



A MERENDA QUE EDUCA *THE EDUCATING MERCHANDISE*

Bruno Freitas Santos [brunofreitas2017@outlook.com.br]

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Sertão Pernambucano (IF Sertão-PE) / Campus Salgueiro, BR 232, Km 504, sentido Recife, Zona Rural. CEP: 56000-000 | Salgueiro/PE - Brasil.

RESUMO

Este trabalho trata da importância da merenda escolar, como um importante recurso para um aprendizado muito mais significativo, influenciando positivamente na saúde física e mental do aluno, bem como e no seu desenvolvimento intelectual. Assim, buscou-se verificar, que uma merenda rica em micronutrientes e micronutrientes é elemento chave para um bom desempenho escolar, bem como a permanência do mesmo dentro do espaço escolar. Por meio dos resultados coletados, foi possível verificar que a merenda, tem um poder atrativo no desempenho e na produtividade do aluno. A conclusão do artigo é abordar, que novas políticas públicas educacional, precisam ser implantadas em prol de um ensino amplo, significativo por meio de uma merenda rica, cobiçada e proveitosa em cheiros e sabores.

Palavras-chave: *Desenvolvimento; Nutrição; Saúde.*

ABSTRACT

This paper deals with the importance of school meals as an important resource for a much more meaningful learning, positively influencing the student's physical and mental health, as well as their intellectual development. Thus, we tried to verify that a snack rich in micronutrients and micronutrients is a key element for a good school performance, as well as the permanence of it within the school space. Through the results collected, it was possible to verify that the snack has an attractive power in student performance and productivity. The conclusion of the article is to address, that new educational public policies need to be implemented in favor of a broad, meaningful education through a rich, coveted and fruitful in smells and flavors.

Keywords: *Development; Nutrition; Cheers.*

1 INTRODUÇÃO

A reflexão em torno das questões referentes a alimentação seja nas famílias ou na escola, tem sido algo preocupante e ao mesmo tempo necessário, pois o número de crianças desnutridas de determinados nutrientes e vitaminas no Brasil é cada vez mais assustador. Sendo necessário inúmeras ações e intervenções em prol de uma educação e reeducação alimentar é de extrema relevância para todos os agentes envolvidos dentro do processo escolar.

Vivemos em uma era, em que o corre-corre da vida cotidiana e a vida agitada dos grandes centros urbanos não permitem que tenhamos uma vida alimentação saudável, por isso acabam sendo usados alguns recursos que não são tão aconselháveis como comidas prontas que são



verdadeiros vilões para a saúde de todos. Problemas dessa natureza são sempre crescentes, e, sem sombras de dúvidas, é um grande desafio manter uma vida saudável e equilibrada nas escolas e nos lares.

Reconhecendo também que o problema da má alimentação e dos hábitos errôneos na hora de se alimentar precisa de correções. É preciso que a escola seja um lugar de referência de saúde a ser seguido. A educação e a reeducação alimentar são uma grande lição de vida a ser aprendida e aplicada por todos, desde as crianças até os idosos.

As questões alimentares e nutricionais devem estar sempre presentes em todas as instâncias da vida do sujeito, do qual o mesmo conseguirá optar por alimentos benéficos a sua saúde e excluir os alimentos que são perigosos a sua saúde. Desenvolver determinados hábitos não é uma tarefa fácil, pois exige força de querer e muita determinação. Assim, criar e desenvolver estratégias dentro do eu mesmo é imprescindível.

O artigo traz os resultados iniciais de uma pesquisa bibliográfica que buscou identificar e analisar que a merenda escolar tem o poder de educar e assegurar a permanência desse sujeito dentro do espaço escolar. Diante do exposto, a situação problema que nortearam este trabalho foram as seguintes: Como combater os maus hábitos alimentares desde a infância? Que recursos podem ser usados para obter uma merenda melhor e mais rica em nutrientes? Que estratégias são mais eficazes no combate do excesso de alimentos adocicados ou os excessos de sódio nas escolas?

