

Informações do 24º Avaliado(a): ERICA CRISTINE ARRAES CRN-3 71033

Em qual das áreas de atuação (conforme Resolução CFN n.º 600/2018) o trabalho foi realizado?

4. Nutrição em Saúde Coletiva – Assistência e Educação Nutricional Individual e Coletiva

Identifique qual dos ODS foi utilizado:

ODS 3 – Saúde e Bem-estar;

O trabalho possui conexão com a Campanha "Nutrição sem Estereótipos" ? Em caso positivo, justifique:

Introdução:

A alimentação é um aspecto essencial do desenvolvimento infantil, e quando associada ao Transtorno do Espectro Autista (TEA) e a seletividade alimentar, torna-se um desafio ainda maior para famílias e profissionais da saúde. Pensando nisso, foi desenvolvida uma proposta de atividades de educação alimentar voltada especificamente para crianças de 5 a 10 anos com autismo e seletividade alimentar.

O projeto teve duração de 12 meses e foi conduzido em formato coletivo, com um grupo de 15 crianças atendidas quinzenalmente. Através de estratégias lúdicas, sensoriais e educativas, o programa teve como objetivo ampliar o repertório alimentar e promover uma relação mais positiva com os alimentos.

Os resultados foram significativos: após apenas 6 meses de intervenções contínuas, 70% das crianças passaram a consumir o dobro de alimentos em comparação ao início, enquanto os outros 30% apresentaram avanços importantes, como a aceitação de novas texturas, mudanças na temperatura dos alimentos e redução de restrições específicas. Esses dados demonstram o potencial transformador de uma abordagem estruturada, respeitosa e adaptada às necessidades individuais dessas crianças.

Objetivos do trabalho:

O principal objetivo deste projeto foi estimular a ampliação do repertório alimentar de crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA) e seletividade alimentar, por meio de atividades educativas, sensoriais e lúdicas, que respeitassem as particularidades de cada criança.

Buscou-se promover uma experiência positiva com os alimentos, favorecendo a aceitação de novos sabores, texturas, temperaturas e formas de apresentação, sempre de maneira gradual, acolhedora e adaptada às necessidades sensoriais e comportamentais do grupo. Além disso, o projeto teve como meta reduzir a resistência alimentar, incentivar a experimentação e fortalecer a autonomia e o interesse das crianças no momento da alimentação.

Público-alvo:

Crianças de 5 a 10 anos com Transtorno do Espectro Autista (TEA) e com seletividade alimentar severa.

Procedimento/ Metodologia aplicada:

A metodologia adotada neste projeto foi baseada em uma abordagem multissensorial, lúdica e educativa, respeitando as particularidades do Transtorno do Espectro Autista (TEA) e as dificuldades associadas à seletividade alimentar.

As atividades foram desenvolvidas em formato coletivo, com grupos de até 15 crianças com idades entre 5 e 10 anos, realizadas quinzenalmente ao longo de 12 meses consecutivos. Cada encontro teve duração média de 1 hora e seguiu um planejamento prévio com objetivos específicos de evolução alimentar.

1. Estimulação sensorial alimentar:

Utilização de alimentos em atividades de exploração visual, tátil, olfativa e, progressivamente, gustativa. As crianças eram convidadas a interagir com os alimentos em diferentes formatos, texturas, temperaturas e cores, sem a obrigatoriedade de comer inicialmente.

2. Atividades lúdicas e educativas:

Jogos, histórias, músicas, oficinas e brincadeiras relacionadas ao universo dos alimentos, com foco na desmistificação e construção de um vínculo positivo com a alimentação. Foram utilizadas ferramentas como massinha de modelar comestível, pintura com frutas, jogos de memória alimentar, tabuleiro, teatro de fantoches entre outros.

Cada criança teve sua evolução registrada ao longo do projeto, com observação dos alimentos aceitos, avanços em texturas, temperatura e formas de preparo.

Tempo de aplicação da ação:

12 meses

Resultados (informar dados numéricos e qualitativos):

Os resultados obtidos ao longo dos 12 meses de intervenção foram bastante significativos, especialmente considerando o desafio que a seletividade alimentar representa em crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA).

