

PÓLIS

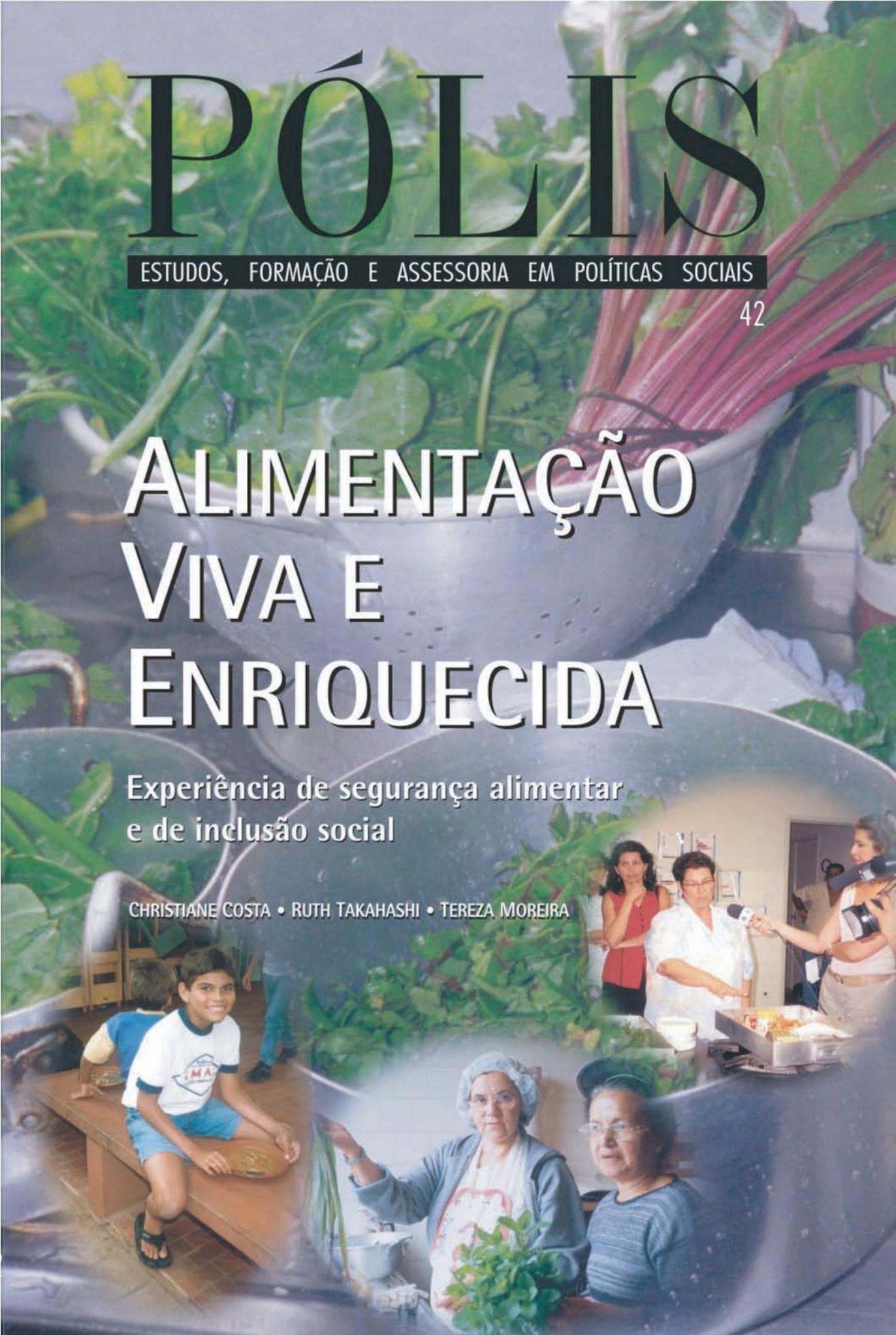
ESTUDOS, FORMAÇÃO E ACESSORIA EM POLÍTICAS SOCIAIS

42

ALIMENTAÇÃO VIVA E ENRIQUECIDA

Experiência de segurança alimentar
e de inclusão social

CHRISTIANE COSTA • RUTH TAKAHASHI • TEREZA MOREIRA



Segurança Alimentar e Inclusão Social

A escola na promoção
da saúde infantil

CHRISTIANE COSTA
RUTH TAKAHASHI
TEREZA MOREIRA

Esta publicação contou com o apoio do

CCFD – Comité Catholique contre la Faim et pour le Development

O Instituto Pólis conta com o apoio solidário de:

Action Aid

Christian Aid

EED

FPH

Frères des Hommes

Fundação Ford

Fundação Friedrich Ebert – ILDES

NOVIB

OXFAM

Publicação Pólis

ISSN – 0104-2335

COSTA, Christiane; TAKAHASHI, Ruth; MOREIRA, Tereza (Org.)

Segurança Alimentar e Inclusão Social: A Escola na Promoção da Saúde Infantil. São Paulo, Instituto Pólis, 2002, 76 p. (Publicações Pólis, 42)

1. Segurança Alimentar e Nutricional. 2. Alimentação. 3. Alimentação Infantil. 4. Merenda Escolar. 5. Experiências Inovadoras em Segurança Alimentar e Nutricional. 6. Cidadania alimentar. 7. Política Municipal de Segurança Alimentar e Nutricional. 8. Desenvolvimento Local. I. COSTA, Christiane. II. TAKAHASHI, Ruth. III. MOREIRA, Tereza. IV. Instituto Pólis. V. Prefeitura Municipal da Estância Turística de Ribeirão Pires. VI. Título. VII. Série.

Fonte: Vocabulário Pólis/CDI

Agradecimentos: À equipe da Secretaria de Educação do Município de Ribeirão Pires: Neusa Toyoko Nakano e Assunta Tereza Agnello Nakano
Ao Grupo Salsa – Segurança Alimentar Sementes do Amanhã: Aparecida Caetano Santos Silva, Juraci Alves David, Marilene Luiza da Silva, Nair de Oliveira Sartori, Nelson Gomes da Silva

Pólis 42

Organização: Christiane Costa, Maria Ruth Freitas Takahashi e Tereza Moreira

Coordenação Editorial: Paula Santoro e Renato Cymbalista

Projeto Gráfico Original: Luciana Pinto

Adaptação e Editoração: Luiz Daré e André Fernandes Machado

Fotos: arquivo do Projeto Alimentação Viva e Enriquecida

Capa: Luiz Daré

Sumário

Apresentação	05
1. Educação Infantil Espaço privilegiado para criar um novo padrão alimentar	07
2. Criança na escola É preciso conhecer para cuidar melhor	15
3. Alimentação enriquecida A diferença entre comer e alimentar-se	23
4. Informar e motivar Revalorizando o papel das funcionárias	35
5. Enquanto isso, na comunidade... A proposta se enraíza e se multiplica	45
6. Segurança alimentar e desenvolvimento local	53
7. O projeto e as iniciativas nacionais pela segurança alimentar	59
Informações sobre segurança alimentar	66
Bibliografia	67
Formulários utilizados em Ribeirão Pires	68

"Nunca duvide que um pequeno grupo de cidadãos preocupados e comprometidos possa mudar o mundo; de fato, é só isto que o tem mudado."
Margaret Mead



Apresentação

A reflexão sobre o alimento e sua relação com a nossa qualidade de vida é um tema que diz respeito ao cotidiano de todas as pessoas. Tratar deste assunto no âmbito da educação infantil no Município de Ribeirão Pires, cidade situada na região metropolitana de São Paulo, mexeu, em todos os sentidos, com a vida da comunidade.

O trabalho envolveu a introdução do tema da segurança alimentar como prioridade no dia-a-dia de 950 crianças de zero a seis anos matriculadas em creches e pré-escolas locais. Lidar com o tema "alimentação" nesses espaços revelou o quanto as crianças são afetadas pelas escolhas incorretas dos cardápios escolares. Essa constatação mobilizou pais e educadores no sentido de mudar as rotinas e os instrumentos de acompanhamento infantil, tornando a alimentação um elemento fundamental para mudar – para melhor – o desenvolvimento das crianças.

A experiência mostrou, no entanto, que tem potencial para muito mais. Questiona hábitos alimentares das funcionárias nas escolas e o seu papel no desenvolvimento das crianças. Muda a vida das famílias, introduzindo informações e práticas capazes de prevenir doenças e de combater a desnutrição e a obesidade. Com a municipalização da merenda, favorece iniciativas de geração de renda baseadas na produção local de alimentos e no beneficiamento desses produtos. Inspira a participação de grupos envolvidos nos conselhos e em outras instâncias decisórias do município. Induz a mudanças nas políticas públicas, tornando a segurança alimentar um tema transversal, capaz de integrar as ações de um conjunto de secretarias municipais, como as de Saúde, Educação, Cidadania e Desenvolvimento Sustentável.

Quando este trabalho se iniciou, em 1999, as instituições envolvidas – Prefeitura de Ribeirão Pires, Instituto Pólis e Grupo Salsa de Mulheres, com apoio da ONG francesa Comité Catholique contre la Faim et pour le Development (CCFD) – pretendiam promover uma ação de segurança alimentar por meio da reeducação alimentar e do aproveitamento integral de alimentos. Tentava-se, com isso, contribuir para o desenvolvimento das crianças, utilizando as escolas de educação infantil como instrumentos de inclusão social de famílias de baixa renda.

O sucesso da iniciativa inspirou a criação de um verdadeiro movimento pela cidadania alimentar na cidade, processo que pretendemos documentar por meio desta publicação. Nosso objetivo é divulgar esta iniciativa, mostrando a outros municípios que se trata de uma alternativa plenamente viável, capaz de promover a saúde e a segurança alimentar da população brasileira, em consonância com as iniciativas já estabelecidas como prioritárias pelo Governo Federal.

Christiane Costa
Ruth Takahashi
Tereza Moreira



A escola deve ser a promotora
do desenvolvimento infantil nos
primeiros anos de vida

Educação Infantil

Espaço privilegiado para criar um novo padrão alimentar

1

A cada dia fica mais evidente a importância dos sete primeiros anos de vida para a formação de um ser humano saudável. Nesse período de acelerado desenvolvimento físico e psicomotor, a criança adquire hábitos alimentares e de higiene, inicia-se em suas relações sociais e desenvolve afetos.

Trata-se, portanto, de um período que requer cuidados especiais, ambiente estimulante e alimentação adequada. É quando se prepara o alicerce, a base que dará sustentação para toda a vida. Essa fase interfere como nenhuma outra na capacidade que a pessoa em formação terá para responder aos desafios futuros.