Assim, o objetivo do presente artigo é analisar a relevância da merenda escolar como recurso auxiliar no processo de ensino aprendizagem. A justificativa, que impulsionou a elaboração desse artigo é a busca por ações que tornem o direito da merenda escolar de qualidade para todas as nossas escolas

A estrutura desse trabalho se dá por meio de uma apresentação dos posicionamentos de alguns teóricos acerca da merenda escolar mostrando os pontos convergentes e divergentes.

2 METODOLOGIA

Conforme foi apresentado na introdução, a pesquisa é de cunho bibliográfico, na qual teve como objetivo analisar a importância da educação e da reeducação dos hábitos alimentares dentro do espaço escolar. Trata-se de uma pesquisa também com o caráter de qualitativa, realizada no período de trinta dias em que foram levantadas diferentes posicionamentos acerca da merenda que auxilia dentro do processo de ensino aprendizagem. Mostrando suas muitas vantagens, desde que seja consumida com cuidado e com controle, bem como os prejuízos dos alimentos ruins. Quanto a análise dos dados coletados, foram colhidas informações pertinentes, para melhor fundamentar a pesquisa.

3 AMPLIANDO A TEMÁTICA

Por décadas, se pensou que a merenda escolar era apenas um momento de recreação, de diversão ou de um tempo entretenimento, sem muitos objetivos a serem analisados e alcançados. Por outro lado, nos últimos anos diversos institutos de pesquisa na área da nutrição escolar, vêm desenvolvendo estudos de grande relevância, que comprovam que uma alimentação deficiente, sem



o valor nutricional de vitaminas e nutrientes necessários para o sujeito, prejudicam o desenvolvimento físico e intelectual dos alunos na escola e fora dela. E, de acordo com os estudos de Andrade e Bosi (2003), a alimentação tem impactos no comportamento do sujeito, ou seja, quando não estamos bem alimentados, nosso funcionamento cerebral fica comprometidos, o que via comprometer o nosso nível e a qualidade do aprendizado.

Os alimentos e bebidas oferecidos normalmente nas cantinas escolares são ainda muitos perigosos, uma vez que esses vêm na forma de salgados, balas e doces, entre outros que contém altos índices de sódio, gordura e açúcar. Uma vez que é crescente o número de crianças acima do peso ou até mesmo obesas na faixa etária escolar é preocupante. Os Indicadores do Desenvolvimento Sustentável, em uma pesquisa realizada pelo IBGE(2017), explicam que por detrás dos alimentos existem os bastidores que na grande maioria das vezes é assustadora. E nem se percebe onde existe um crescente uso de agrotóxicos na produção agrícola do Brasil até mesmo naqueles alimentos que a olho nu achamos que são 100% saudáveis.

Outro grande e perigoso vilão são os refrigerantes com tantos malefícios, já comprovados pela vigilância sanitária e demais órgãos que cuidam da saúde pública. Este tipo errado de alimentação, pode causar diversos problemas de saúde, podendo-se destacar entre eles a obesidade infantil, altas taxas de colesterol ruins, diabetes e alta taxas de triglicérides, cujos índices vêm aumentando ano após ano. A cada nova pesquisa que é levantada é necessária ações e intervenções que venham a modificar positivamente a realidade do cenário educacional e nutricional dos nossos alunos.

Por outro lado, é possível constatar também, que os lanches levados pelos alunos para a escola não atendem às necessidades alimentares destes. E que, por falta de informação, ou melhor, por falta da reeducação alimentar, ou até mesmo pela ignorância de muitos, não se tem tido o devido cuidados com as questões, referentes a preparação e o consumo dos alimentos verdadeiramente saudáveis.

O segredo para um desenvolvimento físico e intelectual, bem como a prevenção de muitas doenças, se dá por meio dos alimentos ricos em vitaminas, carboidratos, lipídios, sais, minerais e proteínas e tantos outros nutrientes, que as encontrados nos alimentos etc. Alimentação escolar precisa está também enquadrada na agricultura familiar e na produção de alimentos orgânicos, produzidos por membros da própria comunidade escolar, valorizando assim, a geração de novos empregos.

