

EXECUÇÃO DE PREPARAÇÕES SAUDÁVEIS NAS ESCOLAS MUNICIPAIS DE EDUCAÇÃO INFANTIL DO MUNICÍPIO DE PELOTAS, RS: PREPAROS E DESAFIOS PARA ACEITABILIDADE

GABRIEL DAUZACKER DE QUEIROZ¹; CHIRLE DE OLIVEIRA RAPHAELLI²; ELISA DOS SANTOS PEREIRA³; KHADIJA BEZERRA MASSAUT⁴; MARIANA GIARETTA MATHIAS⁵; TATIANE KUKA VALENTE GANDRA⁶.

¹*Universidade Federal de Pelotas – gabriel.queiroz@ufpel.edu.br*

²*Universidade Federal de Pelotas – chirleraphaelli@gmail.com*

³*Universidade Federal de Pelotas – lisaspereira@gmail.com*

⁴*Universidade Federal de Pelotas – khadijamassaut@gmail.com*

⁵*Universidade Federal de Pelotas – marimathias@hotmail.com*

⁶*Universidade Federal de Pelotas – tkvgandra@gmail.com*

1. INTRODUÇÃO

A alimentação saudável no ambiente escolar é crucial para o crescimento e desenvolvimento das crianças, especialmente nos primeiros anos de vida, pois é o período em que se estabelecem os hábitos alimentares que podem ser levados por toda a vida. Na contramão dessa afirmação, o aumento do consumo de alimentos ultraprocessados, ricos em açúcares, gorduras e aditivos químicos tem sido uma das principais preocupações das autoridades de saúde em todo o mundo. Diversos estudos indicam que dietas ricas em alimentos ultraprocessados contribuem para o aumento da obesidade infantil e de doenças crônicas como diabetes, hipertensão e doenças cardiovasculares (INSTITUTO NEUROSABER, 2019).

Para melhorar esse contexto, o Projeto de Extensão intitulado "Implantação de ações na melhoria da aceitação de cardápios da alimentação escolar em escolas municipais de Pelotas e região" tem como principal objetivo promover a saúde das crianças através da melhoria dos cardápios escolares, criando receitas e adaptando as refeições para incluir ingredientes mais nutritivos, com foco na redução de açúcar, gordura e sódio, além da introdução de alimentos ricos em fibras e micronutrientes.

Assim, após ser identificada a necessidade de apresentar refeições mais nutritivas e equilibradas às crianças das Escolas Municipais de Educação Infantil (EMEI), foram criadas ações dentro do projeto para oferecer oficinas de alimentação saudável na Faculdade de Nutrição. O objetivo dessas oficinas é capacitar as merendeiras responsáveis pelo preparo das refeições escolares e, posteriormente, realizar testes de aceitabilidade dos novos cardápios com as crianças nas escolas. Tanto as oficinas, quanto a execução dos primeiros preparos nas escolas ocorrem em colaboração entre os Cursos de Gastronomia e Nutrição e da Universidade Federal de Pelotas (UFPEL) com a Secretaria Municipal de Educação e Desporto (SMED), e têm como foco promover mudanças alimentares no âmbito escolar, com impacto direto na saúde infantil.

O presente trabalho visa relatar a experiência de execução e acompanhamento durante dos preparos junto com as merendeiras nas escolas para a realização dos testes de aceitabilidade.

2. METODOLOGIA

Após a realização das oficinas no Laboratório de Aula Show da Faculdade de Nutrição, que contou com a participação das merendeiras, alguns preparos foram selecionados para serem executados nas EMEIs do município de Pelotas e região para a realização do teste de aceitabilidade.

Participaram desta etapa do projeto, acadêmicos dos cursos de Gastronomia da UFPel e Nutrição. Os acadêmicos do Curso Superior de Tecnologia em Gastronomia se responsabilizaram por acompanhar as merendeiras nas cozinhas das escolas para a execução dos preparos. Já os acadêmicos da Nutrição se responsabilizam pela execução da aceitabilidade com as crianças.

As receitas executadas em seis escolas, que compõem este relato foram: bolinho de maçã, brigadeiro de banana, muffin de couve e pão rosa de beterraba, seguindo as orientações da Resolução No 06/2020 do PNAE (BRASIL, 2020), que proíbe o uso de açúcar em preparações destinadas à alimentação escolar de crianças até 3 anos de idade. Além disso, a elaboração dos preparos também levou em consideração as restrições e os desafios enfrentados no ambiente escolar, como a disponibilidade de ingredientes e a necessidade de adaptação às preferências alimentares das crianças.

A implementação dos preparos era realizada em três etapas: planejamento, execução e avaliação. No planejamento, os acadêmicos definiram as receitas e os ingredientes necessários, considerando a questão nutricional de cada prato e a viabilidade de execução nas EMEIs. Durante a execução, as merendeiras participaram ativamente no preparo dos pratos, sob a supervisão dos acadêmicos. Nessa fase, houve trocas significativas de conhecimentos entre os envolvidos: enquanto as merendeiras contribuíam com sua experiência prática, os acadêmicos traziam novas técnicas e conceitos da gastronomia.

