Almoço e jantar: arroz, feijão, frango, salsicha, linguiça, alface, couve flor e tomate, suco natural sem açúcar. Lanche da tarde: leite e pão. Ceia: às vezes, leite.	Preferência: vinagrete, suco de laranja com berinjela ou beterraba, frango, arroz, feijão e salgado ("mesmo sendo fritura"). Restrições: brócolis, chuchu, quiabo, iogurte ("porque tem corante").
4	Menino 9 anos Casa: pais, avó e três irmãos	Comem todos juntos. No momento, a mãe não tem preparado salada devido ao preço alto do produto.	Utiliza a alimentação escolar, tem preferência pelo macarrão e leva lanche (salgadinho e suco industrializado), ou não come nada no intervalo.	Café da manhã: leite e pão. Sem colação. Almoço e jantar: arroz, feijão, "bife" e verdura (macarrão, pizza ou lanche no jantar). Lanche da tarde: leite e pão. Sem ceia.	Preferência: lasanha, macarrão, pizza frita, lanche e espetinho. Restrições: beterraba e repolho.
5	Menino 11 anos Pais e dois irmãos	Não comem juntos. Quase diariamente comem fritura e, com pouca frequência, salada.	Utiliza a alimentação escolar e leva lanche (salgadinho ou bolacha)	Café da manhã: negligência. Sem colação. Almoço e jantar: arroz, frango, linguiça, salsicha, alface, refrigerante ou suco industrializado, fruta (às vezes) Lanche da tarde: leite com chocolate em pó e pão com "Nutela". Ceia: leite ou fruta.	Preferência: arroz, macarrão e carne sem gordura. Restrições: verduras, porém não citou quais.

Criança	Características	Alimentação da família	Alimentação na escola	Dia alimentar habitual	Preferência e restrições alimentares
6	Menino 9 anos Casa: avos, mãe e tio (pais separados)	Não comem juntos. Com frequência comem salada.	Utiliza a alimentação escolar, gosta do macarrão e leva lanche (salgadinho, bolo industrializado e refrigerante).	Café da manhã: negligencia. Sem colação. Almoço e jantar: arroz, caldo de feijão, "bife" (ovo com pão no jantar), refrigerante, suco industrializado ou natural, sorvete, gelatina ou torta doce. Sem lanche da tarde. Ceia: leite e pão com margarina ou salame.	Preferência: lasanha, macarrão e bisteca frita. Restrições: berinjela, rabanete, agrião e cebola.
7	Menina 10 anos Casa: pais (filha única)	Comem todos juntos.	Utiliza a alimentação escolar e leva lanche (salgadinho e refrigerante, ou somente o último, segundo a cc, para acompanhar a merenda).	Café da manhã: leite com café. Sem colação. Almoço e jantar: arroz, caldo de feijão, frango, alface e tomate, refrigerante e suco industrializado (após o jantar - iogurte ou chocolate). Sem lanche da tarde. Ceia: às vezes iogurte.	Preferência: lasanha, berinjela frita, cereal matinal e iogurte de morango com pedaços da fruta. Restrições: brócolis, grão do feijão.
8	Menina 9 anos Casa (sítio): pais e dois irmãos	Não comem juntos.	Utiliza a alimentação escolar e leva lanche (salgadinho, bolacha, refrigerante ou suco).	Café da manhã: leite com café e açúcar, pão com manteiga e presunto e mexerica. Sem colação. Almoço e jantar: arroz, feijão, carne, verdura, água, refrigerante, suco industrializado ou limonada. Lanche da tarde: leite com café, pão manteiga ou presunto e queijo. Sem ceia.	Preferência: arroz, feijão, linguça, cenoura, pepino e alface. Restrições: banana e mamão.
9	Menina 9 anos Casa: mãe e irmã (pais separados)	Não relatou se comem juntos.	Utiliza a alimentação escolar e leva lanche (pão com mortadela ou salgadinho).	Café da manhã: leite com chocolate em pó. Sem colação. Almoço e jantar: arroz, carne, frango, alface e água. Lanche da tarde: pão e leite. Sem ceia.	Preferência: macarrão e frango assado. Restrições: feijão, carne de porco, repolho, abobrinha, tomate, cenoura e cebola.
10	Menino 10 anos Casa: avos, mãe e tio (pais separados)	Não comem juntos. Com frequência comem salada. A maior parte dos alimentos são refogados.	Leva somente o lanche (pão com presunto e queijo, bolacha, refrigerante ou suco industrializado).	Café da manhã: negligencia ou leite com chocolate em pó ou groselha ou banana. Colação: barra de cereal ou leite fermentado. Almoço e jantar: arroz, feijão, carne, batata, cenoura, abobrinha, tomate, alface e couve, suco. Lanche da tarde: pão com presunto e queijo, leite ou vitamina. Ceia: bolacha doce e leite com cereal matinal.	Preferência: stroganoff, lasanha de berinjela, nuggets, pudim de leite condensado e de leite em pó. Restrições: manga, melancia, cebola, beterraba, chuchu, mandioca, repolho e rúcula.
11	Menino 9 anos Casa: pais e um irmão	Não comem juntos. Com frequência comem salada.	Utiliza a alimentação escolar, tem preferência pelo macarrão e raramente leva lanche a escola.	Café da manhã: leite com café e pão com manteiga. Sem colação. Almoço e jantar: arroz, feijão carne, repolho, tomate e cenoura (macarrão no jantar) suco artificial ou refrigerante, doce ou fruta. Lanche da tarde: leite e pão, às vezes doce. Sem ceia.	Preferência: lanche e feijoada. Restrições: chuchu, batata e mandioca.

Criança	Características	Alimentação da família	Alimentação na escola	Dia alimentar habitual	Preferência e restrições alimentares
12	Menino 10 anos Casa: pais e um irmão	Comem todos juntos. Considera que os alimentos são fartos.	Utiliza a alimentação escolar tem preferência pelo macarrão e leva lanche (salgadinho, bolacha e chocolate em pó industrializado).	Café da manhã: negligencia, às vezes, leite com chocolate em pó, coxinha ou bolinho de carne com ovo. Sem colação. Almoço e jantar: arroz, feijão carne, frango, batata frita, verdura - alface, suco industrializado ou refrigerante (após o jantar - doce). Lanche da tarde: bolo ou fruta - banana e laranja. Sem ceia, levanta no meio da noite para comer.	Preferência: arroz, feijão, bife, batatinha frita, macarrão e frango. Restrições: alguns vegetais e frutas, porém não relatou quais.
13	Menina 10 anos Casa: pais e três irmãos (um gêmeo com ela - cç 17)	Não comem juntos.	Leva somente o lanche (pão com manteiga, maionese ou presunto e queijo, salgadinho e chocolate em pó industrializado).	Café da manhã: leite com café ou chocolate em pó, pão com manteiga ou presunto e queijo. Sem colação. Almoço e jantar: arroz, feijão (às vezes), carne, ovo, alface, tomate, abobrinha e chuchu, suco natural de laranja ou abacaxi (às vezes) e gelatina. Lanche da tarde: leite com café ou chocolate em pó, pão com manteiga ou presunto e queijo. Não relatou sobre a ceia.	Preferência: macarrão, arroz, feijão, batata frita, tomate e sopa industrializada ("miojo"). Restrições: algumas, porém não relatou quais, também cebola e alho.
14	Menina 9 anos Casa: avós, bisa avó, tia e dois tios (pais separados)	Não comem juntos. Com frequência comem salada, pois o tio está de regime.	Utiliza a alimentação escolar, tem preferência por arroz com ervilha e milho e leva lanche (bolo e suco industrializados).	Café da manhã: leite com chocolate em pó e açúcar. Sem colação. Almoço e jantar: arroz (às vezes), feijão, carne, frango, ovo, alface, água, limonada (às vezes). Lanche da tarde: leite com chocolate em pó e açúcar e pão com margarina. Não relatou sobre a ceia.	Preferência: feijão. Restrições: feijoada, carne seca e brócolis.
15	Menino 10anos Casa: pais (filho único)	Não comem juntos.	Leva somente o lanche (pão com margarina).	Café da manhã: leite com café ou suco. Sem colação. Almoço e jantar: arroz feijão, carne, alface, rúcula, acelga e quiabo, suco natural ou industrializado, fruta ou gelatina (quando não tem fome, não janta, come fruta – manga, maçã, pêra e pêssego). Sem ceia	Preferência: quiabo com frango, picanha, batata frita e macarrão. Restrições: beterraba e brócolis
17	Menino 10 anos Casa: pais e três irmãos (um gêmeo com ele - cç 13)	Comem todos juntos. Quase diariamente comem fritura e com pouca frequência salada.	Raramente utiliza a alimentação escolar, tem predileção pelo macarrão e leva lanche (pão com presunto ou margarina, bolacha, salgadinho e chocolate em pó industrializado).	Café da manhã: leite com chocolate em pó, pão ou fruta. Sem colação. Almoço e jantar: arroz, feijão, "fritura" e batata, alface, tomate, gelatina, brigadeiro e bolo. Não relatou sobre o lanche da tarde. Ceia: leite com chocolate em pó e pão.	Preferência: purê. Restrições: cenoura e couve.

As informações fornecidas pelas crianças possibilitaram o conhecimento de alguns aspectos da alimentação em família, do hábito alimentar e das preferências e restrições alimentares, considerados subsídios importantes para a compreensão da concepção dos escolares sobre a alimentação e a nutrição.

Pela análise dos relatos, verifiquei que os alunos falaram sobre o meio familiar e escolar, ou seja, sobre suas vivências em espaços de seu cotidiano. Ainda, as crianças relataram suas brincadeiras com entusiasmo. E o final de semana foi apontado como dia de descanso, de brincar e de convívio familiar, sendo valorizado nos relatos.

Sobre a escola, as crianças relataram morar perto dela e se locomover até ela por meio de transportes ou a pé. Disseram sentir-se bem na escola porque gostam da professora. Percebi que esse relato era incentivado pela própria professora e considero que alguns achavam que deveriam dizer isso. Alguns disseram gostar de ir à escola devido ao intervalo, espaço de brincadeiras e conversas com os colegas, outros disseram que gostavam de “ser patrulheiros” e, outros ainda citaram a educação física como motivação para irem à escola.

Em relação à alimentação escolar, as crianças levam lanche à escola e uma pequena parte come somente a merenda. De maneira geral, gostam da alimentação servida na escola, tanto que algumas a comem e levam seus lanches de volta, algumas vezes, até mesmo repetem. O hábito de levar lanches pode gerar excessos alimentares, pois algumas crianças comem seus lanches e a merenda; enquanto outras, não se alimentam, somente brincam. Os alimentos levados como lanche são industrializados: como sucos, chocolate com leite, bolos, salgadinhos e refrigerantes. Duas crianças relataram levar frutas à escola, pois uma mudou seus hábitos alimentares e a outra está de regime.

Nas falas também identifiquei o comportamento alimentar das famílias, mostrando que poucas mantêm as refeições em conjunto e que cada membro tem escolhido onde alimentar-se, sendo os lugares diversificados, assim como os horários para as refeições. As crianças acabam, muitas vezes, alimentando-se na companhia da televisão, sendo que a reunião da família, geralmente, acontece no final de semana. É possível identificar monotonia alimentar e restrições, principalmente, pelos vegetais e frutas; esses, ainda não são preparados com frequência (uma criança justificou o fato ao preço), já as frutas parecem estar mais presentes no hábito alimentar das famílias.

Em alguns lares, são os pais que preparam as refeições, enquanto as mães trabalham e há crianças que se alimentam na casa dos avós. As preparações de final de semana foram apresentadas como diferenciadas; muitos comem fora de casa, no almoço e com *fast food*.

Já em relação aos hábitos alimentares dos entrevistados, é necessário citar que a investigação do consumo alimentar de crianças pode apresentar dificuldades adicionais se comparada à de adultos. Na literatura brasileira são escassos os trabalhos que discutem se o melhor respondente é a criança ou seus responsáveis (HINNIG et. al., 2010). Segundo Vitolo (2003), após os sete anos de idade, com técnicas e orientações apropriadas, crianças conseguem estimar sua ingestão alimentar sem a ajuda dos pais. Portanto, foi solicitado aos entrevistados que contassem sobre seu dia alimentar habitual, sendo este tipo de inquérito mais apropriado à idade dos sujeitos da pesquisa.

A maior parte das refeições é realizada em horários adequados, sendo que algumas crianças jantam tarde da noite e, apesar da maioria ser servida pelos pais e/ou cuidadores, demonstram autonomia em suas escolhas alimentares, conforme encontrado na literatura, que informa que entre os sete e dez anos, as crianças já apresentam um grau razoável de independência tanto nas escolhas relacionadas ao alimento, quanto em relação aos gostos, preferências e restrições (ACCIOLY et. al., 2005).

Uma aproximação das crianças e de suas concepções sobre a alimentação e sobre o ato de alimentar-se na representação de desenhos

Segundo Ferreira (1998) o desenho pode indicar percepções, conhecimentos, emoções, vontades, imaginação, memória, além de ser uma forma de interação social apropriada a condições físicas, psíquicas, históricas e culturais.

Para Barbosa (1984, apud: PEREIRA, 1993) o desenho, em cada etapa da evolução intelectual, perceptiva e motora das crianças, representa: "Uma forma de construção do conhecimento - expressão da subjetividade e construção de conhecimento objetivo; movimento (gesto), conceituação do mundo, aventura perceptiva e estruturação de pensamento" (p 25).

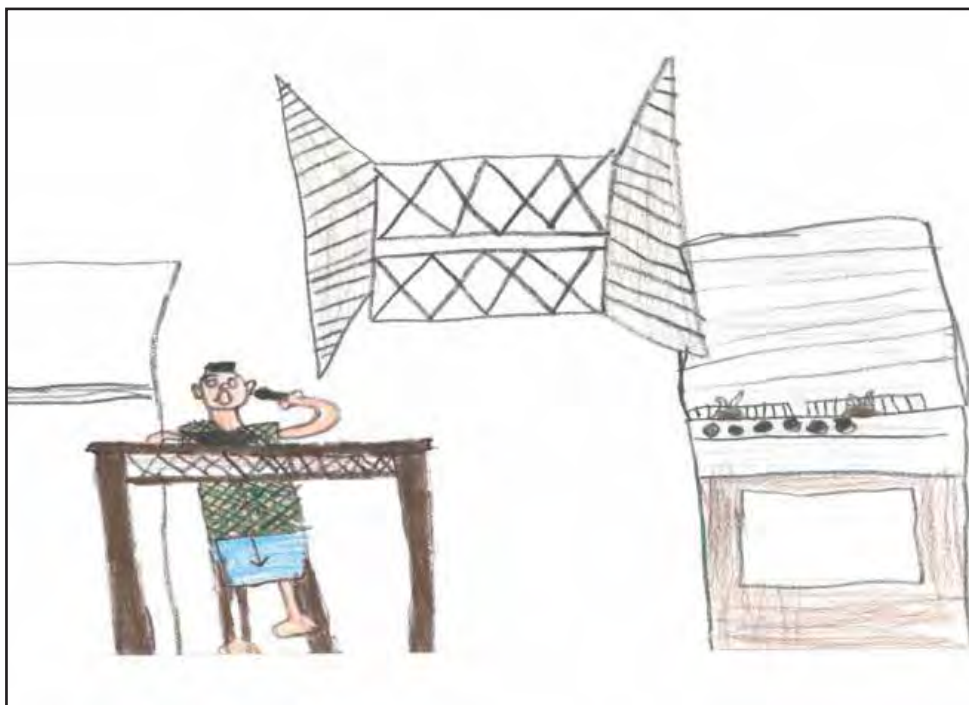
O desenho da criança é inicialmente uma semântica aberta, em que cada signo se combina a outro de maneira sempre complexa (GRUBITS e DARRAULT-HARRIS, 2003

apud: CRUZ, 2008): “Esta semântica é testemunha bem evidentemente da pessoa, de sua individualidade, daquilo que ela é no momento presente, mas também, sem dúvida, de um saber coletivo legado de uma convenção simbólica.” (p 278)

A partir do exposto, busquei identificar elementos presentes nos desenhos, para melhor compreender o comportamento alimentar em uma situação específica: o que, como, onde e quem está comigo, quando estou comendo?

Abaixo estão apresentados alguns exemplos de desenhos (Anexo VI - todos os desenhos produzidos).

Figura 1 - Desenho da criança 2 alimentando-se.



Cç 2: Criança comendo na mesa da cozinha, de colher. Em seu prato não é possível visualizar os alimentos. Na cozinha representou a geladeira e o fogão, que apresenta-se maior em relação às outras figuras.

Figura 2 - Desenho da criança 5 alimentando-se.



Cç 5: Criança sentada na cama de costas para o prato vazio. No quarto há cama, cômoda, televisão e videogame.

Figura 3 - Desenho da criança 10 com alimentos ao seu redor.



Cç 10: Criança com alimentos ao seu redor. Escreveu: gosto de sanduíche, manga, "stroganoff", rolo de carne e pudim.

Figura 4 - Desenho da criança 7 alimentando-se.



Cç 7: Criança sentada a mesa, comendo de garfo, os alimentos foram representados pelas cores amarela e verde, também desenhou sua mãe em pé e mais um prato a mesa com alimentos.

Alguns alimentos foram desenhados e nomeados pelas crianças, outros estão presentes, porém não nomeados, mas visualmente identificáveis como figuras de saladas. Em alguns desenhos, não foi possível o reconhecimento dos alimentos.

Os desenhos propiciaram a identificação de aspectos como: a tevê e o videogame como companheiros durante as refeições, valorização de frutas e vegetais e preferências alimentares, reforçando achados já identificados nas entrevistas.

O desenho foi um recurso importante para o reconhecimento das condições do ato de alimentar-se dos entrevistados, levando-me a compreender que as crianças comem alimentos saudáveis e não saudáveis; sentadas a mesa, no sofá ou em sua cama; em diferentes locais da casa, fora dela (como quintal ou jardim) e em outros ambientes sociais, como a escola.

O preparo dos alimentos

A oficina culinária - "Brincando de chef de cozinha" - ocorreu em uma tarde chuvosa, no horário escolar, num dia em que os alunos estavam realizando uma prova de português, sendo que o primeiro grupo participou antes da prova e o segundo após seu término.

As crianças vestiram touca e avental, confeccionados para a atividade, lavaram as mãos e, logo depois, com a receita, iniciaram o preparo do bolo. Entusiasmaram-se em paramentar-se e não houve nenhum aluno que se negou a colocar a touca e o avental, mostraram-se muito motivados e disputaram para ler a receita (liderar a atividade), acrescentar os ingredientes, misturá-los e também para untar a assadeira.

Alguns escolares revelaram que nunca haviam preparado um alimento e transpareceram em seus semblantes emoção e satisfação; já outros aproveitaram para contar que tinham algumas experiências anteriores, até mesmo questionaram sobre o preparo. Os meninos e as meninas tiveram o mesmo envolvimento, participando de todas as etapas do preparo e uns falando aos outros como realizar cada etapa.

Depois do bolo pronto, todos se divertiram comendo. Após a degustação em sala de aula, os alunos responderam um questionário com perguntas abertas. A atividade lúdica - brincando de "chef" de cozinha - propiciou às crianças um sentido para as perguntas que foram apresentadas no questionário.

Sobre a pergunta se **sabiam cozinhar**, 11/17 das crianças responderam que sim, 2/17 que não e 4 /17 das crianças, responderam que sabiam um pouco, ou mais ou menos. Aquelas que sabiam cozinhar, aprenderam com as mães.

Em relação ao que **sabiam fazer**, as crianças indicaram saber cozinhar omelete ou ovo 10/17, macarrão "miojo" 6/17, arroz 7/17 e carne 4/17, também indicaram saber preparar feijão, macarrão, batata frita e salada 2/17 e ainda, anotaram que sabem fazer bolo 8/17 e gelatina 2/17.

Uma criança respondeu não saber fazer nada, enquanto outra, saber fazer tudo; ainda, alguns alimentos os quais as crianças responderam saber cozinhar ou preparar, não foram considerados na análise, pois apareceram uma única vez nas respostas.

Em relação ao que **gostariam de aprender a cozinhar**, algumas crianças não responderam (4/17) e outras demonstraram interesse, de maneira geral, em apreender a

fazer biscoito, trufa, brigadeiro, ovo de páscoa, frango, ovo frito, pizza, suflê, além dos mais citados: lasanha, macarrão, arroz e bolo.

Quanto à pergunta: **Gostou de fazer o bolo aqui na escola? Como foi para você?** Todos os alunos disseram ter gostado muito da atividade, respondendo a pergunta com as expressões: “legal”, “adorei”, “foi muito divertido”, manifestando ainda, satisfação em trabalhar em grupo.

Ainda, **sobre as receitas inventadas**, através das quais foi possível identificar as noções de preparo, os resultados mostram que eles têm pouca noção de ingredientes, quantidades e modos de preparo, pois indicaram ingredientes inadequados para as preparações, quantidades insuficientes ou exageradas, já o modo de preparação restringiu-se a “vai ao forno”, por exemplo, ou o mesmo não foi citado.

A alimentação das crianças: alguns indicativos

Pelos relatos das crianças sobre sua alimentação, pelos desenhos e pela atividade culinária foram reconhecidos alguns aspectos do comportamento alimentar dos entrevistados (integrando a história pessoal e os aspectos sociais e culturais, provenientes do meio) na escola e na família. Assim, as crianças explicitam que:

- se alimentam sozinhas;
- se alimentam na cozinha e na sala;
- têm relativa autonomia em relação às escolhas alimentares;
- têm poucas possibilidades de escolhas alimentares na família, mas fazem escolhas em relação aos lanches levados à escola;
- têm alimentação pouco diversificada na família;
- comem alimentos não saudáveis;
- são servidos pelos pais ou familiares;
- gostam de comer com a família; principalmente aos finais de semana;
- gostam de fast food, refrigerantes e doces;
- não gostam de comer vegetais e frutas;
- levam lanche à escola e comem a merenda;
- têm pouco conhecimento em relação ao modo de preparo de alimentos e
- têm satisfação/interesse no preparo dos alimentos.

5.2 Conhecendo as concepções das crianças sobre alimentação e nutrição

A partir da análise do material produzido nas entrevistas com as dezessete crianças, foram construídas cinco categorias que serão apresentadas a seguir. As quatro primeiras relacionam-se às concepções das crianças em relação à alimentação e à nutrição e a quinta relaciona-se à formação das mesmas.

Categoria 1 - Os caminhos dos alimentos em nosso corpo

Os entrevistados relataram que a digestão inicia-se na boca com a mastigação:

"Mastigar bastante, não já engolir depois que colocar a comida na boca (...)." (Cç 11)

"Começa pela boca, pelos nossos dentes, eles têm que mastigar bem: triturar, mastigar." (Cç 14)

As crianças compreendem que o processo de digestão inicia-se na boca e valorizam a função dos dentes. A idade escolar está envolta em informações acerca do cuidado bucal, portanto elas conhecem a função do órgão.

O estômago foi citado como outro órgão envolvido no processo, através do qual, expôs-se certa consciência em relação à excreção:

"(...) pega todo líquido bom da carne, que vai para o sangue e aquela massa sai pelas fezes (...)" (Cç 3)

"(...) na hora que tiver digerindo (...) o estômago vai separar a comida que vai sair na forma de coco e os nutrientes que vai ficar no corpo." (Cç 7)

"(...) desce até aqui no estômago (...) ele vai digerindo. Assim, quando agente come, aí o estômago elimina o que eu não é bom, daí sai pelo coco, e o xixi... coco é a comida que o estômago não aproveitou, ele acha que vai fazer mal para ele, então ele elimina (...) por exemplo, quando a gente come sopa, o estômago vai separar para ele só o que é bom (...) os nutrientes e as vitaminas, o que não é bom ele elimina... daí o estômago leva para os vasos sanguíneos. Do sangue, depois eu não sei." (Cç 17)

O estômago foi visto como o componente mais importante no processo de digestão. É por meio dele, que os nutrientes passam para a corrente sanguínea e são aproveitados pelo corpo. Essa compreensão sugere a apropriação pelo tema, mostrando sua valorização, entretanto, há alguns equívocos em relação à função do órgão e do processo digestório: foi compreendido que ele é responsável pela exceção - cuja concepção considera o que é excretado não benéfico -. Ainda, o aproveitamento do alimento é visto através de um elemento líquido - que representa os nutrientes - desta forma, é entendido que o alimento precisa passar por uma transformação para nutrir o corpo.

Em relação à transformação do alimento, as crianças discorreram acerca dos elementos que nutrem as células:

"(...) aí as proteínas e cálcio vai para o sangue (...) para os ossos ficar forte." (Çç 2)

"A alimentação boa vai para o sangue e do sangue vai para as células (...) vitaminas, potássio, ferro, cálcio, tem várias." (Çç 3)

"Aproveitamos as vitaminas, a vitamina A, C, um monte (...). Vão para as células do sangue e faz a gente ficar forte, com o osso bem resistente." (Çç 15)

Com o reconhecimento da transformação do alimento, o sangue é visto como "carregador" dos nutrientes e, assim, as células são nutridas. Ou seja, o olhar da criança também se volta para o que ocorre na célula.

Foram citados órgãos que não têm envolvimento no processo digestivo:

"(...) passa pela traquéia e já vai direto para o estômago." (Çç 3)

"A comida desce pela garganta, passa pelo pulmão, desse para barriga." (Çç 4)

"(...) fica na nossa barriga (...) passa pelo coração, para o sangue." (Çç 13)

Além do estômago, outros órgãos fundamentais no processo de digestão não foram identificados e outros ainda, citados erroneamente.

Segundo Santana (2007, apud: FORGIARINI, 2010), o aprendizado da ciência no ensino fundamental é bloqueado devido à falta de integração entre as várias disciplinas existentes no currículo escolar, além da falta de interação do próprio conteúdo fornecido.

Essa relação depende de vários fatores, tais como: o método de ensino disciplinar, as características dos alunos, a formação do professor, entre outras.

Uma pesquisa recente realizada por Forgiarini (2010), acerca das concepções de alunos do ensino fundamental sobre o tema da digestão, reforça a idéia supracitada. Seus dados demonstram que os alunos não entendem, de fato, a questão da digestão e que, muitas vezes, o conceito é apenas decorado, não incorporado na estrutura cognitiva dos sujeitos.

É possível afirmar, portanto, que as concepções dos participantes da pesquisa sobre o processo de digestão tiveram influência do meio escolar. O tema digestão é conteúdo da disciplina de ciências da natureza, embora possa, também, ser considerado como conteúdo de temas transversais.

Concluindo, nessa categoria as crianças falaram sobre o que acontece com a comida depois que a engolimos, enfatizando a importância do processo da digestão dos alimentos. O estômago foi citado como principal órgão do processo, enquanto outros órgãos envolvidos deixaram de ser mencionados. Alguns (como pulmão e coração) foram incluídos erroneamente ao processo digestivo. A excreção também foi citada e alguns alunos tentaram explicá-la.

Categoria 2 - O alimento para a criança: imprescindível à vida e ao crescimento; promotor de saúde e de doenças; e sua falta relacionada à morte

As falas das crianças mostram que, para elas, a alimentação é compreendida como imprescindível à vida e fundamental para a manutenção do organismo. Não obstante, sua falta proporciona o adoecimento, com prejuízo das funções orgânicas, podendo ocorrer à hospitalização e possível morte.

"(...) porque se eu não comer vou morrer (...) se não comermos nada, vamos tornar-nos um esqueleto, não vai ter nada de bom no nosso corpo." (Cç 8)

"Se a gente ficar vários dias sem comer, fica passando mal, dor de cabeça, não consegue fazer nada, fica fraco (...) não consegue se mexer direito, daí precisa da ajuda da nossa mãe para levantar e depois morre!" (Cç 13)

“A gente pode ficar doente, no hospital, e o médico fala para a gente comer, porque sem comida não sobrevive (...)” (Cç 17)

O olhar em relação à morte é fatalista e a concepção de morte é diferente da apresentada por crianças que estão doentes ou vivem a eminência da morte. Em estudo que teve por objeto a representação social das crianças em tratamento do câncer em relação ao adoecimento, os participantes preferiam não falar da morte para protegerem-se, a fim de diminuir seu sofrimento, pois nessa reflexão emergiam muitos sentimentos, acentuando suas “dores” (CAGNIN et al., 2004). Em um estudo de caso, uma criança com câncer avançado, não compreendia a morte como o “fim”, mas que tudo que é inesquecível não morre, assim, seria imortal, pois sua existência é inesquecível aos olhos de quem a ama (VESDRUSCOLO, 2005). As entrevistas com crianças têm indicado que é importante o papel das experiências com relação a situações de morte. Kastenbaum (1974, citado por TORRES apud: NUNES, 1998) aplicando esse método, afirmou que o conceito de morte é dependente das experiências do indivíduo.

Estudos no campo da filosofia, que têm buscado compreender a “visão” de morte em nossa sociedade moderna chamam a atenção para o fato das pessoas, sempre, estarem buscando a irreversibilidade da mesma, tendo como subterfúgio as pesquisas e o grande avanço das ciências médicas, não aceitando a morte natural (LEIS, 2003). Os relatos apresentados remetem-nos a compreensão de que, como a sociedade em geral, os entrevistados deste estudo, previnem a morte, sendo a alimentação vista em sua forma “pura”, como o elixir da vida, dessa forma, a morte pode ser evitada.

A morte, ainda, foi compreendida como consequência de fatores socioeconômicos e ambientais. Devido às condições desfavoráveis para o plantio, os áfricos, por exemplo, muitas vezes não tem a oportunidade de produzir seus alimentos. Soma-se a esse fator a sua fragilidade física, indisponibilizando-os ao trabalho, o que acarreta na triste realidade da fome, com consequências bastante alarmantes, como a morte.

“(...) na África que os menininhos passavam fome, só pele e osso, não tinham carne, parecia que nem tinham os órgãos internos, muito sequinhos, morriam, não tinha com que se alimentarem; muito pobrinhos (...) existe dificuldade de produzir os alimentos, o lugar é muito seco, não tem muita água e as pessoas nessa condição não tem condição para o trabalho (...). Precisa de nutrientes (...) para não ficar fraco, muito magrinho, doente, para não morrer de fome!” (Cç 10)

Existe atenção frente ao sofrimento pela falta de alimento. Além do entendimento de que as condições desfavoráveis são determinadas pelo meio, isto é, as pessoas são responsáveis pela sua realidade e inseridas em um contexto sócio-histórico. Tal constatação foi construída através da visão estigmatizada dos africanos, que pode ter sido aprendida através da escola, pelos conteúdos didáticos, e/ou pelos meios de comunicação, presos ao tradicionalismo de associar, nas condições mais críticas como a africana, a falta de comida à morte.

A inquietação apresentada pelo entrevistado em relação à morte das crianças na África recai sobre os grandes temas que uma sociedade considera merecedores de preocupação (TORRES, 1979 apud: NUNES, 1998) e a partir desses, elabora conceitos. Oliveira (2006) acrescenta que, nas diferentes épocas, cada sociedade, através de sua cultura, sugeriu respostas acerca do mundo, das “coisas” e relações com seus iguais, como as percepções sobre a vida e a morte e o desejo dessa ser evitada: “Os avanços da ciência vão firmando-se como promessa de resolver as angústias humanas e dominar a vida e a morte”, sendo a subjetividade substituída pela objetividade.

Nunes (1998), afirma que a cultura exerce grande influência na formação dos conceitos, em especial, em relação ao conceito de morte; assim, compreende-se que no relato em questão, por influência cultural, a criança entende de forma objetiva que a comida é um “elemento” que impede à fome e, por isso, evita a morte, e dá indícios de que a interferência nos fatores socioeconômicos e ambientais poderia amenizar a condição dos africanos.