3.1 OS BENEFÍCIOS DE UMA BOA ALIMENTAÇÃO

Os alimentos que ingerimos, têm uma influência muito grande no bem estar do nosso corpo e da nossa mente. E isso influencia positivamente ou negativamente no aprendizado do indivíduo, sendo que muitas substâncias contidas neles ajudam a prevenir diversas doenças das mais diferentes naturezas. E de acordo com os estudos de Abreu (2009) o sucesso total da escola hoje, só é possível se houver um conjunto de ações atrativas e envolventes. E a merenda escolar entra nessa importante lista. Dessa forma, nossa alimentação é talhada para o crescimento de nossos ossos, pele, músculos e órgãos, mas também em energia para o cérebro, que é a máquina usada no



processo escolar.

Conforme está citado no Gastrocenter (2007), a saúde está na mesa, da mesma forma que os venenos estão na mesa o tempo todo conscientemente ou inconscientemente. Vários estudos questionam os benefícios de uma dieta escolar saudável. Elementos esses, que são imprescindíveis na prevenção de doenças como infartos, derrames, o aumento do colesterol ruim, as diabetes, o Alzheimer, a depressão, a osteoporose, a hipertensão e até o câncer. Que em outrora atingia apenas os idosos, mas que hoje atinge crianças, adolescentes e jovens. E já, foi comprovado, que há alimentos que podem, sim ajuda na manutenção e na preservação de uma vida saudável. E como já dizem alguns provérbios populares, somos o que comemos.

Há uma preocupação em oferecer para os alunos na escola uma alimentação equilibrada que contenha todos os nutrientes ou os melhores nutrientes e vitaminas necessárias para o seu desenvolvimento como um todo. E, é claro, na prevenção de doenças e na manutenção da saúde. Evitando a evasão escolar, que afastam muitos do convívio escolar.

Existe hoje uma preocupação das autoridades na educação, mesmo que seja de forma superficial, em prover para as escolas uma merenda de maior qualidade, através da contratação de nutricionista e de cardápios escolares equilibrados, balanceados, variadas e nutritiva. Já, que o desafio é também fazer com que, os alunos se adaptem ao novo cardápio saudável, aceitando a substituição das guloseimas como doces e salgadinhos. Os quais, já estão habituados, e que são perigosos a longo prazo a nossa saúde, por alimento verdadeiramente nutritivo (MINISTÉRIO DA SAÚDE; 2010).

É importante aliar novas iniciativas, uma nova postura, uma nova mudança, frente a necessidade de uma reeducação alimentar, tornando hoje em caráter emergencial prioritário como saúde pública de nossas crianças e adolescentes. Desta maneira os próprios alunos poderão compreender a importância de uma alimentação equilibrada, e sendo, conseqüentemente, disseminadores desta cultura nos espaços por eles freqüentados além da escola. Esse trabalho de conscientização começa pela célula mãe da sociedade que é a família.

Não se pode ignorar a situação sócio-econômica de uma grande parcela da comunidade escolar, principalmente nas escolas públicas de estados e municípios carentes que não permitem que a alimentação no dia-a-dia em casa seja correta. Por este motivo há muito a se pensar de um ponto de vista mais amplo quando se refere a idade escolar de nossas crianças, adolescentes e jovens.

É possível desenvolver cardápios nutritivos, variados e de baixo custo, aproveitando de forma diferente os alimentos tipos de cada região brasileira. Evitando muitas vezes o desperdício, pois números da OMS em sobre alimentação 2018 ouviu 1.764 famílias de diferentes classes sociais e de todas as regiões brasileiras. O ranking dos alimentos mais desperdiçados forma o arroz (22%), carne bovina (20%), feijão (16%) e frango (15%) com os maiores percentuais relativos ao total desperdiçado. Isso mostra que é mais do que necessário uma reeducação de valores e de princípios, pois por um lado muitos passam fome, outros desperdiçam sem o mínimo de conscientização ambiental e humanística.

E a mesma pesquisa ainda revela que no Brasil, a média de alimentos desperdiçados por



domicílio é de 353 gramas por dia. Individualmente, a média é de 114 gramas por dia (OMS, 2018). E sem se esquecer de que, o Relatório da ONU (2017) acerca da fome no mundo, quase 815 milhões de pessoas passam fome no mundo. Assim, ações emergência precisam ser elaboradas e colocadas em práticas.