A crescente percepção da importância desse período da vida faz com que as creches e as escolas de educação infantil¹ sejam encaradas com outros olhos. Dentro deste novo enfoque, tornam-se instituições chaves para estimular o desenvolvimento das crianças. Mas será que esses espaços estão preparados para cumprir adequadamente a sua missão de formar adultos saudáveis?

Vamos verificar?

Se você tem suas crianças em creche ou em escola de educação infantil ou então trabalha em uma dessas instituições, responda:

- É possível conseguir vagas com facilidade?
- O espaço físico disponível é adequado às necessidades das crianças?
- Há profissionais em número suficiente para atendê-las?
- A creche ou escola fornece alimentação em quantidade e qualidade suficientes, considerando as diversas faixas etárias?
- Há preocupação com as crianças que apresentam necessidades nutricionais diferenciadas?
- A educação alimentar está incluída entre as atividades educativas, lúdicas e cotidianas?

Se você respondeu "sim" à maioria dessas perguntas, parabéns! As estatísticas, porém, mostram outra realidade.

¹ Em vários municípios a educação infantil passou a ser competência da Secretaria de Educação e não mais da Assistência Social. Nessa nova abordagem, os equipamentos que atendem a crianças de zero a seis anos são designados escolas de educação infantil e os profissionais envolvidos são chamados educadores.

Alguns dados sobre a educação infantil no Brasil²

- Atualmente existem cerca de seis milhões de crianças matriculadas nas redes pública e particular de educação infantil. Apenas pouco mais de um milhão delas consegue se matricular em creches.
- Três em cada 10 municípios brasileiros não dispõem desses equipamentos para atender a crianças de zero a três anos. Só na cidade de São Paulo, 200 mil crianças permanecem em casa por falta de creches.
- Apenas uma em cada quatro creches possui fraldário.
- Apenas uma em cada sete creches dispõe de oficinas de música e artes.

Esses dados, mostram que a qualidade do ensino infantil, embora seja uma preocupação para famílias e profissionais que lidam diariamente com este assunto, ainda não é suficientemente considerada pelas políticas públicas do país. Creche continua a ser tratada pelos políticos – com raras e louváveis exceções – como depósito de crianças e não constitui prioridade nas agendas de governo, seja municipal, estadual ou federal.

Creche e pré-escola: fatores de inclusão social

O que significa inclusão social? O dicionário Aurélio responde. "Trata-se do ato de incluir pessoas portadoras de necessidades especiais na plena participação de todo o processo educacional, laboral, de lazer, etc., bem como em atividades comunitárias e domésticas."

Para muitas crianças de baixa renda, especialmente as integrantes do crescente número de famílias chefiadas por mulheres, a oportunidade de freqüentar uma creche representa um importante fator de inclusão social. Em geral, essas crianças permanecem em casa, cuidadas pelas irmãs e irmãos mais velhos, enquanto suas mães saem para trabalhar ou para procurar emprego.

A permanência em casa, nessas condições, acarreta graves consequências para o seu desenvolvimento: baixo repertório cultural, socialização inadequada e desequilíbrios alimentares que geram principalmente desnutrição e anemia. Estes dois problemas tendem a se tornar mais graves quanto menor forem os níveis de renda e de escolaridade das famílias.

A creche, nesses casos, proporciona às crianças a chance de um novo destino e à sociedade a certeza de que estará formando cidadãos e cidadãs conscientes e integrados ao convívio social.

² Dados do INEP – Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais. Jornal Folha de São Paulo de 31/03/02.

Alimento: a base dessa construção

O lugar em que a criança permanece grande parte do seu dia precisa lhe oferecer uma alimentação adequada. Esse espaço desempenha dois papéis fundamentais: garantir a saúde no presente e estimular a formação de bons hábitos alimentares para o futuro. A responsabilidade é grande. Isto significa que não basta à criança ter acesso a um número suficiente de refeições. Estas devem ter qualidade garantida e ser oferecidas em quantidades e proporções capazes de promover e manter a sua saúde.

O que se vê nas escolas públicas, no entanto, está longe deste ideal. O poder público ainda não tem sido competente para comprar, transportar, armazenar e preparar a alimentação escolar. Esta é, em geral, rica em carboidratos, açúcar, óleo e muito pobre em qualidade. Dá preferência a alimentos industrializados e que não valorizam a herança cultural das crianças.

Os programas de combate à fome e à desnutrição que chegam às famílias mais pobres, em geral as mesmas que usam os serviços das creches públicas, não vão além da distribuição de cestas básicas, de leite em pó e de óleo. Esses programas, além de não questionarem o valor nutritivo dos alimentos, contribuem para a crescente massificação e descaracterização do padrão alimentar. O importante é comer, não interessa o quê.

Pode ser diferente?

Este panorama pode e deve ser diferente. O aumento nos casos de desnutrição, obesidade e doenças degenerativas na população estão aí para mostrar que se não cuidarmos da saúde das crianças em seus primeiros anos de vida, estaremos comprometendo as futuras gerações da população brasileira.

Algumas iniciativas em curso mostram que é possível mudar esse referencial. Veja algumas delas:

- Municipalização da merenda: tornou possível regionalizar os cardápios e introduzir mais alimentos frescos (verduras, legumes e frutas). Estes podem ser comprados no próprio município, movimentando a economia local e gerando renda para famílias de pequenos produtores. Mas isso só ocorre se houver empenho político na administração municipal, assim como articulação da população local.
- Substituição de alimentos formulados por refeições: em vez de oferecer uma merenda composta por alimentos formulados pela

indústria e comprados de grandes fornecedores, algumas escolas e creches rompem a tradição da "merenda seca" e começam a fornecer refeições completas.

- Enriquecimento dos alimentos: com o cardápio regionalizado e seus ingredientes comprados no local, torna-se mais fácil produzir receitas que aproveitem integralmente os alimentos e enriquecer a alimentação com produtos regionais e não-convencionais que fornecem maior quantidade de nutrientes.
- Introdução da educação alimentar em atividades curriculares: por meio de jogos, brincadeiras e outras atividades educativas, como a produção de uma horta e a reciclagem do lixo, é possível introduzir novos conceitos alimentares e mudar a mentalidade das crianças, de suas famílias e das próprias pessoas que trabalham nesses espaços.
- Capacitação de profissionais: para introduzir novos conceitos e novas práticas é preciso que os profissionais da educação recebam capacitação adequada e "vistam a camisa" da segurança alimentar como prioridade de creches e pré-escolas.

Ribeirão Pires: criatividade no combate à desnutrição

Ribeirão Pires, cidade situada na área de mananciais da Grande São Paulo, está promovendo uma transformação. Desde 1999, o projeto "Alimentação Viva e Enriquecida" está mudando a vida de 950 crianças entre zero e seis anos das escolas municipais de período integral. O projeto é desenvolvido pela Secretaria Municipal de Educação, em parceria com o Instituto Pólis, o Grupo Salsa de Mulheres e conta com apoio financeiro do CCFD. O trabalho baseia-se no aproveitamento integral dos alimentos e no uso de produtos não-convencionais como complemento nutricional da merenda escolar.

As ações empreendidas podem ser resumidas em duas: qualificação da merenda e capacitação dos recursos humanos nas escolas. Com elas, tornou-se possível envolver as famílias das crianças, mudar práticas das profissionais das escolas, enriquecer a metodologia de trabalho e promover uma importante integração entre as secretarias municipais de Saúde e Educação, mobilizando o apoio da comunidade para as ações.

A qualificação da merenda escolar começou com o aumento do consumo de produtos in natura e o aproveitamento integral dos alimentos, ou seja, a utilização de partes que antes seriam jogadas no lixo, como

folhas de beterraba e cenoura, sementes de abóbora etc. A introdução da multimistura – ou farinha múltipla – e de sucos enriquecidos representou outro importante passo para a redução da desnutrição. A diminuição no consumo de açúcar e de óleo, assim como a substituição de açúcar e sal refinados por açúcar cristal e sal marinho foram soluções simples encontradas para reforçar as iniciativas em favor da saúde das crianças.

Os cardápios passaram a considerar os hábitos locais, dando preferência aos alimentos produzidos no município e estimulando o cultivo de hortas. Até mesmo o controle de piolhos e de verminoses é possível de ser realizado com produtos gerados pela cozinha dessas escolas, por meio de geléias e de xampus caseiros. Em Ribeirão Pires, algumas creches iniciaram essa experiência.

A capacitação e a otimização dos recursos humanos das escolas de educação infantil do município representaram outro ponto fortemente trabalhado no projeto. Isto se deu por meio de uma série de medidas:

- revalorização das profissionais, mediante oficinas de reeducação alimentar das merendeiras e oficinas sobre gênero;
- sensibilização de educadoras e diretoras destes equipamentos;
- estabelecimento de rotinas e procedimentos capazes de identificar e dedicar maiores cuidados a crianças desnutridas ou com necessidades especiais;
- registro das condições de saúde e nutrição das crianças matriculadas.

O projeto, em seu início, previa apenas atividades com as merendeiras. Aos poucos, e por demanda do próprio processo, novos atores se engajaram: educadoras, direção, pediatra, nutricionista. Este envolvimento forçou a integração entre as secretarias municipais da Saúde e da Educação, estabelecendo-se parcerias para dar conta de uma ação integrada de atendimento às crianças dessa faixa etária.

Atualmente, a criança, ao entrar nas escolas de Ribeirão Pires, é vista em sua totalidade e as medidas necessárias para assisti-la são discutidas entre famílias e profissionais de distintas formações: nutricionistas, assistentes sociais, pediatras, dentistas, educadores.

E tudo isso por causa de um simples questionamento do padrão alimentar adotado...

Um novo vocabulário

Segurança alimentar³

Significa garantir a todos condições de acesso a alimentos básicos de qualidade, em quantidade suficiente, de modo permanente e sem comprometer o acesso a outras necessidades essenciais, com base em práticas alimentares saudáveis, contribuindo, assim, para uma existência digna, em um contexto de desenvolvimento integral da pessoa humana.

Alimentação enriquecida

Trata-se de uma metodologia simplificada em nutrição que se guia pelos seguintes princípios:

- alto valor nutritivo,
- baixo custo,
- sabor regionalizado,
- fácil preparo.
- baseia-se também na utilização de produtos cultivados na própria região, no aproveitamento integral dos alimentos, na introdução de alimentos não-convencionais, mas ricos em nutrientes, assim como na redução do uso do açúcar, do óleo e de produtos refinados e processados industrialmente.

Alimentos não-convencionais

Alimentos, que embora muito nutritivos, não têm uso conhecido na culinária ou são utilizados de forma bastante restrita. Exemplo: folhas verde-escuras, como as de batata-doce, taioba, abóbora, mandioca; sementes de abóbora, melão, melancia; pó de casca de ovo. Uma comparação desses alimentos com alguns dos chamados "alimentos fortes" da culinária convencional (carne, ovos, leite) mostram vantagens para os primeiros em termos de vitaminas, proteínas e minerais.