Após 6 meses de acompanhamento contínuo, observou-se que:

- 70% das crianças participantes passaram a consumir o dobro de alimentos em comparação ao início do projeto, incluindo a introdução de novos grupos alimentares, principalmente frutas, legumes e preparações com diferentes texturas e temperaturas.
- 30% das crianças demonstraram avanços pontuais, como a redução de rejeições específicas, aceitação de novas formas de preparo ou ajustes na apresentação dos alimentos (por exemplo, aceitação de alimentos frios que antes só eram aceitos quentes, ou de consistência mais firme).

Além do aumento do repertório alimentar, também foram observados outros benefícios importantes:

- Maior curiosidade e disposição para experimentar novos alimentos;
- Redução da ansiedade nos momentos de refeição em grupo;
- Melhor desenvolvimento das habilidades sensoriais e motoras orais;
- Aumento da autonomia e do envolvimento das crianças nas atividades relacionadas à alimentação.

Conclusão:

O desenvolvimento deste projeto demonstrou que é possível promover mudanças significativas na alimentação de crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA) e seletividade alimentar por meio de estratégias lúdicas, sensoriais e educativas, desde que aplicadas com planejamento, continuidade e respeito às particularidades de cada criança. A ampliação do repertório alimentar observada em 70% dos participantes, bem como os avanços individuais nos demais casos, evidenciam que a seletividade pode ser trabalhada de forma eficaz quando há acolhimento, paciência e uma abordagem personalizada. Além dos ganhos nutricionais, foi possível perceber impactos positivos no comportamento alimentar, no vínculo com os alimentos e na autonomia das crianças. Dessa forma, o projeto reforça a importância de integrar o cuidado nutricional a práticas pedagógicas e terapêuticas, e destaca o papel essencial do trabalho coletivo e multidisciplinar para promover saúde, inclusão e qualidade de vida para crianças no espectro autista.

Referências (a formatação deve atender às normas ABNT):

SOUZA LOBBO, F. S.; ARAÚJO, N. S.; ANDRADE, Y. S.; FROIS, C. A.; TONI, L. D. M. Seletividade alimentar e crianças com transtorno do espectro autista: revisão da literatura. Revista Neurociências, v. 31, p. em disponível, 2023. DOI: 10.34024/rnc.2023.v31.15516

SILVA, L. M. A.; AUGUSTO, A. L. P.; SOUZA, T. S. N. Comportamento alimentar de crianças e adolescentes com Transtorno do Espectro do Autismo (TEA) na perspectiva da segurança alimentar e nutricional. Saúde e Desenvolvimento Humano, v. 12, n. 1, p. xx-xx, 2022. DOI: 10.18316/sdh.v12i1.10512

DE MORAES, L. S.; BUBOLZ, V. K.; MARQUES, A. C.; et al. Seletividade alimentar em crianças e adolescentes com transtorno do espectro autista. Revista da Associação Brasileira de Nutrição – RASBRAN, v. 12, n. 2, p. 42–58, jul. 2021. DOI: 10.47320/rasbran.2021.1762

Informações do 28º Avaliado(a): MARIANA GORI CRN-3 41157

Em qual das áreas de atuação (conforme Resolução CFN n.º 600/2018) o trabalho foi realizado?

4. Nutrição em Saúde Coletiva – Assistência e Educação Nutricional Individual e Coletiva

Identifique qual dos ODS foi utilizado:

ODS 4 – Educação de Qualidade;

O trabalho possui conexão com a Campanha "Nutrição sem Estereótipos" ? Em caso positivo, justifique:

Sim, pois com os alunos do Ensino Fundamental Anos Finais e Médio, foi trabalhado muito a questão da consciência corporal, autocuidado, não julgamento com o corpo, comer com atenção plena, como lidar com a influência da mídia e sobre tudo o respeito com o nosso corpo, nosso templo.