Ao contrário de morrer, viver é “se manter em pé”:

“Para me manter saudável (...) para se manter em pé, porque saco vazio não para em pé (...) para o funcionamento do corpo (...) (Cç 14)

Essas crianças têm o pensamento oposto àquelas cujo corpo passa pelo processo de adoecimento (perda gradativa das funções orgânicas): quando seus corpos se mantêm saudáveis, se encontram ativos, em seu funcionamento íntegro.

Piaget ao explicar o desenvolvimento cognitivo das crianças, as classificou em três estágios e identificou que, na idade escolar (estágio operacional concreto), inicia-se o processo de reflexão, inclusive, em relação à morte e a vida. Porém, é somente na

adolescência que há entendimento abrangente sobre os temas. Também constatou que a reversão mental do pensamento é própria da criança com mais de sete anos (NUNES, 1998).

Os entrevistados relatam que a alimentação mantém o corpo apto para as atividades diárias e faz com que se desenvolva de forma geral e específica. Ou seja, proporciona o crescimento e o desenvolvimento da massa muscular, além de favorecer a atividade física e intelectual.

"(...) ter força para brincar, para me exercitar, para ter educação física na escola, para manter o corpo forte, para ficar bem musculoso."
(Cç 15)

"(...) Comer bem é comer alimentação saudável Para mim, a alimentação é uma coisa que deixa a gente mais reforçada (...), muito mais forte; mais pensativo." (Cç 16)

"(...) eu preciso de todos os alimentos para crescer" (Cç 11)

A alimentação está diretamente associada às atividades de consumo energético, que são próprias da infância, e ao crescimento, sendo este importante fator biológico, na fase de desenvolvimento em que se encontram as crianças. O exercício físico e as atividades intelectuais estão atrelados ao ato de comer, favorecendo um bom rendimento, tanto em sala de aula, quanto na educação física. Porém, esse ponto vista dos escolares é equivocado.

A idade escolar caracteriza-se por maior atividade física, ritmo de crescimento constante com ganho mais acentuado de peso próximo ao "estirão" da adolescência. A oferta de nutrientes deve ser suficiente para prover as perdas metabólicas diárias e para permitir o crescimento adequado (SBP, 2006). E não se pode considerar o aspecto biológico como fator único e isolado, no rendimento escolar.

Os entrevistados salientaram que o alimento, além de ser importante nas atividades funcionais e intelectuais, "dão saúde":

"Eu acho os alimentos e a comida uma coisa muito boa, elas são boas para gente, dão saúde (...) e faz que o nosso corpo cresça." (Cç 1)

"(...) se comer coisa saudável, você fica saudável. É aquela história: somos o que comemos." (Cç 6)

"(...) acho que todos os alimentos são bons para a nossa saúde, para a nossa alimentação, para ser bem saudável!" (Cç 10)

Os alimentos, mesmo aqueles cujo consumo recomenda-se controle, foram considerados benéficos a saúde, que foi apontada, como “algo” que se pode adquirir com facilidade, através de uma única forma, neste caso, por meio do alimento. Além disso, observa-se, que os entrevistados não se colocam na “primeira” pessoa, fizeram generalizações, se incluindo como parte de um todo, não considerando suas reais necessidades, inclusive nutricionais.

Christopher Boorse (1977 apud: SCLiar, 2007) compartilha o conceito de saúde das crianças, afirmando que “saúde é ausência de doença”, classificando os seres humanos como saudáveis ou doentes de forma objetiva, através do grau de eficiência das funções biológicas. A elaboração desse conceito foi uma crítica a postulados anteriores, todavia, sabe-se que o mesmo não é vigente, pois não satisfaz as “necessidades” das pessoas.

Anteriormente, já havia sido proposto um conceito amplo pela Organização Mundial da Saúde (OMS, 1948 apud: SCLiar, 2007 p.36): “Saúde é o estado do mais completo bem-estar físico, mental e social e não apenas a ausência de enfermidade”, nessa perspectiva, saúde expressa o direito a uma vida plena e sem privações.

Outro conceito amplo é o “*health field*” (campo da saúde), formulado por Marc Lalonde, titular do Ministério da Saúde e do Bem-estar do Canadá, que analisou fatores que interferem na saúde: a biologia humana, o meio ambiente, o estilo de vida e a organização da assistência à saúde; e afirmou que pode ser mais benéfico ter água potável e alimentos saudáveis do que dispor de medicamentos (SCLiar, 2007). Esse entendimento foi manifestado pelas crianças de forma implícita, pois ao relacionarem saúde a alimento, entendem que o mesmo é fator protetor de doenças.

Também foram citados hábitos saudáveis de vida a partir da experiência familiar. Neste caso, é o avô quem muda seu estilo de vida, e essa mudança é percebida e valorizada pela criança:

“Ele (avô) se preocupa, não estava se preocupando! Mas está com colesterol e pressão baixa... Ah não! Quer dizer alta. Falou que a turma da UNESP (...) foi fazer uns exames (...) um checkup (...) daí falou para ele (...). Daí ele começa a caminhar em volta da piscina, todo dia caminha, para se cuidar esta se alimentando bem (...) não come fritura, meu avô só come carne branca (...) peixe ou frango, uma salada e mais uma mistura, uma abobrinha refogada, couve, chuchu, coisas assim. (Cç 10)

A criança constatou que o avô se mobilizou para a reversão da condição de “doente”, através da atividade física e mudança de hábitos alimentares.

Devido ao aumento das doenças crônicas não transmissíveis, por meio dos hábitos não saudáveis, a OMS (2003) propôs uma estratégia global para alimentação saudável, atividade física e saúde. Nela é preconizada a redução da ingestão de alimentos de alta densidade calórica, com alto índice glicêmico e de bebidas açucaradas, aumento no consumo de fibras, conseqüentemente, de frutas e vegetais e prática regular de exercícios físicos. A estratégia defende também que os ambientes domiciliares e escolares devem promover atividade física e alimentação saudável e segundo o mesmo órgão, essas medidas previnem a obesidade, o diabetes tipo dois, doenças cardiovasculares e o câncer.

Ainda, foi colocado que o alimento melhora o peristaltismo intestinal, contribui para cura da gripe e melhora a qualidade de vida durante o tratamento de quimioterapia.

“Minha mãe, fala assim: Você tem que comer mais, tem intestino preso, tem que comer bastante fruta.” (Cç 8)

“(...) têm alguns alimentos que são remédios, as plantas medicinais que servem como remédio, tem chá de gengibre, mastigar gengibre para dor de garganta, até bala; tem uma planta que não lembro que faz chá quando está com gripe e nariz trancado; meu avô me explica, fala das plantas, para que elas são boas; ele viveu a vida inteira no sítio e foi passando o conhecimento de pai para filho.” (Cç 10)

“(...) a minha tia estava doente, daí a minha avó compra muita fruta para ela (...) estava fazendo quimioterapia e ela estava ruim, daí ela tinha que comer bastante fruta e verdura, daí a minha avó comprava bastante fruta, daí eu comia.” (Cç 12)

Além de ter sido reconhecido o “papel” do alimento na prevenção de doenças, ele também foi visto como coadjuvante no tratamento e cura. As explicações das crianças foram influenciadas por experiência própria e na família. Em relação às doenças mencionadas, a obstipação intestinal é comum na infância; o câncer é, atualmente, uma enfermidade bastante presente nas famílias, devido ao número de acometidos; e a gripe é uma doença comum, vigente em todas as faixas etárias. Para seu tratamento, são muitos os remédios “caseiros”, advindos da cultura popular e prescritos informalmente, sendo os conhecimentos em relação a esses, transmitidos ao longo das gerações.

Pode definir-se como alimento funcional aquele que apresenta efeitos fisiológicos benéficos à saúde do homem, tanto para prevenir quanto para tratar doenças.

Mas esta definição, incluindo o tratamento, não é consenso internacional. Embora existam fortes evidências da eficácia do uso da terapia antioxidante na recuperação de funções debilitadas e de outros alimentos no tratamento de doenças (FERRARI e TORRES, 2002).

Ainda deve-se considerar a influência cultural em relação ao tratamento e cura de doenças. O estudo da cultura não é exclusividade da antropologia, é tema de estudo de pesquisadores e profissionais da área da saúde, pois as realidades da clínica médica devem ser analisadas a partir de perspectiva transcultural, visto que, muitos grupos utilizam a medicina popular, sistemas médico-religiosos, além de outros sistemas ao longo do processo de doença e cura, sendo o alimento parte desse universo. Dessa forma, pensar na cultura ajuda a compreender os múltiplos comportamentos relacionados à saúde do indivíduo (LANGDON e WIIK, 2010).

Reconhece-se o olhar com enfoque biológico em relação à morte e à saúde e o “valor” que as crianças deste estudo atribuíram ao alimento, através das relações estabelecidas entre alimento, morte e saúde, que são verdadeiras, porém intrigantes partindo de crianças. Ao relacionarem a morte com a falta de alimento, atribuíram à comida, a vida, apresentando uma visão dicotômica entre vida e morte; essas entendem que a última pode ser evitada, diferentemente, de crianças de outros estudos que sabem que a morte pode cessar sua própria existência.

Para as crianças o alimento tem um importante papel na prevenção, tratamento e cura de doenças. Também, entendem a comida como um “combustível” para as atividades na escola. Em contra partida, a saúde, não foi associada a essas atividades, pois não foi compreendida em seu aspecto amplo, e devido ao pouco entendimento em relação a essa, os entrevistados não se reconheceram como sujeitos merecedores de atenção em relação aos seus modos de viver a vida. Porém têm direitos, assegurados pela Constituição Federal de 1988 (apud: SCLIAR, 2007), artigo 196, diz que:

“A saúde é direito de todos e dever do Estado, garantido mediante políticas sociais e econômicas que visem à redução do risco de doença e de outros agravos e ao acesso universal e igualitário às ações e serviços para a promoção, proteção e recuperação”. Este é o princípio que norteia o SUS, Sistema Único de Saúde. E é o princípio que está colaborando para desenvolver a dignidade aos brasileiros, como cidadãos e como seres humanos (p.39).

Compreende-se, portanto, que a criança deve voltar-se para sua saúde, através dos determinantes para uma vida plena, de modo que possa reconhecer-se como saudável ou não, pois tendo em vista sua real condição de saúde, pode ser participativa em relação ao próprio cuidado. Muitos estudos (BREWSTER, 1982; PERRIN, SAYER e WILLETT, 1991; HANSDOTTIR e MALCARNE, 1998) colocam que, com o aumento da idade e experiências, há mudanças nos conceitos infantis sobre a causa, prevenção e cura das doenças, pois acompanham a compreensão de outros fenômenos físicos (PEROSA, et al., 2006). Desta forma, com o passar do tempo, a concepção de saúde também é passível de mudança, contribuindo para um maior entendimento da criança sobre “ser saudável”.

Categoria 3 - O alimento vivo e suas funções

Uma criança define o alimento como uma unidade viva:

“Ele é vivo, mas não se mexe como nos!” (Cç 14)

A criança compara o alimento com o ser humano como forma de valorizá-lo, e entende que, assim como nós precisamos dele, ele também precisa de substratos para se manter vivo, que se relacionam com as condições de plantio como o solo e a água.

O alimento é algo representado, isto é, apreendido com significado cognitivo. Pois, nem tudo que pode ser utilizado como alimento é percebido como tal. O caráter simbólico do alimento, também se diferencia com a idade, situação social e outras variáveis (RAMALHO e SAUNDERS, 2010).

Ainda em relação aos alimentos, as crianças falam sobre aqueles que são fontes de óleo e gorduras:

“As frutas têm vitaminas (...) o salgadinho é o pior, porque ele é um óleo puro (...) a bolacha recheada, ela tem óleo, também.” (Cç 3)

“Nutriente não é a gordura (...)” (Cç 7)

“(...) depende da comida, se for nutritiva, quando tem arroz, salada, que faz bem para a gente, aí seria bom, mas se tiver só coisas gordurosas (...) só batata frita, não seria bom, porque só faz engordar, aumentar a nossa gordura no sangue, aí a gente pode até ficar doente.” (Cç 17)

Nutrientes são vistos pelas crianças como elementos que fazem bem para o corpo. E essas consideram o óleo e a gordura prejudiciais a saúde e, por isso, esses não são reconhecidos como nutrientes e, também não são entendidos como energéticos e carreadores de vitaminas lipossolúveis. Essa constatação por parte das crianças pode ter sido influenciada pelas informações que elas têm em relação aos alimentos, pois quando são transmitidas, muitas vezes há enfoque nos óleos e gorduras como não benéficos.

Os nutrientes são substâncias que estão inseridas nos alimentos e possuem funções variadas no organismo. São eles: proteínas, carboidratos, vitaminas, minerais, fibras e gorduras (CUPPARI, 2002). Essas são provenientes em geral de alimentos de origem animal, podendo ser consumidas como parte integrante do alimento.

A distinção entre óleo e gordura baseia-se no estado físico, o primeiro é líquido e o segundo aparentemente sólido, ambos são fonte de lipídios, importantes na alimentação. Fornecem energia, são veículos de vitaminas com características antioxidantes e de ácidos graxos essenciais, que não são sintetizados no organismo e devem ser consumidos diariamente. Os nutrientes em questão também são importantes para o sabor e textura dos alimentos e preparações (PHILIPPI, 2008).

Os alimentos fontes de óleos e gorduras devem ser escolhidos proporcionando saúde e prazer ao alimentar-se (PHILIPPI, 2008). O Guia Alimentar para a População Brasileira, publicado pelo Ministério da Saúde, estabelece diretrizes práticas com recomendações relacionadas à seleção de alimentos como fontes desses nutrientes, para os profissionais da saúde e a população. A Organização Mundial de Saúde (OMS), através da Estratégia Global, também faz recomendações em relação ao consumo de alimentos fonte de lipídios (OMS, 2003; BRASIL, 2006).

De acordo com os entrevistados, o açúcar e os doces, quando ingeridos em excesso contribuem para a obesidade, mas podem ser consumidos com moderação, assim como as carnes gordurosas. E o carboidrato foi compreendido como nutriente energético:

“O doce, ele faz a gente engordar, pega doença, domingo mesmo apareceu no domingo espetacular um homem (...) você viu? Ele passou do peso, ele está com duzentos e setenta quilos, ele só tem vinte e sete anos, só come doce, doce (...) foi comendo mais doce, mais doce, batata frita, brigadeiro, beijinho, tudo, várias coisas mesmo, a alimentação dele piorou no Japão, ficou horrível a alimentação dele e ele engordou e se não melhorar a alimentação dele, pode morrer.” (Cç 1)

"(...) de vez em quando, não comer todo dia um doce (...)" (Cç 3)

(...) não pode comer muita carne gorda, muito açúcar. "O açúcar ajuda para ser obeso, não sei o porquê não, mas também ajuda." (Cç 10)

"Carboidratos, essas coisas (...) para te deixar com energia." (Cç 12)

É provado que as crianças não reconhecem os alimentos energéticos, pois esses não foram citados como fonte de carboidratos, porém a função desse nutriente é de conhecimento delas. Ou seja, há uma dissociação entre alimentos energéticos e carboidratos. Dessa forma, os alimentos fontes de açúcares e o açúcar livre, que fornecem energia, somente foram vistos como prejudiciais à saúde. Tal concepção também pode ser advinda das interações do cotidiano, pois as pessoas, de modo geral, consideram os óleos, gorduras e açúcares como "vilões", e isso se deve, as constantes campanhas para a redução do consumo de gorduras e açúcares, muito difundidas na atualidade.

De fato, o açúcar é um alimento altamente energético, praticamente isento de nutrientes importantes para a saúde da criança. A população de menor renda é associada ao maior consumo de açúcar, enquanto crianças inseridas em famílias de maior renda consomem mais alimentos como: refrigerantes e chocolates, que também são de pouca qualidade nutritiva. No entanto, em estudo multicêntrico, realizado em cinco cidades brasileiras, não foi encontrada diferença no consumo de açúcar nas diferentes faixas de renda. E em outro estudo multicêntrico sobre consumo alimentar nas cidades de Campinas e Goiânia, os refrigerantes foram consumidos em todas as faixas de renda (AQUINO e PHILIPPI, 2002).

A recomendação de limitar o consumo de açúcares livres tem como princípio o reconhecimento de que existem interações complexas entre escolhas pessoais, normas sociais e fatores ambientais e econômicos que determinam o padrão alimentar. A Estratégia Global prevê ações de caráter regulatório, fiscal e legislativo sobre o ambiente que visam tornar factíveis as escolhas saudáveis, pois o consumo de açúcares livres dentro do limite recomendado pode contribuir para o controle de peso e prevenção das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) (OMS, 2003).

Um entendimento mais abrangente em relação à composição dos alimentos foi relatado por uma criança:

“(...) também não como só coisa saudável, tem vez que pego um lanche lá do mercado, sabe, pão com mortadela (...) tem uns que tem muita gordura, muita caloria, tem aquelas coisas ruins! Mas pode ter coisa boa na comida ruim!” (Cç 14)

Os componentes dos alimentos são considerados pelas crianças “bons” ou “ruins” e há entendimento que em um único alimento existem vários elementos, ou seja, diferentes nutrientes, com predominância de alguns deles. Para a criança, mesmo que o nutriente predominante seja a gordura, o alimento, ainda, é composto de outros elementos, assim, pode ser ingerido sem culpa, sem a estigmatização da comida como prejudicial, dessa forma entende-se que “pode ter coisa boa na comida ruim”. Além disso, há consciência de que uns alimentos são mais calóricos que outros.

Todo alimento tem, em sua composição, nutrientes, que em maior ou menor proporção, definem seu valor nutritivo, isso também está relacionado à quantidade de energia presente no produto em questão. Em relação à energia proveniente dos macronutrientes, não há evidências que confirmem que as gorduras sejam mais obesogênicas que os carboidratos ou proteínas. Mas considerando, que os óleos, gorduras e açúcares estão presentes naturalmente nos alimentos, adicionados em várias preparações e nos alimentos industrializados, há necessidade de escolhas que considerem o valor nutritivo dos alimentos, pois alguns podem ser muito energéticos e com baixo valor nutritivo; esses devem ser consumidos de acordo com as necessidades nutricionais dos sujeitos (OMS, 2003; PHILIPPI, 2008). Dessa forma, o alimento não deve ser classificado como “bom” ou “ruim”, mas sim, compreendido como mais ou menos energético, fonte ou não de gordura e/ou açúcar, podendo ser consumido ou não, sendo considerada a individualidade.

Foram citadas as proteínas e a importância do arroz com feijão. Outros entrevistados ainda valorizaram o feijão:

“(...) tem muitas comidas que tem proteínas, para ficar forte (...)” (Cç 6)

“(...) comer legumes, arroz e feijão todos os dias e duas frutas ao dia ao máximo, acho que é ao mínimo, por aí, não tenho certeza.” (Cç 4)

“(...) eu falo que tem três F, F de feijão, F de ferro e F de forte; eu quem inventou.” (Cç 6)

“(...) arroz e feijão juntos formam nutrientes bem! O feijão tem nutriente bom já, o arroz também (...)” (Cç 7)

O arroz com feijão é fonte de nutriente de qualidade nutricional, por isso, essa dupla é considerada uma “comida” que deve estar presente, diariamente, na refeição. Deve-se considerar, ainda, que o consumo de arroz e feijão é hábito cultural da alimentação brasileira. O feijão, sozinho, também foi valorizado. As crianças sabem que as proteínas estão presentes nos alimentos, mas não reconhecem os alimentos fontes; apesar de falarem do feijão. Portanto, as proteínas não são entendidas como nutriente construtor.

O hábito de se comer arroz com feijão é benéfico e deve ser na proporção de duas partes de arroz para uma de feijão, pois as leguminosas não possuem os mesmos valores nutritivos que carnes e ovos, não podendo ser substituídas sem o ajuste necessário no equilíbrio de aminoácidos. O feijão é tradicionalmente parte importante da dieta em diversas culturas no mundo, e para algumas populações, as proteínas de origem vegetal constituem a maior fonte desse nutriente na dieta, sendo obtidas principalmente dos feijões (PHILIPPI, 2008).

Zaluar (1980 apud: RAMALHO e SAUNDERS, 2010) abordou aspectos da comensalidade e concluiu que para a população urbana, principalmente de baixa renda: “(...) existem alimentos que são comida e outros que não são. Comida é basicamente feijão, arroz e carne. As verduras, os legumes e as frutas são alimentos que servem para tapear a fome”. (p.12)

As crianças não só abordaram os macronutrientes, as vitaminas e os minerais, também foram amplamente citados assim como seus benefícios e alimentos fontes:

“(...) banana é rica em potássio, salada tem muita proteína, tipo cenoura, eu não sei o que tem a cenoura, não lembro (...) uma tem vitamina C, outras são boas para o coração” (Cç 6)

“Cálcio, ferro, vitamina A e B, o que eu conheço são esses, que eu vejo muito na teve, no comercial de “Danone”, onde fala: Tem vitamina A, vitamina B, fortalecem os músculos, os ossos. Ajuda não dar doença, como a desnutrição, eles alimentam o nosso corpo, os órgãos, ajudam no nosso corpo, não dá desânimo, fortalece.” (Cç 10)

“Eu conheço nutriente do ferro, acho que só do ferro, a gente leu uns livrinhos o que mais apareceu foi do ferro! (...) não é ferro de verdade, é o que a gente não enxerga, é do alimento, que não sei da onde vem isso daí! O feijão como eu disse tem ferro. O espinafre do Popai! Eles têm quase a mesma quantidade, eles têm a mesma quantidade de ferro!” (Cç 14)

“Falaria para ela comer verduras, legumes, frutas, tomar suco natural, feito no liquidificador, não comer gordura, comer sempre um pedaço de carne; quando for comer pão comer um só, não passar muita manteiga, não comer bolacha salgadinha, não comer salgadinho, não comer muita carne de hambúrguer, não comer muito lanche, não tomar guaraná, porque o gás dele é muito forte, se a gente comer demais essas porcarias, a gente vai ficar gorda!” (Cç 16)

Os entrevistados compreendem que os alimentos têm funções diferentes, sendo essas determinadas por componentes específicos, ou seja, nutrientes predominantes, neste caso, mais especificamente micronutrientes. Assim, as vitaminas e minerais foram reconhecidos como reguladores das funções orgânicas e com propriedades antioxidantes. Por isso, os alimentos fontes de vitaminas e minerais devem ser preferidos em relação aqueles ricos em óleos e gorduras: enquanto esses podem levar à doenças, os alimentos reguladores protegem o organismo das enfermidades. As crianças ainda recomendam o consumo de verduras, legumes e frutas.

Os meios de comunicação têm um impacto importante para a formação da opinião das crianças, assim como os personagens de histórias. Ainda é importante citar que a embalagem foi fonte de informação, levando-nos a compreender que as crianças têm interesse em relação à composição dos alimentos, porém não sabem determinar com clareza os alimentos fontes de determinados nutrientes.

É recomendado o consumo mínimo diário de 400g de frutas e vegetais, aumento do consumo de fibras e de alimentos oleaginosos. Não há limite superior para o grupo dos alimentos reguladores e recomendações específicas para o consumo de frutas, verduras, legumes, cereais integrais, nozes ou assemelhados na infância. O motivo principal para recomendar o aumento do consumo desses alimentos está na possibilidade de poderem substituir outros de alto valor energético e baixo valor nutritivo, como cereais, grãos processados e açúcar refinado, básicos na preparação de alimentos industrializados e *fast foods*. Além de sua possível contribuição no balanço energético, eles podem introduzir nutrientes, com efeitos significativos na saúde geral dos indivíduos e, mais especificamente, na prevenção DCNT, como a obesidade, o diabetes tipo dois, as doenças cardiovasculares e certos tipos de câncer (OMS, 2003).

Os entrevistados conhecem algumas funções específicas dos componentes alimentares, como verificado nas falas abaixo:

"(...) beber bastante leite para enrijecer os ossos." (Cç 4)

"(...) também, feijão, tem ferro." (Cç 6)

"O ferro está no feijão, para a anemia." (Cç 13)

As crianças conhecem os alimentos que se relacionam com o fortalecimento dos ossos e a prevenção da anemia, aspectos relevantes na faixa etária em que se encontram. Pois estão em período de crescimento e a anemia é bastante prevalente entre os escolares.

No crescimento de crianças e adolescentes, a falta de cálcio para o acúmulo no esqueleto pode ter consequências negativas para a massa óssea. Mesmo, o crescimento acelerado, determina maior necessidade de ferro, porém a dieta dificilmente consegue atingir a recomendação necessária. Acrescenta-se que a carência de micronutrientes pode se manifestar independentemente das condições socioeconômicas (NOGREGA, 2008; RAMALHO e SAUNDERS, 2010).

Além das crianças relatarem seus conhecimentos em relação à macro e micro nutrientes. Também, colocaram suas impressões em relação aos sucos, refrigerantes, salgadinhos (industrializados), entre outros alimentos.

"Por que algumas não servem para gente (alimentação) e outras servem: arroz, feijão (...) alguns (alimentos) têm pouquinhos nutrientes, tipo salgadinho, bala, alguns nem tem: chicletes e outros já têm bastante: cenoura, batata, maçã, um monte de coisa, e alguns têm bastante gordura." (Cç 2)

"(...) minha mãe não compra muito suco industrializado, faz suco natural (...)" (Cç 3)

"(...) não pode comer muita fritura, tomar muito refrigerante, essas porcarias assim, salgadinho, muita bala, que estraga os dentes, chiclete (...) coca-cola desgasta os ossos, muito refrigerante e doce não fazem bem." (Cç 10)

Mais uma vez as gorduras não são reconhecidas como nutrientes, elas são citadas como parte do alimento, porém não integradas ao grupo dos nutrientes. Para a criança, os alimentos naturais (cenoura, batata, maçã), são fontes de muitos nutrientes, enquanto os alimentos industrializados (salgadinho, bala, chiclete) são considerados como pouca fonte de nutrientes além de possuírem calorias vazias. Ainda em relação à qualidade dos alimentos, os sucos naturais são reconhecidos como melhores que os industrializados;

os refrigerantes são apontados como prejudiciais aos ossos, principalmente, quando tomados em excesso.

À medida que aumenta a renda *per capita* de um país, há aumento no consumo de alimentos industrializados, pois esses ficam mais baratos, sendo acessíveis a todos os estratos sociais. O hábito adquirido com o aumento do consumo desses alimentos pode reduzir o consumo dos alimentos “in natura”, porém não há muitos estudos que evidenciam esse aspecto. As pesquisas, geralmente, associam o consumo de alimentos industrializados com a melhoria da qualidade de vida da população, assim, o frango e o iogurte presentes no cardápio das famílias representam melhoria nas condições de vida. O consumo do último, melhora a qualidade da dieta, em relação ao fornecimento de cálcio e outros nutrientes, importantes na alimentação das crianças; ainda, o incremento da industrialização, também, teve impacto positivo em relação a alimentos modificados, ou seja, enriquecidos com nutrientes que possam contribuir para o melhor valor nutritivo da dieta infantil (AQUINO e PHILIPPI, 2002).

Não existem recomendações específicas com relação ao consumo de alimentos industrializados na dieta infantil. As principais recomendações nutricionais atuais enfatizam o incentivo ao consumo de uma maior variedade de alimentos “in natura”, que incluam pães, cereais, frutas e hortaliças, utilizando-se sal e açúcar com moderação. Apesar de não haver recomendações em relação ao consumo de alimentos industrializados, a presença desses na dieta proporcionou práticas alimentares não saudáveis, que constituem desvantagens para a saúde, como os desvios ponderais e desenvolvimento de deficiências nutricionais múltiplas ou específicas, devido ao fato, de muitos desses, serem de baixo valor nutritivo (AQUINO e PHILIPPI, 2002; RAMALHO e SAUNDERS, 2010).

Em um estudo com crianças americanas, constatou-se que, apesar de o consumo energético ter se mantido, houve aumento na proporção de lipídios da dieta, provenientes, principalmente, de biscoitos, salgadinhos e similares, pois, esses são ricos em carboidratos, e os salgadinhos, em particular, são ricos em lipídios e sal; ou seja, esses alimentos aumentam a energia e gordura na alimentação das crianças (AQUINO e PHILIPPI, 2002). Sabe-se, também, que há tendência de se substituir bebidas mais saudáveis por refrigerantes, fato evidenciado em uma análise do consumo de adolescentes americanos, que mostrou uma primeira substituição de leite por refrigerantes e, posteriormente, parcial substituição dos

refrigerantes por sucos, com grande adição de xarope de frutose. O consumo de refrigerantes é um fator de risco para o excesso de peso (BRASIL, 2006).

Dessa forma, Aquino e Philippi (2002) alertam para a necessidade de importantes mudanças no padrão da alimentação infantil, pois muitos dos alimentos industrializados apenas determinam maior densidade energética e conseqüentemente inadequação às dietas infantis.

Os entrevistados relataram que as necessidades nutricionais mudam no curso da vida e, também, falaram sobre a quantidade que cada pessoa come:

"(...) com dez anos já começa a adolescência, então tenho que mudar a minha alimentação, que o corpo ta se mexendo então tenho que mudar a alimentação." (Cç 8)

"Depende da pessoa, se tiver apetite maior, ela come pouco mais, eu não sou de comer muito, não como muito, como come uma pessoa que come bastante, mas depende, uma criança não vai comer como um adulto (...) para mim pouquinho está bom, por exemplo, meu pai precisa de bastante, as quantidades nós que sabemos (...) mas não sei o quanto eu preciso." (Cç 10)

Há reconhecimento de que o alimento tem importância específica nas diversas fases da vida, ou seja, que na pré-adolescência é preciso priorizar alimentos fontes de alguns nutrientes específicos. É entendido, também, que as pessoas comem diferentes quantidades, guiadas pela sensação de saciedade e que os indivíduos têm necessidades nutricionais individualizadas, porém, a criança admite não conhecer a sua própria necessidade.

As necessidades nutricionais são individuais e referem-se à quantidade de nutrientes e de energia que um indivíduo sadio precisa ingerir através dos alimentos para manter suas funções fisiológicas e prevenir deficiências. Na adolescência, em razão da variedade das mudanças físicas, as necessidades nutricionais são complexas, por isso, dietas inadequadas na fase do "estirão pubertário" podem comprometer a estatura final (NÓBREGA, 2008; CUPPARI, 2002)

As crianças ainda colocam que é preciso comer com moderação e variedade:

"Pelo menos em um prato tem que ter arroz, feijão, salada, uma carne, isso é o básico para ter uma alimentação boa, saudável!" (Cç 6)

“(...) se você comer só a carne, o nosso corpo não vai ter todos os nutrientes necessários.” (Cç7)

“(...) podemos comer de tudo um pouco. Comer não muito. Coloca um pouco de arroz, um bife, uma cenourinha, batata, um pouquinho de feijão, de tudo um pouco (...) é necessário um cardápio variado, daí sim eles ficam bem, tiver bastantes alimentos variados, vai ter uma quantidade boa para mim; mais nutrientes.” (Cç 10)

“A professora disse assim, que quanto mais colorido, mais saudável é o prato!” (Cç 14)

Para as crianças, podem-se comer todos os alimentos sem excessos, pois um único alimento não é suficiente para suprir as necessidades do organismo, é necessário que a refeição seja composta por alimentos do grupo dos energéticos, reguladores e construtores. Quanto mais colorido for o prato e variado o cardápio, melhor a qualidade nutricional da dieta, proporcionando todos os nutrientes ao corpo.

Nenhum alimento (exceto o leite materno) é completo. Ou seja, não possuem todos os nutrientes em quantidade suficiente para atender às necessidades do organismo. Dessa forma, pode-se obter uma dieta equilibrada, através de uma alimentação variada, que se refere à seleção de alimentos de diferentes grupos de alimentos, que devem ser consumidos em quantidades adequadas (CUPPARI, 2002).