Multimistura

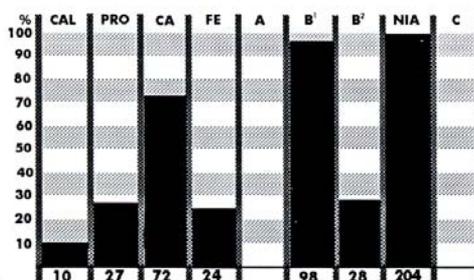
Trata-se de um complemento alimentar que combina, de forma balanceada, alguns alimentos não-convencionais. Composto por farelos de milho e trigo, pó de folhas verde-escuras, sementes diversas, produz uma farinha rica em vitaminas e sais minerais, usada como complemento alimentar. A multimistura é empregada, com sucesso, pela Pastoral da Criança há mais de 20 anos e contribuiu na redução da mortalidade infantil. Nas cidades brasileiras em que foi adotada morrem menos de 14 crianças para cada mil nascidas vivas. Trata-se de uma alternativa de complementação alimentar de baixo custo e que pode ser produzida pela própria

³ Roma, 1996.

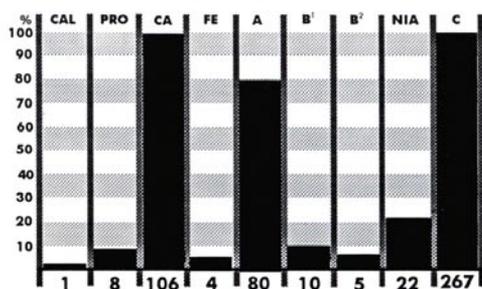
Recursos no combate à desnutrição

As tabelas a seguir revelam as propriedades nutricionais de partes pouco aproveitadas dos alimentos. Trata-se de um enorme potencial desperdiçado, que começa a ganhar importância com a divulgação dos benefícios da alimentação enriquecida.

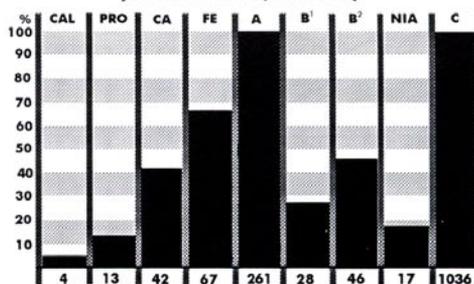
FARELO DE TRIGO



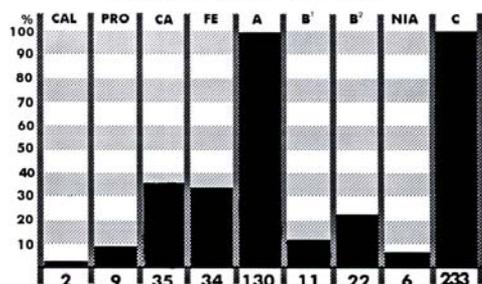
FOLHA DE ABÓBORA



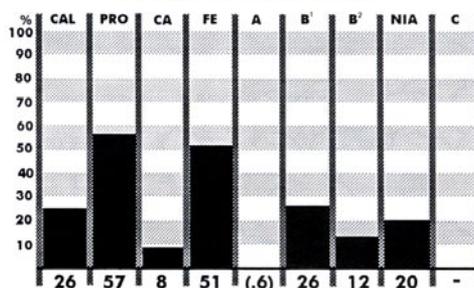
**FOLHA DE MANDIOCA
(MACAXEIRA/AIPIM)**



FOLHA DE BATATA DOCE



SEMENTE DE ABÓBORA





Procedimentos simples, como medir e pesar, fornecem dados capazes de melhorar a qualidade do atendimento

Criança na escola

2

É preciso conhecer para cuidar melhor

O atendimento de qualidade à criança tem início no momento em que sua família chega para a matrícula. Uma série de rotinas e procedimentos, quando adotados, podem fazer muito pelo bom desenvolvimento infantil e pela inclusão social.

Tudo começa com o diagnóstico inicial. Quem é a criança? De que lar ela vem? Quem são seus pais? Qual é o seu nível de nutrição e desenvolvimento? Tem necessidades especiais? De que tipo?

Perguntas simples como essas serão valiosas para traçar um perfil da criança e de sua família. Com isso, todos ganham. Ganha a equipe encarregada dos cuidados, pois os dados fornecidos trarão novos elementos para planejar o trabalho. Ganham os familiares, pois sentirão mais confiança nessa relação que se inicia. Ganha a criança, pois contará com rotinas estáveis, capazes de atender às suas necessidades. As famílias devem ser vistas como parceiras nesse processo. Mas, para isso, a creche ou escola deve tratá-las como tal.

Vamos verificar?

- Quais são os critérios para aceitar uma criança na creche ou na pré-escola?
- Com que frequência se observa e se registra o seu estado geral, como nível de atividade, humor, alterações de pele, presença de secreções?
- Existe uma rotina de intercâmbios entre familiares e direção da escola?
- Foi obtida alguma informação sobre seus hábitos alimentares?
- Como estes dados são considerados no planejamento dos cardápios?
- Como são tratadas as crianças que não se adaptam bem às rotinas ou que apresentam necessidades especiais?
- Existem mecanismos para facilitar o aleitamento materno de bebês menores de seis meses?
- Qual é a interação de creches e pré-escolas com os demais equipamentos sociais existentes na localidade, como centros de saúde, hospitais, grupos de apoio à infância?

Práticas de exclusão

Em muitos municípios há critérios que conspiram contra a inclusão social justamente daquelas crianças que mais precisam de creches. Eis alguns deles:

- Exigir atestado de que a mãe esteja trabalhando. A maior parte das mulheres que realmente precisam de creche trabalha no mercado informal, sem carteira assinada, ou mesmo necessita da creche para deixar seus filhos enquanto procura emprego. Ao negar uma vaga à filha ou ao filho dessa mulher, a escola contribui para ampliar a exclusão social da família.
- Excluir do programa a criança que falta muito. Um simples olhar sobre o histórico dessa criança pode indicar que se trata de quem mais precisa de creche. Pelo fato de não se adaptar, esta não deve ser considerada uma criança-problema, mas sim alguém que precisa ser conhecido e conquistado.
- Desestimular o aleitamento materno. São raras as iniciativas que promovem a continuidade do aleitamento materno depois que a mãe começa a trabalhar. Na verdade, tudo conspira para que ela desista.
- Não investir em serviços públicos integrados. Creches, postos de saúde, serviços de assistência social que não mantêm comunicação, perdem a chance de intercambiar informações úteis sobre a criança, algo fundamental para compor um quadro mais completo sobre o seu desenvolvimento.

Por dentro do universo infantil

A missão da creche e da pré-escola é promover o pleno desenvolvimento infantil. Isto envolve constante reflexão, questionamento e capacidade para reformular o trabalho sempre que isso for necessário. Os critérios citados acima são os primeiros a necessitar de revisão. O trabalho deve ser orientado para que a creche e a pré-escola tornem-se elementos de inclusão social, priorizando justamente aquelas famílias que apresentam algum tipo de vulnerabilidade.

Algumas medidas podem fazer muito por isso. Em Ribeirão Pires, por exemplo, o projeto introduziu a prática dos registros sistemáticos, visando conhecer melhor o universo das crianças atendidas. Eis algumas práticas introduzidas como rotinas de atendimento:

- Questionário informativo (veja pág. 68), respondido pelos familiares no ato da matrícula, fornece informações valiosas, sobre a vida



As atendentes percebem preferências e necessidades infantis, que serão consideradas na hora de definir os cardápios

familiar da criança, nível sócio-cultural, grau de escolaridade dos pais, histórico de vida (peso ao nascer, tipo de parto, freqüência com que fica doente), bem como alimentos preferidos, ocorrência de alergias etc.

- Pesagem e medição periódicas, prática que envolveu a capacitação de funcionárias e funcionários para manterem este registro de acordo com as normas estabelecidas pelo Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN).
- Articulação com os serviços de saúde, de forma a criar instrumentos conjuntos de registro, acompanhamento e sistematização dos dados.

Essa documentação, atualizada regularmente, possibilita a leitura da saúde coletiva. Práticas como essas precisam ser reforçadas, pois existe muita resistência no serviço público a manter rotinas de registros, além de quase não haver troca de informações entre os diferentes serviços que o fazem.

Em Ribeirão Pires, o cruzamento das informações revelou um quadro de crianças desnutridas ou que apresentavam risco de desnutrição, clientela priorizada nas ações de reeducação alimentar.

Revisando rotinas

As medidas adotadas pelo projeto possibilitaram iniciar a revisão de uma série de critérios, como os de aceitar apenas filhos de mulheres empregadas no mercado formal. As crianças com risco de desnutrição em geral vêm de famílias vulneráveis (pais desempregados ou subempregados, com histórico de analfabetismo, alcoolismo e marginalização).

Na maternidade de Ribeirão Pires já é possível identificar previamente a criança que, ao nascer, apresenta maior risco, como, por exemplo, peso abaixo da média. Essa criança deve ser priorizada, não só nos serviços de saúde, mas também na garantia de creche.

Outra medida importante é a organização de ações que promovam a continuidade do aleitamento materno. A criação de um banco de leite e de locais específicos para amamentação, assim como palestras sobre a importância do aleitamento no combate à desnutrição e às doenças, são medidas que criam uma cultura de incentivo a essa prática.

Novas práticas

Crianças desnutridas precisam ser alimentadas mais vezes por dia. A maioria das freqüentadoras de creches está deixando a mamadeira. Algumas rejeitam comida salgada, outras apresentam mais dificuldade em mastigar alimentos sólidos. Pequenos detalhes na forma de tratar essas situações podem fazer toda a diferença na aceitação do alimento pelas crianças, algo que terá reflexos para toda a vida.

Em geral, quem oferece a comida não tem tempo e nem paciência para esperar a criança comer com a atenção de que precisa. Para facilitar a rotina, em Ribeirão Pires foi sugerido o seguinte sistema: uma só atendente alimenta três crianças ao mesmo tempo. Assim, enquanto a primeira mastiga, ela oferece a alimentação para as outras duas. Deste modo, a "pressa" do adulto não atropela a criança.

Mesmo em escolas e creches com cardápio balanceado e oferta abundante de refeições, muitas crianças, especialmente na faixa entre dois e quatro anos, apresentam quadro de desnutrição. Por que isto ocorre? Um exame mais apurado da realidade em Ribeirão Pires mostrou: nem sempre o que se oferece é ingerido. Isto ocorre por vários motivos: porque a criança não gosta, porque come menos ou porque falta muito à creche.