Introdução:

A alimentação escolar representa um dos pilares fundamentais para a promoção da saúde, o desenvolvimento físico e cognitivo dos estudantes, especialmente em instituições de ensino de tempo integral. Segundo o Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE), cerca de 40 milhões de estudantes da educação básica pública são atendidos pelo Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), o que reforça a amplitude e relevância da alimentação no ambiente escolar como instrumento de promoção da segurança alimentar e nutricional (BRASIL, 2023). No entanto, mesmo em escolas privadas, a organização da alimentação escolar por profissionais nutricionistas é estratégica para garantir não apenas a oferta de refeições equilibradas, mas também como ferramenta educativa essencial no processo formativo das crianças.

O aumento da prevalência de comportamentos alimentares inadequados na infância, como a seletividade alimentar, tem gerado impactos significativos na saúde e no comportamento alimentar futuro dos indivíduos. Estudos apontam que aproximadamente 25% a 35% das crianças apresentam algum grau de seletividade alimentar, e entre crianças com desenvolvimento típico, a recusa alimentar pode comprometer a ingestão de nutrientes e o vínculo positivo com os alimentos (SILVEIRA et al., 2020). O ambiente escolar, sendo um espaço de socialização e aprendizagem contínua, torna-se um local privilegiado para a intervenção precoce, por meio de ações planejadas e sistematizadas de Educação Alimentar e Nutricional (EAN).

A Educação Alimentar e Nutricional no contexto escolar vai além da transmissão de informações: ela propõe vivências que estimulam o protagonismo infantil, o contato com os alimentos in natura e a construção de uma relação positiva com o ato de comer. O Guia Alimentar para a População Brasileira (2014) defende que o conhecimento sobre a origem dos alimentos, os modos de preparo e os contextos culturais da alimentação é parte integrante da formação de indivíduos mais críticos e autônomos. Nesse sentido, integrar a EAN ao currículo escolar, em parceria com a equipe pedagógica, fortalece o processo de aprendizagem e amplia o impacto das ações nutricionais (BRASIL, 2014).

A atuação do nutricionista na escola, articulando saúde, educação e cultura alimentar, tem se mostrado uma estratégia eficaz de promoção da saúde e valorização da profissão. Além disso, a participação das famílias e da comunidade escolar é um fator determinante para o sucesso das práticas alimentares saudáveis. Segundo dados do

Instituto Brasileiro

de Geografia e Estatística (IBGE), mais de 80% das crianças brasileiras consomem alimentos ultraprocessados regularmente, o que reforça a urgência de ações educativas que envolvam todos os atores do processo educativo, e não apenas os alunos (IBGE, 2020).

Neste contexto, o presente trabalho tem como objetivo apresentar uma proposta consolidada de Educação Alimentar e Nutricional desenvolvida em um grupo de escolas de alta performance, destacando as estratégias interativas, as oficinas culinárias e o envolvimento da comunidade escolar como um diferencial pedagógico. Ao sistematizar essas ações, buscamos evidenciar como a Nutrição Escolar pode ser uma aliada na formação de cidadãos saudáveis, críticos e conscientes, contribuindo também para os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS), especialmente no que se refere à saúde, educação de qualidade e consumo responsável (ONU, 2023).

Objetivos do trabalho:

Apresentar e sistematizar as ações de Educação Alimentar e Nutricional desenvolvidas em um grupo de escolas de alta performance, com foco na promoção da alimentação adequada e saudável, na valorização da profissão do nutricionista e na contribuição para a formação de uma comunidade escolar mais consciente, crítica e engajada com a cultura alimentar.

Específicos:

Desenvolver estratégias educativas interativas e práticas pedagógicas integradas que estimulem o protagonismo infantil, o vínculo positivo com os alimentos e a ampliação do repertório alimentar dos alunos.

Promover o envolvimento da comunidade escolar, incluindo a equipe pedagógica, colaboradores, famílias e estudantes nas ações de educação alimentar, fortalecendo a corresponsabilidade pela formação de hábitos alimentares saudáveis.

Avaliar o impacto qualitativo e/ou quantitativo das ações de EAN realizadas, considerando aspectos como aceitação alimentar, engajamento dos alunos, participação das famílias e percepção da equipe escolar sobre os resultados alcançados.