Na perspectiva da adoção de uma deita equilibrada, uma criança fala sobre a educação nutricional, através da pirâmide dos alimentos, sendo que o serviço de saúde é “lócus” da experiência da criança:

“(...) eu tava lá no posto com a minha avó, daí chegou duas moças, eram nutricionistas, uma era de óculos e a outra tinha cabelo liso, não sei quem é! Daí elas falaram sobre Nutrição, até tenho o papelzinho. Elas explicaram sobre a pirâmide, sobre os alimentos que a gente deve comer menos, sobre aqueles que a gente deve comer mais para manter o nosso organismo mais forte.” (Cç 14)

O Posto de Saúde é ambiente para transmissão de conhecimento em relação à alimentação, mais especificamente, a sala de espera, que abrange diferentes públicos - desde crianças até idosos -. Os meios de comunicação foram: a figura da pirâmide, o folder sobre alimentação saudável e uma conversa informal. Eles fizeram-se significativos para a criança, pois o conhecimento apreendido foi fonte de diálogo. A criança ainda reconheceu o

profissional de saúde como informante e a manutenção da saúde foi o objetivo da ação educativa.

Os guias alimentares têm um caráter educativo, pois fornece informações a população, visando promover saúde e hábitos alimentares saudáveis. O ícone da pirâmide alimentar associado às mensagens simples e objetivas, possibilita um bom entendimento dos conceitos e das recomendações nutricionais a todos da sociedade (CUPPARI, 2002; PHILIPPI, 2008).

Os entrevistados sabem distinguir os alimentos saudáveis dos de qualidade inferior e pode-se considerar que têm uma concepção ampliada em relação às leis da alimentação: quantidade, qualidade e variedade. No entanto, os alimentos podem ser compreendidos em relação a sua função no organismo e é possível afirmar que as crianças não conseguem classificar os alimentos de acordo com sua função, ou seja: em reguladores, energéticos e construtores, sendo necessária uma compreensão maior, por parte dos entrevistados, em relação à classificação dos alimentos.

A roda dos alimentos foi utilizada como guia alimentar por muitos anos no Brasil e traz a classificação dos alimentos, em construtores (alimentos fontes de proteínas), energéticos (alimentos fontes de carboidratos e gorduras) e reguladores (alimentos fontes de vitaminas e minerais) (PHILIPPI, 2008). Esse é um instrumento de fácil compreensão, que pode contribuir para a construção da concepção das crianças em relação às funções dos alimentos, e assim, para que façam escolhas conscientes em relação a eles.

Para Aquino e Philippi (2002) é importante evitar que as mudanças nos padrões dietéticos causem o aparecimento de hábitos alimentares inadequados, independentemente do estado socioeconômico da família, apesar de no Brasil, ser prioridade a garantia de abastecimento de alimento a todos. Dessa forma, Bertin et al. (2010) apontam que:

“O conhecimento em nutrição também pode influenciar os hábitos alimentares, sugerindo-se que a educação nutricional seja incorporada ao currículo escolar, envolvendo ativamente professores, comunidade escolar e família, de forma a trazer informações sobre nutrição e aspectos relacionados aos alimentos”. (p.303)

Ainda deve se considerar que: “O profissional de saúde ao sugerir qualquer intervenção na área alimentar deve ponderar os aspectos não só econômicos, mas também

os culturais envolvidos, principalmente, quando a proposta de intervenção envolve aspectos educativos” (RAMALHO e SAUNDERS, 2010, p.15).

Categoria 4 - Comer muito faz mal: pode ter consequências como a obesidade e necessidade de tratamento

A obesidade foi apontada juntamente com outras enfermidades, como consequência de hábitos alimentares insatisfatórios. Uma criança mencionou sobre o comportamento de pessoas que desejam ser magras e por isso rejeitam o alimento:

“O doce, ele faz a gente engordar, pega doença (...) minha mãe sempre manda comer para ficar forte, para nunca ficar magra, pegar aquela doença (...) que quer ser muito magra e fica vomitando, isso apavora a gente e eu não gosto, é grave!” (Cç 1)

“(...) não precisa comer muito para ser saudável (...) porque pode causar várias doenças, causar diabetes, obeso, ter um infarto ou derrame, se entope as veias (...) (Cç 10)

O excesso alimentar foi apontado como causador de enfermidades, logo, a obesidade foi reconhecida como doença, porém não foi à única apontada como consequência de distúrbios alimentares. O comer pouco também foi entendido como não saudável, podendo levar a uma doença específica, sendo que a criança em questão pode estar se referindo a bulimia, que é um transtorno psíquico, porém, ela não entende dessa forma.

A partir de Piaget pode-se compreender que as crianças com mais de sete anos de idade até a adolescência, dão mais importância aos fenômenos externos como causadores de doenças. Essas consideram que são os microorganismos que as acusam e que podem evitá-las através do não contágio (PEROSA et al., 2006). O que justifica as crianças deste estudo dizerem que “pega” a obesidade, dando a impressão que essa doença pode ser adquirida através de contágio; dessa forma, os entrevistados não percebem com clareza que a obesidade é consequência de fatores multicausais, sendo o indivíduo responsável pelo controle de alguns deles. E os escolares não entendem que a bulimia é uma doença de causa interna, ou seja, não conseguem atribuir fatores psíquicos a ela.

Em estudo realizado por Serrano et al. (2010) a obesidade foi apontada como doença e, embora os adolescentes tenham apresentado conceito fragmentado, aproximaram-se do que explica a literatura. Em pesquisa realizada com crianças de Lisboa, a obesidade foi conceituada como doença e considerada de importância relevante aos participantes (GUERREIRO, 2008), assim como as crianças desta pesquisa, que não conceituaram a obesidade. No entanto, elas conhecem parte dos fatores que levam as pessoas tornam-se obesas e a repercussão para os que são acometidos, conforme as falas que serão apresentadas.

Em relação aos determinantes para a obesidade, as crianças reconhecem que a alimentação é um dos principais fatores que pode levar a obesidade, devido à ingestão de alimentos de alto teor energético e em quantidade excessiva. Foi considerado, ainda, o fator genético por uma criança, mas o sedentarismo, um dos principais contribuintes para a doença, não foi citado.

"(...) ela pode ser obesa não porque come de monte, a família pode ser um pouco mais gorda, é por causa disso também (...), por exemplo, às vezes, a mãe e o pai são magrinhos, vem do biso avo que é mais gordo, daí ele pode ficar gordo. Pode não ser por causa da alimentação, pode ter uma alimentação super saudável e ser gordo. Tem sim, como o menino da minha classe, a gente leva um lanche, por exemplo, salgadinho, ele sempre pede, quase todo dia. Ele come a merenda, o lanche dele, e ainda, quer o da gente. "Eu penso que se comer exagerado pode ficar obeso." (Cç 7)

"(...) minha mãe não compra todo dia (salgados e lanches) porque fala que faz mal para saúde... as pessoas que comem mal podem ficar obesas." (Cç 13)

São muitos os fatores que levam a obesidade, como explicado, essa pode ser em decorrência da pré-disposição genética, a pessoa pode ter hábito alimentar saudável e ser obesa devido a uma tendência natural, outros têm excesso de peso devido à falta de controle com a quantidade e qualidade dos alimentos, pois alguns podem contribuir para o aumento de peso, por serem muito energéticos.

Os relatos das crianças estão de acordo com os vários fatores associados ao aparecimento e manutenção da obesidade, como herança genética (FISBERG, 2005) e mudança nos padrões de comportamento alimentar (ANDERSEN, 2000; DEGHAN, AKHTAR-DANESH e MERCHANT, 2005 apud: OLIVEIRA, 2008).

As crianças relataram sobre as conseqüências da obesidade, como o sofrimento para emagrecer e a cirurgia bariátrica:

“A minha tia teve que operar porque a gente só comia lanche, salgadinho e pizza (...) ela perdeu muito peso. Bife empanado na fritura, nugts, brigadeiro, hambúrguer, isso eu gostava muito, mas daí depois da cirurgia da minha tia (cirurgia bariátrica) ficou com gosto ruim; daí não deu mais vontade, sabe? Não fazem nenhuma falta não! Porque elas fazem mal, muito mal, porque vai à cirurgia, isso que eu mais sei por causa da minha tia.” (Cç 1)

“(...) tenho como exemplo a minha mãe, porque ela não cuidou do corpo dela e ficou obesa, agora ela se esforça para emagrecer, ela já está no peso quase bom, mas ainda, quer emagrecer mais um pouco.” (Cç 7)

Através de experiências na família em relação à obesidade, que podem ser incomuns ou rotineiras, mudam a maneira de pensar sobre os hábitos alimentares, refletem em seus próprios cuidados e colocam-se no lugar do outro, através de sentimento de solidariedade.

De acordo com Szymanski (2004): “É na família que a criança encontra os primeiros “outros” e com eles aprende o modo humano de existir” (p.7). O ser em formação é ativo no processo de trocas recíprocas com o mundo, que é provocador, com aspectos positivos e negativos; dessa forma, a criança, em constante mudança, amplia no ambiente familiar, suas habilidades cognitivas e sociais, inclusive aquelas envolvidas na ajuda a outros seres humanos, contribuindo para a aprendizagem de valores (BRONFENBRENNER, 1996 apud: SZYMANSKI, 2004).

Reconhecer as famílias como lócus de desenvolvimento, é considerar que as mesmas são divergentes em relação à concepção de infância, possibilitando diferentes oportunidades à criança, podendo não ocorrer às condições de desenvolvimento que ela teria capacidade ou gostaria de oferecer, devido causas internas e externas, associadas a condições de difícil mudança; dessa forma, ao analisar a família como um contexto de desenvolvimento, deve-se entender que atuam em conjunto outras instituições sociais (SZYMANSKI, 2004); desse ponto de vista, as crianças crescem de maneira esperada pela sociedade, que estabelece os ambientes para seu desenvolvimento (NUNES, 1994 apud: SZYMANSKI, 2004).

Na perspectiva da solidariedade, uma criança se comove com a discriminação, a qual as crianças obesas podem ser vítimas:

“Meu pai sempre traz jornal para casa, daí eu li (...) uma pesquisa que tem um monte de criança que não vem na escola por causa da obesidade, é muito triste (...) é discriminação para a criança.” (Cç 7)

A criança reconhece-se como sujeito de direitos, ou seja, que não pode ser discriminada em nenhuma situação, inclusive devido à obesidade.

Entretanto, estudos vêm confirmando evidentes preconceitos e estigmatização de indivíduos obesos. Os sinais de preconceito às figuras gordas, já podem ser observados em crianças em idade pré-escolar. Uma observação avaliou a atitude dessas crianças de ambos os sexos, em relação a indivíduos gordos e normais, masculinos e femininos: representados por bonecos, as figuras gordas receberam mais avaliações negativas que as figuras normais e, dentre as gordas, as meninas receberam avaliações mais negativas que os meninos (TURNBULL; HEASKIP; MACLEOD, 2000 apud: MALFARÁ 2007).

O julgamento negativo em relação a indivíduos com excesso de peso tem início desde muito cedo, mas, atualmente, os meios de comunicação vêm chamando a atenção para uma mudança de atitudes em relação aos obesos, que sofrem sérios danos emocionais. Logo, a criança deste estudo, julga a discriminação uma atitude negativa, principalmente a vítima se tratando de outra criança.

Compreende-se que as explicações de crianças saudáveis sobre as doenças têm influências de duas fontes de informações: a família e os meios de comunicação. No caso deste estudo, o entrevistado relatou ter chegado à informação (sobre a discriminação em relação à obesidade) por meio do jornal que o pai costuma comprar. Considerara-se, também, que o grau de escolaridade, pode interferir nas elucidações infantis, pois, nas escolas a disciplina de ciências aborda a fisiologia e temas relacionados à saúde (PEROSA et al., 2006).

Alguns entrevistados, além de citarem as consequências da obesidade, relataram sobre o tratamento da doença, fazendo referências às dietas alimentares e aos exercícios físicos. Uma criança fala da experiência vivida na família e outra conta sobre sua própria experiência:

“Como meu tio está fazendo regime, porque ele quer emagrecer mais ainda, já está magro! Ele fez academia e regime (...) por causa do peso dele, fungava muito, e minha avó ficava com medo!” (Cç 14)

“(...) antes eu só comia coisas que não eram boas, daí quando ele (médico) falou para mim que estava tudo aquilo acima do peso, achei meio ruim! Ele me examinou e depois ficou falando isso! Ai quando falei para a minha mãe que eu estava um pouco acima do peso, ela falou que ia fazer alimentos mais saudáveis (...) aí a minha mãe começou a fazer beterraba que eu não gosto muito, começou a fazer essas coisas, agora eu já me acostumei, até que estou gostando. Tive que comer em bem pouca quantidade, falou (médico) para eu não repetir comida, essas coisas. Agora eu estou fazendo exercícios físicos, estou fazendo caminhada com a minha mãe, comendo bem pouca quantidade e as coisas mais saudáveis estou comendo bem! Antes eu trazia (na escola) só pão e “Todinho”, estou trazendo agora uma fruta, já trouxe ameixa, agora estou trazendo maçã! Agora que mudei minha alimentação, estou comendo essas coisas, até que não está sendo difícil para mim. Daí, quando eu voltar lá (médico); espero que esteja melhor. Eu tenho me sentido bem, percebi que já emagreci um pouco, to feliz por causa disso!” (Cç 17)

Ambas as crianças citaram a dieta alimentar e os exercícios físicos para o tratamento da obesidade, porém havendo diferenças nos relatos, pois o adulto fez regime, que tem uma conotação de sacrifício, enquanto na experiência vivida pela criança, houve mudança do hábito alimentar; o adulto frequentou a academia, enquanto a criança fez exercício ao ar livre na companhia da mãe. Em ambos os casos houve resultados, e a criança espera reconhecimento pela meta cumprida, porém, tanto o adulto como a criança, ainda, não estão satisfeitos com a imagem corporal, desejando emagrecer mais. Pode-se dizer, que quando a criança tem sua própria experiência, vivência os fatos apropriados para sua idade e transfere aos mesmos seus sentimentos, fazendo julgamento de suas dificuldades e conquistas; essa experiência não se relaciona, somente, a mudança de hábito alimentar, mas repercutirá, ao longo da vida, como formadora do comportamento alimentar.

Há estudos que acreditam haver evidências de que no período pré-puberal as crianças também se preocupam com seus corpos e buscam perder peso (GROGAN, 2006; HARGREAVES, TIGGEMANN, 2006; LAWRENCE, 1991; apud: MALFARÁ, 2007). Cateto et al. (2005 apud: MALFARÁ, 2007) comparam crianças obesas, com sobrepeso e eutróficas, não encontraram diferenças com relação ao autoconceito global. Porém, uma análise mais detalhada das respostas, mostrou que a única questão que diferenciou os pares foi em

relação à beleza do corpo, pois as crianças obesas responderam que não tinham um corpo bonito.

Um estudo com o objetivo de conhecer a própria imagem corporal dos adolescentes, realizado com vinte oito meninos na Austrália, com as idades de 14 e 16 anos, apontou que, de modo geral, estão satisfeitos com sua imagem corporal, pois somente um pequeno número relatou preocupação (HARGREAVES e TIGGEMANN, 2006 apud: MALFARÁ, 2007). Outros estudos explicam que os meninos não sentem sua imagem corporal ameaçada, por saberem que estão em período de crescimento, já as meninas, crescem mais distantes do ideal de magreza, havendo diferença em relação às avaliações em relação à imagem corporal entre os sexos. Tal constatação confirmou-se em estudo brasileiro: na cidade de Santo André-SP ao aplicar a escala de satisfação das áreas corporais em adolescentes de uma escola particular, foi comprovada insatisfação por parte dos adolescentes em relação às áreas do corpo em que há maior acúmulo de gordura, sendo que as meninas apresentaram-se mais descontentes. (CONTI et al., 2005 apud: MALFARÁ, 2007).

Em contra partida, Walker et al. (2003 apud: MALFARÁ, 2007) abordaram adolescentes obesos em tratamento, na faixa etária de 11 a 13 anos, e confirmaram que aqueles que tiveram perda de peso, apresentaram mais satisfação com a imagem corporal e maior auto-estima. Em estudo realizado por Kelly et al. (2005 apud: MALFARÁ, 2007), garotas relataram alta satisfação corporal. Suas mães se exercitavam, encorajavam-nas a serem ativas e buscarem uma alimentação saudável, em vez de fazerem uso de dietas. Logo, as atitudes dos pais, relacionadas com os cuidados à saúde, proporcionam um manejo do peso em adolescentes, sem causar problemas na imagem corporal e preocupação excessiva.

Nesta pesquisa é um menino quem se preocupa com a boa forma física, assim como, o exemplo citado pela outra criança, também, relaciona-se ao sexo masculino, e considerando os estudos citados até então, é possível afirmar, que o sexo masculino tem se preocupado mais em relação à imagem-corporal, merecendo estudos, que tenham esse tema como foco de atenção.

Além das crianças se auto-avaliarem e observarem as outras pessoas em relação à imagem-corporal, elas têm conhecimento dos meios de corrigir o problema da obesidade, para o retorno à saúde. Assim como neste estudo, em pesquisa realizada por Serrano et al. (2009), adolescentes salientaram que dieta associada à atividade física regular diminui o

peso, dessa forma, a prática de esportes e até mesmo a caminhada, citada nesta pesquisa, foram apontados como sinônimo de saúde.

Acrescenta-se que, a criança obesa deve ser assistida por um grupo de apoio formado por enfermeiro, médico, nutricionista, psicólogo, assistente social e educador físico com a participação efetiva dos pais (SERRANO et al., 2009), pois são inúmeros os enfrentamentos vividos pelas crianças obesas e que se consideram com excesso de peso. Compreende-se, ainda, a necessidade de um olhar mais ampliado pelos profissionais da saúde, em relação ao fenômeno da obesidade, influenciado por fatores sociais, culturais, econômicos e psicológicos, apontando para o diálogo de muitas áreas distintas do conhecimento, na tentativa de buscar soluções para um problema tão complexo (RODRIGUES e BOOG, 2005; TONIAL, 2007 apud: OLIVEIRA, 2008).

Algumas crianças, meninas e meninos, assumem estar acima do peso, uma defende-se através da idéia de que ao mesmo tempo em que uns aumentam o peso por comer em excesso, outros podem ficar doentes por não comer, a segunda criança explora a tentativa de perder peso, porém sem sucesso e devido à influência da avó, torna-se conformada.

“Todos os alimentos e comida eu acho muito importante, mas, às vezes, se comer de mais, fica meio gordinho como eu, também, se não comer, pode ficar doente por falta de comida (...)” (Cç 6)

“Há, as minhas amigas lá, do Orkut, a gente fica conversando: Come aquilo que é melhor, há come aquilo! Até a minha amiga passou uma receita de coisa boa, pra mim! Por que eu me sinto muito gordinha! Eu segui a dieta do ABC! Hoje, eu tinha que comer tudo com letra A, não deu certo! Daí ela (avó) fala: Você é uma gordinha saudável! Daí eu parei de fazer dieta, regime (...). Vou ser gordinha mesmo.” (Cç 14)

Ambas as falas assemelham-se e mostram que ser “gordinho”, não é ser obeso, ou seja, não transmitem a idéia de preocupação com o peso, apesar da referência sobre dieta, pois esta é relata com a conotação de socialização e a busca pelo novo.

Nossos padrões culturais fazem com que até as pessoas com peso dentro dos parâmetros de normalidade possam sentir-se com peso acima do desejado. Por fim, é possível pensar que a cobrança social para um corpo esguio favoreça o desenvolvimento de perturbações no comportamento alimentar e autoconceito rebaixada, devido a uma

percepção negativa ou distorcida do próprio corpo, o que pode atingir indivíduos obesos, com sobrepeso e eutróficos (MALFARÁ, 2007).

Frente às pressões exercidas pela sociedade, as crianças devem ser observadas em relação aos seus sentimentos e concepções que atribuem sobre si mesmas, pois percebem cobradas em relação ao corpo esguio e conhecem as consequências, quando elas próprias ou outrem, não satisfazem ao padrão atribuído socialmente. Conhecendo o sofrimento, a discriminação e meios drásticos de sanar o problema, como uma cirurgia. Essas concepções em relação à obesidade as colocam em constante vigília, fazendo com que se interessem cada vez mais pelo tema, até mesmo, sendo capazes de atribuir ao excesso de peso, o fator genético, conhecimento mais aprofundado e pouco comum entre crianças. Já as informações em relação a hábitos alimentares saudáveis e atividade física regular são bastante difundidas, que deve a situação de transição nutricional brasileira, fazendo com que as crianças saibam como reverter o problema. Conhecendo os meios para a volta a saúde (pois a obesidade foi atribuída como doença) e diante das consequências negativas, sensibilizam-se com aqueles que enfrentam a obesidade e são capazes de mudar sua própria realidade, sempre com apoio na família.

Categoria 5 - A participação da mãe na prática alimentar da criança: as escolhas dos alimentos e as mudanças de hábitos

Entendendo que a mãe pode ser considerada figura principal em relação à alimentação, as crianças relataram sobre a dinâmica alimentar em suas famílias e valorizaram o papel da mãe no preparo das refeições e em relação à disponibilidade de alimentos para seu consumo:

“Às vezes, a minha mãe, sempre no jantar, pede pizza frita no “Semião” (restaurante) ou vai comer lanche (vergonha).” (Cç 4)

“É mais fritura, carne, essas coisas, de vez em quando, salada. Eu como bastante salgadinho, bolacha e esses doces, chocolate, essas coisas. De vez em quando, quando a minha mãe faz compra; compra um monte de coisa, daí eu como tudo em um dia.” (Cç 5)

“(...) de tarde, quando minha mãe está voltando, ela pega salgado. De sábado a minha mãe pede marmitta e de domingo ela faz macarrão com frango e salada de batata, quase todo o domingo, ela faz isso!” (Cç 12)

“(...) a minha mãe não queria fazer comida, então ela falou: Há vamos procurar uma barraquinha para a gente comer. Aí a gente come coisas de barraquinha! Às vezes ela fala assim: Há vou fazer cachorro quente! (...) bastante fritura, a minha mãe faz quase todo dia, é coxinha, frita batata, eles não comem, assim, salada, não comem muito.” (Cç 17)

Os entrevistados revelam comer poucas hortaliças e frutas e mais frituras e bebidas industrializadas, que estão presentes diariamente nas refeições. Essas práticas alimentares são apresentadas a partir da figura materna, que parece muito presente tanto na compra e preparo dos alimentos. Fica claro, que por motivos diferentes (como praticidade, gosto ou prazer) as famílias trocam os alimentos saudáveis por aqueles prontos e que podem ser comprados com facilidade. Prática comum na atualidade.

A socialização das crianças inicia-se na convivência familiar. Por meio de métodos educativos, os pais têm a intenção de transmitir hábitos, valores, crenças e conhecimentos que acreditam ser úteis para a inclusão dos filhos na sociedade, que, por sua vez, em geral (considerando uma visão naturalizada), trata-se da repetição de padrões que foram vivenciados por eles na infância. Dessa forma, a família, por meio de sua cultura, exerce uma grande influência nos hábitos e práticas alimentares das crianças e jovens (SZYMANSKI, 2004).

Compreende-se que as práticas de alimentação dos pais, contribuem para a formação da maioria das preferências alimentares na infância (BIRCH, 1998 apud: MAYER, 2011). Sendo que, a familiaridade com os alimentos resulta das experiências das crianças com os mesmos, ou seja, das oportunidades oferecidas pela família. As crianças tendem a eleger o familiar em detrimento ao estranho, assim, preferem consumir os alimentos aos quais são rotineiramente expostas (SZYMANSKI, 2004; ROSSI et al., 2008).

De acordo com o último levantamento da disponibilidade domiciliar de alimentos, houve aumento no consumo de carnes em geral, embutidos, biscoitos, refrigerantes, óleos e gorduras vegetais, além de refeições prontas. (IBGE, 2004 apud: MENEZES e OZÓRIO, 2009). Portanto, os refrigerantes e outros alimentos, com baixo valor nutritivo e alto teor energético, estão presentes no hábito alimentar das famílias. O alto consumo dessa bebida se deve ao *marketing*, ao baixo preço e à facilidade de compra (Wu,

Yu, Wei e Yin, 2003, apud: MAYER, 2011), por esses mesmos motivos, outros alimentos são consumidos.

As crianças relatam que as mães interferem em suas escolhas alimentares, em relação ao tipo e quantidade de alimento consumido, através de orientação e/ou troca:

"(...) fala que tem que comer mais, mas eu falo para a minha mãe por bem pouquinho, daí ela fala que estou comendo muito pouco e tem que comer mais, só que esse mais, aumenta bem pouquinho." (Cç 8)

"Ela fala sempre a mesma coisa, cuidado com a comida! Eu falei que sou uma criança e como toda criança, gosto de comer guloseimas." (Cç 7)

"Se você deixar, amanhã você não vai comer! (...) Se você não comer chuchu, hoje, segunda e terça você não vai comer carne, ela faz isso (...). Daí eu como! Eu como!" (Cç 16)

As mães consideram que a quantidade que a criança come é insuficiente, ou, ao contrário, que está comendo em excesso e também, que o alimento, o qual a criança deseja comer, é inadequado. Quando a criança não quer o alimento oferecido, insistem ou fazem trocas.

A partir do momento que a criança rejeita um alimento e, portanto, limita sua ingestão alimentar, os pais e/ou responsáveis ficam preocupados, pois sabem que no período de desenvolvimento, essas não devem omitir refeições (ROSSI et al., 2008). Os pais por vezes estabelecem quantidades arbitrárias de alimentação por considerarem que bom apetite é "raspar o prato", porém, para algumas crianças, a quantidade determinada é excessiva e para outras, escassa (MADEIRA e AQUINO, 2003). Dessa forma, entende-se que os adultos têm tendência em impedir as crianças de fazerem suas escolhas alimentares (ORRELL-VALENTE et al., 2007; MUSHER-EIZENMAN et al., 2009 apud: MAYER, 2011).

Os pais e/ou responsáveis não são capazes de entender e atender aos pedidos das crianças (MADEIRA e AQUINO, 2003) e não têm o conhecimento de que a exposição sistemática pode aumentar a familiaridade com o alimento (WARDLE, 2007 apud: ROSSI et al., 2008), proporcionando a aceitabilidade, sem necessidade de insistências demasiadas e trocas.

Apesar da orientação da mãe em relação à alimentação saudável, os discursos abaixo mostram que o gosto alimentar das crianças prevalece em relação aos benefícios dos

alimentos, pois as crianças revelam que não comem alguns alimentos, mesmo conhecendo sua importância nutritiva:

“Não gosto de beterraba, repolho (...), nunca provei também, não sei se faz falta.” (Cç 4)

“Eu queria gostar de banana, queria gostar de bastante fruta, mas eu não gosto, queria gostar de bastante coisa, mas não como muito (...). Eles são bons para a minha refeição, mas eu não como.” (Cç 8)

“É muito pouca coisa que eu como! Não é assim, vou falar do café da manhã, não é um bom café da manhã, tem vez que nem tomo café da manhã, que não gosto mesmo de tomar café da manhã!” (Cç 10)

“Eu penso que tem alimento que eu gosto e não gosto (...). Eu acho que devíamos comer todos os alimentos, mas tem alimentos que não gosto mesmo, aí não dá para eu forçar, que eu não consigo mesmo (...). Beterraba eu não gosto mesmo!” (Cç 15)

Por considerarem alguns alimentos menos saborosos, as crianças não os comem mesmo conhecendo seus benefícios à saúde, esses não parecem ser motivadores para incorporar tais alimentos ao hábito alimentar.

O ser humano é o único na natureza a utilizar o ato de se alimentar para outros fins que não o de obter nutrientes necessários para o seu desenvolvimento (VIUNIUSKI, 2005) e nas crianças, esse fato é evidente, pois Segundo Brown e Ogden (2004), as crianças não comem aquilo que não gostam; elas exercem controle sobre a sua ingestão alimentar, recusando ou comendo um alimento específico (ROSSI, et al., 2008). Isso parece ter relação com os alimentos que são apresentados à criança e à rotina alimentar da família.

As crianças também discorrem que os benefícios à saúde prevalecem sobre o gosto nas escolhas, pois, relataram não gostar de alguns alimentos (como algumas carnes, hortaliças e frutas), porém os comem, pelo menos um pouco, pela insistência da mãe e/ou por considerá-los benéficos à saúde. Portanto, as crianças dizem comer o que não gostam:

“Eu não gosto de comer alguns tipos de carne... tento comer... porque ela ajuda o nosso corpo, mas com gordura não (...). É ruim!” (Cç 5)

“Comecei comer mais alface, algumas frutas que não gostava. Porque fazem bem!” (Cç 12)

“Eu como porque a minha mãe fala para eu comer para ficar bem na escola e estudar bem (...). Aí eu como, abobrinha, chuchu (...). Às vezes a gente não gosta, mas tem que comer porque faz bem para a saúde! As coisas ruins que a gente não gosta é coisa boa e o que a gente gosta é porcaria, comecei a comer feijão todos os dias e salada, essas coisas (...) minha mãe faz uma alimentação boa na minha casa.” (Cç 13)

“Eu não gosto muito de verduras e nem de legumes; eu não gosto muito de cenoura, de couve, essas coisas, assim. Quando tem, assim, eu como um pouco, só um pouco. Porque a minha mãe fala que faz bem para a nossa saúde e faz a gente crescer bem, saudavelmente.” (Cç 17)

As crianças influenciadas pela mãe e motivadas pela importância dos alimentos nutritivos a saúde, relataram comer alimentos que antes não comiam e que não gostavam muito, dessa forma, mostram-se mais dispostas para explorar alimentos novos.

Os pais e ou responsáveis podem promover opções alimentares nutritivas às suas crianças, por meio de seleções alimentares saudáveis, baseadas em critério de qualidade e não apenas de sabor, limitando os tipos e as quantidades de alimentos que contenham alto valor energético e proporcionando disponibilidade e acessibilidade a hortaliças, frutas e sucos naturais. Em um estudo de revisão, foi verificado que tanto a disponibilidade como a acessibilidade é importante na escolha alimentar, ou seja, quando os alimentos estão acessíveis e prontos para o consumo, as crianças apresentam uma maior probabilidade de comer (ROSSI et al., 2008).

A criança aprende com a família a associar a comida ao lazer, acrescentado ao ato de comer, motivações que vão além das fisiológicas (TRINDADE, 2002) e pode-se afirmar que a alimentação adquiriu a função de prazer e não mais de nutrição (BIRCH, 2006 e DEGHAN et al., 2005 apud: MAYER, 2011).

As crianças falaram sobre o que gostam e não gostam muito de comer, demonstrando preferências por alguns alimentos como salgadinhos fritos e industrializados e doces:

“(...) eu adoro salgadinho, mesmo sendo fritura, eu adoro salgadinho!” (Cç3)

“Legumes eu não sou muito fã, como um pouco, não gosto muito não; a maioria dos doces eu gosto. Todos nós gostamos de comer doce (...) como estava vendo na TV, dá prazer da gente comer, por isso que gostamos de um doce. Olha! O que eu gosto de comer mesmo, é carne de panela com batata.” (Cç 10)

“(...) minha mãe conta, que quando eu era bebe eu comia de tudo, comia jiló, mamão, comia tudo, eu não gosto hoje... tem coisa que eu gosto, tem coisa que não... A maioria das crianças não gosta de coisa saudável e gosta mais de gordurosa, se perguntar para todo mundo vão falar que não gostam quase de salada, de algumas frutas, quase ninguém gosta, a maioria das crianças, tipo assim, na hora do recreio, poucas crianças comem a merenda, a maioria traz salgadinho, bolinho de chocolate (...) essas coisas assim. Também, todo mundo quando come salgadinho, sempre vai ficar gostando, não existe uma criança que não gosta de salgadinho.” (Cç 6)

Crianças têm preferências por alimentos com maior teor de gordura e açúcares, pois são agradáveis ao paladar e também se deve considerar que esses são presentes nos ambientes de seu cotidiano: como o familiar, o escolar e de convívio com os amigos, espaços de vivências que corroboram para a formação dos hábitos alimentares.