Por isso, seria interessante que as famílias, as escolas e a sociedade num geral interagissem com a comunidade escolar e comunidade local sobre tais temáticas, promovendo cursos de conscientização e de economia a de alimentos, uma vez que o planeta terra, tem hoje quase 7 bilhões de pessoas, e que há pesquisas recentes apontando para a falta de alimentos para as futuras gerações, se não houver um controle minucioso de natalidade no mundo (IBGE, 2017).

Tem se percebido, que na área de nutrição há muito a ser ensinando e muito a ser colocado em prática para um melhor aproveitamento dos alimentos e também para uma saúde plena, que seja útil para um aprendizado muito mais significativo. Dessa forma, tais conhecimentos adquiridos, podem ser revertido em hábitos totalmente saudáveis, que serão levados por toda sua vida, obtendo assim uma alimentação equilibrada, que o conduzirá a uma maior qualidade de vida se começamos na infância até a sua velhice.

É necessário promover uma reeducação alimentar a nível escolar e familiar desde os primeiros anos do ensino fundamental, percorrendo até o ensino médio, fazendo desta maneira o possível para reverter os hábitos alimentares incorretos, que são tão difíceis de serem trabalhados e amenizados. E isso será possível através de um árduo e contínuo trabalho de conscientização, que abordem a saúde alimentar e, sobretudo que sejam colocados em práticas todos esses conhecimentos, ofertando assim um cardápio equilibrado e saudável para todos. Abolindo algumas das principais tentações alimentares, que vem disfarçados com cores e sabores, mas que na verdade são verdadeiros e perigosos vilões. Porque a alimentação é um o estímulo e uma motivação para o aprendizado, servindo de apoio psicológico.

Nessa construção a participação das famílias, da própria escola e de profissionais na área da saúde e da nutrição são vitais para que se possa desenvolver uma nova geração de pessoas saudáveis e dispostas a adotar hábitos simples, que garantem passo a passo a conquista de uma saúde plena, longe dos altos índices do colesterol ruim, das diabetes e pressão arterial. Para que os órgãos como a Associação de Estudos para a Obesidade (ABESO), tragam números agradáveis e positivos acerca do peso e do sobrepeso de nossas crianças e adolescentes, evitando o *bullying* e tantos outros apelos ofensivos.

Construindo paulatinamente uma sociedade melhor, aquilo que seria investido na compra de remédio para a distribuição gratuitas das farmácias populares, poderia ser investido e planejado na área dos esportes e lazer como as academias da saúde e as academias em praças públicas. E conforme com os estudos de Levenstein, (2003), será desenvolvido um novo prazer em comer aquilo que é nutritivo.

3.2 CULTURA ALIMENTAR



As questões direcionadas a alimentação é algo bem complexo de ser trabalhado, pois é algo bem peculiar e particular de cada indivíduo. Assim, os resultados têm mostrado que 61% das famílias priorizam uma grande compra mensal de alimentos, além de duas a quatro compras menores ao longo do mês. No entanto, isso tem mostrado o desperdício, pois aumenta a propensão de comprar itens desnecessários, especialmente alimentos embutidos e enlatados. Na escola, esses alunos chegam com esses maus hábitos, o que se torna difícil a reeducação alimentar, uma que vez que as próprias famílias são culpadas por adotarem uma cultura alimentar errônea e que a curto e longo prazo traz tantos malefícios.

Seja em casa ou na escola, a geladeira é outro ponto a ser discutido, pois na maioria das vezes é o lugar de tentações cheias de alimento tentadores para as crianças, e até mesmos para os adultos, na maioria das vezes ricos em açúcares e pobres em proteínas e tantos outros nutrientes, que são necessário para a saúde do corpo e da mente para um bom aprendizado. E em concordância com Freitas (2002) a sociedade precisa, obter um novo significa sobre um modo de vida mais leve e saudável, levando para a sua mesa, os alimentos uteis e saudáveis para o corpo e para a vida. E, não aquilo que é uma ameaça para o corpo e para a vida.