Público-alvo:

O projeto é voltado aos 1.700 alunos, do berçário ao ensino médio, de uma rede de escolas com quatro sedes. Envolve também famílias, equipe pedagógica e colaboradores da alimentação.

Procedimento/ Metodologia aplicada:

Este estudo caracteriza-se como uma pesquisa de abordagem qualitativa, com delineamento do tipo descritivo e caráter interventivo, fundamentado nos princípios da Educação Alimentar e Nutricional (EAN) preconizados pela Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN) e pelo Marco de Referência de EAN para as Políticas Públicas. As ações foram implementadas ao longo do ano letivo em uma rede de escolas privadas da zona norte de São Paulo, composta por quatro unidades escolares, totalizando 1.700 estudantes do Berçário ao Ensino Médio.

A intervenção foi conduzida a partir da atuação do nutricionista como agente articulador entre os setores pedagógico, operacional e comunitário da instituição. O planejamento metodológico envolveu quatro etapas principais:

Diagnóstico Situacional Participativo:

Incluiu o início de um novo processo de anamnese nutricional com todas as famílias de alunos novos, levantando dados sobre hábitos alimentares, preferências e restrições. Complementarmente, foram feitas observações sistematizadas nos refeitórios, aplicação de testes de aceitação alimentar, análise do consumo de preparações específicas e levantamento da percepção da equipe pedagógica e das famílias quanto aos hábitos alimentares dos estudantes. Essa etapa objetivou mapear indicadores de seletividade alimentar e identificar oportunidades para intervenção educativa.

Desenvolvimento das Ações Educativas:

As estratégias de intervenção basearam-se em metodologias ativas e lúdicas, integrando contação de histórias, teatros temáticos, caça ao tesouro, jogos de gamificação, palestras com foco em alimentação saudável, oficinas culinárias, experimentações sensoriais, intervenções lúdicas com personagens simbólicos, práticas com alimentos in natura e eventos com participação das famílias. As atividades foram adaptadas conforme a faixa etária e alinhadas ao currículo escolar, promovendo a intersectorialidade entre nutrição e educação. Essas atividades foram adaptadas para as diferentes faixas etárias e integradas ao currículo escolar, promovendo experiências sensoriais e reflexões críticas que fortalecem o protagonismo infantil e a ressignificação da relação com os alimentos.

Capacitação da Equipe e Envolvimento da Comunidade Escolar:

A equipe de alimentação escolar participou de treinamentos mensais voltados ao desenvolvimento técnico e à promoção da alimentação saudável. No âmbito pedagógico, houve participação no congresso de educadores no início do ano para apresentar e discutir o tema da Educação Alimentar e Nutricional, além de reuniões pedagógicas mensais que possibilitaram o alinhamento contínuo entre nutrição e práticas educacionais, envolvendo gestores e professores.

Avaliação da Intervenção:

Foi realizada por meio de pesquisa de satisfação com os alunos, análise qualitativa dos relatos da comunidade escolar e monitoramento do desperdício alimentar durante as refeições de almoço e jantar. Essa avaliação permitiu identificar avanços no comportamento alimentar, adesão às propostas educativas e eficiência na gestão dos recursos alimentares, fundamentando ajustes para a continuidade e aprimoramento das ações.

Tempo de aplicação da ação:

1 ano

Resultados (informar dados numéricos e qualitativos):

Ao longo do último ano letivo, a escola desenvolveu 60 atividades de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) com os alunos, organizadas por faixa etária: 6 no Berçário, 32 na Educação Infantil, 15 nos Anos Iniciais e 7 nos Anos Finais e Ensino Médio. Essas ações, alinhadas aos princípios da PNAN e do PNAE, buscaram promover práticas alimentares saudáveis, respeitando as fases do desenvolvimento infantil e a autonomia progressiva na escolha alimentar (BRASIL, 2011; BRASIL, 2009).

Além disso, foram produzidos e compartilhados cerca de 20 materiais educativos com a comunidade escolar, incluindo vídeos de receitas, e-books e materiais digitais. Essas iniciativas ampliaram o alcance das ações e estimularam a corresponsabilização das famílias na formação de hábitos saudáveis. A abordagem transdisciplinar e o envolvimento de múltiplos setores da escola contribuíram para o sucesso das

intervenções, como preconizado pelas diretrizes da EAN nas políticas públicas (BRASIL, 2012).