A relação estabelecida com a alimentação, ao longo de toda a vida, é fruto da dinâmica das primeiras interações que o bebê cria com a mãe, com a família e com tudo ao seu redor (MADEIRA e AQUINO, 2003). Portanto, a preferência pelo sabor-nutriente pode ser aprendida antes do desmame (ROSSI et al., 2008), quando o prazer na alimentação começa a ser instalado na mente do ser humano (MAYER, 2011). O gosto dos alimentos pode ser associado à situações boas ou não, sendo, provavelmente, a base do “efeito de familiaridade”, presente nas crianças (WARDLE, 2007 apud: ROSSI et al., 2008). Por conseguinte, as experiências alimentares, determinam as preferências, havendo pouca influência genética (BIRCH, 1998 apud: MAYER, 2011). Sendo as preferências motivadoras das escolhas, o conhecimento pelas crianças de diferentes alimentos é essencial para a aquisição de uma alimentação variada, uma das premissas fundamentais do hábito alimentar saudável. Além disso, novas experiências e aprendizados podem mudar a maneira de se alimentar (ROSSI et al., 2008).

A mãe também foi considerada fonte de informações em relação à alimentação saudável; dessa forma, as crianças colocam no discurso suas concepções sobre o “comer saudável”:

“Estou acostumada a comer vários alimentos, no almoço, no café, na janta, em tudo! Várias coisas saudáveis (...). A minha mãe quase não usa óleo na comida, essa alimentação faz bem para nosso corpo, para se sentir bem, não ficar com excesso de peso (...) não costumo comer lanche e salgadinho, as vezes que eu trago salgadinho na escola, mas é muito raro

(...) se a gente comer bem vai ser uma pessoa bem cuidada, sempre bem, a gente come tanta variedade por isso.” (Cç 1)

“Na minha casa a gente come bastante comida saudável, não é criado como as pessoas que comem bastante doces (...) minha mãe faz ovo de páscoa, a gente quer comer, mas ela não deixa, só quando, a gente vai à casa da minha avó, que ela enche a gente de doce (...) de vez em quando, a gente come carne, mas não usa muito óleo, muita fritura, salgadinho a gente come muito pouco (...) come mais bolacha salgada, bolacha de maisena, não come muita bolacha doce, come pouco macarrão (...) a gente come mais coisa saudável, tipo fruta. Minha relação com alimentação é, tem que ser uma alimentação boa, pode comer algumas coisas de vez em quando, não comer todo dia um doce, uma bala.” (Cç 3)

“(...) tem que comer arroz, feijão e se alimentar bem; comer todos os legumes, por que são diferentes, não ficar comendo besteira, como salgadinho, bolacha com recheio (...) comer pouco, comia muito salgadinho, parei um pouco, estou comendo legumes, verduras e frutas. Aprendi que é muito bom comer essas coisas!” (Cç 9)

“Quando não experimentava, a minha mãe: Você já experimentou? Agora experimente e gostei. Olha, mudei o tipo da minha alimentação!” (Cç 16)

As crianças falaram sobre seus hábitos e/ou práticas alimentares, enfatizando o preparo dos alimentos, mudanças no modo de comer e suas motivações ao alimentarem-se, ou não, de determinados produtos. A mãe foi apontada como incentivadora para a aquisição da alimentação saudável e promotora da disponibilidade dos alimentos de qualidade nutricional, possibilitando a mudança dos hábitos alimentares.

Os pais podem incentivar uma alimentação equilibrada, através do consumo de alimentos variados e saudáveis (MUSHER-EIZERNMAN e HOLUB, 2007 apud: MAYER, 2011). Epstein et al. (2001 apud: ROSSI et al., 2008) estudaram crianças em idade escolar e constataram que, a redução da ingestão de gordura e açúcar pelas crianças pode ser obtida por mudanças dos hábitos alimentares dos pais. Em contra partida, quando nenhuma atitude é tomada, os maus hábitos podem perdurar. Em um estudo realizado com adolescentes, foi observada baixa frequência, principalmente, no consumo de frutas além de uma percepção errônea sobre os hábitos alimentares saudáveis (BLEIL et al., 2010) ao contrário das crianças deste estudo.

Em uma pesquisa realizada por Toral (2009), os adolescentes relataram dificuldade em modificar o consumo alimentar devido ao fato de as aquisições dos alimentos serem feitas pelos pais e/ou responsáveis, ou seja, as falas dos adolescentes mostram

distância entre o discurso dos pais sobre a alimentação saudável e suas práticas alimentares. Gellar et. al. (apud: TORAL, 2009) compartilham a mesma idéia, afirmando que a família é a principal influência a favor de uma alimentação saudável e o tipo de alimentação disponível em casa pode tornar-se uma barreira para uma alimentação de qualidade nutricional.

Pode-se compreender que o mesmo ocorre com os sujeitos desta pesquisa, pois a mãe incentiva a alimentação saudável através do discurso dos benefícios à saúde, porém, nem sempre, disponibiliza alimentos de qualidade nutricional. Nessa perspectiva, de acordo com Szymanski (2004): “o discurso que desvela a família pensada apresenta valores muito diferentes daqueles subjacentes às ações quotidianas, na família vivida.” (p.13). Para essa compreensão, pode-se considerar a afirmação de Aquino e Philippi (2002): “As práticas de alimentação são importantes determinantes das condições de saúde na infância e estão fortemente condicionadas ao poder aquisitivo das famílias, do qual dependem a disponibilidade, quantidade e a qualidade dos alimentos consumidos.” (p.656)

O potencial educativo de pais-modelo é inquestionável tanto em casa quanto na escola, porém são poucas as evidências que apóiam esse ponto de vista. Uma revisão sistemática apontou falhas metodológicas em vários estudos de intervenção, ressaltando a importância de pesquisas bem delineadas sobre esse tópico. Felizmente, muitas delas já estão em desenvolvimento (OMS, 2003).

Portanto, uma das importantes linhas de pesquisa desenvolvidas atualmente aborda a necessidade de entender qual é o papel dos pais na alimentação dos seus filhos (MAYER, 2011). A partir dos dados empíricos deste estudo, reconhece-se que a mãe é a principal influência na alimentação das crianças, contribuindo para que elas estabeleçam seu gosto e/ou preferências em relação ao alimento, colaborando ou não, para o consumo de alimentos ricos em gordura e com alto valor calórico. Deste modo, as discussões, até então levantadas podem beneficiar toda a sociedade, à medida que informa sobre a influência da família (mais especificamente da mãe) sob aos hábitos alimentares das crianças. Análise que pode determinar meios de prevenção em relação ao sobrepeso e obesidade infantil cada vez mais recorrente causando diversas consequências à saúde das crianças.

Diante das dificuldades de criação e educação dos filhos em nossa sociedade, torna-se importante cogitar sobre a necessidade de se considerar a família objeto de atenção psicoeducacional. No sentido de ajuda para a função educativa que lhe foi expressamente atribuída, em especial, considerar aquelas que não tiveram acesso a uma

educação formal adequada e que vivem em condições socioeconômicas adversas. Nesse sentido, destaca-se a atenção que deve ser prestada a mãe, pois como verificado anteriormente e elucidado até mesmo na literatura, as mulheres carregam maior responsabilidade na missão da educação dos filhos, fato cultural e historicamente definido (SZYMANSKI, 2004).

No entanto, a família como contexto de desenvolvimento é um fenômeno bastante complexo. É ingênuo achar que medidas pontuais possam modificar uma situação que foi concebida na relação com um contexto mais amplo, dessa forma, deve-se procurar informações para a aplicação de programas de atenção as famílias, que não podem partir da suposição de incompetência das mesmas em relação à tarefa de formação (SZYMANSKI, 2004), mas sim, que considerem as contradições entre as práticas e valores das famílias e os dados trazidos das pesquisas na área das ciências humanas, na tentativa de compreender a interferência do meio.

Os programas em Saúde Pública, com foco nas mães, devem ter ações planejadas na compreensão dos processos intrafamiliares e como esses são afetados por condições extrafamiliares, possibilitando-as apresentar a seus filhos, prática educativa dialógica, com perspectiva de mudança, a médio e longo prazo, devido a crenças e valores arraigados. Esses programas, quando implantados, devem ser avaliados quanto ao impacto nos membros da família, principalmente, em relação ao desenvolvimento de crianças e adolescentes (SZYMANSKI, 2004).

Considerações Finais



Romero Brito

6. Considerações Finais

Os resultados desta pesquisa apontam que as crianças se interessam pelo tema “alimentação e nutrição”. Elas demonstram compreender que a alimentação saudável é essencial para uma vida sadia e percebem os efeitos de uma alimentação inadequada. Portanto, esta pesquisa explora as concepções das crianças em relação à alimentação e à nutrição, a fim de que sejam identificados os conhecimentos já presentes e aqueles que devem ser adquiridos, para que intervenções futuras significativas a partir da compreensão de mundo das crianças possam ser realizadas. Os dados, também, nos levam a compreender que intervenções são necessárias na escola, mas que há uma influência forte da família na formação das concepções das crianças.

As concepções dos entrevistados em relação aos alimentos têm influência do meio escolar, ou seja, através da professora; e também do meio familiar, principalmente da mãe. As experiências vivenciadas por algum membro da família relacionadas a doenças que tem o alimento como coadjuvante, e/ou ainda, experiências dos próprios escolares, são importantes para a construção dos conhecimentos das crianças em relação à alimentação e à nutrição. Os meios de comunicação, como a televisão e o jornal também são considerados fontes de conhecimento.

Em relação às concepções das crianças em idade escolar, elas relacionam os alimentos à sobrevivência, à prevenção e tratamento de enfermidades; assim como entendem, que o comportamento alimentar, quando insatisfatório, pode ocasionar algumas doenças, como a obesidade, que de acordo com os entrevistados, pode ser revertida através de atitudes saudáveis. Dessa forma, destacaram a prática da atividade física e a alimentação saudável; livre de gorduras e açúcares.

Acrescenta-se que os escolares não consideram as gorduras e açúcares como nutrientes e energéticos, assim como, não compreendem que os alimentos fontes de proteínas são construtores; mas reconhecem as frutas e hortaliças como reguladores das funções orgânicas, esses alimentos também foram vistos como promotores da saúde. Todavia, não conseguem entender com clareza as propriedades específicas dos alimentos. Os entrevistados também apontaram conhecer as leis da alimentação, que servem para o estabelecimento de uma alimentação de qualidade nutricional; logo, eles citaram a

“variedade alimentar” e que para uma alimentação saudável, os alimentos devem ser consumidos com moderação, considerando seus valores nutritivos.

As entrevistas geraram nas crianças uma sensibilização em relação ao tema da pesquisa, mostrando que o diálogo faz com que elas reflitam sobre suas práticas alimentares, fato comprovado por relatos positivos e negativos em relação às mesmas. O tema “alimentação e nutrição” levou os entrevistados a falarem de problemas sociais como a pobreza e a discriminação dos indivíduos obesos, evidenciando uma reflexão anterior acerca desses assuntos. Reflexões essas dotadas de conhecimento e razão.

Portanto, adentrar ao mundo da criança faz com que as compreendamos como seres em constante mudança e com muita curiosidade em aprender o que lhes parece instigante. Dentre algumas considerações das crianças, foi manifestado o desejo de conhecer mais sobre os guias alimentares, sendo esse um indicativo de assunto que pode ser abordado com os escolares.

“Gostaria de saber sobre a pirâmide dos alimentos. Que embaixo são as coisas melhores e vai subindo para piores, porque podemos comer, mas não em muita quantidade. Acho que eu estava no quarto ano, quando ouvi falar sobre os alimentos, eu não sabia o que era bom para gente, aí agora no quinto ano, eu já sei o que é bom, eu queria saber sobre essas coisas. E aqueles salgadinhos que tem no mercado que são feitos de milho? A gente pode comer?” (Cç 13)

De acordo com os achados desta pesquisa, outros assuntos, relacionados à alimentação e à nutrição, podem ser abordados com os escolares por profissionais da saúde ou professores, como a elucidação dos guias em relação à classificação dos alimentos em energéticos, construtores e reguladores. Essas abordagens podem considerar às funções específicas de alguns alimentos, essenciais à criança em idade escolar, como fontes de cálcio, de ferro e de algumas vitaminas específicas. Dentro dessa perspectiva, deve-se esclarecer também a função dos lipídios e açúcares, para que não mais sejam considerados os “vilões” da alimentação. Portanto, reconhece-se a importância do investimento em educação alimentar e nutricional, dentro e fora da escola, para a promoção de atitudes de prevenção a serem assumidas por toda a vida (BERTIN et al., 2010).

Acrescenta-se a necessidade de se abordar doenças específicas, como a desnutrição, a obesidade, as doenças crônicas não transmissíveis e aquelas relacionadas a distúrbios psíquicos (bulimia e anorexia), incluindo os fatores biológicos, individuais e sociais

que as determinam. Não obstante, é importante que as crianças conheçam os hábitos alimentares relacionados às diferentes culturas, assunto não mencionado pelas mesmas, e também se faz essencial que compreendam como a mídia pode interferir em suas escolhas alimentares.

As dificuldades encontradas nesse trabalho referem-se ao próprio objeto de estudo, ou seja, estudar concepções de crianças passa por compreender o universo infantil e mesmo entender o que a criança quis dizer com cada resposta dada nas entrevistas e nas demais atividades propostas. O próprio tema abordado pode ter significado uma dificuldade para a criança falar sobre o assunto. Nesse sentido pode-se valorizar este trabalho como uma primeira aproximação ao tema. Para Prout (2004, p.6) compreender a criança passa por entender que “não é possível perceber a variedade e complexidade da infância sem nos centrarmos no movimento, ou nos fluxos que delineiam a relação entre global e local, entre grande e pequeno, entre o grandioso e o mundano”.

Delgado e Müller apontam que:

“Para os sociólogos da infância é importante considerar o ponto de vista das crianças nas pesquisas, o que também exige certo abandono do olhar centrado no ponto de vista do adulto. Compreendemos que há muitos desafios a superarmos nas pesquisas com crianças” (DELGADO e MÜLLER, 2004, p.353)

Dessa forma, fica claro o quão complexo é um estudo que se propõe a trabalhar as concepções de crianças sobre a alimentação e a nutrição. No entanto, percebemos que não abordar esse tema com tal público pode significar não abrir uma porta a um tópico controverso em uma sociedade na qual a relação das pessoas com a alimentação é socialmente definida. Como discute Conceição et al. (2010):

“As crianças e os adolescentes são mais suscetíveis a apresentar desequilíbrios nutricionais, devido ao aumento das suas necessidades energéticas e de nutrientes, em função do seu acentuado desenvolvimento físico e pela sua vulnerabilidade perante as mensagens publicitárias das indústrias de alimentos e modismos alimentares.” (p.994).

Portanto, é inerente a necessidade de estudos que abordem o presente tema. Acrescenta-se que o contato com as crianças, ou seja, o processo investigativo deste estudo, assim como, as concepções apresentadas pelos entrevistados em relação à alimentação e à

nutrição, são um estímulo às ações de educação alimentar e nutricional, considerando, principalmente, a realidade social dos sujeitos e as influências a que estão expostos. Tendo em vista que as crianças possuem muitas informações em relação ao tema em questão, as ações devem ser planejadas para e com a criança, fazendo dela agente consciente e participativo em seus próprios cuidados.

Nesse sentido concordamos com as palavras de Rotenberg e Vargas:

“Entendemos que a nutrição e as práticas alimentares são práticas sociais, não podendo ser abordadas por uma única perspectiva disciplinar, pois o significado do ato de nutrir, de comer, ultrapassa o mero ato biológico. Nessa perspectiva, compreendemos como práticas alimentares a seleção, o consumo, a produção da refeição, o modo de preparação, de distribuição, de ingestão, isto é, o que se planta, o que se compra, o que se come, como se come, onde se come, com quem se come, em que frequência, em que horário, em que combinação, tudo isso conjugado como parte integrante das práticas sociais.” (ROTENBERG e VARGAS, 2004,p.85).

Visto que a alimentação de qualidade é direito assegurado pela constituição, este estudo traz importante contribuição aos profissionais da saúde e aos professores que abordam o tema “alimentação e nutrição” com a criança em idade escolar. Pois pode corroborar para a elaboração de ações de educação alimentar e nutricional mais eficazes, que atuem no alcance de conhecimentos, possam influenciar as escolhas alimentares, que se relacionam ao estabelecimento de uma alimentação de qualidade; esta deve estar presente em qualquer fase da vida. Deve-se considerar, ainda, o próprio cuidado com a alimentação desde a infância; sendo que as instituições de saúde e educação têm relevante papel no estabelecimento das atitudes relacionadas à saúde.

Referências Bibliográficas



Romero Brito

7. Referências Bibliográficas

ACCIOLY, E.; SAUNDERS, C.; LACERDA, E. M. A. **Nutrição em Obstetrícia e Pediatria**. Rio de Janeiro: Cultura Médica, 2005.

ALVES-MAZZOTTI, A. J.; GEWANDSZNAJDER, F. **O Método nas Ciências Naturais e Sociais: pesquisa quantitativa e qualitativa**. São Paulo: Pioneira, 1998.

AMARAL, S. A. **Psicologia e Educação: estágio categorial**. 2ª ed. São Paulo: Loyola, 2000. (Coleção Educação Personalizada).

AMERICAN DIETETIC ASSOCIATION (ADA). Position of the American Dietetic Association: individual-family-school-, and community-based interventions for pediatric overweight. **J. Am. Diet Assoc.**, v. 106, n. 6, p. 925-945, 2006.

AQUINO, R. C.; PHILIPPI, S. T. Consumo infantil de alimentos industrializados e renda familiar na cidade de São Paulo. **Rev. Saúde Pública**, v. 36, n. 6, p. 655-660, 2002.

ÁRIES, P., **História social da criança e da família**. Rio de Janeiro: Guanabara, 1986.

ASSIS, M. A. A.; NAHAS, M. V. Aspectos motivacionais em programas de mudança de comportamento alimentar. **Rev. Nutr.**, v. 12, n. 1, p. 33-41, 1999.

BANKS-LEITE, A perspectiva genética em psicologia: aspectos da teoria de Wallon e Piaget. **Rev. Pro-posições**, v.12, nº2-3, 2001.

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. Lisboa: Edições 70, 1977.

BERTIN, R. L.; MALKOWSKI, J.; ZUTTER, L. C.; ULBRICH, A. Z. Estado nutricional, hábitos alimentares e conhecimentos de nutrição em escolares. **Rev. Paul. Pediatr.**, v. 28, n. 3, p. 303-308, 2010.

BIZZO, M. L. G.; LEDER, L., Educação nutricional nos parâmetros curriculares nacionais para o ensino fundamental. **Rev. Saúde Pública**, v.18, n. 5, p. 661-667, 2005.

BOOG, M. C. F. Educação nutricional em serviços públicos de saúde. **Cad. Saúde Pública**, v. 15, supl. 2, p. 139-147, 1999. In: OLIVEIRA, T. R. P. G. **Abordagem da obesidade em adolescentes atendidos em serviço público de saúde: conceitos, dificuldades e expectativas dos pacientes e seus familiares**. 2008. 159f. Tese (Doutorado) - Faculdade de Medicina, Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2008.

BRASIL. Comissão Nacional de Ética em Pesquisa. Conselho Nacional de Saúde. **Normas regulamentadoras de pesquisa envolvendo seres humanos**. Resolução 196/96 - CNS. Brasília: Ministério da Saúde, 1996.

BRASIL. **LEI Nº 11.346, de 15 de setembro de 2006**. Cria o Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional - SISAN com vistas em assegurar o direito humano à alimentação adequada e dá outras providências. Presidência da República. Casa Civil. Subchefia para Assuntos Jurídicos. Brasília, 2006.

BRASIL. Ministério da Educação e do Desporto. Secretaria da Educação Fundamental. **Parâmetros Curriculares**: apresentação de temas transversais e ética. Rio de Janeiro: DP & A, 2000.

BRASIL. Ministério da Educação. Fundo Nacional de desenvolvimento da Educação. Conselho Deliberativo. **Resolução/CD/FNDE nº 38 de 16 de julho de 2009**. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE.

BRASIL. Ministério da Saúde. Ministério do Planejamento, Orçamento e Gestão. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). **Pesquisa de orçamentos familiares – POF 2002/2003**: antropométrica de crianças e adolescentes no Brasil. Rio de Janeiro, 2006.

BRASIL. Ministério da Saúde. Organização Pan-Americana da Saúde. **Avaliação do Plano de Reorganização da Atenção à Hipertensão Arterial e ao Diabetes Mellitus no Brasil**. Brasília, 2004. 64p.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Coordenação Geral da Política de Alimentação e Nutrição. **Guia alimentar para a população brasileira: promovendo a alimentação saudável**. Brasília: Ministério da Saúde, 2006.

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Cadernos de Atenção Básica, n. 24**: Saúde na Escola. 1ª ed. Brasília, 2009. Disponível em: www.saude.gov.br/dab.

BRASIL. Secretaria da Educação Fundamental. **Parâmetros Curriculares Nacionais - Ciências Naturais**. Rio de Janeiro: DP & A, 2000 a.

BREWSTER, A. Chronically ill hospitalized children`s concepts of their illness. *Pediatrics*, v. 69, 355-362, 1982.

CAGNIN, E. R. G.; LISTON, N. M.; DUPAS, G. Representação social da criança sobre o câncer. *Rev. Esc. Enferm. USP*, v. 38, n. 1, p. 51-60, 2004.

CAMPOS, L. M.; GAINO, R. A. **Educação nutricional na escola**: elaboração, desenvolvimento e avaliação de uma proposta. Botucatu: Instituto de Biociências, Universidade Estadual Paulista, 2006. Relatório de Pesquisa FAPESP (Projeto de Iniciação Científica).

CAMPOS, M. M. Por que é importante ouvir a criança? A participação das crianças pequenas na pesquisa científica. In: CRUZ, S. E. **A criança fala**: a escuta de crianças em pesquisas. São Paulo: Cortez, 2008. p. 35- 42.

CANESQUI, A. M. Pesquisas qualitativas em nutrição e alimentação. *Rev. Nutr.*, v. 22, n. 1, p. 125-139, 2009.

CANESQUI, A. M.; GARCIA, R. W. **Antropologia e nutrição**: um diálogo possível. Rio de Janeiro: Fiocruz; 2005. 306p. (Coleção Antropologia e Saúde).

CAREGNATO, R. C. A.; MUTTI, R. Pesquisa qualitativa: análise de discurso *versus* análise de conteúdo. *Texto Contexto Enferm.*, v. 15, n. 4, p. 679-684, 2006.

- CARVALHO, A. M. A.; BAERALDO, K. E. A.; PEDROSA, M. I.; COELHO, M. T. O uso de entrevistas em estudos com crianças. *Psicol. Estud.*, v. 9, n. 9, p. 291-300, 2004.
- CAVALCANTI, A. P. R.; DIAS, M. C.; COSTA, M. J. C. Psicologia e nutrição: predizendo a intenção comportamental de aderir a dietas de redução de peso entre obesos de baixa renda. *Estud. Psicol.*, v. 10, n. 1, p. 121-129, 2005.
- CENTRO COLABORADOR EM ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR (CECANE). **Estratégias de promoção da alimentação saudável na escola**. Curitiba, 2010. (Cartilha).
- CENTRO COLABORADOR EM ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR (CECANE). **Idéias para promover a alimentação saudável na escola**. Santos, 2009. (Cartilha).
- CHIZZOTTI, A. **Pesquisa em ciências humanas e sociais**. 3ª ed. São Paulo: Cortez, 1998.
- CIRINO, O. **Psicanálise e psiquiatria com crianças: desenvolvimento ou estrutura**. Belo Horizonte: Autêntica, 2001.
- COELHO, M. T. O uso de entrevistas em estudos com crianças. *Psicol. Estud.*, v. 9, n. 9, p. 291-300, 2004.
- CONCEIÇÃO, S. I. O.; SANTOS, C. J. N.; SOUSA E SILVA, A. M. J.; OLIVEIRA, T. C. Consumo alimentar de escolares das redes pública e privada de ensino em São Luís, Maranhão. *Rev. Nutr.*, v. 23, n. 6, p. 993-1004, 2010.
- CONSELHO NACIONAL DE SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL (CONSEA). **A segurança alimentar e nutricional e o direito humano à alimentação adequada no Brasil: indicadores e monitoramento - da Constituição de 1988 aos dias atuais**. Brasília, 2010.
- CORSARO, W. Friendship and peer culture in the early years. In: DELGADO, A. C. C.; MÜLLER, F. Abordagens etnográficas nas pesquisas com crianças. REUNIÃO ANUAL DA ANPED, 28., 2005, Porto Alegre. *Anais...* Porto Alegre: Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2005.
- CREPALDI, M, A.; LINHARES, M. B. M.; PEROSA, G. B. **Temas em psicologia pediátrica**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2006.
- CUPPRI, L. **Guias de medicina ambulatorial e hospitalar: nutrição clínica no adulto**. São Paulo: Manole, 2002.
- CURY, A. J. **Pais brilhantes, professores fascinantes**. Rio de Janeiro: Sextante, 2003.
- CYRINO, V. G. **O brincar e suas implicações no desenvolvimento da criança contemporânea**. 2009. Monografia (Trabalho de Conclusão de Curso) - Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2009.
- DAVIS, C.; OLIVEIRA, C. **Psicologia na educação**. São Paulo: Cortez, 1990.
- DELGADO, A. C. C.; MÜLLER, F. Abordagens etnográficas nas pesquisas com crianças. In: REUNIÃO ANUAL DA ANPED, 28., 2005, Rio Grande do Sul. *Anais...* Porto Alegre: Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2005.

- ESCRIVÃO, M. A. M. S.; SILVEIRA, D. Obesidade. In: NOBREGA, F. J. **O que você quer saber sobre nutrição: perguntas e respostas comentadas**. São Paulo: Manole, 2008. p. 321-334.
- FAGIOLI, D.; NASSER, L. A. **Educação nutricional na infância e na adolescência**. São Paulo: RCN, 2006.
- FERRARI, C. K. B.; TORRES, E. A. F. S. Alimentos funcionais: quando a boa nutrição melhora a nossa saúde. **Rev. Educ. Aliment.**, v.20, n.2, 2002.
- FERREIRA, S. **Imaginação e linguagem no desenho da criança**. Campinas: Papyrus, 1998.
- FIORI, W. R. **A idade escolar e a adolescência: desenvolvimento emocional**. São Paulo: EPU, 1982. (Coleção Psicologia do Desenvolvimento, 4).
- FISBERG, M. **Atualização em obesidade na infância e adolescência**. São Paulo: Atheneu, 2005. 245 p.
- FORGIARINI, A. M. C. **Construção do conhecimento a partir das concepções espontâneas apresentadas por alunos do ensino fundamental sobre o tema digestão**. 2008. 70f. Tese (Doutorado) - Faculdade de Medicina, Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2008.
- GAÍVA, M. A. M.; PAIÃO, M. R. R. S. O ser criança: percepção de alunas de um curso de graduação em enfermagem. **Rev. Latino-am. Enferm.**, v.7, n.1, p.75-83, 1999.
- GALISA, M. S.; ESPERANÇA, L. M. B.; SÁ, N. G. **Nutrição: conceitos e aplicações**. São Paulo: M. Books do Brasil, 2008.
- GARCIA, R. W. D. Reflexos da globalização na cultura alimentar: considerações sobre as mudanças na alimentação urbana. **Rev. Nutr.**, v.16, n. 4, p. 483-492, 2003.
- GEERTZ, C. A interpretação das culturas. In: DELGADO, A. C. C.; MÜLLER, F. Abordagens etnográficas nas pesquisas com crianças. REUNIÃO ANUAL DA ANPED, 28., 2005, Porto Alegre. **Anais...** Porto Alegre: Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2005.
- GRUBITS, S. A casa: cultura e sociedade na expressão do desenho infantil. In: CRUZ, S. E. **A criança fala: a escuta de crianças em pesquisas**. São Paulo: Cortez, 2008. p. 366-368.
- GRUBITS, S.; DARRAULT-HARRIS, I. Cultura e sociedade: ouvindo crianças indígenas através de sua produção artística. In: CRUZ, S. E. **A criança fala: a escuta de crianças em pesquisas**. São Paulo: Cortez, 2008. p. 264-280.
- GUERREIRO, S. **Obesidade infantil, o que as crianças sabem? Os meios de comunicação social como fontes de informação**. 2009. 96f. Dissertação (Mestrado) - Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas, Universidade Técnica de Lisboa, Lisboa, 2009.
- HANSDOTTIR, J; MALCARNE, V. Concepts of illness in Icelandic Children. **Journal of Pediatric Psychology**, v. 23, nº 3, 187-195, 1998.

HENRIQUE, E. F.; SEVERINO, E. **Plano Escolar: EMEF “Angelino de Oliveira”**. Botucatu: Secretaria Municipal de Educação, 2010.

HINNIG, P. F.; MARIATH, A. B.; FREAZA, S. R. M.; CONSOLMAGNO, D.C.; GIOVANNETTI, T. L.; ASSUNÇÃO, N. A.; ZERAIB, D. P.; FRANÇA, G. V. A.; AGUIAR, O. B.; GAMBARDELLA, A. M. D.; BERGAMASCHI, D. P. Preenchimento de registro alimentar por escolares de 7 a 10 anos. **Nutrire: Rev. Soc. Bras. Alim. Nutr.**, v. 35, n. 1, p. 47-57, 2010.

IULIANO, B. A.; MANCUSO, A. M. C.; GAMBARDELLA A. M. D. Educação nutricional em escolas de ensino fundamental do município de Guarulhos-SP. **O Mundo da Saúde**, v.33, n.3, p.264-272, 2009.

KINCHELOE, J. McDonald's, poder e crianças: Ronald MacDonald's faz tudo por você. In: DELGADO, A. C. C.; MÜLLER, F. Abordagens etnográficas nas pesquisas com crianças. REUNIÃO ANUAL DA ANPED, 28., 2005, Porto Alegre. **Anais...** Porto Alegre: Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2005.

LAMOUNIER, J. A.; LAMOUNIER, F. B.; WEFFORT, V. R. S. Aspectos gerais da obesidade na infância e na adolescência. In: WEFFOST, V. R. S.; LAMOUNIER, J. A. **Nutrição em pediatria: da neonatologia à adolescência**. São Paulo: Manole, 2009.

LANGDON, E. J.; WIJK, F. B. Antropologia, saúde e doença: uma introdução ao conceito de cultura aplicado às ciências da saúde. **Rev. Latino-Am. Enferm.**, v. 18, n.3, p.174-181, 2010. www.eerp.usp.br/rlae

LEIS, H. R. A sociedade dos vivos. **Rev. Sociol.**, v. 5, n. 9, p. 340-353, 2003.

LEMES, N. O. **O teatro de fantoches na educação infantil**. 2009. 44f. Monografia (Trabalho de Conclusão de Curso) - Universidade Estadual de Goiás, Anápolis, 2009.

LEPRE, R. M. Contribuições das teorias psicogenéticas à construção do conceito de infância: implicações pedagógicas. **Rev. Teoria e Prática da Educação**, v.11, nº3, p.309-318, 2008.

LOPES, L. A.; VIEIRA, J. P. A. Baixa Estatura de Causa Nutricional. In: NOBREGA, F. J. **O que você quer saber sobre nutrição: perguntas e respostas comentadas**. São Paulo: Manole, 2008. p. 50-62.

LÜDKE, M.; ANDRÉ, M. E. D. A. **Pesquisa em educação: abordagens qualitativas**. São Paulo: EPU, 1986.

MADEIRA, I. R.; AQUINO, L. A. Problemas de abordagem difícil: “não come” e “não dorme”. **J. Pediatr. (Rio de Janeiro)**, v.79, Supl.1, p.S43-S54, 2003.