O que se, torna muito prejudicial para todos aqueles que consomem na maioria das vezes de forma compulsiva. E na visão de Lipovetsky, (2000) os alimentos são toa eficazes que exprimem nos humanos os sentimentos de culpa, vergonha, autodesprezo, saciedade, felicidade ou frustração. O brasileiro, vem de uma cultura muito relaxada, no que se refere aos cuidados com a alimentação, e isso tem sido transmitido de geração para geração, principalmente aqueles, que não tem um certo grau de escolaridade.

Dessa forma, o comportamento alimentar da própria família e da própria escola deve ser pensado e repensado duas vezes. Assim, adotar novos métodos de uma alimentação saudável é parte da solução para os inúmeros problemas, que aparece tanto em pesquisas referentes a obesidade infantil e as altas taxas de diabetes e crianças hipertensas. A percepção alimentar sobre o que faz mal ou que faz bem, sendo uma importante habilidade a ser trabalhadas e desenvolvida dentro e fora da sala de aula, que servirá de mecanismo de defesa para evitar a ingestão de alimentos perigosos. O impacto social do número de crianças obesas se multiplica por dez em quatro décadas e a OMS (2018) ainda acrescenta que no Brasil 12,7% dos meninos estão obesos e 9,4% das meninas também. Lembrando que a redução calórica dos alimentos é sempre algo preventivo a ser calculado e repensando, não ultrapassando o recomendado o valor de 1.200 calorias diárias. (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2019).

OMS (2018) ainda adverte sobre outro grande vilão que é a hipertensão arterial, sendo criado o dia 26 de abril é considerado Dia Nacional de Combate à doença. E de acordo com a Sociedade Brasileira de Hipertensão (SBH), cerca de 3,5 milhões (5%) de crianças e adolescentes do País são portadores de pressão alta. E uma das principais causas é a má alimentação escolar nos próprios lares.

3.3 O DESPERDÍCIO DOS ALIMENTOS



Ao falar de desperdício de alimentos, os brasileiros jogam fora todos os dias muitas gramas de alimentos que poderiam ser reaproveitados de alguma forma. E ao falar de alimentação escolar e familiar muitas são as temáticas a serem discutidas como por exemplo a falta do consumo de hortaliças, um alimento rico em vários macronutrientes, tão importantes para o desenvolvimento escolar das crianças, e que na grande maioria das vezes é tão difícil para inserir no dia a dia. A intoxicação alimentar na grande maioria das vezes é inevitável, uma vez que estamos reféns do capitalismo e comércio alimentar, que dita e impõe regras. Por outro lado, é possível garantir em partes, que os alimentos menos contaminados cheguem à mesa do consumidor, na forma de pratos verdes, evitando o grande teor de sal e óleo. Educar as pessoas para o consumo alimentar saudável e consistente. É preciso para se evitar uma série de problemas que funcionam com um efeito dominó, prejudicando a geração atual e a vindoura.

Segundo dados da OMS (2018), um terço de toda a produção agrícola está sendo desperdiçada, seja no pós-colheita, seja em toda a cadeia de alimentos. Isso mostra que as questões alimentares são muito graves, e que precisa de ações e intervenções em caráter emergencial, pois a reeducação é a melhor estratégia para se alcançar uma plena conscientização.

O design dos alimentos é algo super importante a ser analisado e pensado, pois os olhos são os primeiros a saborear, antes mesmo do que o paladar. E de acordo com os estudos de Almeida, Nascimento, Quaioti (2002) a quantidade e qualidade que vem estampados nos produtos alimentícios, são sempre duvidosos, principalmente aqueles que vem sendo anunciados na televisão brasileira. É o que chamamos de propaganda enganosa, onde cresce cada vez mais o número de vítimas.

Assim, os perigos estão mascarados e pintados de cores e sabores para iludir e disfarçar a essência, que tem dentro de cada nova embalagem, que se propaga no comércio capitalista alimentar. A auto avaliação feita acerca dos maus hábitos alimentares dos brasileiros é muito perigoso, pois de acordo com a própria OMS (2018) a quantidade dos alimentos ruins adquiridos nos pratos dos brasileiros é muito ruim.