O controle periódico de peso e de estatura, assim como o registro constante do que a criança está comendo e sua freqüência à creche representam rotinas que podem fornecer informações valiosas sobre necessidades especiais.

Fique por dentro

Necessidades especiais

Como tratá-las?

É cada vez mais freqüente a ocorrência de crianças com necessidades especiais em creches e escolas de educação infantil. A atitude dos adultos determinará o seu nível de integração social. É necessário que todas as atitudes contribuam para reforçar o sentido de inclusão. Há inúmeros tipos de necessidades especiais. Aqui trataremos apenas daquelas relacionadas à alimentação, como:

- **Desnutrição**

Conjunto de características que atestam o mau desenvolvimento da criança, tais como falta de apetite, flacidez e manchas da pele, cabelo e olhos opacos, crescimento abaixo da média, ossos frágeis. A desnutrição encabeça a lista dos principais riscos para a saúde da população do planeta, segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS)⁴. Pode ser combatida com alimentação balanceada, rica em fibras e em vitaminas (principalmente vitamina A), oferecida em intervalos regulares. Banhos de sol também auxiliam a combater a doença.

- **Diarréia**

Consiste na eliminação freqüente de fezes líquidas em decorrência de inflamação intestinal. As causas podem ser variadas: parasitoses, ingestão de alimentos inadequados ou estragados. Crianças desnutridas são mais propensas à diarréia. Cuidados para manter a criança bem nutrida e hidratada resolvem o problema. Quando a diarréia atinge várias crianças ao mesmo tempo, a causa pode estar nas condições da própria escola. Por isso, é importante verificar:

- as condições de higiene da cozinha e dos alimentos: esterilizar utensílios, armazenar bem os produtos, desinfetar as verduras etc.
- cuidar para que chupetas e paninhos estejam sempre limpos;
- evitar o envolvimento de faxineiras na distribuição de alimentos;
- limpar e manter bem tampadas as caixas d'água.

- **Anemia**

Decorre de hábitos alimentares inadequados e não atinge apenas as camadas sociais menos favorecidas. Calcula-se que 40% das crianças do mundo sofram com a anemia. Dietas pobres em ferro e fatores que interferem na absorção deste elemento pelo organismo são responsáveis pelo problema. A introdução de sucos

⁴ A OMS identificou os dez principais riscos para a saúde mundial, responsáveis por 40% das cerca de 56 milhões de mortes que ocorrem no mundo todos os anos. A desnutrição aparece como o mais importante risco no relatório intitulado "Reduzir riscos e promover uma vida sã", publicado em outubro de 2002.

de folhas verde-escuras (como couve), assim como o maior consumo de brotos e multimistura podem fazer muito pelo bem-estar infantil.

- **Obesidade**

Trata-se do excesso de gordura, que ocasiona sobrecarga dos órgãos, queda da defesa imunológica e, como conseqüência, doenças do aparelho cárdio-circulatório (infarto, derrames cerebrais, trombozes) e diversos tipos de câncer. A obesidade raramente é tratada pela rede de saúde pública como doença. Em geral, os centros de saúde privilegiam, nas ações de puericultura, o combate à desnutrição. Mas há, atualmente, uma inversão nessa tendência, com a crescente ocorrência de sobrepeso em crianças pequenas. Por isso, a OMS incluiu esta doença entre as dez maiores ameaças à saúde mundial em seu recente relatório. As conseqüências da obesidade infantil só poderão ser notadas muito mais tarde (cerca de 20 a 30 anos depois de instalada a doença), o que torna o problema ainda mais grave. As disfunções glandulares respondem por apenas 5% dos casos de obesidade. As demais ocorrências resultam de maus-hábitos alimentares. Este mal pode ser evitado com a reeducação alimentar da criança e da sua família.

- **Diabetes**

Trata-se de uma doença caracterizada pela variação acentuada das taxas de glicose no sangue. Estima-se que atinja atualmente cerca de 20% da humanidade, especialmente as pessoas que têm predisposição genética. Mas os hábitos alimentares baseados no excesso de açúcar e em alimentos processados industrialmente contribuem para o agravamento da situação. A diabetes do tipo insulino-dependente é a mais comum em crianças. Estas devem ter uma dieta especial, orientada pela equipe médica e rigorosamente supervisionada.

- **Alergia a glúten**

Esse tipo de intolerância alimentar tem raízes na predisposição genética e geralmente se manifesta desde a infância. O glúten é encontrado nos produtos derivados de cereais, como trigo, aveia, centeio. É importante verificar as embalagens para saber se a composição do alimento inclui glúten. Uma dieta livre de glúten deve substituir os derivados destes cereais por arroz, milho, mandioca, mandioquinha e batata.

- **Alergia a leite de vaca**

Também decorrente de predisposição genética, a alergia a leite de vaca pode se manifestar nos primeiros meses de vida. Muitas vezes, a criança não tolera nem mesmo substitutos, como o leite de cabra. O meio mais simples de evitar o problema é substituir o leite por outros alimentos, como o leite de soja, e vigiar os rótulos dos produtos industrializados.

O componente pedagógico da alimentação

A questão nutricional é muito importante no cotidiano da creche e da pré-escola. Nesses locais torna-se possível a detecção precoce e o tratamento dos problemas relacionados à saúde e à nutrição. O acesso a refeições enriquecidas e o envolvimento em ações de reeducação alimentar, tanto pelas crianças como por suas famílias, são essenciais para a segurança alimentar. A alimentação possui um componente pedagógico que precisa ser valorizado pela escola como parte do processo educativo. Ali se formam hábitos e atitudes mais saudáveis que estimulam a melhor qualidade de vida da criança e de seus familiares.

Você sabia?

- A desnutrição ocorre duas vezes mais em crianças cujas mães são analfabetas. Esta é a conclusão a que chegou um estudo conduzido no Rio de Janeiro, em 1997, em escolas do ensino fundamental, envolvendo oito mil crianças. Este problema atinge seis em cada cem crianças com mães que não sabem nem ler nem escrever, número que cai pela metade quando as mães possuem algum grau de escolaridade.
- Desde 1992, a Aliança Mundial para a Alimentação Infantil (WABA) promove a semana mundial do aleitamento materno, comemorada no início de outubro. A cada ano a WABA define um tema em torno do qual concentra esforços. Os trabalhos mais recentes foram: Educar para a vida (1997), Amamentação como o melhor investimento (1998), Amamentação como ato ecológico (1999), Amamentação como um direito da mulher e da criança (2000) e Amamentação: mulheres e bebês saudáveis (2002).
- A Rede Nacional de Bancos de Leite Humano estende-se por 151 unidades hospitalares espalhadas por 25 estados brasileiros, beneficiando milhares de crianças prematuras e de baixo peso em todo o País. É a maior rede do mundo, coletando cerca de 100 mil litros de leite por ano e tem sido reconhecida internacionalmente pela sua qualidade. Também é responsável pela disseminação de informações educativas para milhares de gestantes. Esforços como esses colocam o Brasil entre os países mais bem sucedidos na campanha das Nações Unidas pela amamentação exclusiva nos seis primeiros meses de vida do bebê.



Alimentos in natura conservam todo o seu valor energético, contribuindo para o bem-estar e o melhor desempenho da criança na escola

Alimentação enriquecida

A diferença entre comer e alimentar-se

3

Há uma nitida diferença entre comer e alimentar-se. A vida moderna criou um padrão baseado em produtos com alto grau de processamento, pouco naturais, quimicamente conservados e que desprezam as partes mais nutritivas do alimento. Para suprir as carências provocadas por esses "alimentos ocos", a indústria coloca no mercado complementos nutricionais e complexos vitamínicos sintéticos.

Os custos desse modelo de produção e de consumo são altos. Paga-se muito para se comer mal. E a saúde também paga por isso: quem tem acesso ilimitado aos "alimentos ocos" vive às voltas com o risco de obesidade e de doenças degenerativas, decorrentes do consumo desenfreado de açúcar, gorduras saturadas e alimentos super refinados.

Mesmo comendo demais, as pessoas estão sujeitas a um problema muito freqüente hoje em dia: a "fome oculta". Bastante generalizada na sociedade de consumo, a "fome oculta" consiste na carência de substâncias vitais, aliada ao excesso de calorias. Os "alimentos ocos" não saciam as necessidades do organismo, que está sempre em busca de mais e mais comida. Trata-se de um fenômeno que atinge um número crescente de pessoas em todo o mundo, não respeitando idade, sexo, nem mesmo nível socioeconômico. Afinal, "alimento oco" é o que mais se encontra no mercado.

Por outro lado, as pessoas com acesso restrito ao mercado de alimentos por falta de renda ingerem produtos desvitalizados em quantidade insuficiente, o que leva à desnutrição crônica e aos problemas decorrentes: baixa resistência às doenças, deficiências no desenvolvimento físico e psicomotor e cada vez mais dependência de remédios.

As instituições de educação infantil, com raras exceções, adotam o modelo alimentar dominante. Afinal, este oferece rapidez e facilidade no preparo de alimentos, e, em geral, baseia-se em fórmulas padronizadas e bastante difundidas pela indústria.

Vamos verificar?

- De onde vem a merenda servida na escola ou na creche que você conhece?
- Os alimentos são fornecidos por grandes empresas ou por produtores locais?
- Qual é a proporção entre alimento industrializado e produtos in natura?
- Você sabe quanto se consome de óleo e de açúcar na creche ou pré-escola?
- Quais são os critérios adotados para a escolha dos alimentos da dieta?
- As crianças apreciam a comida? Costumam deixar restos no prato?
- Há alguém encarregado de servir e acompanhar a criança enquanto ela se alimenta?
- Existem jogos e brincadeiras que estimulam a criança a comer?
- Qual é a quantidade de lixo gerada na cozinha?
- O que se faz com ele?

Consumo sustentável: Comparando modelos

Este exercício ocorreu durante oficina sobre consumo sustentável, ocorrida em Ribeirão Pires, como parte do processo de sensibilização das equipes de creches e pré-escolas entre novembro e dezembro de 2001. Nessa oficina, as pessoas foram convidadas a preparar uma refeição seguindo o modelo convencional (1) e o enriquecido (2). O prato escolhido foi o "virado à paulista". O grupo se dividiu em dois subgrupos com cinco integrantes cada um. O trabalho seguiu as seguintes etapas:

- compra dos alimentos;
- comparação de preços;
- preparo das refeições;
- pesagem dos resíduos gerados;
- apreciação dos pratos;
- reflexão sobre consumo, nutrição, qualidade e sustentabilidade.