MALFARÁ, C. T. **Imagem corporal, comportamentos alimentares e autoconceito de pré-adolescentes com sobrepeso, obesos e não obesos**. 2007. 121f. Dissertação (Mestrado) - Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, 2007.

MAYER, A. P. F. **As relações entre família, escola e o desenvolvimento do sobrepeso e obesidade infantil**. 2011. 155f. Tese (Doutorado) - Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2011.

- MENEZES, R. C. E.; OZÓRIO, M. M. Inquéritos alimentares e nutricionais no Brasil: perspectiva histórica. *Rev. Soc. Bras. Alim. Nutr.*, v.34, n.2, p.161-177, 2009.
- MINAYO, M. C. S. **Pesquisa Social: teoria, método e criatividade**. 21ª ed. Petrópolis: Vozes, 2002.
- MINAYO, M. C. S. **Pesquisa social: teoria, método e criatividade**. 25ª ed. Petrópolis: Vozes, 2007.
- MOREIRA, L. P.; DUPA, G. Significado de saúde e de doença na percepção da criança. *Rev. Latino-am. Enferm.*, v.11, n.6, p.757-762, 2003.
- MORIN, E. Os sete saberes necessários da educação do futuro. In: DELGADO, A. C. C.; MÜLLER, F. Abordagens etnográficas nas pesquisas com crianças. REUNIÃO ANUAL DA ANPED, 28., 2005, Porto Alegre. **Anais...** Porto Alegre: Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2005.
- NOBREGA, F. J. **O que você quer saber sobre Nutrição: perguntas e respostas comentadas**. São Paulo: Manole, 2008.
- NUNES, D. C.; CARRARO, L.; JOU, G. I.; SPEERB, T. M. S. As crianças e o conceito de morte. *Psicol. Reflex. Crit.*, v.11, n.3, p. 579-590, 1998.
- OBELAR, M. S.; PIRES, M. M. S.; WAYHS, M. L. C. Nutrição nas fases pré-escolar e escolar. In: WEFFOST, V. R. S.; LAMOUNIER, J. A. **Nutrição em pediatria: da neonatologia à adolescência**. São Paulo: Manole, 2009.
- OLIVARES, S.; SNEL, J., MCGRANN, M., GLASAUSER, P. Educación em la nutrición em las escuelas. In: CENTRO COLABORADOR EM ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR (CECANE). **Idéias para promover a alimentação saudável na escola**. Santos, 2009.p.06-32. (Cartilha).
- OLIVEIRA, B. A.; DUARTE, N. **Socialização do saber escolar**. São Paulo: Autores Associados, 1987. (Coleção polêmicas do nosso tempo, 17).
- OLIVEIRA, T. R. P. G. **Abordagem da obesidade em adolescentes atendidos em serviço público de saúde: conceitos, dificuldades e expectativas dos pacientes e seus familiares**. 2008. 159f. Tese (Doutorado) - Faculdade de Medicina, Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, 2008.
- ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Documento preliminar para a "Estratégia Global em Dieta, Atividade Física e Saúde. In: _____. **Prevenção integrada de doenças não comunicáveis**. Genebra, 2003. Acesso em: Nov. 2011. Disponível em: <<http://www.fomezero.gov.br>>.
- PÁDUA, G. L. D. A epistemologia genética de Jean Piaget. *Rev. FACEVV*, nº2, p.22-35, 2009.
- PEDRO, I. C. S.; NASCIMENTO, L. C., POLETI, L. C., LIMA, R. A. G., MELLO, D. F., LUIZ, F. M. R. O brincar em sala de espera de um ambulatório infantil na perspectiva de crianças e seus acompanhantes. *Rev. Latino-Am. Enferm.*, v. 15, n. 2, 2007. Disponível em: <<http://www.eerp.usp.br/rlae>>.

- PEREIRA, M. L. T. **"Eu não gosto de cópia"**: reflexões sobre a prática alfabetizadora. 1993. 196f. Tese (Doutorado) - Escola de Comunicação e Artes, Universidade de São Paulo, São Paulo, 1993.
- PERRIN, E. C.; SAYER, A; WILLET, J. Sticks and stones may break my bone... Reasoning about illness causality and body functioning in children who have a chronic illness. **Pediatrics**, v. 88, nº 3, 604-619, 1991.
- PHILIPPI, S. T. **Pirâmide dos alimentos**: fundamentos básicos da nutrição. São Paulo: Manole, 2008.
- PIAGET, J. INHERDER, B. **A psicologia da criança**. São Paulo: DIFEL, 1980.
- PIAGET, J. Seis estudos de Psicologia. In: RAPPAPORT, C. R. **A idade escolar e a adolescência**: desenvolvimento cognitivo. São Paulo: EPU, 1982. (Coleção Psicologia do Desenvolvimento, 4).
- PIAGET, J. **Seis estudos de Psicologia**. Rio de Janeiro: Florense, 1969.
- PINHEIRO, K. A. P. N. História dos hábitos alimentares ocidentais. **Universitas Ciênc. Saúde**, v.3, n.1, p.173-190, 2005.
- POSTMAN, N. **O desaparecimento da infância**. Rio de Janeiro: Graphia, 1999.
- POZO, J. I.; CRESPO, M A. G. **A aprendizagem e o ensino de ciências**: do conhecimento cotidiano ao conhecimento científico. 5º ed. Porto Alegre: Artmed, 2009.
- PROUT, A. Reconsiderar a nova sociologia da infância. Braga: Universidade do Minho; Instituto de Estudos da Criança, 2004. (texto digitado).
- RAMALHO, R. A.; SAUNDERS, C. O papel da educação nutricional no combate às carências nutricionais. **Rev. Nutr.**, v. 13, n. 1, p. 11-16, 2000.
- RAPPAPORT, C. R. **A idade escolar e a adolescência**: desenvolvimento cognitivo. São Paulo: EPU, 1982. (Coleção Psicologia do Desenvolvimento, 4).
- RIGO, N. N.; MUSTIFAGA, R.; BOMBANA, V. B.; RETONI, V. M.; CENI, G. C. Educação nutricional com crianças residentes em uma associação beneficente de Erechim, RS. **Rev. Eletrônica Ext. URI**, v.6, n.11, p.112-118, 2010.
- RODRIGUES, L. P. F.; RONCADA, M. J. Educação nutricional no Brasil: evolução e descrição de proposta metodológica para escolas. **Rev. Com. Ciênc. Saúde**, v.19, n.4, p.315-322, 2008.
- ROSSI, A.; MOREIRA, E. A. M., RAUEN, M. S. Determinantes do comportamento alimentar: uma revisão com enfoque na família. **Rev. Nutr.**, v. 21, n. 6, p. 739-748, 2008.
- ROSSI, C. E.; ALBERNAZ, D. O.; VASCONCELOS, F. A. G.; ASSIS, M. A. A.; PIETRO, P. F. Influência da televisão no consumo alimentar e na obesidade em crianças e adolescentes: uma revisão sistemática. **Rev. Nutr.**, v.23, n.4, p.607-620, 2010.

- ROTENBERG, S.; VARGAS, S. Práticas alimentares e o cuidado da saúde: da alimentação da criança a alimentação da família. **Rev. Bras. Matern. Infant.**, v.4, p.85-94, p.85-94,2004.
- SANTOS, L. A. S. Educação alimentar e nutricional no contexto da promoção de práticas alimentares saudáveis. **Rev. Nutr.**, v.18, n.5, p. 681-692, 2005.
- SAVIANI, D. **Pedagogia histórico-ciêntífica: primeiras aproximações**. São Paulo: Autores Associados, 1994. (Coleção Educação Contemporânea).
- SCLIAR, M. História do conceito de Saúde. **Physis Rev. Saúde Colet.**, v.17, n.1, p.29-41, 2007.
- SERRANO, S. Q.; VASCONCELOS, M. G. L.; SILVA, G. A. P.; CERQUEIRA, M. M. O.; PONTES, C. M. Percepção do adolescente obeso sobre as repercussões da obesidade em sua saúde. **Rev. Esc. Enferm. USP.**, v. 44, n. 1, p. 25-31, 2010.
- SICHERI, R.; SOUZA, R. A. Estratégias para prevenção da obesidade em crianças e adolescentes. **Cad. Saúde Pública**, v.24, supl. 2, p.209-234, 2008.
- SILVA, M. V. Alimentação na escola como forma de atender às recomendações nutricionais de alunos dos Centros Integrados de Educação Pública (CIEPS). **Cad. Saúde Pública**, v. 14, n. 1, p. 171-180, 1998.
- SOBRAL, N. A. T.; SANTOS, S. M. C. Proposta metodológica para avaliação de formação em alimentação saudável. **Rev. Nutr.**, V. 23, N°3, P.399-415, 2010.
- SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA (SBP). Departamento de Nutrologia. **Manual de orientação: alimentação do lactente, alimentação do pré-escolar, alimentação do adolescente, alimentação na escola**. São Paulo: Sociedade Brasileira de Pediatria, 2006.
- SOTELO, Y. O. M.; COLUGNATI, F. A. B.; TADEI, J. A.; AGUIAR, C. Prevalência de sobrepeso e obesidade entre escolares da rede pública segundo três critérios de diagnóstico antropométrico. **Cad. Saúde Pública**, v.20, n.1, p. 233-240, 2004.
- SPARAPANI, V. C. A. **O manejo do Diabetes Mellitus Tipo 1 na perspectiva de crianças**. 2010. 131f. Dissertação (Mestrado) – Faculdade de Enfermagem de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, 2010.
- STEINBERG, S. K. A construção da infância pelas grandes corporações. In: DELGADO, A. C. C.; MÜLLER, F. Abordagens etnográficas nas pesquisas com crianças. REUNIÃO ANUAL DA ANPED, 28., 2005, Porto Alegre. **Anais...** Porto Alegre: Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2005.
- SZYMANSKI, H. Práticas educativas familiares: a família como foco de atenção psicoeducacional. **Rev. Estud. Psicol.**, v. 21, n.2, p.5-16, 2004.
- TAMAROFF, S. A. Contribution à la réfçexion sur la culture dès enfants. In: DELGADO, A. C. C.; MÜLLER, F. Abordagens etnográficas nas pesquisas com crianças. REUNIÃO ANUAL DA ANPED, 28., 2005, Porto Alegre. **Anais...** Porto Alegre: Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2005.

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. **Cad. Saúde Pública**, v. 25, n. 11, p. 2386-2394, 2009.

TRINDADE, C. C. A Interferência de Fatores Sociais Sobre o Comportamento do Consumidor Infantil. São Paulo: Universidade de São Paulo, Faculdade de Economia, Administração e Contabilidade, 2002. 17p. Disponível em: http://www.ead.fea.usp.br/tcc/trabalhos/artigo_Christiane%20C%20Trindade.pdf. Acesso em: 15 de nov. de 2011.

VASCONCELOS, A. C. P.; PEREIRA, I. D. F.; CRUZ, P. J. S. C. Práticas educativas em nutrição na atenção básica em saúde: reflexões a partir de uma experiência de extensão popular em João Pessoa-Paraíba. **Rev. APS**, v. 11, n. 3, p. 334-340, 2008.

VENDRUSCOLO, J. Visão da Criança sobre a Morte. **Medicina (Ribeirão Preto)**, v.38, n.1, p.26-33, 2005.

VIANNA, H. M. **Pesquisa em educação: a observação**. Brasília: Plano Editora, 2003.

VILLARDI, M. L. **A Equipe de Saúde da Família e a atenção à saúde do escolar: um desafio social**. 2011. 170f. Dissertação (Mestrado) - Universidade Estadual Paulista, Botucatu, 2011.

VITOLLO, M. R. **Nutrição da gestação a adolescência**. Rio de Janeiro: Reichmann & Affonso, 2003.

VITOLLO, M. R. **Nutrição da gestação ao envelhecimento**. Rio de Janeiro: Rubio, 2008.

WHO. **Obesity and overweight: global strategy on diet, physical activity and healthy**. Geneva, 2003. Disponível em: <www.who.int/dietphysicalactivity/media/en/gsf Obesity.pdf>. Acesso em: 15 jan.2011.

A nexos


Anexos

Anexo I - Parecer de Aprovação do Comitê de Ética

unesp  **Universidade Estadual Paulista
Faculdade de Medicina de Botucatu**

Distrito Rubião Junior, s/nº - Botucatu - S.P.
CEP: 18 616-970
Fone/Fax: (0xx14) 3811-5143
e-mail secretaria: capellup@fmb.unesp.br
e-mail coordenadoria: tsarden@fmb.unesp.br



Ética 

Registrado no Ministério da Saúde
em 30 de abril de 1997

Botucatu, 01 de junho de 2.009

OF. 226/2009-CEP


Ilustríssima Senhora
Profª Drª Eliana Goldfarb Cyrino
Departamento de Saúde Pública da
Faculdade de Medicina de Botucatu.

Prezada Drª Eliana,

De ordem do Senhor Coordenador deste CEP, informo que o Projeto: (Protocolo CEP 3169-2009) "O significado e a percepção da alimentação e da nutrição sob o olhar da criança em idade escolar", a ser conduzido por Roberta Alessandra Gaino, orientada por Vossa Senhoria recebeu do relator parecer favorável, aprovado em reunião de 01/06/2009.

Situação do Projeto: **APROVADO**. Apresentar Relatório Final de Atividades ao final da execução deste projeto.

Atenciosamente



Alberto Santos Capelluppi
Secretário da CEP.

Anexo II - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE)

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO
ALUNOS DA EMEF "ANGELINO DE OLIVEIRA"

"A CONCEPÇÃO DA CRIANÇA EM IDADE ESCOLAR SOBRE ALIMENTÇÃO E NUTRIÇÃO"

Venho por meio deste, solicitar aos senhores a permissão para a participação de seus filhos em pesquisa de estudo acadêmico de Mestrado em Saúde Coletiva. As participações dos mesmos através de materiais produzidos por eles (desenhos) e entrevistas, serão voluntárias e auxiliarão na obtenção de informações acerca da concepção da criança em idade escolar sobre alimentação e nutrição, a fim de que, posteriormente, sejam identificadas diretrizes para propostas de educação alimentar e nutricional. As perguntas não pretendem, de forma alguma, causar desconforto ao participante e suas respostas serão gravadas/anotadas, sendo analisadas em conjunto com outras informações, em sigilo, não se identificando nenhum participante da pesquisa. Os registros serão arquivados até a conclusão da dissertação e depois descartados.

Em qualquer etapa do estudo, você terá acesso aos profissionais responsáveis pela pesquisa para esclarecimento de eventuais dúvidas.

Concordo, voluntariamente, que meu filho participe deste estudo e poderei retirar o meu consentimento a qualquer momento, antes ou durante o mesmo, sem penalidades ou prejuízo.

Para o responsável:

Botucatu, ____/____/2011

Assinatura

Declaro que obtive de forma apropriada e voluntária o Consentimento Livre e Esclarecido deste participante para a participação neste estudo.

Para criança maior de 11 anos:

Botucatu, ____/____/2011

Assinatura

Declaro que obtive de forma apropriada e voluntária o Consentimento Livre e Esclarecido deste participante para a participação neste estudo.

Botucatu, ____/____/2011

Assinatura do responsável pelo estudo

Pesquisadora: Nutricionista - Roberta Alessandra Gaino, Rua Ponciano Ferreira de Menezes, qd. 5, nº 35, 129P. 22, Jardim Panorama, Bauru – SP, tel. (14) 9761 – 9823, e-mail: robertagaino@ig.com.br.

Orientadora: Prof.^a Dr.^a Eliana Goldfarb Cyrino, Rua Reverendo Francisco Lotufo, nº 695, Botucatu – SP, tel. (14) 3882 – 3864, e-mail: ecyrino@fmb.unesp.br.

Anexo III - Questões norteadoras da entrevista semi-estruturada 1

- 1- Fale um pouco sobre sua casa. Como é a sua casa? Com quem mora? Quem te traz à escola? Quanto tempo leva para chegar à escola?

- 2- Você gosta de vir à escola? Por quê? Qual sua matéria preferida?

- 3- Qual o melhor momento na escola (a hora mais “legal”)? E quanto à hora do recreio? Você gosta também? Por que gosta? Você costuma comer a merenda? Por quê? Você repete?

- 4- Quando traz lanche, o que costuma trazer? Quem escolhe seu lanche?

- 5- Sobre a alimentação na sua casa: Onde sua família costuma comer? Quem monta seu prato? O que você (ou mãe) coloca no prato? Quando come salada? Quais as verduras e legumes que gosta? Você costuma ingerir líquidos durante as refeições? De que tipo? E de sobremesa, você gosta? Quando tem sobremesa, geralmente, o que é? Quando come doce? Todos os dias?

- 6- O que as pessoas de sua família costumam comer? Fale mais.

- 7- Como é no final de semana? O que gosta de fazer? O que costuma comer?

- 8- Quando come lanche e salgadinho? Fale mais.

- 9- Sobre você: como é sua alimentação durante um dia? (dia alimentar habitual) – Diga os horários e o que costuma comer.

- 10- Quais os alimentos que você mais gosta? Você gosta de frutas? Com que frequência há frutas em sua casa? Você as come? Com que frequência?

- 11- Alguém já conversou com você sobre alimentação?

- 12- O que você pensa em relação aos alimentos e a comida?

Anexo IV - Questionário destinado aos alunos

Pesquisa: "A CONCEPÇÃO DA CRIANÇA EM IDADE ESCOLAR SOBRE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO"

Pesquisadora: Roberta Alessandra. Orientadora: Eliana Goldfarb Cyrino.

Como parte deste trabalho, gostaria que respondesse a algumas perguntas para saber se gosta e sabe cozinhar.

Você sabe cozinhar?

O que sabe fazer?

Como aprendeu?

Gostou de fazer bolo aqui na escola? Como foi para você?

O que gostaria de aprender a cozinhar?

Invente uma receita e tente escrever passo a passo, os ingredientes, se possível, as quantidades e como fazer, também dê um nome a ela.

Botucatu, 13 de abril de 2011

Escreva seu nome:

(O nome será mantido em sigilo, não se identificando nenhum participante da pesquisa)

Assinatura do responsável pelo estudo

Anexo V - Questões norteadoras da entrevista semi-estruturada 2

- 1- Hoje, eu quero que me conte porque você come. Por que você acha que precisa comer?

- 2- O que você acha que acontece com a comida depois que a engolimos?

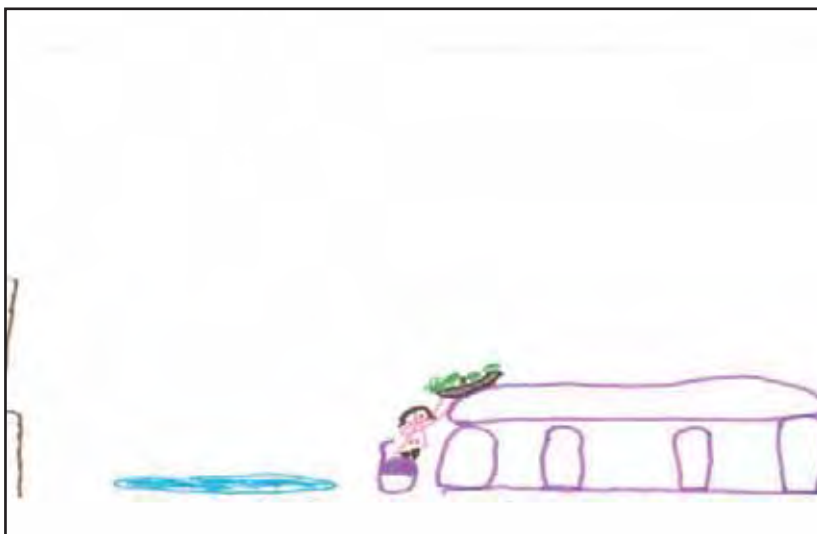
- 3- Se na comida do almoço tivesse somente um alimento, você acha que seria suficiente?
Por que você acha que comemos diferentes comidas?

- 4- Tem comida que você não gosta de comer? Quais? Você acha que essas comidas te fazem falta? Por quê?

- 5- Para você, existem alimentos melhores ou piores? Você acha que eles têm a mesma função no nosso corpo?

- 6- Se você tivesse que ensinar o seu colega a comer bem, o que você faria?

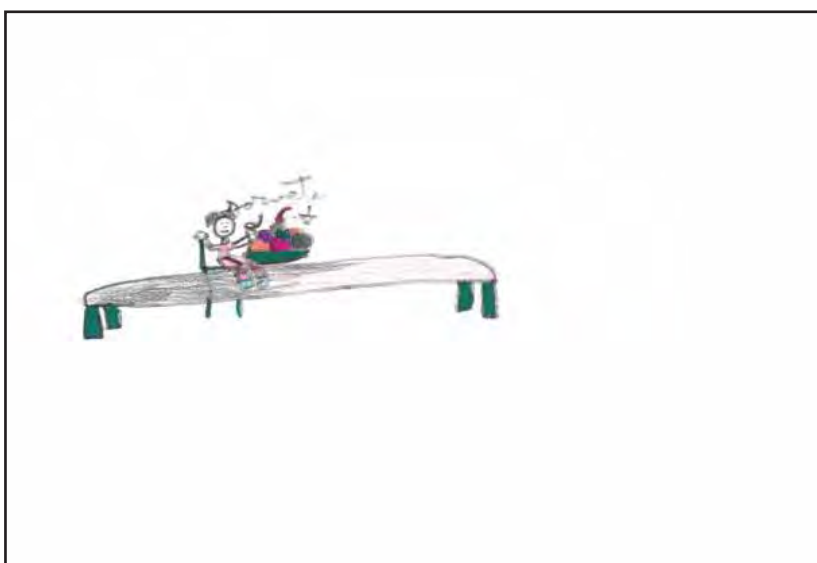
Anexo VI - Desenhos infantis sobre o ato de alimentar-se



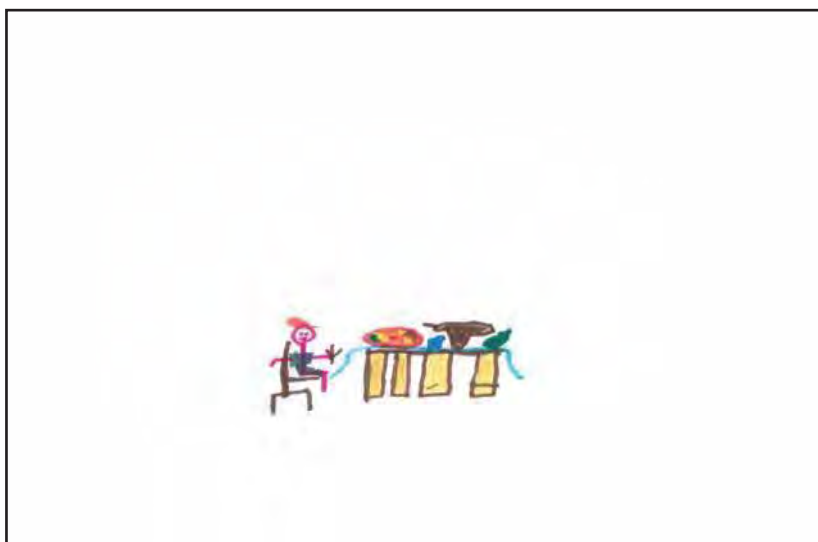
Cç 1: Criança (sozinha) em pé em uma cadeira, com um prato nas mãos, cujos alimentos constituintes são representados por vegetais (folhas verdes). Menina pequena em relação à mesa.



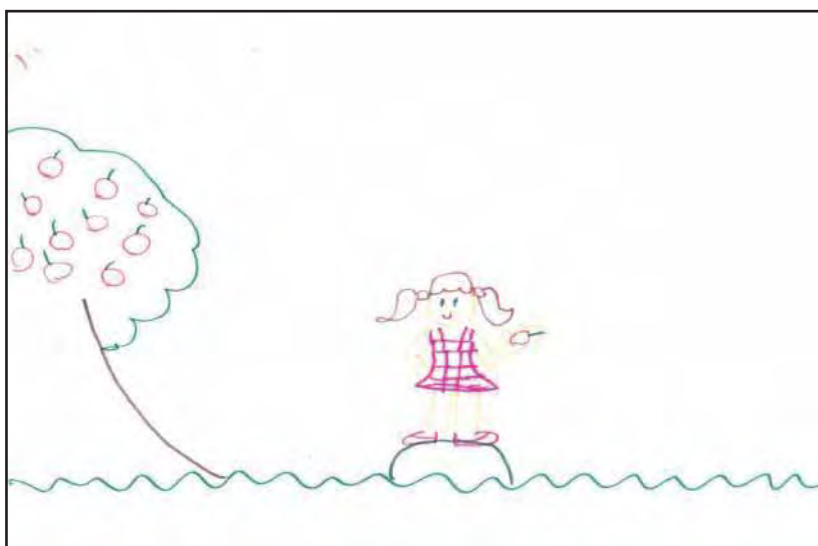
Cç 3: Criança sentada sozinha na mesa, na qual há duas taças, uma em cada ponta da mesma. Segura um alimento de cor vermelha nas mãos.



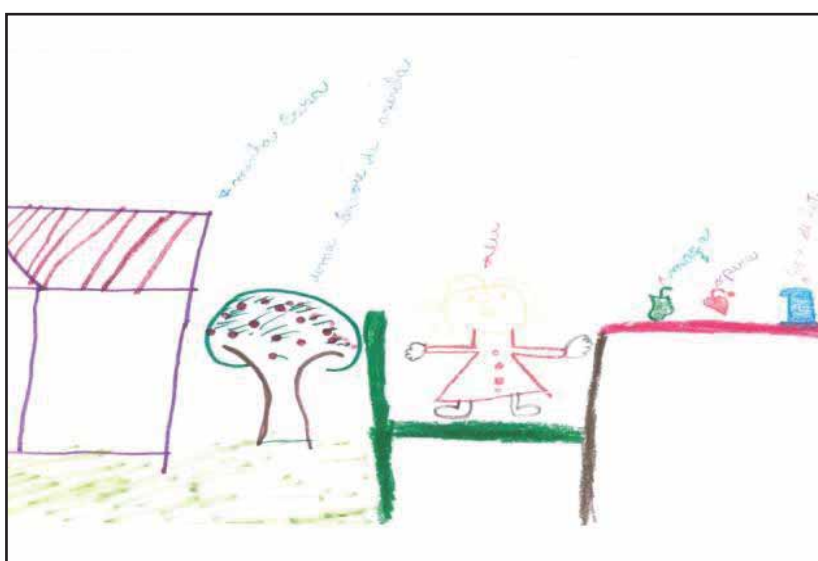
Cç 4: Criança sozinha sentada em uma mesa comendo sorvete. A mesa e o sorvete são maiores em relação ao menino. Desenho pequeno em relação à folha.



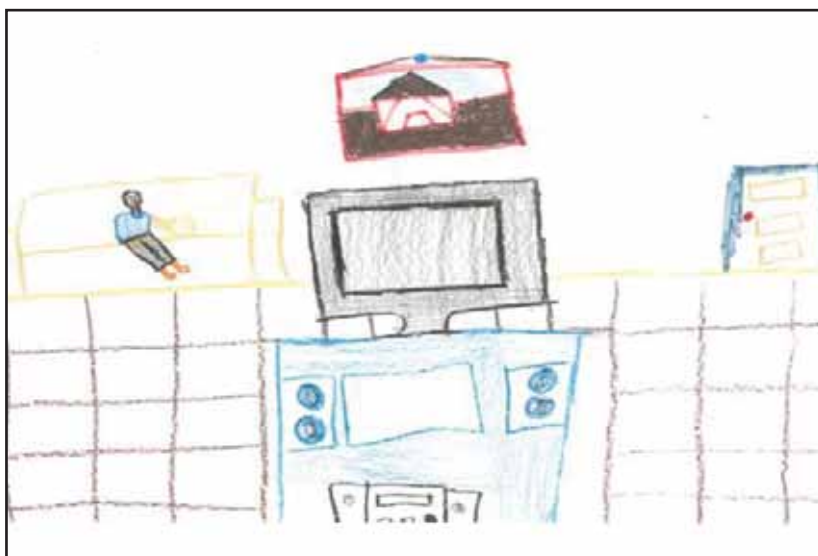
Cç 6: Criança sozinha a mesa com muitos alimentos, que são maiores em relação ao menino. Desenho pequeno em relação à folha.



Cç 8: Criança próxima a uma árvore frutífera com alimento na mão (fruta).



Cç 9: Criança em pé em uma cadeira. Na mesa alimentos identificados com os nomes de "maça", "pêra" e "copo de leite". Ainda estão presentes no desenho uma árvore identificada como "de acerola" e uma casa, identificada como "minha casa".



Cç 11: Criança alimentando-se no sofá em frente à televisão e sem companhia. A televisão foi desenhada à frente e ela encontra-se ao fundo.



Cç 12: Criança (sozinha) comendo de garfo e faca.



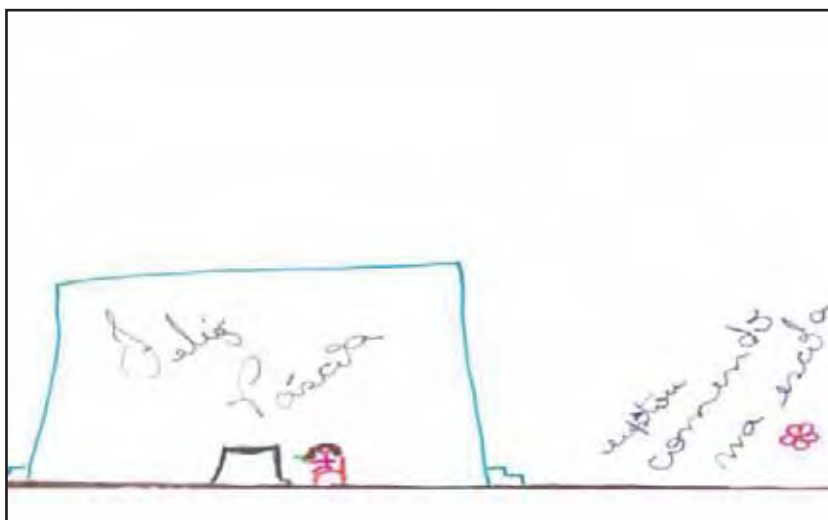
Cç 13: Criança em frente a uma mesa com toalha vermelha.



Cç 14: Criança com alimento na mão.



Cç 15: Criança alimentando-se em pé com refrigerante (Coca-cola) e sanduíche nas mãos.



Cç 16: Criança alimentando-se na escola. Com os dizeres: “estou comendo na escola”. O desenho ainda apresenta o escrito “Feliz Páscoa”.



Cç 17: Criança em pé frente a uma mesa, onde há um prato com alimentos. Prato maior em relação ao menino.

Anexo VII - Caracterização de cada criança, seu ambiente e alimentação: um pouco de sua história

“(...) nosso mundo social é constituído pela e através de uma rede de múltiplas histórias ou narrativas. Esta ecologia de histórias, com diferentes graus de dominância, em diferentes momentos e diferentes contextos, estabelece as referências dentro das quais tomamos conhecimento de nós mesmos e dos outros, dentro das quais estabelecemos prioridades, cobramos obrigações e privilégios, estabelecemos normas para comportamentos adequados ou inadequados, atribuímos significados e ordenamos os eventos no tempo.” (SLUZKI, 1992 p. 218-219 apud: SZMANSKI, 2004).

Cç 1 (menina de dez anos)

Mora com a tia, a mãe e o irmão, pois seus pais são separados desde os seus dois anos. Tem outro irmão que mora com o pai no estado do Paraná.

Alimentação da família: Em sua casa todos comem juntos em uma mesa fora da residência; algumas vezes, a prima também faz companhia. A menina relatou que, frequentemente, ela e seus familiares comiam lanche, salgadinho, pizza e outros alimentos gordurosos. Porém, houve uma mudança nos hábitos alimentares da família, mediante a uma cirurgia (redução de estômago) pela qual a tia passou e desde então todos se adaptaram a uma alimentação saudável, portanto, a mãe usa pouco óleo para preparar os alimentos.