Pesquisas realizadas pela Embrapa (2018) explicam que aos brasileiros acabam facilmente enganados pelo design dos alimentos, e poucos são atenciosos para o valor nutricional que cada alimento realmente possui. A cultura alimentar do Brasil é ainda muito voltada para o exaltação visual dos alimentos. E assim, com as famílias e as escolas precisam estar atendo e em alerta para o que compra e o que se serve na mesa todos os dias.

O Ministério do Desenvolvimento Social (MDS) em 2017 tem promovido nas escolas e outros lugares públicos ações de cooperação e conscientização para o combate ao desperdício alimentar, e para os cuidados com os alimentos nocivos a nossa saúde. A ONU (2011) em pesquisas recentes diz que a perspectiva é de 10 bilhões de pessoas no planeta em 2050. Assim, se não houver uma reeducação alimentar, talvez não se alcance a qualidade de vida desejada e a longevidade, frente as intoxicações de alimentos contaminados

É fundamental importância que as escolas adotem em maior amplitude políticas públicas, no que se refere ao fato de que a alimentação é fundamental para um bom crescimento físico e intelectual. Na visão de Teixeira (2008), existem várias formas de se abordar a alimentação na



escola e uma delas é através de uma merenda escolar, recheada de alimentos seguros e nutritivos. Isso precisa ser uma realidade de todas as nossas escolas, mesmo aquelas menos favorecidas, pois de acordo com a CF (1988) todos têm direito à alimentação. Conforme o art. 208, inc. VII da Constituição Federal de 1988 assegura o direito à alimentação escolar a todos os alunos do ensino fundamental.

Uma escola cada vez mais sustentável e saudável é aquela que prioriza a qualidade dos alimentos que são consumidos, com o intuito de melhorar o aprendizado e não causar problemas ou o elevado índice das taxas de colesterol ruim, pressão arterial e outros.

A merenda escolar é uma temática de grande importância, que deve ser explorada de forma ampla e implementação através de do programa nacional de alimentação que sejam mais ricos em nutrição, com o intuito de oferecer qualidade para um bom aprendizado frente as atividades escolares.

O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) é hoje o responsável pela oferta da alimentação escolar. No entanto, há inúmeras falhas no que se refere o repasse desses recursos, sendo necessárias e ações de educação alimentar e nutricional a estudantes de todas as escolas. Por outro lado, falta maior profundidade nesses aspectos, pois há ainda muitas irregularidades, no que se refere a alimentação dos nossos alunos.

O ambiente da escola não é apenas um lugar para a construção de conhecimentos científicos, é um espaço riquíssimo para se explorar a vida como um todo. A merenda escolar foi uma política educacional, assumida pelo Brasil durante a década de 50. E isso foi uma grande conquista, que na época tinha como objetivo para atender e reduzir a evasão e a repetência e melhorar o rendimento escolar e ainda os hábitos alimentares. Já hoje esse objetivo é muito maior, pois, já se sabe que um bom desenvolvimento intelectual e mental tem tudo a ver com as boas condições físicas do corpo, se está ou não bem alimentação irá influenciar positivamente ou negativamente nesse processo de aquisição de novos de saberes. E para melhor fundamentar tudo isso Santos (2008) explica em sua obra intitulada *O Corpo e a comida*, que ambos trabalham em harmonia e que as práticas corporais, são influenciadas através dos bons ou maus hábitos e alimentares.

Dessa forma, é importante identificar onde comemos, o que comemos, o que não podemos comer para ter um bom desempenho, frente a todas as atividades escolares e de toda a vida. Assim, a escola precisa definir um novo papel da merenda escolar, frente as reais necessidades diárias que esse aluno, precisa para ter um bom rendimento escolar. A mudança radical de regras e hábitos alimentares é um grande aprendizado a ser construído e levado por toda a vida.

Assim, o repasse escolar na hora da compra da merenda escolar, deve ser bem criterioso, pois já se sabe da importância, que cada alimento tem e função de cada um deles dentro do organismo. Infelizmente o repasse que é destinado a merenda escolar na rede pública é um grave problema, pois segundo dados do 2009, o FNDE e os recursos que são repassados soam muitos inferiores para a realidade que temos em todo o Brasil.