Eis os resultados alcançados:

- **Compra dos alimentos**
O grupo dos alimentos convencionais (1), comprou produtos embalados, com apenas alguns (couve e abóbora) minimamente processados. Os alimentos utilizados na refeição do grupo que optou pelo método enriquecido (2), foram comprados a granel, inteiros e sem embalagem.

- **Comparação de preços**

A tabela a seguir traz a diferença entre os preços conseguidos pelos produtos utilizados nos dois sistemas de preparo.

Método convencional (1)		Método enriquecido (2)
Couve (250g)	R\$ 1,50	R\$ 0,25
Salsinha	R\$ 1,50	R\$ 0,50
Limão (7)	R\$ 0,70	R\$ 0,70
Cebola (1)	R\$ 0,25	R\$ 0,25
Feijão (0,5 kg)	R\$ 1,02	R\$ 1,02
Arroz (0,5 kg)	R\$ 0,49	R\$ 0,49
Óleo	R\$ 0,40 (250 ml)	R\$ 0,06 (40 ml)
Farinha de rosca	R\$ 0,45 (0,25 kg)	R\$0,15 (pãozinho)
Farinha de mandioca	R\$ 0,45 (0,25 kg)	R\$ 0,45 (0,25 kg)
Abóbora	R\$ 1,50 (0,35 kg)	R\$ 0,25 (0,35 kg)
Alho	R\$ 0,70	R\$ 0,25
Banana (14)	R\$ 1,97	R\$ 1,97
Ovos	R\$ 0,25	—
Lingüiça	R\$ 3,95	R\$ 0,49
Total	R\$ 15,13	R\$ 6,83
Preço por pessoa	R\$ 1,00	R\$ 0,46

- **Preparo das refeições**

O início do preparo dos pratos deu-se ao mesmo tempo, às 15 horas. A conclusão ocorreu às 15:50h, totalizando 50 minutos de preparo para ambas as refeições.

O cardápio do método convencional incluiu lingüiça e banana fritas, arroz branco, tutu e farofa.

No método alternativo cozinhou-se a lingüiça dentro do feijão, o arroz foi cozido junto com abóbora e salsinha, e a farofa foi preparada com abóbora e couve cruas.

- **Pesagem dos resíduos gerados**

O lixo gerado pelo preparo das refeições está descrito na tabela a seguir:

	Método convencional (1)	Método enriquecido (2)
Resíduo Seco	2 bandejas de isopor 3 pratos plásticos 6 sacolas papel filme	2 sacolas plásticas
Resíduo Úmido	1.000 g	220 g
Resíduo para compostagem	Sim, 1 kg Não, plásticos e isopor	Sim, 220 g
Caracterização das sobras	Cascas de ovos, de banana, de cebola, alho, talos de salsinha. Plásticos e isopor	Pontas de banana, de abóbora e de couve
Material reaproveitado		Talos da couve e polpa desta. Casca e semente da abóbora

- **Apreciação dos pratos**
Os dois pratos foram aprovados, tanto em sabor quanto em aparência. Algumas pessoas preferiram o sabor do prato feito segundo o método enriquecido.
- **Reflexão sobre consumo, nutrição, qualidade e sustentabilidade**
O grupo preparou a seguinte tabela para comparação:

Começando pelo final

	Método convencional (1)	Método enriquecido (2)
Preço total	R\$15,05	R\$ 6,88
Preço por pessoa	R\$1,00	R\$ 0,46
Lixo Gerado Resíduo Seco	Plástico e isopor (10) (2)	plástico (2)
Resíduo Úmido	1kg	0,22kg
Tempo de Preparo	50 minutos	50 minutos
Degustação	Aprovado	Aprovado
Valor Nutricional	menor alimentos cozidos e fritos. 250 ml de óleo	maior Alimentos cozidos e crus. 40ml de óleo.

Basta olharmos para o lixo que produzimos em nossas cozinhas para preparar uma única refeição. Quantos sacos plásticos, latas, embalagens de papelão vão para o lixo? Por outro lado, quantos talos, cascas, sementes e restos têm o mesmo destino? Amplie isto para uma escala de 100 pessoas e você verá quantos restos se produz numa creche ou pré-escola para preparar uma única refeição.

Observando o lixo é possível tirar algumas conclusões sobre o sistema alimentar adotado. Peguemos uma creche que recebe alimentos de um grande fornecedor: a predominância será de produtos industrializados, como biscoitos, formulados à base de leite, sopas em pó, temperos industrializados. Portanto, a quantidade de lixo será maior, assim como a padronização do alimento.

Agora, vejamos o lixo de uma creche que adotou a merenda regionalizada. Certamente haverá predominância de mais restos de produtos in natura e outros alimentos com baixo nível de processamento. Mesmo assim, se esta não tiver adotado uma alimentação enriquecida, a quantidade de cascas e restos ainda será muito grande.

Alimentação enriquecida: aliada da economia

É aí que entra o conceito da alimentação enriquecida. Trata-se de uma grande aliada da economia: combate o desperdício e gera boa nutrição a baixo custo. É também amiga da cultura alimentar regional, pois aproveita os alimentos produzidos no local, já enraizados nos hábitos alimentares das pessoas. E sabe-se que as culturas regionais oferecem um imenso campo de estudos para realizar a complementação alimentar necessária de forma natural e a baixo custo.

É dentro deste contexto inovador que se situa o projeto desenvolvido em Ribeirão Pires. Sua proposta orienta-se pelo princípio de que a diversidade traz qualidade para a alimentação. E mais: que é necessário aproveitar partes normalmente não aproveitadas, como talos, folhas, sementes e farelos. Essas partes desprezadas dos alimentos são ricas em fibras, minerais e vitaminas. Resultado: verdadeiras fortunas que iam parar nos lixões todos os dias são usadas agora para enriquecer a alimentação do dia-a-dia. Partes antes desprezadas dos alimentos podem se tornar ingredientes nobres de receitas criativas e de ótimo sabor.

Sensibilizar para mudar mentalidades

Para produzir essas mudanças nas creches de Ribeirão Pires foi possível sensibilizar, em primeiro lugar, as equipes de cozinha de dez creches e pré-escolas do município (veja o capítulo 4). Junto com estas foi possível realizar:

Diagnóstico dos produtos mais usados – o diagnóstico mostrou que as refeições servidas às crianças pequenas abusavam das frituras e de comidas preparadas com excesso de óleo. Trata-se de uma prática prejudicial, especialmente para crianças pequenas, porque dificulta a digestão e prejudica a qualidade do sangue.

Outro produto utilizado em excesso era o açúcar. Adoçar demais as mamadeiras e os sucos constitui um hábito bastante difundido, embora traga visíveis prejuízos à saúde infantil. É responsável por cáries dentárias, raquitismo e perda de apetite.

A mudança incluiu a redução no consumo de açúcar, assim como a substituição do açúcar refinado pelo cristal. Além de mais barato, o açúcar cristal recebe menos produtos químicos e tem menor processamento industrial.

O mesmo ocorreu com o sal. O cloreto de sódio com adição de iodo, ou seja, o sal refinado, foi substituído pelo sal marinho, que contém todos os sais minerais em proporções semelhantes às do sangue e de outros fluidos orgânicos.

Medidas simples como essas promoveram mudanças significativas nas cozinhas das escolas que aderiram à proposta. É importante frisar que nem todas tiveram a mesma adesão. Mesmo assim, nos anos de 2000 e 2001, constatou-se uma diminuição em até 50% no consumo global de açúcar. Na Escola de Educação Infantil Bernadete, por exemplo, essa redução chegou a 60% (caindo de 35kg/mês, em 2000, para 13,5kg/mês, em 2001), e na Escola de Educação Infantil Amauri a redução alcançou 80% (36kg/mês para 7kg/mês).

O mesmo ocorreu com o óleo. Nesse caso, houve adesão de todas as creches e o consumo do produto caiu significativamente. A média mensal de 29,2 litros por creche, em 2000, caiu para 11 litros em 2001.

Levantamento do repertório de cultura alimentar local – Isso ocorreu durante o processo de capacitação das merendeiras (veja capítulo 4) e também por meio das respostas aos questionários aplicados às famílias das crianças matriculadas nas creches e nas pré-escolas.

Para a equipe do projeto estava claro que as mudanças sugeridas só poderiam se enraizar se fossem capazes de se incorporar ao cotidiano de

quem prepara os alimentos. Para isso, seria necessário considerar:

- o que sabem fazer e o que gostam de comer essas pessoas,
- quais são os hábitos alimentares das crianças que elas vão alimentar.

Deve-se partir sempre daquilo que as pessoas conhecem e gostam para reforçar os bons hábitos e substituir os indesejáveis.

Qualificação das receitas – Baseando-se no levantamento de preferências alimentares, tornou-se possível introduzir novos elementos visando qualificar as receitas tradicionais. Dessa forma, as refeições incorporaram uma variedade maior de alimentos in natura, incluindo mais frutas, verduras e legumes de acordo com as diferentes estações do ano. Pratos básicos, como arroz, feijão, sopas, bolos e tortas, foram enriquecidos com a adição de multimistura. Os sucos de fruta usados normalmente receberam o reforço nutricional de inhame, cará, folhas verdes, cenoura, beterraba. Os produtos vegetais passaram a ser usados integralmente: cascas, sementes, talos que não tinham aproveitamento, ganharam novos usos, compondo geléias, enriquecendo sopas, entrando nos recheios de tortas.

A voz dos alunos

Qual alimento você prefere? Esta pergunta foi respondida por alunos das escolas públicas de todo o país em uma pesquisa encomendada pelo Ministério da Educação ao Instituto Vox Populi e publicada pelo Jornal Folha de São Paulo em agosto de 2002.

Em uma lista de 11 itens na qual estavam incluídos arroz, feijão, macarrão, sopas e canjas, pratos mais comuns nos cardápios escolares, foram incluídos os itens verduras, legumes e frutas. Advinha qual foi a resposta?

- 91% dos alunos das áreas urbanas preferiram as frutas.
- 89,5% comeriam risoto em vez de arroz com feijão.
- 23,7% deles queixam-se de que as comidas oferecidas são muito gordurosas.

A pesquisa tem o objetivo de buscar opções mais saudáveis e baratas para melhorar o cardápio da merenda escolar.

Fique por dentro

Alimentos vivos

Os alimentos podem ser classificados de acordo com o seu grau de vitalidade.⁵

- **Biogênicos**

São alimentos que geram a vida: representam a base ideal da alimentação, do ponto de vista qualitativo. Fazem parte desse grupo os germes e brotos dos cereais, das leguminosas, das ervas e das hortaliças. No início do seu crescimento, as plantas são muito ricas em substâncias que reforçam a vitalidade das células e lhes permitem regeneração constante. Essas características são assimiladas pelo organismo humano quando ingerimos alimentos biogênicos.