Escola e alimentação escolar: Vai à escola de carro, levada pela tia. Disse gostar de ir à escola, pois acha ruim ficar o dia todo em casa, sem atividade. Também gosta de ir à escola devido às aulas de educação artística e educação física. Utiliza-se da alimentação escolar e com frequência leva lanche à escola, que, na maioria das vezes, constitui-se de pão com manteiga ou maionese (raramente salgadinho industrializado).

Hábito alimentar: No desjejum, às sete e trinca, bebe leite com chocolate em pó e come pão com manteiga; depois, alimenta-se no almoço, às doze horas, e serve-se de arroz, feijão, vegetal refogado e salada crua; no jantar, às dezoito horas, come o mesmo do almoço. Toma suco com as refeições e relata não gostar de refrigerante. Come uma fruta ou um doce light de sobremesa. Ainda, às vinte horas, antes de dormir, bebe leite.

Atualmente, come lanche uma vez por mês (aos sábados); antes da mudança de hábitos alimentares supracitada, comia mais de uma vez por semana. Os alimentos que a menina mais gosta são: bolacha água e sal com manteiga ou requeijão, pão com manteiga ou geléia e arroz e feijão com banana. Relatou deixar de gostar de alguns alimentos

gordurosos devido à cirurgia da tia, que as comidas estão mais gostosas e que não sente falta dos alimentos de antes.

Cç 2 (menino de dez anos)

Sua casa tem dois quartos, sala, cozinha e banheiro. Onde residem ele, seus três irmãos, (idades de treze, doze e um ano), a mãe e o padrasto. Sobre esse último, disse trabalhar a noite inteira e dormir à tarde. Relatou também que, uma vez ao ano, costuma viajar para a casa do seu avô, em Presidente Prudente.

Alimentação da família: Ele, um dos irmãos e a mãe fazem as refeições na cozinha. Comem arroz, feijão, frango, carne ou ovo. Nunca há salada, fato que provoca irritação do irmão mais velho.

Escola e alimentação escolar: Vai à escola a pé, acompanhado pela mãe. Considera a escola "*legal*" porque gosta da educação física, da professora e de brincar no intervalo. Só se utiliza da alimentação da merenda quando esta promove macarrão (alimento pelo qual tem predileção) pão, arroz, feijão e nuggets. Caso contrário, leva lanche à escola: salgadinho, bolacha e refrigerante.

Hábito alimentar: Ao levantar-se às oito horas, toma leite com café e come pão ou bolacha, diz tomar café de manhã "*porque dá mais energia*". Almoça onze horas e coloca no seu prato arroz, feijão, carne ou frango e salada "*quando tem*". Ao voltar da escola, toma leite com chocolate em pó e come pão ou bolacha. No jantar, às dez horas, come macarrão ou o mesmo do almoço. Não come antes de dormir. Todos os dias, ele toma líquidos durante as refeições, que podem ser suco ou refrigerante. Duas vezes por semana, à noite, o pai leva-o para comer lanche ou sorvete.

Os alimentos que mais gosta são carne, frango, nuggets, bolacha e salgadinho. Também, gosta de frutas como: banana, maçã, pêra, melancia e jaca. Não gosta muito de verduras, principalmente pepino, beterraba e batata; diz gostar, somente, de alface e cenoura.

Cç 3 (menina de dez anos)

Mora em uma casa rosa, segundo ela, grande e com bastante espaço para brincar; residem com ela dois irmãos mais novos (idades de oito anos e sete meses) e seus pais. Todos costumam brincar juntos. Seus colegas costumam ir à sua casa inclusive para fazerem as tarefas escolares. Relata que a mãe, algumas vezes, participa das brincadeiras e

que somente ela tem diabetes na família. Para essa criança, a diabetes é uma doença que não tem cura, pode deixar a pessoa cega, e se "*machucar*", de difícil cicatrização. Disse, ainda, que a mãe é uma pessoa alegre "*(...) que adora comer doce*", mas controla-se, porque com o diabetes "*não pode comer muito doce*".

Alimentação da família: Todos da sua família comem juntos à mesa: o pai e o irmão, algumas vezes, comem assistindo televisão, de vez em quando, ela faz companhia a eles. Seus familiares, segundo a menina, têm uma alimentação saudável: arroz, feijão, de vez em quando, carne com pouco óleo, bolacha salgada ou de maisena. Sua mãe só gosta de suco natural; todos gostam de comer frutas; comem com moderação fritura, macarrão, salgadinho e bolacha recheada ou doce. Porém, seu irmão menor adora chocolate; e o maior, salgadinho e iogurte; o pai gosta muito de doces e pede para a mãe prepará-los no final de semana.

A avó mora em São Paulo, na zona leste, e quando está em sua casa, todos mudam o ritmo habitual, pois, bebem refrigerantes, comem lanche e chocolate. Desta vez, a avó trouxe ovo de páscoa e costuma fazer bolo em sua casa. E sua mãe, por ter diabetes, não gosta das atitudes da avó.

No final de semana, vai à catequese e, de vez em quando, passa o dia na cachoeira com sua família, fazem piquenique; também, em alguns finais de semana, chama suas amigas da sala, para um churrasco na sua casa, pois seu pai convida os colegas de trabalho. Ela disse gostar muito desse dia, pois para ela "*(...) é como se fosse uma família grande, uma família unida*".

Escola e alimentação escolar: Mora perto da escola e vai a pé com o irmão e, algumas vezes, de carro com a mãe, que a busca na saída. Gosta de ir à escola, porque diz que quer ter "*um futuro na vida (...)*" e passar no vestibular para medicina; mas sua matéria preferida é matemática, porque gosta de "*mexer com números*". "*Adora*" a comida da escola, porém, às vezes, leva lanche que a mãe escolhe, geralmente, bisnaguinha com queijo e suco, já levou o lanche de volta para casa, porque comeu a alimentação escolar. Disse lavar as mãos antes de alimentar-se no intervalo.

Hábito alimentar: Ao levantar-se às oito horas, come pão com queijo ou manteiga, sempre toma leite com adoçante ou chocolate em pó, quando usa açúcar, disse ser pouco. No almoço, às doze horas, coloca a comida no seu prato, serve-se de arroz, feijão e "*mistura*", que pode ser frango, de vez em quando, salsicha e linguiça. Disse gostar de salada: como alface, couve-flor e tomate. Quando chega da escola, às dezessete e trinta, toma "*café da*

tarde" com leite e pão. No jantar, entre vinte e vinte e uma horas, come o mesmo do almoço, mas a mãe muda a "*mistura*". Durante as refeições, toma suco natural sem açúcar. Antes de dormir, algumas vezes, toma leite.

Toma refrigerante quando tem churrasco no final de semana, ou quando não dá para levar suco no piquenique. Todo final de semana, costuma comer pizza, sábado ou domingo, salgadinhos, "*só nos aniversários (...)*". Come doces somente nos finais de semana. As comidas que mais gosta são vinagrete, frango, arroz, feijão, suco de laranja com berinjela ou beterraba e salgado, "*mesmo sendo fritura*". Não gosta de brócolis, chuchu, quiabo; também disse não gostar de iogurte, porque tem corante, já a couve, passou a gostar devido as preparações diferenciadas da mãe.

Cç 4 (menino de nove anos)

Com ele moram sete pessoas: a mãe, o pai, a avó e seus irmãos de vinte quatro, dezessete e dezesseis anos. Na casa, o piso é de ladrilho, há duas salas e três quartos. Uma das salas é destinada a cadela "Belinha" e a calopsita, na outra, ficam a televisão e o computador. Ele dorme no quarto com a mãe e o pai, porque para ele "*(...) não tem lugar*". A maior parte do tempo, ele costuma ficar no quarto, onde há televisão. Disse não gostar de ter irmãos mais velhos porque, segundo o menino, eles "*(...) acham que estão certos e ficam culpando*". Gosta de brincar com a prima e assistir televisão nos finais de semana. Considera que o final de semana em sua casa, "*é bem alegre*", porque não tem escola, assim "*sobra tempo para descansar*".

Alimentação da família: Em sua casa, come-se na mesa da cozinha, onde, porém, não cabem todos: "*tem que esperar para pegar lugar*", pois são oito pessoas para almoçar. Seus familiares comem arroz, feijão e "bife"; o tio e o irmão sempre tomam cerveja. No momento, a mãe não está fazendo muita salada, porque é época de chuva, e segundo a criança, essa fica mais cara. No final de semana, menos pessoas que realizam a refeição em sua casa; serve-se de "*macarrão na pressão, branco, vermelho (...)*", lasanha, pizza, ou seja, "*coisas de domingo ou sábado*".

Escola e alimentação escolar: Ele disse não gostar de ir à escola, "*porque fica estudando*", mas gosta da professora, de educação física e de brincar no intervalo. Não gosta de nenhuma das preparações servidas na alimentação escolar, às vezes serve-se de macarrão. Quando não leva lanche e não gosta da merenda, fica sem comer: "*só brincando (...)*". Porém, com frequência, leva lanche da padaria dos pais; a mãe pergunta quando quer levar

o lanche que, geralmente, compõe-se de salgadinho e suco industrializado. Também leva chicletes à escola.

Hábito alimentar: Entre oito ou nove horas, costuma tomar seu café da manhã, bebe leite e come pão. Às doze horas, no almoço, monta seu prato com arroz, feijão, "bife" e salada, quando "tem bastante coisa"; diz colocar bastante salada em seu prato. Ao chegar da escola, toma leite e come pão. No jantar, entre vinte e vinte e uma horas, come o mesmo do almoço, às vezes, macarrão, pizza, ou vai comer lanche, principalmente, aos finais de semana. Não come nada, antes de dormir.

Faz um mês que está em "regime", pois quando foi repetir o refrigerante, sua mãe disse que estava muito gordo e que ia ficar "uma baleia" quando crescesse. Sempre tomou refrigerante com as refeições, no entanto, diminuiu a ingestão; segundo ele, passou a beber "bastante água" e comer salgadinhos com menos frequência. Os alimentos que mais gosta são lasanha, macarrão, pizza frita do "Semião", lanche e espetinho. Não gosta de beterraba e repolho.

Cç 5 (menino de onze anos)

Reside com a mãe, o pai e irmãos. O irmão mais velho, com vinte anos, interessa-se bastante por carros; o menor, com três anos, brinca com ele, mas costuma esconder seus brinquedos para que o irmão não os estrague. Disse ter muitos brinquedos do McDonald's e, já há algum tempo, um cachorro com o nome de "Rebite". No final de semana, gosta de ir à casa do amigo jogar bola ou videogame.

Alimentação da família: É o pai quem faz o almoço, porque a mãe trabalha das sete às dezessete horas e vai à casa só para almoçar. Ela, o pai e o irmão mais novo, comem na sala; o irmão mais velho, na cozinha; e ele faz todas as refeições em seu quarto assistindo televisão, apóia seu prato na cama. Faz as refeições com a família quando tem visita, amigos ou parentes, porque fica "(...) conversando e comendo".

Na maior parte das vezes, o pai faz fritura e carne, de vez em quando, salada, principalmente, nos dias em que está calor. Segundo o menino, tem semana que "nem tem salada". Também, nos dias de calor, a mãe costuma comprar sorvete. Disse que o pai está comprando bastante fruta, como banana, maçã e uva, assim, quase todos os dias tem fruta em sua casa, com maior frequência, "tem banana", uma das frutas que gosta, além de laranja e uva. No final de semana, a namorada de seu irmão vai almoçar na sua casa e, de vez em quando, comem churrasco, e a mãe costuma fazer macarrão.

Escola e alimentação escolar: Mora perto da escola, porém, seu pai ou o irmão, o levam de moto. Disse gostar de ir à escola "*por causa da educação física*" e do intervalo, sua matéria preferida é matemática. No intervalo, brinca e conversa com os amigos. Em algumas vezes, utiliza-se da alimentação escolar, em outras, come seu lanche, que diariamente leva a escola (comprado por ele mesmo) que pode ser salgadinho ou bolacha. Quando gosta da alimentação escolar, leva o seu lanche de volta para casa.

Hábito alimentar: Ao levantar-se, não come, vai comer "*só no almoço*" e não fica com fome. Por volta das onze horas, coloca em seu prato, o arroz e a "*mistura*", que na maioria das vezes, é fritura. Disse não gostar "do gosto" das frituras, considera "*muito encharcado (...)*" sendo que, em algumas vezes, nem as come; da preferência às carnes, frango, linguiça e salsicha. Em casa não come feijão, mas o faz na casa dos amigos, "*(...) que é comida diferente, gosto diferente*". Disse, ainda, gostar de salada, mas a mãe só "*de vez em quando, faz salada*". Ao chegar da escola, às dezessete horas e trinta minutos, bebe leite com chocolate em pó e come pão com "Nutella". No jantar, às dezenove e trinta, ou vinte horas, ou come o mesmo do almoço ou a mãe prepara outro alimento. Algumas vezes, toma refrigerante ou "*suco de saquinho*", com as refeições. Antes dormir, entre vinte uma e vinte três horas, toma leite e come pão. De vez em quando, dorme depois que acaba o programa que gosta, mais de meia noite.

Quando a mãe faz compras, "*compra um monte de coisa (...)*", nesse dia, ele costuma comer muitos salgadinhos e doces, disse comer uma caixa de chocolate "*tudo em um dia*". Os alimentos que mais gosta são arroz, macarrão e carne sem gordura. Não gosta de alguns vegetais, que não lembrou o nome.

Cç 6 (menino de nove anos)

Segundo ele, sua casa é grande, com dois quartos, uma sala com televisão e outra com computador, um banheiro e uma cozinha. Residem com ele, sua mãe, seu tio e seus avós. Desde 2006, tem um cachorro com o nome de "Tico". É filho único e disse gostar dessa condição, porque "*(...) não tem que dividir nada*". Contou que a mãe é separada do pai e tem um namorado, que mora em Aparecida (distrito de Botucatu); disse dar-se bem com ele. Quase não vê o pai, que mora na mesma cidade, a última vez que o viu foi no Natal. Relatou, ainda, que é a avó quem mais lhe faz companhia, pois a mãe, de vez em quando, passa o final de semana fora de casa. Apesar disso, costuma brincar com a mãe e seu cachorro, disse não gostar de convidar os colegas para ir a sua casa.

Alimentação da família: Os avos e sua mãe costumam cozinhar, a última também faz torta (doce). As refeições são realizadas na sala. No final de semana, seus familiares costumam comer comida "*especial*" como macarrão. Quando a avó faz "*um panelão*" de sopa, convida seus tios para comer: "*(...) daí todo mundo come na mesa*". A avó não come muita carne, gosta mais de salada; o avô gosta muito de jiló; e sua mãe gosta de tudo. Disse que o avô sempre compra fruta, principalmente, laranja e kiwi (quanto está barato).

Escola e alimentação escolar: Segundo ele, poderia ir a pé à escola, pois mora próximo. Porém, vai de Van. Disse gostar de ir à escola porque aprende "*coisas*"; sua disciplina preferida é matemática. É do intervalo que mais gosta na escola, pois fica conversando e brincando com os amigos. A mãe sempre o orienta a levar lanche à escola, e, dependendo do que for servido, optar por seu lanche; quando é macarrão, prefere a alimentação escolar e leva o lanche de volta para casa. Ele quem escolhe seu lanche: salgadinho, bolo industrializado e refrigerante.

Hábito alimentar: Ao levantar-se, às vezes toma café da manhã, sendo mais frequente negligenciá-lo, relata ter "*preguiça*" de prepará-lo. No almoço, entre dez e meia e onze horas, a mãe ou a avó o servem, ele considera que a mãe "*coloca muito*", pois quando é ele quem se serve, "*coloca menos*". "*Quando tem carne*", serve-se de "*bife*", arroz, feijão e salada, que a avó prepara com bastante frequência, mas não todos os dias. Próximo do horário que chega da escola, por volta das dezoito horas, costuma jantar com seus familiares. Assim, não come logo que chega a casa. No jantar, come o mesmo do almoço ou ovo com pão. Antes de deitar-se, sendo os horários variados, ou seja, "*quando dá vontade de dormir*", (até mesmo de madrugada, às vezes) come bisnaguinha com margarina ou salame e toma leite. Costuma tomar líquidos com as refeições, como refrigerante e suco industrializado e, de vez em quando, suco natural. Às vezes, come sobremesa, como sorvete, gelatina e torta.

Não tem o hábito de comer lanches, porém sempre come salgado com o avô no supermercado. Em relação às frutas, tem preferência por uva, morango, banana e maçã. Ainda, relata comer, pelo menos, uma fruta por dia, depois das refeições principais ou na ceia. As comidas que mais gosta são massas como lasanha e macarrão, também gosta de bisteca frita e salada de alface; não gosta de berinjela, rabanete, agrião e cebola.

Cç 7 (menina de dez anos)

Mora em uma casa amarela, a qual considera "*(...) um pouquinho grande*", tem dois quartos, banheiro, cozinha e sala; nela residem sua mãe, seu pai e seus três cachorros, "Catucha" (pequena), "Nego" (médio) e "Lincon" (grande). Não tem irmãos e não costuma chamar os colegas para ir a sua casa disse, ainda, não querer chamá-los. Gosta de brincar de boneca "Barbie" e jogar no computador com a mãe, que trabalha fora de casa. Já o pai é frentista em uma indústria da cidade, onde trabalha em dias alternados, e também no "*bico*" como segurança; segundo a menina "*(...) é um trabalho para ganhar um dinheirinho a mais*".

Alimentação da família: Em sua casa, costumam comer "*todos na mesa*", mas, algumas vezes, quando a mãe não janta, come na sala com o pai. Relata que "*(...) tem que almoçar na mesa para comer mais rápido*" devido à escola; e que o pai, quando almoça em casa sempre faz companhia a ela, enquanto a mãe realiza afazeres domésticos.

Quando o pai está trabalhando, mesmo que a mãe não coma, senta-se à mesa com ela. Ainda, relatou que quando o pai está na fábrica, "almoça e janta por lá"; porém, quando está no "*bico*", a mãe tem que lhe levar marmita. Quando o pai não trabalha, em alguns finais de semana ou feriado, disse que costuma sair para comer lanche e que a mãe "*faz um prato melhor, mais gostoso*".

Escola e alimentação escolar: Reside em um bairro um pouco distante da escola e vai de carro levada pela mãe, algumas vezes, de moto, quando está atrasada, porque "*é mais rápido*". Gosta de ir à escola "*para aprender e ter um futuro melhor*"; sua matéria preferida é ciências. O que ela mais gosta na escola, além de "*algumas lições de ciências*", é a "*hora do recreio (...)*", para brincar.

Ora come a alimentação escolar, ora o lanche levado por ela. Disse gravar o cardápio da merenda, que fica "*na tela do lado da cantina*", se "*é gotosa*" não leva lanche, mas considera mais frequente, fazê-lo. Informa que a mãe escolhe seu lanche e pergunta: "*Quer lanche ou vai comer a merenda?*". Quando leva lanche, costuma levar salgadinho "*de saquinho*" e guaraná; algumas vezes, somente, o guaraná para "*acompanhar*" a merenda.

Hábito alimentar: Ao levantar-se, às dez e meia, que considera ser "*um pouquinho tarde*", toma leite com café e não come nada. No almoço, ao meio dia, com mais frequência, a mãe a serve; a criança gosta que a mãe coloque a comida em seu prato, pois ela coloca a quantidade que consegue comer, quando se serve sozinha, não come tudo. Seu prato é composto de "*arroz, um pouco de caldinho de feijão, em cima do arroz, às vezes carne, frango*", o qual, não gosta muito, "*mas tem que comer (...)*"; também, "*às vezes, uma salada*

de tomate e/ou de alface", se não gostar da salada do dia, não a come. Diariamente, toma líquido com as refeições, que pode ser guaraná ou suco "*de saquinho*". Não tem o hábito de comer sobremesa, porque disse não dar tempo, pois tem que ir a escola; algumas vezes, após o jantar, costuma comer "Danone", chocolate ou uma bala. No jantar, entre dezoito e dezenove horas, come o mesmo do almoço, raramente, "*troca a mistura*". Dorme meia noite, porque espera o pai chegar do trabalho, e algumas vezes, costuma ceiar, disse comer "Danone".

Relata que em sua casa sempre tem mexerica, laranja, mamão, porque sua mãe "*gosta bastante*" e banana, porque o pai, "*traz da fábrica*". Gosta de morango, mas a mãe não tem comprado por não ser época; disse não comer frutas todos os dias e costuma acompanhar a mãe, quando ela o faz. Os alimentos que mais gosta são lasanha, berinjela frita, sucrilhos e "*(...) danoninho de morango com pedaço de morango*"; não gosta de almeirão, brócolis, sopa com carne e do grão do feijão (come somente o caldo).

Cç 8 (menina de nove anos)

Mora em uma chácara em Rubião Júnior, distrito de Botucatu, com seus pais, a irmã de dezesseis anos e o irmão de dezoito, que já está na Universidade. Disse não ter muitos vizinhos e considera a chácara "*bem grande*", nela há sua casa e "*uma casinha atrás*", que já foi alugada; mas o pai não quer mais alugar, pois serve de depósito dos móveis das mudanças que são realizadas por ele. Na chácara, brinca no campinho, onde joga bola, queimada e vôlei; relata gostar de brincar no balancinho, na piscina e de boneca "Barbie". Disse ter colaborado na organização da academia montada pelo pai em cima do depósito; onde, segundo a ela, é possível avistar toda a cidade. Costuma ficar lá com o irmão, escutando música enquanto ele exercita-se; já a irmã, não faz muita companhia a ela, pois fica, a maior parte do tempo, no computador.

Alimentação da família: Durante a semana e aos finais de semana, seus irmãos gostam de comer na mesa, porém, ela, a mãe e o pai, frequentemente, comem no sofá. A menina contou que acabam não comendo os alimentos da "*hortinha*", porque os vegetais não crescem muito, mas consomem com frequência a alface. Às vezes, aos domingos, seus familiares, costumam fazer churrascos.

Escola e alimentação escolar: Como estuda em Botucatu, vai à escola de van e chega rápido, pois o distrito onde mora é perto. Relata gostar muito de ir à escola, "*de estudar, de escrever*", sua matéria preferida é ciências. Também gosta da educação física, de ir à

biblioteca e relatou gostar das conversas comigo. Na escola, disse ter somente uma amiga. Diariamente leva lanche, mas disse gostar da alimentação escolar. Relata que, "*quando não dá tempo de comer*", antes de ir à escola, e fica com fome, come o lanche levado de casa e um pouco da merenda. É a mãe quem escolhe seu lanche: salgadinho, bolacha, refrigerante e suco. A explicação dada sobre priorizar o lanche enviado pela mãe em detrimento da alimentação escolar foi: "*(...) não quero vê-la triste, (...) ela manda uma comida tão gostosa, que custou caro*".

Hábito alimentar: Ao levantar-se, entre oito e nove horas, toma leite com café e açúcar e come meio pão francês com manteiga ou presunto e queijo. Disse gostar muito de ponkan, quando tem no pomar, consome uma a quatro pela manhã. No almoço, é a mãe quem a serve, pois as preparações ficam em cima do fogão e a criança teme que possa ocorrer algum acidente ao tentar servir-se. Disse que a mãe permitirá que se sirva somente aos doze ou treze anos. Seu prato é composto por arroz, feijão, carne e salada; a menina, ainda, diz que a alface sempre fica em cima do arroz, que não come muito e deixa restos de comida. Ao chegar da escola, pelas dezoito horas, toma leite com café e come pão com manteiga ou presunto e queijo. No jantar, às vinte e uma horas, come o mesmo do almoço e não costuma ceiar, vai dormir às dez horas. Diariamente, toma líquidos com as refeições, como suco "*de saquinho*", o preferido é o de uva, refrigerante, água ou limonada, com os limões do pomar.

Relatou querer servir-se e que gosta de cozinhar e lavar louça, porém, a mãe não deixa; conta que sabe preparar arroz, feijão e também lavar as saladas. Disse gostar de arroz, feijão, linguiça, cenoura, pepino e alface. Não costuma comer sobremesa, lanches e salgados, mas, com frequência, come bolacha de chocolate.

Colocou que, sempre tem frutas em sua casa, mas não as come todos os dias por não gostar muito, principalmente de banana e mamão; gosta de comer maçã, no entanto, considera que não deve comer muito, por ser obstipada; também gosta de laranja e ponkan.

Cç 9 (menina de nove anos)

Mora com a mãe e a irmã de treze anos. Aos finais de semana, costuma ir à igreja e brincar com a prima, principalmente, de pingue-pongue.

Alimentação da família: Sua família costuma comer arroz, alface, "*carne*" ou frango, sendo o cardápio, geralmente, diferenciado aos domingos, podendo ser "*macarrão com frango*".

Escola e alimentação escolar: Reside perto da escola, vai à mesma a pé, acompanhada pela mãe ou pela avó. Relatou gostar de ir à escola e suas disciplinas preferidas são ciências e

português; em ciências gosta de aprender sobre os planetas, em português, de escrever, interpretar textos e ler. Também gosta da professora por considerá-la "*legal*". Na escola, diz não ter muitos amigos, porém, no intervalo, gosta de brincar de elástico, pega-pega e esconde-esconde. Gosta da alimentação escolar, mas solicita a mãe para levar lanche à escola, escolhido pela mãe ou por ela. Esse se compõe, frequentemente, por pão com mortadela e salgadinho.

Hábito alimentar: No café da manhã, costuma tomar leite com chocolate em pó. No almoço, serve-se de arroz, "*carne*" ou frango e alface, temperada por ela com vinagre óleo e sal. Ao chegar da escola, come pão e toma leite. No jantar, come o mesmo do almoço e não costuma ceiar. Diariamente, toma suco ou água com as refeições. Colocou que, às vezes, tem fruta em casa; suas preferidas são pêra e maçã.

Semanalmente, costuma comer salgadinhos industrializados, como lanche no intervalo ou em casa. A mãe os compra para que sejam levados à escola, porém, algumas vezes, são consumidos em casa mesmo. As preparações que mais gosta são macarrão com frango assado. Disse não gostar muito de feijão e carne de porco, de verduras e legumes, principalmente, repolho, abobrinha, tomate, cenoura e cebola; gosta somente de alface.

Cç 10 (menino de dez anos)

A casa onde reside fica em uma área grande com coqueiros, possui sala, cozinha, copa, banheiro e dois quartos; o quarto de sua mãe fica fora da casa, perto da lavanderia e da piscina. Mora com os avós, a mãe e o tio. O avô é padrasto de sua mãe e tem quarenta e sete anos, segundo o menino, sua mãe e seu avô se relacionam muito bem; a avó tem cinquenta e um anos; sua mãe vinte e oito; e seu "*tiozinho*", sete anos. A avó não trabalha fora de casa, o avô e sua mãe sim, a última "*trabalha em arrumar computador*". Tem dois cachorros, um ramster, um periquito e uma agapornis, que segundo ele, é como um "papagainho" colorido. Nunca morou com o pai, mas relatou encontrá-lo aos finais de semana, quando vai a casa dele, no sítio, onde reside com seu avô paterno. O pai tem uma oficina mecânica na cidade de Botucatu, onde, segundo o menino, está construindo uma "*casona*".

Não gosta muito de computador, prefere animais, nadar na piscina e brincar com o tio, principalmente de pirata com barcos de madeira, construídos por eles mesmos. Em alguns finais de semana, vai à casa da tia, onde encontra seu primo. Lá brincam no "*mini escritorzinho, no quartinho das cachorras*", gostam também de brincar de dinossauro.

Colocou que em baixo da casa da tia tem uma loja de água, eles ficam lá, " *apaga as luzes, fica escuro (...)*", brincam de fantasma, " *é tudo de correr (...)*".

Em alguns finais de semana, ao final do mês ou feriado, seus avós costumam fazer festas, que são motivadas pelos reencontros do avô com os amigos de infância. As festas, que geralmente ocorrem às sextas-feiras, também são motivadas pelo moto clube do avô, sendo as reuniões, ou festas do grupo, realizadas em sua casa; a avó também convida suas amigas. A criança disse gostar muito das festas organizadas pelo avô, considera " *uma farrá boa*". Porém os vizinhos ficam incomodados devido ao som alto, eventualmente há desentendimento entre as partes. O menino diz divertir-se com esses fatos e desavenças.

Alimentação da família: A avó prepara as refeições. Algumas vezes, ela ainda está cozinhando quando o menino vai almoçar; ela quem o serve da preparação pronta. Seus familiares costumam comer arroz, feijão, carne, vegetais cozidos e crus. A criança ainda relata que, a maioria dos alimentos são refogados. Segundo ele, seu avô come somente carne de frango ou peixe, não ingerindo frituras. Já a avó come verduras e legumes em maior quantidade, ou seja: " *mais salada do que mistura*". Sua mãe também não come fritura e seu " *tiozinho*" não gosta muito de vegetais, " *come muito pouco, gosta mais da mistura*". De acordo com o menino, a avó tenta melhorar os hábitos alimentares de seu tio, que se mostra resistente.

Semanalmente, costumam comer gelatina e, de vez em quando, aos finais de semana, a mãe prepara gelatina colorida ou mousse; também comem doces industrializados: como marmelada, goiabada e chocolate. Diz sempre haver em sua casa banana, manga, pêra e maçã, pois seu avô gosta bastante de frutas, que, por sua vez, são compradas semanalmente. Relata, ainda, que nos dias de compras mensais, elas são compradas em maior quantidade.

As sextas-feiras, seus familiares costumam comem massa, que pode ser macarrão ou lasanha, disse não comerem essas preparações acompanhadas de outras. Ainda, em algumas sextas-feiras, ocorre o encontro do avô com amigos de infância, sendo o jantar servido tarde da noite, mas o menino disse gostar desse dia; e em alguns finais de semana, é preparado churrasco, principalmente, devido às festas organizadas pelo avô, para os membros do moto clube.

Escola e alimentação escolar: Mora perto da escola e é a avó quem o leva; gosta de ir para estudar, encontrar os amigos e brincar. Para ele, o intervalo é o melhor momento da escola. Suas disciplinas preferidas são ciências e matemática; admitiu gostar da última por ser mais

fácil, já que estão revendo contas que já aprenderam. Considera que esse seja o mesmo motivo pelo qual os colegas, em sua maioria, a preferem; já português é mais difícil, porque "(...) *tem umas perguntas difíceis, umas respostas compridas, tem que escrever mais*".

Durante o intervalo, não é "*acostumado*" a utilizar-se da alimentação escolar. Come o lanche levado por ele, diz fazê-lo rapidamente. Discorre que nunca experimenta a merenda porque não sobraria tempo para brincar e também por considerar que comer o lanche levado por ele e a alimentação escolar, seria uma quantidade excessiva de alimentos, já que almoça antes de ir à escola. É ele quem escolhe seu lanche. Os alimentos comprados, geralmente pela avó, ficam guardados em um armário; assim, dentre os alimentos guardados, ele e seu tio escolhem o lanche escolar; geralmente bolacha ou pão com presunto e queijo, suco de "*caixinha*" ou refrigerante.

Hábito alimentar: Ao levantar-se, às seis horas, no sítio; e às oito e meia, ou nove horas, na cidade, frequentemente, negligência o café da manhã, ou bebe somente leite com chocolate em pó ou groselha e, algumas vezes, come banana; reconhece que esse não é um bom café da manhã; ainda disse não gostar de alimentar-se ao acordar. Antes do almoço, algumas vezes, come barra de cereal ou toma leite fermentado, porém, essa atitude é reprovada por seus avós, que consideram este o motivo de seu pouco apetite no almoço.