Na cobertura de 20 dias letivos, o valor per capita das merendas é de R\$ 0,30 para alunos de pré-escola, ensino fundamental, ensino médio e educação de jovens e adultos; R\$ 0,60 para alunos



matriculados em creches e educação básica em áreas indígenas ou remanescentes de quilombos; R\$ 0,90 para alunos do Programa Mais Educação. Esses números soam ainda mínimos, quando se trata de qualidade e riqueza nutricional, que pode e deve ser obrigatoriamente ofertado a esses alunos. Assim, é preciso reformular novas políticas públicas educacionais, para outros padrões de qualidade sejam alcançados com sucesso. Mais de 40 mil alunos da rede pública estão sem merenda escolar

Por outro lado, a corrupção dentro do setor da merenda escolar é outro problema a ser denunciado. Para se ter uma ideia, só no ano de 2012, mais de 40 mil alunos da rede pública ficaram sem a sem merenda. Por motivos de escolas endividadas, fornecedores insatisfeitos, e o desvio dos recursos, que são facilmente desviados, visando interesses próprios e egoístas, daqueles que detém o poder.

A merenda de qualidade é um direito, que não pode ser em hipótese alguma negado. Assim, é preciso maiores investimentos nesse aspecto e maior fiscalização dos recursos, que são direcionados a esse fim. O Programa Dinheiro Direto na Escola, é uma possibilidade de oferecer também uma alimentação saudável, em parcerias com outros importantes programas. Assim, é imprescindível articular ações para que haja melhorias significativas no valor que é repassado por aluno para que a merenda seja mais apetitosa e rica em nutrientes e macronutrientes necessários para um bom aprendizado.

4 Considerações finais

Muito ainda desconhecem a importância de uma alimentação saudável, dentro de fora do ambiente escolar. Sem uma alimentação balanceada dentro das escolas e dos lares os riscos de vícios cardíacos, diabetes, deficiências imunológicas entre outros problemas, serão cada vez mais propícios. Assim, a escola e as famílias desempenham um papel importante de conscientização e de reeducação alimentar.

Ter uma comida saudável e equilibrada, na maioria das vezes não é uma questão de querer, depende também das condições financeiras, que na grande maioria das vezes é impedida, por questões das desigualdades sociais e econômica. Incentivar as práticas saudáveis as nossas crianças, adolescentes e jovens como o consumo de frutas, verduras e legumes e cereais é abrir as portas para a saúde e para o bem-estar.

Na educação o que aprendemos é levado por toda uma vida, assim estimular e incentivar a lanches saudáveis ao invés de alimentos perigosos com venenos e agrotóxicos. É o autocuidado que cada um deve ter com a alimentação saudável que tem sido um grande desafio, frente a competitividade com o mercado colorido dos sabores e cores das guloseimas. O valor nutricional dos alimentos deve ser um critério de todos, pois somos o que comemos e o que bebemos. Dessa forma comer com moderação e equilíbrio é um segredo para a vida toda.

Uma alimentação saudável cria os mecanismos necessários para a defesa e ataques de doenças que acabam sendo as grandes vilãs do século XXI. É preciso reconhecer os erros alimentares que nossas escolas têm cometido ao longo dos anos, as vezes porque não tem as condições



necessárias outras vezes por desvios e corrupções. Por outro lado, é imprescindível que sejam adotadas novas mudanças e uma nova postura alimentar.

Por último, em resposta ao objetivo inicial e a situação problema aqui proposta, conclui-se que o objetivo foi atingido, pois a partir dessa discussão foi possível refletir sobre a temática construindo uma visão muito mais esclarecedora sobre a merenda escolar. Como desdobramento, indica-se que novos estudos sejam realizados dentro dessa importante temática para que sejam aprofundados outros aspectos, que estão contextualizados com a temática.