- **Bioativos**

São alimentos que ativam a vida: formam a base ideal da nossa alimentação em termos quantitativos. Fazem parte desse grupo frutas, hortaliças, ervas, grãos, cereais, oleaginosos que já estão maduros e são consumidos crus ou deixados de molho. Seu consumo traz vitalidade e saúde em qualquer idade.

- **Bioestáticos**

São alimentos que diminuem a vida: trata-se daqueles alimentos cuja força vital foi reduzida pelo tempo (com o armazenamento), pelo frio (com a refrigeração ou o congelamento) ou pelo calor (pelo cozimento). Nesse grupo encontram-se especialmente as carnes e os laticínios, cujo processamento faz com que cheguem às nossas mesas já bastante desvitalizados.

O consumo desses alimentos assegura o funcionamento mínimo do organismo, mas causa envelhecimento das células, pois não lhes fornece as substâncias vivas necessárias à regeneração.

- **Biocídicos**

São alimentos que destroem a vida: são todos aqueles cuja força vital foi destruída por processos físicos e químicos de refinação, conservação ou preparo. Predominam no padrão alimentar atual e são encabeçados por sal e açúcar refinados, café e chá preto, bebidas alcoólicas, frituras, glúten e aditivos químicos. Estes alimentos intoxicam as células pouco a pouco com as substâncias nocivas que contêm.

⁵ Extraído do livro "Você sabe se desintoxicar?", do dr. Soleil. São Paulo. Editora Paulus, 2001.

Alimentos introduzidos pelo projeto

- **Fibras:** presentes na maioria das plantas, as fibras são estruturas vegetais que, ao passar pelo intestino, não são digeridas e capturam substâncias tóxicas e cancerígenas, ácidos biliares e excesso de colesterol. Estimulam o funcionamento do intestino, combatem prisão de ventre e problemas de evacuação. Auxiliam no controle do peso, das gorduras e do açúcar no sangue. São mais facilmente encontradas em cereais e farinhas integrais, verduras e frutas, feijões e outras leguminosas, como nozes e castanhas.
- **Soja:** trata-se de um alimento versátil, que pode ser utilizado em diversas receitas na cozinha. Rica em proteínas, gorduras, vitaminas do complexo B e fibras, fornece sais minerais, como sódio, potássio e ferro. Ajuda a renovar os tecidos do corpo e é importante para os sistemas nervoso e muscular.
- **Brotos:** são alimentos conseguidos por meio da germinação de sementes de cereais e hortaliças, como trigo, alfafa, ervilha, lentilha, trevo, rabanete, soja. Riquíssimos em sais minerais, proteínas, carboidratos e vitaminas. De fácil absorção pelo organismo, estimulam a produção de enzimas responsáveis pela renovação celular e pelo metabolismo. Ajudam o organismo a eliminar toxinas da poluição e da radiação. Podem ser usados preferencialmente crus, adicionados às saladas, sanduíches, omeletes, sopas.
- **Farinha enriquecida:** É preparada misturando-se farelo de trigo, fubá, pó de folhas verde-escuras e sementes trituradas. Os ingredientes são tostados, peneirados e misturados. Trata-se de um alimento rico em vitaminas, sais minerais e fibras. Serve para completar as necessidades nutricionais, prevenir doenças carenciais, como anemias, desnutrição, intestino preso e osteoporose. A farinha enriquecida ajuda na recuperação do peso e da estatura das crianças. Pode ser usada no preparo de bolos, tortas, pães e enriquece sopas, arroz, feijão e farofas.
- **Sucos verdes:** ricos em clorofila, vitaminas e sais minerais, preparados a partir de hortaliças (especialmente as folhas verde-escuras), combatem os radicais livres, responsáveis pelo envelhecimento precoce e o câncer. Quatro copos de sucos verdes e três copos de sucos de frutas por dia são capazes de tonificar os músculos, revitalizar a pele e facilitar a circulação do sangue.

Resultados

A introdução de novos hábitos modificou a rotina das creches e das pré-escolas de Ribeirão Pires. Veja alguns resultados:

- **Desnutrição** - As crianças desnutridas foram priorizadas. Além de receberem cinco refeições balanceadas por dia, um registro diário possibilitou acompanhar o seu nível de aceitação dos novos alimentos. Numa tabela, as educadoras registravam o tipo e a quantidade de alimento oferecido por refeição e também o quanto a criança consumiu. Como resultado desse procedimento, foi possível adaptar a alimentação de forma que elas tivessem o melhor aproveitamento possível e conseguissem superar a desnutrição. Atualmente a desnutrição foi erradicada entre as crianças que freqüentam as creches e pré-escolas há mais tempo. O problema restringe-se àquelas que chegam para se matricular.
- **Uso de medicamentos** - A redução no uso de medicamentos foi um dos indicadores de avaliação do sucesso das medidas adotadas. Este indicador foi descoberto pela observação de uma educadora. A partir do uso da alimentação enriquecida, ela percebeu sensível diminuição no número de crianças que faziam uso de medicamentos, especialmente de antibióticos. Com isso, a equipe do projeto passou a considerar este tipo de registro, encorajando as demais creches e pré-escolas a fazerem o mesmo. Em dois anos, constatou-se uma redução de mais de 60% no uso de medicamentos e uma diminuição das ocorrências médicas entre as crianças.
- **Registro do uso de alimentos não-convencionais** - A equipe de cozinha foi encorajada a fazer um registro constante do uso de multimistura, talos, sementes, cascas, sucos verdes e outros. O objetivo era verificar como e em que quantidades esses alimentos foram usados e também se as cozinheiras criaram novas receitas utilizando ingredientes não-convencionais.
- **"Lixo Zero"** - Com o aproveitamento integral dos alimentos foi possível reduzir em 30% o lixo orgânico produzido na cozinha. Atualmente, as dez escolas e creches do município geram 2,5 toneladas por mês de resíduos orgânicos. Este volume pode ser reciclado e gerar adubo destinado à produção de hortas orgânicas nas próprias creches. Trata-se de uma medida que pode tornar realidade a meta de "Lixo Zero" na cozinha. Um trabalho como este contribui não só para reduzir o volume de resíduos gerados por essas instituições, como pode desencadear uma importante aprendizagem sobre como produzir adubo com resíduos orgânicos.
- **Produzindo hortas** - Todo o trabalho de sensibilização visando ao consumo sustentável e ao aproveitamento integral dos alimentos

estimulou o desenvolvimento de hortas nos espaços escolares. Algumas creches e pré-escolas transformaram toda a discussão sobre o alimento em oportunidade para introduzir o tema também nas atividades pedagógicas. Na EMEI IV Divisão, por exemplo, foi criada uma horta que produz verduras destinadas a saladas e sucos verdes. O plantio e a colheita dos alimentos foram feitos com as crianças. A iniciativa teve tanto sucesso que estas disputam as hortaliças produzidas por elas mesmas na hora das refeições.

As hortas nem sempre conseguem atingir uma produção regular e em quantidade significativa para reduzir a compra de alimentos. Mas são importantes pelo diferencial que agregam à qualidade da alimentação, oferecendo variedade de temperos e de ingredientes para os sucos verdes, por exemplo. Porém, sua importância maior reside no espaço educativo por excelência que representam. Há relatos de alunos que aprenderam sobre as cores plantando feijões de diversos tipos. Consumir algo produzido pelo próprio grupo tem um valor pedagógico inestimável, especialmente para a faixa de idade com que lidam as escolas de educação infantil. Brincando com a terra, as crianças têm a possibilidade de acompanhar os ciclos de crescimento das plantas, aprender sobre os hábitos de vida de pequenos animais, como minhocas, borboletas, besouros, e sentir-se responsáveis por outros seres vivos.

- Alimento que é um brinquedo – Todo esse trabalho de reorientação alimentar gerou um dividendo educativo muito importante. A partir da questão alimentar pôde-se inventar jogos e brincadeiras que estimularam as crianças a experimentarem novos alimentos.

Um exemplo de desenvolvimento de atividades didáticas capazes de reorientar hábitos alimentares vem da creche Bertoldo, que organizou visitas à cozinha. As crianças se alternavam nas atividades de preparar pratos, como saladas de frutas e de legumes. Com isso, aprenderam sobre a importância dos diferentes tipos de alimentos. Essa dinâmica aumentou em muito o interesse pela alimentação, rompendo a resistência a alguns alimentos.



A reeducação alimentar convida a repensar o papel das funcionárias das creches

Informar e motivar

Revalorizando o papel das funcionárias

4

Crianças de zero a seis anos permanecem grande parte do seu dia na creche ou na pré-escola. É lá que aprendem, praticam e fixam alguns hábitos que vão durar para o resto da vida. A aprendizagem sobre como se alimentar bem, manter a saúde dos dentes, relacionar-se com outras pessoas, desenvolver disciplina e concentração começa a ser moldada nesses primeiros anos. Daí a importância de receberem orientação adequada.

As instituições de educação infantil precisam contar com profissionais capacitados e que se disponham a aprender de forma permanente. É preciso que essas pessoas tenham consciência da importância do trabalho que realizam e do impacto de suas ações sobre a formação das futuras gerações.

Mais do que um espaço de aprendizagem infantil, essas instituições devem se constituir em uma genuína comunidade de aprendizagem – de crianças, educadores e famílias. São espaços privilegiados em que o diálogo, a troca de experiências e a possibilidade de novos experimentos fortalecem nos profissionais da educação a auto-estima e a confiança para desempenhar o seu papel social. Apesar de desejável, esta nem sempre é a realidade que se verifica nas instituições de educação infantil brasileiras.

Vamos verificar?

- Em sua opinião, qual deve ser a formação das pessoas que lidam com crianças pequenas?
- Que nível de instrução devem possuir?
- Que ações são necessárias para capacitar essas pessoas?
- Por que as creches e as pré-escolas só raramente contratam homens?

As duas primeiras perguntas foram feitas às diretorias de 619 creches de 26 estados brasileiros⁶. Os dados levantados revelam que cerca de metade das pessoas que trabalham em creche não tem o ensino médio

⁶ Pesquisa realizada pela PUC – Pontifícia Universidade Católica/SP, divulgada no 2º Congresso de Desenvolvimento Infantil, em outubro de 2001.

completo. Somente um(a) em cada 10 profissionais possui curso superior completo, enquanto um(a) em cada 10 profissionais sequer concluiu o ensino fundamental.

Segundo a equipe encarregada da pesquisa, a baixa qualificação profissional não é uma realidade verificada apenas em creches públicas. Na rede privada, a situação consegue ser pior. Não há sequer a exigência de concurso público que, bem ou mal, define alguns critérios mínimos para a contratação de profissionais.