Nas refeições principais, normalmente come na mesa com seus avós e seu tio. Quando sua mãe chega para almoçar, ele já acabou de comer. Somente algumas vezes, come assistindo televisão, apoiando o prato no "*braço*" do sofá. No almoço, às onze horas, serve-se de arroz, feijão, carne, que pode ser aquela destinada ao avô ou outra preparação. No dia da entrevista, disse ter comido bolinho de carne frito e o avô comeu frango, pois, como já esclarecido, o avô não come fritura. Ainda serve-se, diariamente, de vegetais, variando a quantidade, pois relata que, às vezes, quer comer menos. Ao chegar da escola, as cinco e trinta, de vez em quando, o menino come pão com presunto e queijo e bebe leite ou vitamina. No jantar, as vinte duas horas, ele come o mesmo do almoço, mas a avó costuma preparar uma salada, ou um vegetal refogado, porque não há sobra do almoço. Algumas vezes, antes de deitar-se, quando come pouco no jantar, alimenta-se, as vinte três e trinta, com bolacha maisena e leite com cereal

Diariamente, toma líquidos com as refeições. A avó sempre faz suco natural, principalmente, de laranja, maracujá e acerola, trazidas pelo irmão de seu sítio. Quando não tem suco natural, a avó faz suco artificial. Refrigerante ele toma como lanche na escola e aos

finais de semana. Ele come fruta todos os dias pela manhã, ou ao chegar da escola; mas não gosta de maçã, manga e melancia.

Não gosta, principalmente, de cebola, beterraba, chuchu, mandioca, repolho e rúcula; berinjela come somente como lasanha. Tem preferência por batata, cenoura, abobrinha, tomate, alface e couve. As preparações que mais gosta são strogonoff, lasanha de berinjela, nuggets, pudim de leite condensado e pudim de leite em pó.

Disse preferir a sobremesa em relação à refeição, mas não costuma comê-la diariamente e também não está habituado a comer doces, que não sejam de sobremesa; o mês, no qual foi realizada a entrevista foi atípico, pois relatou que estava comendo menos comida nas refeições principais para comer ovos de páscoa. Disse, ainda, que quando está com vontade de comer doce e não os têm, costuma comer o que ele chama de "*mistura*": trata-se de leite condensado com creme de leite.

Normalmente não come salgados fritos, somente quando sai com o pai, ou em aniversários, mas mesmo assim em pouca quantidade. Em relação aos lanches, nunca come aqueles preparados na rua, mas frequenta, de vez em quando, o McDonald' s, quando a mãe recebe, em suas férias ou em aniversários, como o do primo; porém, disse não ser nem uma vez ao mês.

Cç 11 (menino de nove anos)

Reside com os pais e o irmão de quinze anos em uma casa com muros altos e piscina, que segundo o menino, é grande. Aos finais de semana, gosta de jogar bola e nadar.

Alimentação da família: Aos finais de semana, ele e seus familiares comem todos juntos à mesa; eventualmente, seus avós maternos e sua tia vão almoçar em sua casa. Durante a semana, não se realiza a refeição no mesmo horário e todos costumam comer arroz, feijão, carne e salada.

Escola e alimentação escolar: Mora perto da escola, antes a mãe o levava de carro, agora vai de van, pois seus pais consideram menos dispendioso. Gosta de ir à escola para estudar e brincar, sua disciplina preferida é português. No intervalo, gosta de pular corda, jogar pingue-pongue e pebolim. Durante o período letivo, a atividade que mais aprazível foi realizada na aula de artes que consistiu em "*(...) fazer brinquedo*", ou seja, um boneco de garrafa pet, o qual foi confeccionado com materiais como bexiga e outros.

Gosta da alimentação escolar, principalmente, da macarronada; portanto, frequentemente, come a merenda e, raramente, leva lanche à escola, porém a mãe,

diariamente, pergunta a ele se quer levar lanche. É ele quem escolhe seu lanche no supermercado, e disse gostar de levar as sextas-feiras, porque já está próximo do final de semana.

Hábito alimentar: Ao levantar-se, às nove horas, toma leite com café e come pão tipo francês com manteiga e não come mais nada. No almoço, às onze horas, costuma comer sozinho na sala; a mãe quem o serve e prefere que seja assim, mas não relatou seus motivos. Come arroz, feijão, carne e salada; tendo preferência por alface, repolho, tomate e cenoura. Às dezoito horas, toma leite com café e come pão, algumas vezes, come um doce. No jantar, às vinte e uma horas, geralmente, é servido o mesmo do almoço, algumas vezes, a mãe faz macarrão; logo, segundo ele, come arroz, feijão, macarrão, carne e salada. Não costuma ceiar e dorme por volta das vinte e duas horas. Além de, diariamente, comer vegetais, também toma líquidos durante as refeições: pode ser suco artificial ou refrigerante, sendo mais comum o suco durante a semana e o refrigerante aos finais de semana.

Ultimamente, tem comido chocolate de sobremesa (época de páscoa). Colocou que gosta bastante de doces, geralmente os come duas vezes na semana, sendo mais frequente como sobremesa. Diz gostar de frutas, mas relata não serem constantes em sua casa; consome-as, em média, três vezes por semana. As preferidas são maçã, banana e abacaxi. Além, de comê-las como sobremesa, algumas vezes o faz no café da manhã.

Relatou gostar muito de lanche, alimento que gostaria de comer todos os dias, não sendo assim, come todo sábado à noite. Também apresenta particular preferência por feijoada. Já os alimentos que não gosta são chuchu, batata e mandioca.

Cç 12 (menino de dez anos)

Reside com os pais e a irmã de quatorze anos. Sua casa tem sala, jardim de inverno, sala de jantar, cozinha, três quartos e dois banheiros e fica próxima da casa da avó, que mora com dois netos e uma filha. Diariamente, vai à casa da avó. Gosta de assistir televisão e jogar vídeo game com a irmã, já aos finais de semana, de sair com o pai e andar de bicicleta.

Alimentação da família: Costuma comer com a família na mesa da sala de jantar, ou em outra, que fica fora de casa; quando está com pressa, come na sala com a irmã. Algumas vezes, dependendo do “cardápio”, vai almoçar na casa da avó.

As sextas-feiras, à noite, seus familiares saem para comer lanche e a mãe compra uma sobremesa, que pode ser um bolo ou uma torta. Aos sábados, eles "*comem de marmita*", pois, segundo ele, a mãe não gosta de cozinhar nesse dia; disse gostar da comida. Já aos domingos, quando não vão almoçar na casa da avó, a mãe faz macarrão com frango e salada de batata ou lasanha. Considera que, em sua casa e na dos avós, a refeição é farta; e relata que seus pais não têm restrições alimentares, já sua irmã, como ele, não gosta muito de vegetais.

Escola e alimentação escolar: Reside próximo a escola, a qual sempre vai a pé, sozinho, ou acompanhado pela avó; algumas vezes, sua mãe o leva de carro. Gosta de ir à escola devido à educação física e para brincar no intervalo, geralmente, de corda e "*correr*". Sua disciplina preferida é matemática. Frequentemente, leva lanche à escola, pois a mãe pergunta diariamente se quer levá-lo; quando diz não quer, come a alimentação escolar e, às vezes, repete, principalmente, o macarrão. É a mãe que escolhe seu lanche que geralmente compõe-se de salgadinho industrializado, bolacha e leite com chocolate industrializado.

Hábito alimentar: Ao se levantar as nove e trinta, ele costuma negligenciar o café manhã; algumas vezes, toma leite com chocolate em pó e, quando a mãe vai à padaria, come salgado, como coxinha e bolinho de carne com ovo. No almoço, ao meio dia, é a mãe quem o serve, e relatou preferir assim. Come arroz, feijão, carne vermelha, frango ou uma fritura, como batatinha frita. Disse não comer vegetais e que já experimentou alguns deles e não gostou; come somente alface. Relatou que a mãe tentou disfarçar o sabor dos vegetais misturando-os com outros alimentos, mas ele percebeu e não comeu. Quando chega da escola, pelas dezoito horas, vai à casa da avó comer bolo ou fruta, tem preferência por banana e laranja; come frutas diariamente, principalmente, quando não tem outra opção de lanche da tarde e quando vai ao sítio. Colocou que a avó compra bastante fruta para sua tia que está doente, fazendo quimioterapia. Já o jantar acontece as vinte e uma e trinta, o mesmo do almoço, algumas vezes, come doces após a refeição; brigadeiro é seu preferido. Após dormir, relata levantar durante a noite para comer. Diariamente, toma líquidos com as refeições, com maior frequência, refrigerante e suco industrializado.

Semanalmente, come salgados, principalmente, pastel aos domingos; lanches, ele come todo final de semana e, algumas vezes, durante a semana também. As preparações que mais gosta são batatinha frita, "*bife*", frango, arroz, feijão e macarrão; já os alimentos que não gosta são alguns vegetais e frutas.

Cç 13 (menina de dez anos)

Mora com os pais e três irmãos, um mais novo, outro mais velho e outro gêmeo dela. O pai trabalha e a mãe fica o "*dia todo em casa*". Considera que sua casa é pequena; relata ainda que a mesma tem três quartos, banheiro, sala e cozinha.

Aos finais de semana, o que ela mais gosta de fazer é brincar com seu irmão mais novo de jogar futebol na rua: ela é a jogadora e o irmão apita o jogo. Já seu irmão gêmeo, gosta mais de brincar de carrinho e o mais velho de entreter-se na internet. Acrescentou que, mensalmente, geralmente aos finais de semana, o pai costuma comprar presentes para quem se comporta na escola; este mês, ela ganhou uma calça e seu irmão uma lanterna.

Alimentação da família: Durante a semana, seus familiares comem todos à mesa, menos o irmão mais velho, que estuda em escola integral (SESI - Serviço Social da Indústria) e o pai que, às vezes, está trabalhando. No final de semana, todos comem juntos, inclusive a avó, que vai visitá-los.

Sobre seu irmão mais velho, disse que "*não gosta de nada, só come porcaria*", como batata frita e salgadinho industrializado; colocou que os pais insistem em que ele se alimente melhor, porém, os esforços são em vão. A mãe, aos finais de semana, cozinha feijão, pois não consegue ficar sem o alimento. Ela considera a atitude do irmão ruim, e a entende como prejudicial à sua educação, contribuindo para seu mau rendimento escolar.

Escola e alimentação escolar: Reside próximo a escola a qual se dirige a pé, acompanhada de um amigo do terceiro ano e do irmão gêmeo que estuda em sua sala. Gosta de ir à escola aprender, para no futuro "*ter um bom emprego*" e para aprender a "*ser um bom cidadão*". Também gosta de ir à escola para fazer parte da "*patrulha*" no intervalo e para brincar. Sua disciplina preferida é ciências. Disse ter experimentado a alimentação escolar, mas não a aprovou. Portanto, não come a merenda e leva lanche, escolhido pelos pais, à escola, que geralmente compõe-se de pão com maionese ou manteiga, ou presunto e queijo, além de todinho e, algumas vezes, salgadinho industrializado.

Hábito alimentar: Ao levantar-se, toma leite com café ou chocolate em pó, come pão com manteiga ou presunto e queijo. No almoço, não costuma servir-se e não faz questão; os pais ou o irmão mais velho a servem, ela come arroz, às vezes, feijão, carne ou ovo e salada, principalmente, de alface e tomate, diz não gostar muito de vegetais, porém, gosta da salada de maionese. No lanche da tarde, come o mesmo do desjejum. E no jantar, o mesmo do almoço. Colocou que, apesar de não gostar de outros tipos de salada, come-as, principalmente, abobrinha e chuchu, pois a mãe incentiva o ato, para que se saia bem na

escola. Come somente gelatina de sobremesa. Às vezes, toma líquidos com as refeições, como suco de laranja ou de abacaxi, naturais e com gelo.

Não come fruta com frequência, pois diz que o pai não tem dinheiro. Quando o pai "*recebe*", "*tem dinheiro*", compra bom-bom, chocolate tipo "Bis" e brigadeiro; mas ela não costuma comer muitos doces, deixando-os apenas para os finais de semana. Também não costuma comer salgados e lanches. As preparações que mais gosta são macarrão, arroz, batata frita, "Miojo" e tomate. Já não gosta de alguns vegetais, como cebola e alho.

Cç 14 (menina de nove anos)

Mora com os avós, a tia, dois tios e a bisavó; a mãe casou-se e não reside próximo a ela. Segundo a menina, quando vivia com a mãe, tinha dor de ouvido e garganta, ficava em uma creche desde o período da manhã, pois a mãe "*trabalhava muito*" e, por isso, teve que "*ficar*" com os avos. Hoje, acha melhor assim; está mais "*acostumada*". Somente seu irmão materno, mais novo, mora com a mãe.

Considera que reside em uma casa simples, "*para morar mesmo, para viver*". Dorme no quarto com a tia, sendo uma cama do lado da outra. No mesmo cômodo também dormem os tios (em um beliche). Disse que a avó considera arriscado ela dormir em beliche. Contou que seu irmão fica com seu padrasto, pois trabalha no período da noite; já sobre ela mesma, relatou: "*Eu não brinco muito, fico assistindo televisão mesmo*". E sobre a família disse: "*É mais ou menos, ela tem dinheiro, tem sim, mas tem vez que não dá*".

Aos finais de semana, no sábado, costuma ir à catequese, onde tem colegas, e na missa das crianças no domingo. Às vezes, vai passear no Lageado (fazenda experimental da Universidade Estadual Paulista, em Botucatu).

Alimentação da família: Seus familiares, de maneira geral, comem no sofá, pois na mesa ficam utensílios, como copos e pratos. Contou que o tio está de regime, pois a avó estava preocupada com a saúde do mesmo, emagreceu bastante, mas continua de dieta, por isso, compra muita alface e outros tipos de vegetais. Relatou, ainda, que sua bisavó não tem dente e, por isso, a avó, faz tudo "*bem molinho*", o feijão, a carne e o arroz "*é com mais água*". Colocou que em sua casa, diariamente, as preparações garantidas são arroz e feijão e que gosta da comida da avó e da mãe. E as refeições de final de semana são como as durante a semana.

Escola e alimentação escolar: Mora distante da escola a qual vai de carro, levada pelo tio e acompanhada pela avó. Diz gostar de ir à escola por causa da professora, dos amigos e das

brincadeiras do intervalo. Suas disciplinas preferidas são matemática e ciências. Considera a alimentação escolar gostosa, porém, diariamente, leva lanche à escola, escolhido pela avó; quando está "enjoada" de comer o lanche levado, que se limita a um "bolinho (industrializado) e *Kapo*" (suco industrializado), come a merenda, principalmente, "arroz que tem um monte de coisa, ervilha, milho (...)".

Hábito alimentar: Ao levantar-se, entre oito e nove horas, toma leite com chocolate em pó e açúcar. No almoço, por volta do meio dia, geralmente, come arroz, feijão, carne de frango ou ovo e alface; disse não gostar muito de vegetais e algumas tipos carnes, assim, não os come e, algumas vezes, não come arroz, somente feijão. Quando chega da escola, toma leite com chocolate em pó e açúcar e come pão com margarina. Não soube relatar com clareza o horário do jantar, disse ser por volta das onze horas. E vai dormir uma da manhã, porque fica assistindo os programas que gosta.

Nas refeições na casa da mãe, serve-se ela mesma, pois as preparações ficam sobre a mesa. Já na casa dos avós, onde mora, a avó quem a serve, pois as preparações ficam sobre o fogão e, algumas vezes, o fogo está ligado. Eventualmente, a menina faz uma limonada e, diariamente, toma água ao alimentar-se; não costuma comer sobremesa.

Gosta de banana e maçã e as come semanalmente; pois, quando a avó a busca na escola, frequentemente, vai ao supermercado e ela diz a avó: "*Compra uma bananinha para mim*". Doces, geralmente come aos finais de semana e em festas, algumas vezes, também durante a semana. De vez em quando, aos domingos, come lanche na lanchonete próxima à igreja, onde costuma frequentar. As preparações que mais gosta são arroz e feijão, entre outras; já as que ela não gosta são feijoada, carne seca e brócolis.

Cç 15 (menino de dez anos)

Considera como "suas residências" tanto a casa dos pais, quanto a dos avós, onde fica grande parte do tempo, pois seus pais trabalham muito; diariamente, por volta das sete e trinta, vai para a casa dos avos e volta à casa dos pais por volta das dezoito horas. Na casa, onde vive com os pais, há três quartos e seus pais dormem em quartos separados. Vivem na casa, ainda, um cachorro e uma gata; disse gostar de animais. Com os avós, reside sua irmã materna, de dezenove anos; disse que a irmã não tem notícias do pai e colocou que é "*brava*" como a mãe.

Aos finais de semana, costuma permanecer na residência dos pais. Quando "*não tem nada para fazer em uma casa vai à outra*", pois as residências são próximas. Relatou que gosta de andar de bicicleta, de patinete e skate com os colegas da vizinhança.

Alimentação da família: Colocou que a mãe não gosta muito de cozinhar, é o pai quem gosta. Assim, aos finais de semana, no almoço, quando o pai não cozinha e não vão comer em outro lugar, a mãe prepara ovo.

Escola e alimentação escolar: Relata gostar de ir à escola para aprender, fazer educação física e brincar no intervalo; vai à pé a mesma com um colega, pois a avó está se recuperando de uma cirurgia. Sua disciplina preferida é matemática e relatou achar difícil português devido à interpretação de texto. Leva lanche e nunca come a alimentação escolar, porém quando experimentou, gostou da merenda. Relatou já estar acostumado a comer o lanche levado por ele e sobre a alimentação servida na escola, disse "*que precisa de estímulo para comer*". É a avó quem escolhe seu lanche que, geralmente, trata-se de duas ou três bisnaguinhas com margarina.

Hábito alimentar: Realiza o jejum entre as sete e trinta e oito horas, quando toma um copo de leite com café ou suco e não come mais nada até a hora do almoço. Durante a semana, no almoço, come à mesa em companhia da avó; já o avô e a irmã almoçam mais tarde. Na casa dos pais disse sempre comer no sofá. Prefere que a avó o sirva, pois segundo ele, tem menos trabalho e não corre o risco de atrasar-se para a escola.

Relata que a avó o pergunta o que quer comer no dia seguinte, assim, sempre que possível, ela satisfaz seu desejo. No almoço, às onze horas, a avó o serve com "*arroz, feijão e salada*". Ele disse gostar de salada, no entanto, não confirmou comer diariamente; gosta mais de alface, rúcula, acelga e quiabo. Ao sair da escola, volta à casa da avó, onde realiza o lanche da tarde por volta das dezoito horas, bebe suco e come pão francês com margarina, disse também, que tem comido salame; e aguarda a mãe buscá-lo. O jantar na casa dos pais é às vinte e uma horas, e segundo ele, compõe-se de "*arroz, feijão, salada e algum tipo de carne*", quando não tem fome, não janta, porém come uma fruta. E não costuma ceiar. Nas refeições na casa da avó, não é habituada a tomar líquidos, mas na casa dos pais, sempre bebe, podendo ser suco natural ou industrializado e refrigerante aos finais de semana. Diariamente, come uma sobremesa oferecida pela avó, geralmente, é uma fruta ou gelatina. Ainda relatou gostar muito de doces, assim, frequentemente, chupa balas e chicletes que, todavia, gostaria de evitar; no momento, tem comido ovo de páscoa. Relatou

gostar de frutas; come-as quase diariamente, geralmente como sobremesa do almoço ou substituindo o jantar (como já esclarecido); prefere manga, maçã, pêra de pêssego.

Houve um período, que vomitava com frequência e foi constatado com refluxo, nessa época não comia doces e frituras e também evitava os líquidos com as refeições, atitude que como mencionado, procura manter. Apesar de ter sido comprovado, através de exames, que não tem mais refluxo, continua a não comer fritura. Vai à fast foods, como McDonald's e Habibi's, com pouca frequência, geralmente uma vez ao mês; não costuma comer outros tipos de lanches e salgados. As preparações que mais gosta são quiabo com frango, picanha, "nuggets", batata frita e macarrão. Não gosta de brócolis e beterraba.

Cç 16 (menina de nove anos)

Mora com os pais e a irmã de três anos. Na casa há quatro quartos, um escritório, bananeiras e uma igreja no quintal. O pai é pastor e a mãe empregada doméstica. A residência da avó fica próxima, no quarteirão seguinte ao da sua casa.

Relatou brincar com a irmã e conversar bastante com os pais, pois gosta de falar sobre si; diariamente, conta aos familiares como foi seu dia. Costuma ir à casa da amiga da escola, próxima a sua, para fazer as tarefas escolares e brincar na internet. Pois, segundo a menina, em sua casa não há internet. Já aos finais de semana, quando não está na igreja, disse gostar de assistir televisão, principalmente, filmes.

Alimentação da família: Durante a semana quem costuma fazer a comida é o pai, pois a mãe trabalha fora de casa; porém, frequentemente tem almoçado na casa da avó; no jantar, seus familiares costumam trocar a refeição por lanche. Todos de sua família comem juntos na mesa, somente seu pai, algumas vezes, come assistindo ao jogo na televisão.

Nos finais de semana, no almoço, realiza-se a refeição na casa dos avós, ou em um restaurante; pois, segundo a menina, a mãe não gosta de cozinhar aos finais de semana. Acrescentou que na casa dos avós, costuma-se comer comida diferente da sua casa. Colocou que, quando não gosta de uma preparação, a avó faz outra, pois ela cozinha muitos alimentos no vapor coisa que a criança não gosta; já a mãe não age assim, mas não recrimina a atitude da mãe e disse que a avó procura fazer "*tudo pelos netos*".

Segundo a menina, raramente, a mãe convida alguém para almoçar; mas, quando há vista, mudam-se os utensílios de se servir. Já no jantar, aos finais de semana, seus familiares, após as celebrações religiosas, comem na casa de amigos ou na lanchonete; o pai,

sempre, come o lanche maior, já a mãe pede no pão francês e acrescenta mais salada e ela gosta de “X- Salada”.

Escola e alimentação escolar: Sua casa é distante da escola, a qual vai a pé, levada pela avó. Gosta de ir à escola, pois se preocupa com seu futuro; considera necessário conhecimento para trabalhar; ainda gosta de ir à escola por causa da educação física e do intervalo. A disciplina pela qual tem predileção é o português. Disse, ainda, estar com notas ruins de matemática; considera a matéria difícil. Também relatou ter interesse em conhecer mais sobre os alimentos.

No intervalo, gosta de comer seu lanche, ver seus colegas jogar e conversar com suas amigas; geralmente, conversam sobre meninos. Antes se utilizava da alimentação escolar, porém, devido a um episódio desagradável, parou de comê-la. Disse que, um dia, foi comer a merenda e havia um mosquito morto em seu prato. Atualmente, leva lanche à escola, não diariamente, algumas vezes, fica sem se alimentar, no intervalo. É ela que escolhe seus lanches: geralmente, compõe-se de salgadinho industrializado, bolacha recheada, coxinha e guaraná; quando vai fazer compras com a mãe no supermercado, compra-os com sua mesada. A mãe, sempre, fica observando e, algumas vezes, comenta que ela esta sendo exagerada. Gosta de levar lanche nos dias de educação física, guarda-o para o intervalo, nesses dias sente mais fome. Colocou que a mãe costuma esconder os salgadinhos que compra para o lanche, pois a ela e o pai os comem.

Hábito alimentar: Negligência o café da manhã e alimenta-se somente na hora do almoço e não soube relatar com clareza os horários das refeições. Durante a semana, costuma almoçar na casa da avó, pois a mãe trabalha fora de casa; no entanto, algumas vezes, quando a irmã está na creche, o pai prepara a refeição, mas, atualmente, tem almoçado na casa da avó, pois o pai esta cuidando da irmã, que não tem ido à creche. No almoço, a avó a serve, pois a menina tem medo de derrubar a panela do fogão. Fato esse, que já aconteceu, quando sua família foi jantar na casa de amigos; ela derrubou a panela de arroz, naquele dia, teve que comer um lanche.

O seu prato, geralmente, compõe-se de arroz, feijão e carne de boi ou frango, que a avó prepara com frequência. Relatou que tanto na casa da avó, quanto em sua casa, é difícil ter salada nas refeições; disse, ainda, gostar de salada, principalmente, uma salada feita pela avó, que tem ovo como ingrediente, e também de algumas saladas que a mãe aprendeu na casa onde trabalha. Quando chega da escola, come pão “Pullman” com queijo e bebe guaraná. O jantar é em sua residência, segundo ela, como a mãe não gosta de cozinhar,

muitas vezes, come lanche como refeição e não costuma ceiar. Diariamente, toma líquidos com as refeições: na casa da avó, pode ser água, suco natural ou industrializado; já em sua casa, ela toma refrigerante. Não costuma comer muito doces, geralmente o faz aos finais de semana: come a sobremesa que a tia prepara e distribui aos sobrinhos.

Também come doces quando sai para lanche com a família, nessas ocasiões, o pai sempre compra um doce como sobremesa. Já no supermercado, a mãe compra doce em pouca quantidade, pois sua irmã não pode comer muito chocolate. Tem o hábito, adquirido da família, de trocar as refeições por lanches, como já elucidado. Portanto, come lanches como “X- Salada” mais de uma vez por semana; considera que deveria comer menos esses alimentos, mas seus familiares gostam bastante. Gosta de frutas, mas como seus pais, ela não come com frequência, há semanas em que chega a não comer nenhuma fruta, elas acabam estragando em sua casa. Salgados fritos ou assados, a menina come semanalmente, após as celebrações religiosas, pois os mesmos são vendidos na Igreja.

Uma das preparações que mais gosta é estrogonofe. E não gosta de vegetais, como cenoura, beterraba, chuchu, quiabo e couve, ou de frutas, como mamão. Algumas vezes, come os alimentos que não gosta, pois, segundo a menina, esses fazem bem a saúde; acrescentou que passou a comê-los devido às conversas com a professora. Disse que não experimentava os alimentos e dizia não gostar; devido à influência da professora e da mãe, agora experimenta os alimentos.

Cç 17 (menino de dez anos)

Considera sua casa grande e bonita, mora com os pais e três irmãos, sendo uma irmã gêmea, um irmão mais novo, com oito anos e o outro mais velho, com treze anos. Costuma brincar com sua irmã gêmea e o irmão mais novo. Aos finais de semana, gosta de brincar na rua, passear no centro da cidade e visitar sua avó na cidade vizinha.

Alimentação da família: Durante a semana, seus familiares comem todos juntos à mesa e, frequentemente, o avô realiza as refeições em sua casa. Relatou que seus familiares comem bastante fritura, quase diariamente, e que não comem muita salada, com exceção do seu irmão mais velho.

No final de semana, a mãe faz preparações diferenciadas e seus irmãos acabam não comendo na mesa, o irmão mais velho come assistindo televisão; sua irmã gêmea e o mais novo comem no quarto; e ele, algumas vezes, continua a comer na mesa com os pais.

Em outras ocasiões os tios e primos, que moram em uma cidade vizinha, vêm almoçar em sua casa, ou seus pais vão visitá-los.

Escola e alimentação escolar: Mora próximo à escola a qual vai pé com a irmã que estuda na mesma sala. Gosta de ir à escola por achar os professores "*legais*", porque gosta dos brinquedos e de brincar com os colegas, principalmente no pebolim. Sua disciplina preferida é o português e considera que os colegas de sala gostam mais de ciências. Não come a alimentação escolar, de vez em quando, come o macarrão; segundo o menino, a mãe não considera adequada às preparações servidas na escola; portanto, leva lanche, diariamente, escolhido por ele, como salgadinho, bolacha e leite com chocolate, todos industrializados, ainda, por vezes, pão com presunto ou margarina.

Hábito alimentar: Ao levantar-se, por volta das nove e trinta, toma leite com chocolate em pó e come pão ou fruta. Relatou que, somente no desjejum, costuma comer frutas, com frequência aproximada, a duas vezes na semana. Quando os alimentos estão sobre a mesa, é o menino quem se serve, caso contrário, não; gosta quando é a mãe quem o serve. O almoço acontece às onze horas e o jantar às dezoito. Nessas refeições costuma comer "*arroz, feijão, alguma coisa frita e salada*" e não toma líquido concomitantemente. Não gosta muito de vegetais, principalmente, de cenoura e couve; prefere batata, alface e tomate, porém come, pelo menos um pouco, dos alimentos que não gosta, pois a mãe diz ser necessário.

Frequentemente, ela come sobremesa após as refeições, que pode ser comprada ou preparada pela mãe, como gelatina, brigadeiro e bolo. Diariamente, às vinte e duas horas, todos em sua casa costumam ceiar, reúnem-se na mesa e conversam; nesse momento, toma leite com chocolate em pó e come pão. Não costuma comer lanches fora de casa, somente quando vai passear com mãe no centro da cidade. A preparação que mais gosta é purê.

Anexo VIII - Exemplo de entrevista transcrita (criança 10)**Respostas da entrevista semi-estruturada 1**

1- Fale um pouco sobre sua casa. Como é a sua casa? Com quem mora? Quem te traz à escola? Quanto tempo leva para chegar à escola?

Sobre a alimentação na minha casa? *(Pode falar de você não precisa, ainda, falar sobre alimentação.)* Sobre como ela é? *(Pode falar)*. Minha casa tem um quintal bem grande, tem uma piscina, tem um coqueiro, daí depois tem a casa no meio e depois para fora tem mais um quintal, seria o canil, mas como construiu o quarto da minha mãe, daí não tem mais, só ficou a lavanderia lá. *(Pode falar.)*. Por dentro, entra na sala, daí tem uma porta que é para a cozinha, a cozinha e a copa são juntas; depois, no outro lado da sala, tem a porta que é para os quartos e banheiro. *(Com quem você mora?)*. Moro com a minha avó, meu avô, meu tio menor que eu, a minha mãe e eu. *(Você não mora com seu pai?)*. Não, meu pai é separado da minha mãe. *(Faz muito tempo?)*. Faz, eu nem tinha nascido ainda. *(Sua mãe estava grávida de você?)*. Estava. *(Quem te na traz escola?)*. A minha avó, que a minha mãe trabalha; o meu avô também trabalha, (pausa) e minha mãe só tem uma hora de almoço, daí ela vem 12h30, volta 13h00, ela chega em cima da hora não dá tempo. *(Sua mãe trabalha em que?)*. Minha mãe trabalha em arrumar computador, vírus, essas coisas assim. *(Então ela entende bem de computador?)*. Entende. *(E você?)*. Eu? Eu não entendo muito de computador. *(Você não gosta muito?)*. Não, eu gosto mais de animal. *(Tem meninos que gostam bastante de computador?)*. Sim, é que não fico muito no computador sabe; eu brinco mais, assim. *(Do que gosta de brincar?)*. Eu brinco de (pausa) eu nado na minha casa, mas tá meio esfriando, não está dando para brincar, eu brinco de pega-pega com meu tiozinho, de vez em quando, faço uns barcos com uns paus que meu avô queima; daí nos brinca de pirata. *(Seu tiozinho tem quantos anos?)*. Ele tem sete, estuda aqui também! *(Você tem nove ou dez anos?)*. Dez. *(Quando fez dez anos?)*. Em janeiro.

2- Você gosta de vir na escola? Por quê? Qual sua matéria preferida?

Eu gosto! Encontrar meus amigos, brincar, estudar. *(Qual a sua matéria preferida?)*. Eu gosto de matemática e ciências. *(Qual acha que as pessoas gostam mais?)*. Matemática. *(Está certo?)*. É que português tem que escrever mais, umas respostas compridas, umas perguntas difíceis. Matemática é mais fácil, as contas que já aprendemos.

3- Qual o melhor momento da escola (a hora mais “legal”)? E quanto à hora do recreio, você gosta? Por quê? Você costuma comer a merenda? Por quê? Você repete?

Na hora do recreio, que é a hora de brincar. (*O que mais gosta no recreio, além de brincar?*). De comer, né! (*O que costuma comer no intervalo?*). Eu como lanche que trago de casa. (*Nunca come a merenda?*). Olha, eu não como! Não sou acostumado a comer. (*Por que não come a merenda?*). Não sei, trago lanche de casa. (*Nunca aconteceu de comer a merenda e o lanche de casa?*). Não, é que o lanche de casa, já como para ir brincar. (*Então, acha que para comer os dois ia ocupar muito tempo? É isso?*). Sim! (risos) Também como já o almoço para vir à escola, no café da tarde não é muita coisa que como, sabe? Então é pouca coisa.