Essas iniciativas estão diretamente alinhadas aos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável da ONU, especialmente ao ODS 2 (Fome Zero e Agricultura Sustentável), ao ODS 3 (Saúde e Bem-Estar) e ao ODS 12 (Consumo e Produção Responsáveis). Ao promover escolhas alimentares conscientes, reduzir o desperdício de alimentos e integrar saúde e educação, a escola contribui de forma ativa com a Agenda 2030.

Entre os principais impactos observados, destaca-se que 60% dos alunos da Educação Infantil passaram a aceitar experimentar mais alimentos, especialmente frutas, legumes e verduras. Esse dado é expressivo quando comparado à média nacional de consumo regular de hortaliças entre crianças de 5 a 9 anos, que é de apenas 25,5%, segundo a Pesquisa Nacional de Saúde 2019 (IBGE, 2020). A literatura reforça que ações lúdicas e contínuas de EAN promovem a aceitação alimentar e favorecem escolhas mais saudáveis (VENTURINI et al., 2017).

Outro marco relevante foi a redução de 68,9% no desperdício de alimentos no almoço e jantar. Este número supera significativamente a média brasileira de desperdício de alimentos em escolas públicas, estimada entre 25% a 35% (NEVES et al., 2021), demonstrando não só maior aceitação das preparações, mas também maior consciência alimentar por parte dos estudantes.

Do ponto de vista qualitativo, mais de 30 manifestações espontâneas entre elogios, agradecimentos e depoimentos positivos foram registrados por famílias e colaboradores. Observou-se também um impacto direto nas práticas alimentares familiares, com assistentes e professores relatando melhorias no padrão alimentar dos alunos, inclusive nos lanches enviados de casa, um reflexo direto da articulação entre ambiente escolar e familiar (FONSECA et al., 2018).

Além disso, ao longo do ano, identificou-se um aumento do pensamento crítico dos alunos em relação à alimentação e à nutrição. Crianças e adolescentes passaram a interpretar rótulos, questionar ingredientes, modos de preparo e discutir hábitos alimentares com maior profundidade. Nos alunos maiores, observou-se ainda uma melhora na autoestima e na relação com o corpo, após ações educativas sobre autocuidado, imagem corporal e crítica à influência da mídia. Tais temas estão alinhados às diretrizes do Marco de Referência de EAN nas Escolas e ao cuidado integral previsto na Base Nacional Comum Curricular (BRASIL, 2018).

A equipe de alimentação escolar passou por formações mensais, com foco em boas práticas, preparo e apresentação atrativa de frutas, legumes e verduras, contribuindo diretamente para a aceitação dos alimentos. A participação da nutricionista no Congresso de Educadores e nas reuniões pedagógicas mensais reforçou o caráter transdisciplinar do trabalho. A construção de pontes entre os setores foi estratégica para integrar a alimentação como parte essencial do processo educativo, conforme orienta a PNAN (BRASIL, 2011).

Embora tenha havido resistência inicial por parte de alguns setores pedagógicos, o impacto positivo das ações superou as expectativas. Em termos de indicadores, a pesquisa de satisfação das famílias apontou crescimento da aprovação do setor de Nutrição, de 75% em 2024 para 81% em 2025. Já o Net Promoter Score (NPS) da escola aumentou de 52 para 62,5%, entrando em uma zona de qualidade, o que evidencia o

reconhecimento e o valor percebido das ações desenvolvidas.

Comparando com os objetivos do PNAE, que busca garantir segurança alimentar, formação de hábitos saudáveis e melhoria do estado nutricional dos alunos, os resultados da escola são não apenas compatíveis, mas superam muitas metas previstas para instituições públicas e privadas de ensino (BRASIL, 2009). A alimentação escolar aqui não se restringe à oferta de refeições, mas é compreendida como um campo educativo, crítico e transformador.