O levantamento mostrou também quais são os requisitos considerados indispensáveis para uma pessoa trabalhar em creche. Em 20% dos questionários respondidos, as qualidades apontadas foram: ser dinâmica, gostar de criança e ter boa saúde. Para se encarregar do berçário, o referencial do que seria um bom profissional é apenas ser "uma senhora".

Gênero? O que é isso?

É aí que começa a ser respondida a última pergunta: por que as creches e as pré-escolas só raramente incluem os homens entre seus profissionais? Cozinheiras, educadoras, berçaristas, nutricionistas, faxineiras são quase sempre mulheres. É até mesmo difícil imaginar um homem exercendo essas funções. E o que dizer da direção? Ou do acompanhamento médico? Ai já se consegue visualizar ambos os sexos: pode ser que a creche tenha um diretor ou diretora e que as crianças sejam assistidas por um médico ou uma médica.

O mesmo fenômeno ocorre em diversas outras profissões: quanto menos valorizado o cargo, mais fácil é pensar em uma mulher para ocupá-lo; quanto mais valorizado, mais fácil é visualizá-lo sendo exercido por um homem. Exceções existem, claro, mas apenas para confirmar a regra.

A divisão entre as chamadas tarefas femininas e masculinas se revela com toda a clareza nos dados sobre o mercado de trabalho no Brasil. Cerca de 50% das trabalhadoras exercem funções nas quais apenas 5% dos homens trabalham. Este é o caso do ensino, da enfermagem e do emprego doméstico. Parece "natural" que sejam funções exercidas por mulheres. Os poucos homens presentes nessas profissões em geral exercem cargos de chefia. Existem milhares de professoras do ensino fundamental, mas quantas mulheres no Brasil preenchem o cargo de reitora de universidade? Trata-se de uma função bastante qualificada, de prestígio, bem remunerada – e geralmente exercida por homens. Da mesma forma, o setor de saúde tem um grande contingente de enfermeiras, mas o trabalho destas é supervisionado por médicos, uma profissão na qual os homens são maioria, têm maiores salários e maior prestígio profissional.

A forma como homens e mulheres se relacionam no mundo do trabalho revela as chamadas "relações de gênero". As relações de gênero estão em todos os níveis – pessoal, social, profissional, político, religioso



Espaços de educação infantil:
onde as relações desiguais podem
e devem ser revistas

– e em todos os períodos da história humana conhecida. Como marca comum, apontam as diferenciações para o que se espera socialmente de homens e de mulheres. E mais: mostram a forma desigual como são tratadas as funções sociais de homens e mulheres.

Por causa das relações que homens e mulheres estabeleceram entre si ao longo da História existem atividades consideradas tipicamente masculinas e outras tipicamente femininas. Estas são, em geral, extensões das funções que as mulheres realizam no âmbito do lar e da família: educar as crianças, cuidar dos idosos, fazer a limpeza e organizar a casa, responsabilizar-se pela saúde e a nutrição. Mesmo quando exercidas profissionalmente, essas atividades se parecem com uma "vocação natural" das mulheres, algo que elas executam de forma voluntária. Não necessitam, portanto, de um salário significativo. Quanto ao mundo do trabalho masculino, este comporta uma variedade de profissões, em geral mais qualificadas, de maior poder e com maiores ganhos econômicos.

Embora as relações de gênero estejam mudando a favor das mulheres, principalmente no nível educacional, nas leis e no mercado de trabalho, ainda há poucos reflexos dessa mudança no aumento do poder econômico, do poder político e nos costumes. Aos homens ainda é reservada a chefia da sociedade e da família. Quer uma prova? Tente responder a esta pergunta: por que nas reuniões "de pais" da escola a maioria dos participantes é composta por mães?

Fique por dentro

Segundo dados das Nações Unidas⁷:

- As mulheres sofrem mais com a fome e a desnutrição embora sejam as que mais produzem alimentos.
- Na África e no Caribe são responsáveis pelo cultivo de 60% a 80% dos alimentos destinados ao consumo doméstico.
- Em 1996, estimava-se a existência de meio bilhão de mulheres vivendo na pobreza nas zonas rurais dos países em desenvolvimento.
- Nos últimos 20 anos, a pobreza aumentou em 30% para os homens e em 50% para as mulheres.
- De acordo com estudos realizados pelo Banco Mundial⁸, investir na educação de mulheres traz maiores retornos para o desenvolvimento dos países, porque aumenta a produtividade, reduz a taxa de crescimento da população, reduz a mortalidade infantil e aumenta a proteção do meio ambiente.

A mulher na produção e no consumo de alimentos

As relações de gênero também estão presentes na produção e no consumo dos alimentos. Afinal, o tema "alimentação" tem sido tratado como assunto tipicamente feminino há séculos. Antropólogos defendem a tese de que as mulheres teriam criado a agricultura, sendo responsáveis também pelo surgimento das primeiras civilizações humanas. Ainda hoje, as mulheres respondem por grande parte dos alimentos produzidos no mundo.

Do lado do consumo, as mulheres se responsabilizam por comprar, preparar e servir os alimentos em suas casas. Este ainda é um trabalho pouco compartilhado com os homens. Na condição de consumidoras, vêm-se às voltas com inúmeros produtos que "vendem" a possibilidade de resolver o eterno conflito entre o trabalho profissional e os inúmeros afazeres domésticos.

A busca de liberdade da mulher é sempre usada pelo mercado para vender "facilidades" que os alimentos processados supostamente representam: rápidos de preparar, com embalagens descartáveis, evitando sujeira na cozinha etc. Mas a maioria das doenças do mundo civilizado

⁷ Organização das Nações Unidas para a Agricultura e a Alimentação. Alimentação para Todos. Cúpula Mundial da Alimentação. Roma, 13-17 de novembro de 1996. pág. 8.

⁸ Idem, pág. 18.

tem como raiz o atual padrão alimentar, e a mulher é, também historicamente, quem assume a tarefa de cuidar das crianças, dos doentes e dos idosos. Assim, o preço da liberdade na cozinha tem como consequência horas nas filas dos hospitais e gastos com farmácias.

Repensar o padrão alimentar significa, portanto, remexer nas relações de gênero. Da mesma forma, trabalhar pela mudança nestes padrões em escolas de educação infantil exige uma abordagem de gênero sobre funções essenciais que continuam desvalorizadas, como as de cozinheira e de educadora.

Capacitando profissionais

A creche e a pré-escola são espaços ideais para questionar as relações de gênero. Em primeiro lugar, porque se trata de lugares onde os futuros adultos estão se formando. Dependendo da maneira como serão tratados, tenderão a tratar os seus semelhantes. É ali que se definem para as crianças os papéis masculinos e femininos. Quanto mais meninas e meninos forem estimulados a reproduzir os papéis socialmente atribuídos a mulheres e homens, mais estes espaços contribuirão para reforçar esses papéis. E o fato de não se ter homens trabalhando com crianças reforça o imaginário de que cuidar de criança é tarefa exclusivamente feminina.

Nesses espaços, que são considerados quase como extensões do lar, o trabalho profissional permanece socialmente desvalorizado. Resultado: é ali que se concentram profissionais desqualificadas e desmotivadas e onde há pouco estímulo à formação permanente.

Raramente se encontram administrações municipais interessadas em capacitar trabalhadoras de creches e pré-escolas, especialmente naquelas funções consideradas de menor qualificação, como as de merendeira.

Qualificar pessoas: chave do sucesso

Em Ribeirão Pires, a equipe do projeto percebeu logo de início problemas na auto-estima das funcionárias de creches e pré-escolas. Pessoas com auto-estima elevada tendem a cuidar mais da saúde e da aparência física, dão mais importância ao que fazem, trabalham com mais motivação, preocupam-se mais em aprender técnicas e procedimentos que confirmam qualidade ao seu trabalho e, sobretudo, servem como um exemplo positivo para as demais pessoas.

Qualificar o trabalho das merendeiras e devolver-lhes a auto-estima perdida pareceu condição sine qua non para o sucesso da iniciativa. Afinal, pessoas desmotivadas e mal preparadas não são capazes de desencadear uma revolução tão grande quanto a pretendida pelo projeto, qual seja, a de fornecer uma alimentação de qualidade para as crianças atendidas pelas instituições de educação infantil do município.

A abordagem do projeto priorizou o fortalecimento dessas profissionais por meio de capacitações periódicas. Foram realizadas as seguintes atividades:

- Oficinas sobre relações de gênero – Essa capacitação representou o início do trabalho de sensibilização das trabalhadoras. Partiu da discussão sobre o que significa ser mulher e homem na sociedade atual. Em seguida, trabalhou o tema da auto-estima a partir de uma abordagem da percepção corporal. Por meio de desenhos, brincadeiras e jogos, as mulheres puderam revisitar sua infância, revelar sentimentos, expressar-se. E, por fim, a capacitação tratou da relação entre ser mulher e o exercício profissional.

O grupo era constituído de 35 mulheres exercendo diferentes funções nas creches. A maioria nunca tinha participado desse tipo de capacitação. A metodologia de oficina, utilizada nesse trabalho, permitiu resgatar experiências e conhecimentos das participantes, de forma a construir novos conhecimentos, respeitando e aproveitando a bagagem trazida pelas pessoas presentes. As oficinas foram coordenadas por Nalu Faria, da Sempre Viva Organização Feminista.

- Treinamentos em rotinas de avaliação das crianças – Estes ocorreram pela necessidade – não prevista inicialmente – de rever todos os instrumentos de acompanhamento das crianças. As creches passaram a usar os mesmos critérios utilizados pelo SISVAN. Assim, as equipes foram treinadas para medir e pesar as crianças, articulando suas ações com os demais serviços de saúde da localidade.

A rotina de acompanhar o desenvolvimento das crianças, especialmente daquelas que apresentavam riscos de desnutrição, incluía buscar informações, tais como as razões para a criança faltar muito, para não comer direito ou para apresentar diarreias, assim como uma constante verificação de como a pessoa encarregada de alimentá-la estava realizando este trabalho.

- Oficinas de alimentação enriquecida – Foram realizadas 20 oficinas nas 10 escolas envolvidas. Estas contaram com cerca de 350 participantes, entre funcionárias das creches, mães e lideranças comunitárias. O conteúdo básico desenvolvido nessas capacitações foi:

- processo de comer, digerir e eliminar,
- necessidades nutricionais do organismo,
- alimentos que podem cobrir essas necessidades (alimentos integrais, plantas nativas, sucos verdes, soja, brotos),
- como preparar os alimentos, de forma a aproveitá-los integralmente,
- organização do serviço numa lógica mais integrada.

As dinâmicas utilizadas procuraram resgatar os saberes, as lembranças do tempo de criança para que os participantes pudessem compreender o processo pelo qual vem sendo alterada e desqualificada a nossa alimentação. Houve grande receptividade ao tema. Além de informações teóricas e práticas, essas oficinas proporcionaram momentos de confraternização entre as escolas e a comunidade de Ribeirão Pires.