4- Quando traz lanche, o que costuma trazer? Quem escolhe seu lanche?

Como bolacha, suco de caixinha, de vez em quando trago refrigerante, assim que trago! De vez em quando, pão com presunto e queijo. (*Quem escolhe o seu lanche?*). A minha avó. Tem um armário que é só de compra para eu trazer na escola, daí vamos lá e escolhemos; daí ela fala o que tem na geladeira, então, falamos o que queremos trazer na escola. (*A sua avó ajuda, mas quem escolhe mesmo é você, é isso?*) Sim.

5- Sobre a alimentação na sua casa: Onde sua família costuma comer? Quem monta o seu prato? O que você (ou mãe) coloca no prato? Quando come salada? Quais as verduras e legumes que gosta? Você costuma ingerir líquidos durante as refeições? De que tipo? E sobremesa, você gosta? Quando tem sobremesa, geralmente o que é? Quando come doce? Todos os dias?

Na minha casa tem arroz, feijão, sempre tem isso, se for uma sexta-feira e tiver lasanha não tem isso, só tem lasanha, ou só macarronada. (*Na sua casa não se mistura arroz e feijão com massas, é isso?*). É, isso. Diariamente é arroz, feijão, um tico de carne, porque meu avô não come fritura, então, ele come carne ou de peixe ou de frango, daí uma salada e mais uma mistura, uma abobrinha refogada, couve, chuchu, umas coisas assim. (*Por que acha que não come arroz com massas?*). Minha avó! Se tiver come, mas como comemos diariamente isso, sempre acabamos comendo só a lasanha. (*Onde costuma comer na sua casa?*). Na mesa, quando passa alguma coisa que quero assistir! Como na minha casa a teve é parabólica, passa muito filme de manhã e tarde, mas a tarde eu vou para escola, daí eu como no sofá! Coloco o prato no braço do sofá, guardanapo, como no braço do sofá, mas normalmente é

na mesa. (*Quem come com você na mesa?*). Eu, do meu lado o meu tio, daí a minha avó do outro lado, só ela chega depois, nós acabamos de almoçar, daí ela vem comer, por causa do serviço dela, meu avô sempre almoça na mesa. (*Quem monta o seu prato?*). Meu prato? Eu mesmo! Quando me esqueço de alguma coisa que, ainda não está na mesa, que minha avó está terminando de cozinhar, ela fala: Quer isso? Daí ela coloca para mim. (*O que costuma colocar no seu prato?*). Arroz, feijão, a carne, ou do meu avô, ou a minha carne. Hoje teve bolinho de carne, o meu foi bolinho. Eu como uma folhinha de alface, tomate, duas fatias, eu não gosto muito de legumes, cenoura eu gosto! Couve, quando tem bastante couve, como isso. (*O que seu avô comeu hoje?*). Meu avô? Comeu feijão, um monte de feijão, frango, arroz e salada. (*Hoje tinha frango e bolinho de carne?*). Tinha. (*Você preferiu o bolinho?*). Sim. (*Seu avô não comeu o bolinho?*). Não, ele não come porque é fritura. (*Acha que seu avô se preocupa com alimentação?*). Ele se preocupa, não estava se preocupando! Mas está com colesterol e pressão baixa; daí ele começa a caminhar em volta da piscina, todo dia ele caminha, para ele se cuidar esta se alimentando bem! (*Está com pressão baixa ou alta?*). Está com pressão baixa. Ah não, quer dizer alta, que ele falou que turma da UNESP, tem um mocinho que trabalha de motorista, que a pressão dele é baixa e ele fica normal, só que a dele estava mais alta, que foi uma médica para fazer uns exames, um tipo de uma revisão, daí falou para ele. (*Revisão de carro?*). Sim (risos), um check up, isso! (*Falou o que coloca no seu prato e que come salada?*). Como! Mas é pouca salada, gosto mais de tomate, mas quando tem cebola não como, cebola não gosto, me faz chorar. (*Quando come salada?*). Como diariamente, tem dia que não estou com muita vontade de comer muita coisa, daí só como uma rodelinha de tomate, nem alface não como. (*Sabe a diferença de verduras e legumes?*). É que verdura tem folha e legumes são as raízes. (*Quais as verduras que gosta?*). Gosto de tomate, de alface, esses são as verduras que como, rúcula não gosto, gosto de cenoura, de batata, mandioca, (pausa) beterraba não gosto, é isso, muito pouca coisa que gosto! (*Berinjela, você gosta?*). Berinjela só na lasanha de berinjela, assada não gosto, minha avó gosta, mas não compra muito, chuchu eu gosto também. (*Quando tem algum alimento diferente na sua casa, você costuma experimentar?*). Sim, se gostar eu como. Se não souber se gosto, mas tiver vontade de comer, coloco bem pouco. Ah! Eu gosto de abobrinha! (*A pequena ou a laranja?*). As duas, a laranja gosto mais para doce, a outra gosto mais dela na panelinha. (*É sua avó quem faz?*). Ela que faz o almoço, como a minha mãe trabalha, ela faz. (*Como ela faz abobrinha?*). Abobrinha ela faz refogada, a maioria das coisas ela faz refogada. (*Costuma tomar líquido com as refeições?*) (gesto com a cabeça dizendo que sim). É que

minha avó só faz suco natural, quando não tem a fruta daí (não falou), até que gosto de tomar suco de acerola. (*Por que de acerola?*). É que o irmão dela mora no sítio e ele traz acerola toda semana para ela, agora que está acabando, faz suco de laranja; mas laranja está muito cara no mercado, maracujá, é isso que ela faz, quando não tem desses, ela faz "Tang", refrigerante só no final de semana, ela não gosta de colocar em dia de semana na mesa. (*E sobremesa? Você gosta de comer sobremesa?*). Gosto! O que mais gosto! Só que não tem todo dia. Gelatina tem toda semana, de vez em quando a minha mãe faz mousse, não é todo dia, de vez em quando só. (*Quando tem sobremesa, geralmente, o que é?*). É gelatina, mousse, gelatina colorida que é com leite condensado, de vez em quando nos comemos também, eu chamo de "mistura", que é leite condensado com creme de leite. (*Come puro, de colher?*). Sim, coloco no potinho, misturo e como. Quando estou com vontade de comer doce, mas quando não lembro é só o suco. (*Independente da sobremesa, tem outros horários que costuma comer doce?*) Não é todo dia, faz muito tempo que não como doce! De vez em quando como marmelada também, (pausa) goiabada, mais no final de semana; ou um bolo, chocolate, "Kinder Ovo". Agora todo dia depois do almoço, como até menos para comer chocolate (época de Páscoa).

6- O que as pessoas de sua família costumam comer? Fale mais.

(*Já falou um pouco do seu avô, mas vou perguntar novamente. O que as pessoas da sua família costumam comer?*) O que eu como, só que a minha avó come mais verduras e legumes, ela come mais isso, mais salada do que a mistura; meu avô só come carne branca; meu tiozinho come muito pouco, ele gosta mais da mistura, não é muito "a fim" de legumes, essas coisas, repolho só ele gosta. (*Você não dá umas dicas para ele?*) Sim, mas ele fala: Não gosto! Minha avó, de vez em quando, até tenta colocar, mas ele fala: Não vou comer; isso daí colocou na comida, não vou comer não. (*E sua mãe?*) Minha mãe come salada também, não come fritura como meu avô; ele é padraсто dela. (*Eles se dão bem?*). Sim, ela mede a pressão dele, pega dinheiro no banco, empresta dinheiro.

7- Como é no final de semana? O que gosta de fazer? O que costuma comer?

No final de semana, quase todos são festas, fim de mês e feriado é festa. (*Como são as festas?*). Churrasco, os amigos do meu avô, porque meu avô tem um moto clube, chegam muitas motos lá, as amigas da minha avó também. (*Que legal! Você gosta?*). Eu gosto! É uma farra boa, som alto, o vizinho taca feijão, vidro de perfume (risos). (*Por quê?*). De muito

barulho! (E daí?). A minha avó aumenta mais o som! (risos) Ficam bravos! Esses dias meu avô varreu todo o feijão e colocou em frente do portão da casa dela! (risos). É uma guerra com os vizinhos! (*Quais as idades dos seus avós?*) Minha avó tem cinquenta um e meu avô quarenta e sete. (*E sua mãe?*). Tem vinte e oito. (*Do que mais gosta?*). Da janta de sexta-feira, quando meu avô encontra os amigos de infância. (*É ele que cozinha?*). Não. O amigo dele que cozinha. Termina tarde, daí já estamos dormindo, ele vai lá: Ficou pronto, não vai comer? (*As festinhas, pelo jeito, você adora! A bagunça! O que mais gosta de fazer no final de semana?*) Final de semana? Quando não estou nas festas, vou à casa da minha tia, lá tem um mini escritório, lá no quartinho das cachorras, é legal! De vez em quando vai meu primo, daí juntam os três, não tem quem aguenta! (*O que ficam fazendo lá?*). Brincamos, inventando as coisas, um monte de coisas. Eles gostam de brincar de dinossauro, que o dinossauro está atrás da gente, é tudo de correr. Tem a loja de água em baixo, daí a gente fica lá, apaga as luzes, fica escuro, brinca de fantasma, um monte de coisa! (*Falou um pouco do que come no final de semana - não completei.*) (interrompeu). Tomo refrigerante, massa, churrasco, coisa mais fora (pausa) (*Do ritmo?*) Sim.

8- Quando come lanche e salgadinho? Fale mais.

Salgadinho? De massa, assim, coxinha? (*Sim*) Algumas vezes, quando meu pai vem me buscar, passa no "Berimbau" comer coxinha, quibe, espetinho, mas não é muito que como isso, em aniversário, mas não tem tanto aniversário, assim. (*E lanche de carrinho?*) Não costumo comer. (*Nem no fim de semana?*) No McDonald's eu vou, mas comer no carrinho de trailer, eu não costumo comer. (*Quando vai ao McDonald's?*) Algumas vezes, quando a minha mãe recebe, daí chama a minha avó e nós vamos lá. Nas férias também, quando é aniversário de alguém, o aniversário do meu primo foi lá. (*Uma vez por mês?*) Não chega nem isso! Mais ou menos. (*Seu pai mora onde?*) Meu pai tem uma oficina, mas mora no sítio. Ele tem uma oficina aqui na cidade, ele é mecânico, sócio de um moço, que é uma fábrica dele. Ele mora no sítio com meu avô, mas está construindo a casa dele que vai ser aqui na cidade, uma casona grandona que está construindo, ainda.

9- Sobre você: como é sua alimentação durante um dia? (dia alimentar habitual) – Diga os horários e o que costuma comer.

É muito pouca coisa que eu como! Não é assim, vou falar do café da manhã, não é um bom café da manhã, tem vez que nem tomo café da manhã, que não gosto mesmo de tomar café

da manhã! De vez em quando eu tomo uma xícara de leite. (*Coloca alguma coisa no leite?*) Sim, "Toddy" ou groselha, isso quando como café da manhã. Depois eu almoço, de vez em quando eu como umas barrinhas antes, mas como escondido do meu avô porque ele fica bravo, tomo "Yakult", mas minha avó fala: Não vai chupar muita bala, tomar muito "Yakult" porque depois você não almoça e passa mal na escola. Daí depois no almoço como o que já te disse, nas férias, nesse período é assistir teve brincar, quando não é férias venho para escola, depois como uma bolacha e um suquinho de caixinha aqui no recreio, quando chego em casa, de vez em quando, como pão com presunto e queijo, porque dá fome, bebo um copo de leite ou vitamina, daí é isso, depois eu janto, é quase a mesma coisa do almoço, porque minha avó não faz verduras em grande quantidade no almoço, porque sabe que não é muita coisa que comemos, a salada ela faz de novo e couve refogada, tipo assim, também não faz muito para não perder, com resto da janta tratamos dos cachorros. (*Quantos cachorros você tem?*) Tinha três. (*E agora?*) Porque roubaram uma minha, ela era filhotinha. (*Nem perceberam?*) Não, a minha avó tinha vindo me trazer na escola, quer dizer, tinha vindo me pegar, ela era da casa do meu pai. (*Na casa onde mora, tem quantos cachorros?*) Dois. (*Faz tempo que têm eles?*) Faz! Tem uma que a criei bem de pequenininha. São duas raças bem pequeninas, uma "Pincher" e a outra é "Maltes". (*Você gosta muito de animal?*) Gosto! Tenho periquito, ramister, uma "agaporni", quero comprar uma tartaruga. (*O que é um "agaporni"?*) É um passarinho pequenininho, é como um papagainho colorido. (*Que lindo!*) Eu tinha mais, era para eu ter dezesseis periquitos, só que foi morrendo. (*Você não me falou, costuma comer alguma coisa antes de dormir?*) Sim, bolacha de maisena, leite com cereal, o café da manhã, bem dizer, tomo antes de dormir. (*Então come bem antes de dormir?*) (risos) (gesto com a cabeça dizendo que sim) (*Mas é todo o dia?*) De vez em quando, vou a algum lugar que chego tarde, eu não como, também quando janto bem, que é uma janta gostosa, ou como uma coisa diferente, uma carne com batata, carne de panela, daí eu janto bem, daí não como! Quando janto menos, uma alface, assim, daí eu tomo café da manhã da noite (risos) (*Quais os horários das refeições?*) Quando estou no sítio, eu acordo às 06h00, por que meu avô fica me cutucando, quando estou na cidade, acordo umas 08h30 ou 09h00, de vez em quando tomo um copo de leite com "Toddy". Depois eu almoço 10h50 ou 11h00; janto umas 22h00. (*Você almoça cedo! Mora perto da escola?*) É pertinho. (*Esse horário já está com fome?*) Acostumei! Depois, esse cafezinho aí, porque não costumo dormir muito cedo. Esse cafezinho da noite é 23h30 ou 00h00. (*Falou que come antes do jantar, é isso?*) Como. (*Qual o horário desse cafezinho e do jantar?*) A janta é 22h00, assim.

Quando chego da escola, o horário que chego em casa, 17h00 ou 17h20. (*Que horas vai dormir?*) Quando estou muito cansado, durmo mais cedo, 22h30 ou 21h00, quando estou mais agitado durmo 23h30 ou 23h00.

10- Quais os alimentos que você mais gosta? Você gosta de frutas? Com que frequência há frutas na sua casa? Você as come? Com que frequência?

Que eu gosto? Pode ser doce? (*O que você gosta?*) Eu gosto de "Estrogonofe", gosto de lasanha de berinjela, adoro! Gosto de pudim. (*Qual pudim?*) Pudim de leite condensado, de leite em pó, é isso que mais gosto; gosto de "Nuggets". (*Você gosta de fruta?*) De fruta? Gosto! Esqueci de falar, de vez em quando, no café da noite, como uma banana, até duas quando é pequena. Maça, eu passei a não gostar! Manga e melancia, também. (*Quando tem fruta na sua casa?*) Dia de compra, compra fruta para durar para a semana inteira. (*Mas tem toda a semana?*) Tem! Mas têm semana que tem pouco, um cacho de banana, duas mangas, três pêras; quando faz compra, já vêm mais, cinco pêras, mais maça, maça tem bastante! Que meu avô também faz o cafezinho da noite, daí tem maça. (*Você come frutas todos os dias?*) Não! Não é todo dia que como fruta. (*Quando gosta de comer fruta?*) À noite, de vez em quando no café da tarde, mais é muito pouco que como.

11- Alguém já conversou com você sobre alimentação?

Já, com meu avô, ele fala para minha avó: Para um pouco com a fritura e começa a fazer outras carnes. Só que não gosto de peixe, daí só ia comer frango, tava conversando com ele. É com ele mesmo, com ele e com a minha mãe. (*O que sua mãe fala?*) Que não pode comer muita fritura, tomar muito refrigerante, essas "porcarias", assim, salgadinho, muita bala, que estraga os dentes, chiclete, essas coisas.

12- O que você pensa em relação aos alimentos e a comida?

Tenho que escolher os alimentos saudáveis. Eu não escolho tanto, assim. A alimentação é para deixar forte, para não ter anemia, assim, é isso? (*Comida e alimento é a mesma coisa?*). É! Comida é a alimentação. (*Alimento geralmente é o que temos na natureza, comida precisa fazer. Você sabe cozinhar, você gosta?*) Eu sei fazer omelete! Fritar ovo, mas minha avó e minha mãe não deixam, por causa de espirrar o óleo. Sei fazer pouca coisa de comida, de vez em quando, pego uns doces na "Ana Maria Braga" (*programa de televisão*) para fazer, mas faz tempo que não faço! Eu faço e minha avó mexe com o fogo; fogo eu não posso mexer!

Respostas da entrevista semi-estruturada 2

1- Hoje, eu quero que me conte porque você come? Por que você acha que precisa comer?
(*Lembra da última conversa que tivemos?*) Sim, de como eu me alimentava em casa. (*Só você, ou mais alguém?*) A minha família. (*E depois da conversa, lembra de mais alguma atividade?*) Lembro do texto da menina do jarro de leite. (*Lembra do bolo?*) Comi ele até cru, ainda. (*Chegou a fazer bolo em casa, depois dessa atividade?*) Fiz com meu avô, mas fiz o comprado. (*Já tinha feito em casa?*) Já, sempre fazia com meu avô. (*Hoje, vamos conversar sobre o que conhece sobre alimento ou sobre comida, vou começar perguntando: Por que você come?*) Para não ficar fraco, para não morrer de fome, para ter uma alimentação saudável, para não ficar só comendo "porcaria", coca-cola desgasta os ossos, muito refrigerante e doce não fazem bem. (*Mais alguma coisa?*) Não. (*Acha que precisamos comer?*) Sim, sem alimento o corpo não funciona, precisa de nutrientes para o nosso corpo. (*Como os nutrientes agem no nosso corpo?*) Combate contra as bactérias, um tipo de alimento para o nosso corpo. (*Sabe exatamente onde os nutrientes atuam?*) Não. (*Considera que precisamos comer para termos nutrientes?*) Para nosso corpo ficar saudável, não ficar fraco, muito magrinho, doente. (*Se não comemos o que acontece?*) Acho que a gente morre; o corpo não tem o que digerir, não tem com que a gente fortalecer o corpo. (*Se não bebermos?*) Comida dá para ficar um tempo sem comer, mas bebida tem que ter, de preferência água que é o mais saudável. (*Se não bebermos sabe o que acontece?*) Morre. (*E antes da morte o que acontece?*) Fica desidratada. (*Antes de morrer por falta de comida, o que acontece?*) Fica fraco, não tem força, não tem ânimo, é só ficar quietinho em um canto, não tem vontade de fazer nada. (*Sabe como chama isso?*) Não. (*Todos esses sintomas têm um nome específico, você sabe?*) Não. (*Já ouviu falar de desnutrição?*) Já, mas não sabia que era isso, achava que era outra coisa. (*O que achava que era desnutrição?*) (pausa) (*Já ouviu falar em desnutrição, então?*) Já, muito poucas vezes, acho que eu vi uma vez na tv e no jornal, uma vez só. Acho que foi na África que os menininhos passavam fome, não tinha com que se alimentarem; muito pobrezinhos lá. (*Como eles ficavam?*) Só pele e osso, não tinham carne assim, parecia que nem tinham os órgãos internos, muito sequinhos, morriam. (*Acha que tinham ânimo para fazer as coisas?*) Não, só tinha desespero, não tinham ânimo de fazer nada, ficavam quietinhos, as mães deles tentavam trabalhar, mas não tinham gosto de estar trabalhando, ou conseguir dinheiro para comprar comida. (*Por que você acha que tudo isso acontece?*) Por que existe dificuldade de produzir os alimentos, porque o lugar é muito

seco, não tem muita água, e as pessoas nessa condição não tem condição para o trabalho. *(E o contraste de não comer, ou seja, se comermos em excesso, o que pode acontecer?)* É ruim porque pode causar várias doenças, pode causar diabetes, obeso, ter um infarto ou derrame, se entope as veias. Então, a alimentação tem que ser média, não precisa comer muito para ser saudável, comer uma quantia boa, não comer muita porcariada, mais verduras, legumes. *(Acha que as pessoas têm a quantidade certa para comer, ou todo mundo deve comer a mesma quantia?)* Depende da pessoa, se tiver apetite maior, ela come um pouco mais, eu não sou de comer muito, eu como, mas não como muito como come uma pessoa que come bastante, mas depende, uma criança não vai comer como um adulto. *(Acha que existe uma maneira de saber o quanto cada um precisa de comida?)* Deve existir sim, mas não sei não, para mim pouquinho está bom, por exemplo, meu pai precisa de bastante, as quantidades, nós que sabemos. *(Mas existem as quantidades que queremos e aquelas que precisamos, concorda com isso?)* O que a gente precisa é comer variado, não muito e não pouco, mas não sei o quanto eu preciso. *(Existe um jeito de saber o quanto cada um precisa, mas não vamos conversar sobre isso, só estou perguntando para ver se conhece ou não).*

2- O que você acha que acontece com a comida depois que a engolimos?

Vai para o estomago e vai sendo digerida, a professora falou que comer muita carne demora mais para digerir, e comer salada ajuda a digerir, os nutrientes que são bons ficam no corpo; os que são ruins, vão para as fezes. *(Como aproveitamos os nutrientes?)* Ajuda não dar doença, como a desnutrição, eles alimentam o nosso corpo, os órgãos, ajudam no nosso corpo, não dá desanimado, fortalece. *(Como acha que os nutrientes passam da comida para o nosso organismo?)* Não sei, só sei que vai sendo digerido e o que não serve para o nosso corpo sai na forma de xixi e cocô, o que fica eu já não sei. *(Você conhece alguns nutrientes?)* Cálcio, ferro, vitamina A e B, o que eu conheço são esses, que eu vejo muito na teve, no comercial de Danone, onde fala: Tem vitamina A, vitamina B, fortalecem os músculos, os ossos. *(Tem algum alimento, que você sabe me dizer qual nutriente ele tem?)* Não sei, eu me lembro de um, mas não lembro o nome dele, sei que ele tem, só não lembro qual ele tem, acho que é a cenoura *(Lembra o que cenoura tem?)* (pausa) Não. *(Quais são os órgãos que a comida passa antes de chegar ao estomago?)* Passa pela garganta, desce, vai até o estomago. *(Antes de chegar ao estomago, passa por outros órgãos, sabe o nome deles?)* Sei que existem, mas não sei o nome deles não. *(Falou que existem substâncias no estomago*

que fazem com que os alimentos sejam digeridos, sabe falar sobre elas?). Não, eu não as estudei ainda, tá na apostila, eu leio e vejo quais são. Tem uma figura com uma substância verde digerindo.

3- Se na comida do almoço tivesse somente um alimento, você acha que seria suficiente? Por que você acha que comemos diferentes tipos de alimentos?

Não, porque só ele não vai dar nutrição para o meu corpo, é necessário um cardápio variado, por exemplo: arroz, um pouquinho de feijão, carne, salada, alface, tomate, um pouco de cenoura, batata, daí sim eles ficam bem. *(Por que considera necessário um cardápio variado?)* O que? *(Por que precisa de um cardápio variado?)* Porque um cardápio só não vai fazer a diferença no meu corpo, vai alimentar, não vou passar fome, mas se tiver bastantes alimentos variados, vai ter uma quantidade boa para mim; mais nutrientes. *(Acha que os alimentos têm nutrientes diferentes?)* Sim, acho que sim, cada um tem, como falou do cálcio, do ferro, cada um tem um ... (dúvida). *(Sabe de um alimento que tem bastante cálcio?)* Não. *(E ferro?)* Não conheço, nem vitamina A, nem nada. *(Acha que os alimentos têm a mesma função no nosso corpo?)* Tem: nutrir a gente. *(Considera que alguns têm funções específicas em relação à nossa nutrição?)* Sim, têm alguns que fortalecem, têm outros que além de dar nutrientes, como (dúvida); tem gente que fala assim, por exemplo: Está doente, come bastante cenoura que vai ajudar, têm uns alimentos que ajudam a melhorar a gripe; dor de garganta é o gengibre.

4- Tem comida que você não gosta de comer? Quais? Você acha que essas comidas te fazem falta? Por quê?

Legumes eu não sou muito fã, como um pouco, não gosto muito não; a maioria dos doces eu gosto, têm outros que não gosto, brigadeiro eu como, mas não como muito, um ou dois, beijinho eu como bastante, bicho de pé eu não gosto muito. *(Eu nunca ouvi falar desse doce!)* É um docinho vermelhinho, vende de latinha, mas compra em caixa. *(E verduras, você gosta? Não gosta muito de legumes?)* Sim. *(Mesmo não gostando, falou que come, por quê?)* É o que falei, para ter um cardápio bem variado, para nutrir bastante. *(Tem alimento que não come de forma alguma?)* Tem. *(O que?)* Eu não gosto de chuchu, repolho, berinjela e mandioca. *(Acha que esses que não come de forma alguma, fazem falta para você?)* Não, porque esses daí têm outros que podem fazer a parte deles. *(O que pode substituir a mandioca?)* A batata. *(Qual alimento substituiria pelo chuchu?)* A cenoura. *(E pelo repolho?)*

A alface. *(O que acha que tem na batata?)* Não sei, deve ter alguma vitamina para o meu corpo. *(Por que substituiria a batata pela mandioca, o que elas têm em comum?)* A cor delas; tem mandioca e batata frita, o jeito de fazer fica na mesma. *(Para a substituição, pensou na cor e no jeito de fazer, ou também em outra coisa?)* No jeito de fazer e na cor, na cor não muito, mas no jeito de fazer bastante, vai que faz uma porção de mandioca, eu não gosto, mas fico com vontade de comer enquanto os outros comem, frito a batata ao invés da mandioca.

5- Para você, existem alimentos melhores ou piores? Você acha que eles têm a mesma função no nosso corpo?

Não, acho que todos os alimentos são bons para a nossa saúde, para a nossa alimentação, para ser bem saudável, (pausa) são todos importantes mesmo. Todos nós gostamos de comer doce, dá prazer em comer, tem alguns alimentos que não gostamos, pelo gosto, mas são bons. *(Os alimentos podem ser classificados em melhores ou piores pelo prazer de comer?)* Sim, podemos comer de tudo um pouco. *(Em relação à quantidade, o que me diria?)* Não comer muito, por exemplo: dois bifés e um punhadinho só de arroz. Coloca um pouco de arroz, um bife, uma cenourinha, uma batata, um pouquinho de feijão; colocar de tudo um pouco. *(Acha que os alimentos têm a mesma função no nosso corpo?)* Alguns servem para combater algum tipo de vírus, doença, outros servem mesmo para nutrir o nosso corpo, outros para fortalecer.

6- Se você tivesse que ensinar o seu colega a comer bem, o que você faria?

(O que é comer bem para você?) Olha, o que eu gosto de comer mesmo é carne de panela com batata. *(Para você, comer bem, é comer o que gosta, ou mais alguma coisa?)* Comer o que gosta (risos), porque comer outra coisa não vai ser bom. *(Para você, comer bem é comer o que gosta?)* Sim. *(Mais alguma coisa?)* Não. *(Se tivesse que ensinar um colega a comer bem, o que você faria, ou diria para ele?)* Eu diria para ele comer tudo o que ele gosta, e um pouco, eu como o que não gosto também, mas como pouco, falaria come um pouco do que não gosta; o que gosta come um pouco mais, vai variando o seu prato, faz um prato bem colorido, com bastante alimento diferente. *(O que a professora falou que mais chamou a sua atenção?)* (pensamento dito em voz alta: Deixa-me lembrar da aula do Sangari, sobre a alimentação). Olha, o que mais me chamou a atenção foi a frase: "Somos o que comemos". Se comermos porcaria de mais, nosso corpo vai ser uma porcaria, muito doce vai ser

gordinho; se comermos coisas saudáveis, tipo uma salada; deixar o doce para o final de semana, uma sobremesa, quando está com vontade. *(Acha ruim ser gordinho?)* Muito gordo sim, porque muita gente ri de você, eu não faço diferença, pode ser de família, mais (pausa) *(Pela saúde, ou seja, pensando na saúde?)* Não vai ser muito bom, porque vai ser obeso, vai ter muita gordura no corpo, pode dar um infarto, entupir as veias. *(A professora que falou esse assunto com vocês?)* Foi, falou também que não pode comer muita carne gorda, muito açúcar. *(Qual o problema de comer muito açúcar?)* Isso aí, também, muito açúcar, como estava vendo na teve dá prazer da gente comer, por isso que gostamos de um doce, o açúcar também ajuda para ser obeso, não sei o porquê não, mas também ajuda. *(Além da conversa em sala de aula, fizeram duas atividades, o relatório e a redação, ela leu a sua redação (carta) para a sala, e no relatório, o que disse?)* No relatório ela pediu para falar da semana, o que mudamos na alimentação: que parei de comer um pouco de salgadinho, agora não estou comendo mais, na verdade, faz um mês que não como salgadinho e comecei a comer berinjela. *(Não gostava muito?)* Não, só comia na lasanha. *(Conseguiu comer como?)* Eu comi ela frita. *(Gostou?)* Mais ou menos, ainda, prefiro na lasanha. *(O que trouxe de lanche hoje?)* Um suco de caixinha e uma "Ana Maria". *(E ontem?)* Trouxe um saquinho de caixinha e um pão com requeijão. *(Já pensou no que vai trazer amanhã?)* Não, vou ver no armarinho, qualquer coisa apelo para o pão, com requeijão, com presunto e queijo. *(Sei que a professora leu a sua carta, mas fale um pouco dela.)* Escrevi para o meu primo, disse que tem que saber o que devemos comer; não comer só porcariada; dei o exemplo do nome que vi na propaganda, tia Neide, que não queria beber água, só bebia coca-cola, assim desgastou os ossos dela, daí ela foi fazer caminhada e torceu o pé. O tio Zé que come muito churrasco e carne gorda teve um infarto. *(Acha que precisamos beber o quanto de água?)* Dois litros, minha mãe que falou, acho que é isso, eu não bebo tudo isso não, bebo menos que meio litro, ou meio litro. *(O que mais sua mãe falou sobre alimento ou comida?)* Falou para eu não ficar bebendo muito refrigerante que faz mal, que não é bom, para eu beber ou suco de saquinho ("Tang") ou água, falou que no serviço dela, ela bebe dois litros de água, falou para mim: Começa a beber mais água! Aqui na escola não tem muito como beber dois litros de água, bebo mais à noite. Minha avó quando fica nervosa, começa a beber água com gelo. *(Tem alguma coisa que aprendeu sobre os alimentos que queira me falar?)* Olha, sobre algum alimento (pausa – dúvida); têm alguns alimentos que são remédios, as plantas medicinais que servem como remédio, tem chá de gengibre, mastigar gengibre para dor de garganta, tem até bala; tem uma planta, que não lembro o nome, que faz chá quando está

com gripe e nariz trancado. (*Gosta desse assunto?*) Eu gosto, é bom saber, ter informação sobre o comer saudável. (*Tem alguma coisa que queira me perguntar sobre alimentação, alguma dúvida, alguma coisa que queira saber mais?*) Não, o que eu gosto, como assim (pausa). Eu tenho uma casa na cidade e outra no sítio, quando vou, no final de semana, para lá; meu avô me explica, fala das plantas, para que elas são boas; ele viveu a vida inteira no sítio e foi passando o conhecimento de pai para filho. (*Gosta de saber sobre as plantas?*) Sim, porque daí eu conheço. Tinha fruta que não conhecia; tipo de um pêsseguinto amarelo, eu não conhecia, chama Cajá, eu comi! (*Você gostou?*) (gesto com a cabeça, dizendo que sim) (*Mais alguma coisa?*) Não.