Como desdobramento para os próximos anos, a meta será ampliar o número de ações principalmente no Ensino Fundamental Anos Iniciais, que representa uma etapa decisiva na consolidação de hábitos saudáveis. Já os Anos Finais e o Ensino Médio, por possuírem uma grade curricular mais densa e focada em resultados acadêmicos, seguirão com ações pontuais e articuladas ao conteúdo pedagógico. Para integrar toda a comunidade e consolidar o tema de forma mais ampla, está prevista a realização de uma Feira da Nutrição no segundo semestre, em comemoração ao Dia Mundial da Alimentação, envolvendo as famílias e reforçando o compromisso da escola com uma cultura alimentar crítica, saudável e sustentável.

A partir de 2025, como reflexo de todo esse trabalho, a Nutrição passou a ser reconhecida oficialmente como um dos pilares da escola, tendo papel protagonista na formação dos alunos e na articulação entre saúde, educação e cultura alimentar.

Conclusão:

As ações de Educação Alimentar e Nutricional desenvolvidas ao longo do último ano letivo demonstraram-se eficazes e coerentes com os objetivos institucionais da escola, com as diretrizes do PNAE e do Marco de Referência de EAN no âmbito escolar. Ao promover práticas alimentares mais conscientes, estimular o pensamento crítico e integrar alimentação e currículo escolar de maneira transdisciplinar, a escola avança na consolidação da alimentação como eixo estruturante do processo educativo.

Os impactos quantitativos e qualitativos observados, como o aumento da aceitação alimentar, a expressiva redução do desperdício e a elevação da aprovação das famílias, evidenciam que as intervenções foram bem-sucedidas e superaram as expectativas. Esses resultados também refletem a contribuição da escola para os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável, em especial os ODS 2, 3 e 12, que envolvem segurança alimentar, saúde e consumo responsável.

Como perspectiva para os próximos anos, a meta é expandir o número de ações educativas, principalmente no Ensino Fundamental Anos Iniciais, aproveitando o potencial formativo dessa fase. A realização de projetos integradores, como a Feira da Nutrição em comemoração ao Dia Mundial da Alimentação, buscará envolver as famílias e consolidar uma cultura alimentar mais crítica, saudável e sustentável.

Esse percurso bem-sucedido conferiu maior visibilidade e valorização ao trabalho do nutricionista escolar, que passou a ocupar um papel de protagonismo pedagógico e institucional. A presença ativa do profissional nas formações, nas ações educativas e na articulação com outros setores contribuiu para uma compreensão ampliada de sua atuação, que ultrapassa a dimensão técnica e se firma como estratégica para o desenvolvimento integral dos alunos e para a construção de uma escola mais saudável, inclusiva e inovadora.

Com o reconhecimento da Nutrição como pilar institucional, a escola reafirma seu compromisso com uma formação integral, na qual o cuidado com o corpo, o respeito à diversidade alimentar e a valorização de hábitos saudáveis caminham ao lado do desenvolvimento acadêmico, ético e cidadão dos estudantes.

Referências (a formatação deve atender às normas ABNT):

BRASIL. Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE: números e informações. Brasília, DF: FNDE, 2023. Disponível em: <https://www.fnde.gov.br/>. Acesso em: 25 jun. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia alimentar para a população brasileira. 2. ed. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2014. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/secretarias/saps/dab/arquivos/guia-alimentar-para-a-populacao-brasileira.pdf>. Acesso em: 25 jun. 2025.

IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Pesquisa de Orçamentos Familiares: análise do consumo alimentar pessoal no Brasil. Rio de Janeiro: IBGE, 2020. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv101704.pdf>. Acesso em: 25 jun. 2025.

ONU – Organização das Nações Unidas. Objetivos de Desenvolvimento Sustentável. 2023. Disponível em: <https://brasil.un.org/pt-br/sdgs>. Acesso em: 25 jun. 2025.

SILVEIRA, A. C.; COSTA, L. C.; BERTOLDO, D. A. M. Seletividade alimentar na infância: causas, consequências e estratégias de enfrentamento. Revista Paulista de Pediatria, São Paulo, v. 38, e2020107, 2020.