3. RELATOS E IMPACTOS GERADOS

As oficinas resultaram na criação de diversas receitas que visam melhorar a qualidade nutricional dos cardápios das EMEIs. Durante a realização das atividades nas cozinhas das escolas, todas contavam com fornos, fogões, entre outros equipamentos, e, na maioria das vezes, a estrutura estava em níveis aceitáveis para o preparo das refeições. O maior problema que enfrentamos, contudo, foi a falta de insumos. A aquisição dos ingredientes dependia de processos licitatórios realizados pela prefeitura, e, muitas vezes, a variedade deles e até mesmo dos essenciais era bastante limitada. A introdução de ingredientes naturais, como frutas, legumes e vegetais, substituindo os tradicionais doces e salgados ultraprocessados, foi um dos grandes desafios superados ao decorrer do projeto. Nesse contexto, foram desenvolvidos diversos preparos com foco na melhoria nutricional dos cardápios das EMEIs, incluindo o bolo de maçã e o pão rosa de beterraba, representados na Figura 1.

A participação ativa das merendeiras no processo de preparação foi outro ponto de destaque. Muitas delas trouxeram sugestões práticas para a adaptação das receitas ao contexto das EMEIs, considerando a disponibilidade de equipamentos, tempo e insumos. E nesse sentido, um dos principais obstáculos enfrentados foi a limitação na disponibilidade de insumos, já que a aquisição dos ingredientes depende de processos licitatórios realizados pela prefeitura. Em muitas ocasiões, a falta de variedade de frutas e outros alimentos dificultou a execução de algumas receitas que foram previamente escolhidas para a execução, obrigando os participantes a adaptar os preparos com os ingredientes disponíveis. Essa realidade foi reforçada pelas merendeiras, que relataram

enfrentar dificuldades semelhantes no seu dia a dia, o que limita a possibilidade de inovar nas preparações (PORVIR, 2014).

Apesar desses desafios, os resultados obtidos foram em geral positivos. A adesão das merendeiras foi significativa, com muitas delas manifestando interesse em continuar replicando as receitas nas suas respectivas escolas.



Figura 1- Preparações realizadas em algumas EMEIs. A: Bolo de maçã. B: Pão Rosa de beterraba durante o processo de sova.

4. CONSIDERAÇÕES

A realização das oficinas de alimentação saudável nas EMEIs de Pelotas e região trouxe inúmeros benefícios para todos os envolvidos. Para as crianças, foi uma oportunidade de experimentar novos sabores e incorporar alimentos mais saudáveis à sua dieta de forma agradável. Para as merendeiras, a iniciativa representou uma valiosa oportunidade de capacitação e aprendizado, permitindo o desenvolvimento e troca de experiências com a Gastronomia. Já para os acadêmicos, o projeto proporcionou uma experiência prática de enorme valor, envolvendo não apenas a criação de preparos saudáveis, mas também o engajamento com a comunidade e a solução de problemas práticos, como a adaptação das receitas às limitações de insumos e equipamentos.

No entanto, realizar essas ações de extensão em escolas que deveriam ser prioridade de investimento enfrenta o desafio da escassez de recursos. Com poucos insumos e equipamentos disponíveis, o projeto se mostrou ainda mais desafiador, exigindo criatividade e planejamento para superar limitações. Entretanto, a continuidade desse tipo de projeto é fundamental para promover a saúde e o bem-estar das crianças nas EMEIs, sendo necessário buscar alternativas para facilitar o acesso aos insumos e ampliar a variedade de ingredientes disponíveis para o uso. Além disso, é imprescindível que haja um esforço conjunto entre as escolas e o poder público para garantir que essas ações se mantenham a longo prazo e que a merenda receba o investimento adequado para suportar tais iniciativas.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. **Resolução No 6 de 8 de maio de 2020**. Diário Oficial da União, Brasília, 2020. Acessado em: 10 set. 2024. Online. Disponível em: <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/resolucao-n-6-de-8-de-maio-de-2020-256309972>.

INSTITUTO NEUROSABER. Qual a importância da alimentação no desenvolvimento infantil? Londrina, 2019. Acessado em: 12 set. 2024. Online. Disponível em: <https://institutoneurosaber.com.br/qual-a-importancia-da-alimentacao-no-desenvolvimento-infantil/#:~:text=%C3%89%20fato%3A%20crian%C3%A7a%20que%20se%20nutrientes%20representam%20nas%20habilidades%20cerebrais.>

PORVIR. Inovar na educação infantil depende do reconhecimento da criança e dos seus direitos.. Acessado em: 08 set. 2024. Online. Disponível em: <https://porvir.org/innovar-na-educacao-infantil-depender-do-reconhecimento-da-crianca-e-dos-seus-direitos/>.

UFPEL. Implantação de ações para melhoria da aceitação de cardápios da alimentação escolar em escolas municipais de Pelotas e região. Acessado em: 23 set. 2024. Online. Disponível em: <https://institucional.ufpel.edu.br/projetos/id/u7052>