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, S. S.; NASCIMENTO, P. C. B. D.; QUAIOTI, T. C. B. Quantidade e qualidade de produtos alimentícios anunciados na televisão brasileira. *Rev. Saúde Pública, São Paulo*, v.36, n.3, jun. 2002. Disponível em: <<http://www.scielo.br>>. Acesso em: 29 de março 2019.
- ABREU, M. A escola possível e a merenda escolar. *Coletâneas do PPGEDU, Porto Alegre*, v.1, n.1, p.121-136, jul./ ago. 2009.
- ANDRADE, A.; BOSI, M. L. M. Mídia e subjetividade: impacto no comportamento alimentar. *Rev. Nutr., Campinas*, v.16, n.1, jan./mar., 2003.
- AGENCIA BRASIL. disponível em <http://agenciabrasil.ebc.com.br/internacional/noticia/2017-09/relatorio-mostra-que-815-milhoes-de-pessoas-passam-fome-no-mundo>.
- BRASIL. Resolução/ FNDE/ CD/ nº 32 de 10 de agosto de 2006b. Estabelece as normas para execução do Programa Nacional de Alimentação Escolar -PNAE. Disponível em: <www.fnde.gov.br/index.php/resolucoes-2006/...res03210082006/download>. Acesso em: mar. 2015.
- IBGE. Questionário PENSE 2012. Disponível em <www.ibge.gov.br/home/estatistica/.../quest_pense_aluno_2012.pdf>. Acesso em 23/04/2015.
- FREITAS, M.C.S. Mulher light: corpo, dieta e repressão. In: FERREIRA, S.L.; NASCIMENTO, E.R. *Imagens da mulher contemporânea*. Salvador: NEIM/UFBA, 2002. 208p
- FNDE. Programas do FNDE / PNAE Alimentação Escolar / Perguntas Frequentes. Disponível em: <https://www.fnde.gov.br/fndelegis/action/ActionDatalegis.php?acao=abrirTreeview&cod_menu=741&cod_modulo=2>. Acesso em: 14 de março de 2015.
- GASTROCENTER. Prevenir-se pela boca: O que os alimentos fazem realmente pela sua saúde. Disponível em: <<http://www.gastrocenter.com.br>>. Acesso em: 30 ago. 2007.
- LEVENSTEIN, H. *Revolution at the table: the transformation of the American diet*. Berkeley: University of California Press, 2003.
- LIPOVETSKY, G. *A terceira mulher. Permanência e revolução do feminino*. São Paulo: Companhias das Letras, 2000.
- MARTINEZ, Marina. FOME: Biologia e fisiologia. *InfoEscola*. 2015. Disponível em: <<http://www.infoescola.com/fisiologia/fome-carencia-alimentos/>>. Acesso em 27/05/2015.
- MINISTÉRIO DA SAÚDE, Secretaria de Vigilância em Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde. *Política Nacional de Promoção da Saúde*. 3ª ed. Brasília: Ministério da Saúde; 2010.
- ONU. Assembleia Geral das Nações Unidas. *Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos da*



alimentação. 2009. Disponível em <http://www.onu-brasil.org.br/doc_crianca.php>. Acesso em 18/2/2019.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Diminuindo diferenças: a prática das políticas sobre os bons e maus hábitos alimentares sociais da saúde: documento de discussão. Rio de Janeiro: OMS; 2011 [acesso em 21 de nov 2019]. Disponível em: http://www.who.int/sdhconference/discussion_paper/Discussion_Paper_PT.pdf

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Documento Técnico da Conferência Mundial sobre a alimentação. Determinantes Sociais da Saúde [Internet]. [acesso em 01 ago 2019]. Disponível em: http://determinantes.saude.bvs.br/local/file/Primeira_versao_documento_tecnico_CMDSS.doc.

SANTOS, L.A.S. O Corpo, o comer e a comida: um estudo sobre as práticas corporais e alimentares no mundo contemporâneo. Salvador: EDUFBA, 2008. 330p.

SEMINÁRIO INTERNACIONAL PERDAS E DESPERDÍCIO DE ALIMENTOS EM CADEIAS AGROALIMENTARES: Oportunidades para Políticas Públicas, na sede da Embrapa, em Brasília (DF)2018.

TEIXEIRA, E. de O. L. A Merenda Escolar e seus aspectos Políticos, Éticos, Sociais e Nutricionais. Monografia apresentada no Curso de Especialização em Educação Profissional Técnica de Nível Médio Integrada ao Ensino Médio na Modalidade EJA. Centro Federal de Educação Tecnológica de São Paulo. São Paulo, 2008.