- Publicação sobre alimentação enriquecida - Como parte do processo de capacitação de merendeiras, a Secretaria de Educação, Cultura, Esporte e Lazer do município distribuiu uma cartilha, produzida pelo Pólis, sobre alimentação enriquecida. Distribuída amplamente, a cartilha contém uma série de receitas e explicações sobre os alimentos propagandeados pelo projeto. Com este e outros materiais tornou-se mais fácil para as merendeiras conhecerem novas maneiras de usar os alimentos não-convencionais no preparo das refeições.
- Maior consciência sobre o padrão de consumo - A reflexão sobre o consumo sustentável, iniciada com quatro encontros sobre o tema, vem se ampliando no município. A supervisão da alimentação escolar introduziu o tema da segurança alimentar no currículo do conjunto de escolas do município e nos trabalhos escolares de educação ambiental.

Lidando com resistências

Hábitos alimentares são difíceis de mudar. Estão entrelaçados às nossas memórias afetivas e culturais. Esses fatores persistem para além de toda a compreensão racional da necessidade de se alimentar de forma mais saudável. Para muitas das pessoas que participam das capacitações em alimentação enriquecida, uma coisa é compreender os benefícios. Outra, muito diferente, é praticar esse novo modo de preparar o alimento.

A resistência às novidades caracterizou o período inicial do projeto. Houve um estranhamento diante de algumas novidades, como a intro-

dução de folhas verde-escuras nos sucos, sucos verdes, alimentos crus. Muitas das novas informações se confrontaram com crenças arraigadas que persistem por muitas gerações como, por exemplo, a de que “alimentos fortes” são aqueles produzidos pelos animais.

A situação tende a se agravar quando as pessoas que participam das capacitações têm evidentes problemas de saúde causados por hábitos inadequados, como a obesidade, por exemplo. Essas pessoas são as que mais resistem. Aprender novas maneiras de cozinhar envolve questionar os próprios hábitos: como ensinar as novidades às crianças se a própria pessoa não as pratica?

Com o tempo – e os primeiros resultados positivos – foram se dissipando as resistências iniciais. Os relatos mostram que muitas mulheres emagreceram, se sentiram mais bonitas e mais capazes de mudar a própria realidade a partir das mudanças empreendidas na alimentação. Outros depoimentos revelam melhorias nas funções orgânicas: no funcionamento intestinal, na pele mais bonita e saudável, nas unhas e nos cabelos fortalecidos.

Para assegurar a aplicação dos conhecimentos obtidos nas capacitações, o projeto criou um sistema de monitoramento, especialmente naqueles casos de funcionárias que se mantiveram resistentes à inovação. Algumas pessoas da comunidade, mais experientes na alimentação enriquecida, supervisionaram o processo, fazendo junto e estimulando aquelas que precisaram de um acompanhamento maior.

Resultados

Como resultados verificados ao longo do processo, destacam-se:

- Valorização das merendeiras – Houve aumento da sua auto-estima e a percepção crescente de que o alimento que elas manipulam contribui para a saúde das crianças. Agora, elas trabalham mais motivadas, atuando com uma margem maior de criatividade na cozinha. As oficinas de alimentação enriquecida contribuíram também para ampliar o intercâmbio entre funcionárias das várias escolas. As demais equipes das creches e pré-escolas começam a perceber o potencial educativo do trabalho das merendeiras, já que a alimentação saudável tornou-se tema de atividades curriculares. Este processo de capacitação e aumento da auto-estima trouxe também a percepção dos direitos e deveres dessas profissionais.

- Direitos
 - Ter acesso a matéria-prima de qualidade, em quantidade e regularidade suficientes.
 - Realizar seu trabalho em condições adequadas, tanto em termos de infra-estrutura das cozinhas e refeitórios, quanto em assuntos relativos a segurança no trabalho, o que envolve o uso de uniforme completo.
 - Receber orientações sobre cardápio, preparo dos alimentos e manuseio dos utensílios, bem como ter acesso à educação básica.
- Deveres
 - produzir uma alimentação de qualidade, seguindo cardápio balanceado, proposto previamente pela nutricionista.
 - verificar a aceitação da merenda e informar à direção da instituição ou escola.
 - manter o ambiente de trabalho limpo, armazenar adequadamente os alimentos, bem como seguir normas de higiene na manipulação dos utensílios.
- Condições de trabalho. Como decorrência de todo esse processo, iniciou-se um movimento pela revalorização profissional da categoria. Surgiram demandas como a de adequar o tamanho de pias e outros equipamentos das cozinhas à estatura média das mulheres, de forma a facilitar o seu trabalho.
- Ampliando a noção do aprendizado. O projeto introduziu uma nova demanda: agora há a preocupação constante com a qualidade do alimento que as crianças ingerem. O desenvolvimento infantil é visto sob novos ângulos, em que a alimentação enriquecida desempenha papel central até mesmo nas atividades educativas.
- Um novo papel para a direção. A partir de um novo olhar sobre o desenvolvimento infantil, a direção das escolas e creches procura articular-se mais com as famílias, especialmente aquelas mais vulneráveis. A creche e a escola são vistas como pontos de referência, em estreita relação com os demais serviços públicos da localidade. O foco dessa nova interação é a prevenção de doenças e o combate à desnutrição, por meio da construção de instrumentos unificados de registro e acompanhamento infantil. Mais sensível aos benefícios da capacitação dos recursos humanos, a direção busca meios de exercer uma supervisão mais rigorosa dos trabalhos, assim como a sistematização de todo o processo.



Bem alimentadas e motivadas, as crianças adotam e reproduzem os novos conceitos

Enquanto isso, na comunidade...

5

A proposta se enraíza e se multiplica

Trabalhar com a reeducação alimentar não significa apenas capacitar cozinheiras ou melhorar o cardápio das escolas de educação infantil. Trata-se de um trabalho que coloca em xeque a qualidade dos alimentos refinados e desmineralizados, abrindo uma discussão sobre como garantir uma alimentação de qualidade capaz de interferir positivamente na saúde das pessoas.

Este trabalho começa com as crianças, envolve funcionárias e funcionários das creches e pré-escolas e se irradia para a toda a comunidade. Afinal, as crianças não comem apenas quando estão na escola. Se família e comunidade aceitam e adotam a nova proposta, esta tem muito mais chances de ser incorporada à cultura alimentar local.

Vamos verificar?

- Disciplinas ligadas à educação alimentar estão presentes nas atividades curriculares?
- Famílias e direção da escola conversam sobre quais os alimentos mais indicados para a melhor formação da criança?
- Que iniciativas você conhece de aproveitamento de alimentos não-convencionais?
- A criança come em casa os mesmos alimentos que recebe na escola?
- Quais os benefícios para de se comprar localmente os alimentos da merenda escolar?
- Os Conselhos Municipais de Alimentação Escolar têm exercido alguma função no que diz respeito à qualidade dos alimentos oferecidos nos equipamentos públicos?

A responsabilidade pela formação de hábitos

O ato de alimentar-se está ligado à cultura e à soberania alimentar dos povos, à herança familiar, aos amigos e às festividades coletivas. Mais do que ingerir uma quantidade de alimentos considerada adequada e nutritiva, o ato de alimentar-se proporciona renovação nos níveis físico, mental e espiritual. Como dizem os orientais, “você é o que você come”. As pessoas têm o direito de alimentar-se de acordo com sua cultura, sua região geográfica e sua origem étnica.

Mas será que as crianças e os jovens estão aprendendo e praticando essa face da “cidadania alimentar”? Em âmbito familiar e escolar, são pouco enfocados aspectos como a importância da boa nutrição, da atividade física e da qualidade de vida. Cadeiras básicas, como nutrição, higiene e saúde pública não fazem parte do currículo escolar.

Ao mesmo tempo, famílias e escolas não possuem uma cultura de intercâmbio freqüente. A maioria das famílias considera que a escola deve suprir todas as necessidades de aprendizagem. E para o sistema escolar, alimentação, nutrição e saúde parecem assuntos mais ligados à intimidade de cada família, temas sobre os quais a escola não exerce qualquer influência.

Enquanto isso, crianças e jovens sofrem uma verdadeira lavagem cerebral por parte da mídia. O apelo é para que consumam mais e mais, sem qualquer garantia de qualidade daquilo que vão comer. Os apelos ao sabor e ao prazer de comer são mais fortes do que o estímulo à boa alimentação.

Obviamente os pais amam seus filhos e desejam que tenham saúde. Da mesma forma, o sistema educacional considera o assunto importante. Mas há uma grande demanda reprimida no país por educação alimentar e pela educação dos consumidores. Daí a importância da difusão do conceito de segurança alimentar. Afinal, este conceito resgata o direito de viver com saúde e a responsabilidade de cidadãos e cidadãs em fazer escolhas conscientes que levem em conta o seu próprio bem-estar.

Sintonizada com a tendência de interferir mais na escolha dos alimentos ingeridos pelos alunos, algumas iniciativas – ainda tímidas – são colocadas em prática. Em 2002, foi amplamente noticiada a lei municipal que proíbe a venda de salgadinhos nas escolas de Florianópolis, em Santa Catarina. Escolas particulares, como a Escola da Vila, em São Paulo, também estão reformulando o funcionamento das cantinas. Em vez do “tradicional” salgadinho com refrigerante, os lanches vendidos pela escola são constituídos por frutas, sanduíches naturais, sucos e saladas.

Fique por dentro

- **Obesidade**

O número de obesos no mundo já supera o de pessoas desnutridas.⁹ Hoje existem cerca de 800 milhões de desnutridos e um bilhão de obesos. Na América Latina, as pessoas pobres apresentam maior grau de obesidade.

- **Colesterol**

Os níveis de colesterol da população brasileira surpreendem cardiologistas. Pesquisa realizada com 80 mil pessoas no Brasil e divulgada durante o 57º Congresso da Sociedade Brasileira de Cardiologia, em São Paulo, mostra que 40% dos brasileiros estão com o colesterol acima do normal. Isto representa mais do que o índice de norte-americanos com o mesmo problema, que chega a 36% da população¹⁰, um dos mais altos do mundo!

O que é soberania alimentar?

Segundo o Fórum Mundial sobre Soberania Alimentar, ocorrido em Cuba em setembro de 2001, soberania alimentar significa: "o direito dos povos de definir suas próprias políticas e estratégias sustentáveis de produção, distribuição e consumo de alimentos, as quais garantam o direito à alimentação a toda a população, com base na pequena e na média produção, respeitando suas próprias culturas e a diversidade dos modos de vida camponeses, pescueiros ou indígenas de produção agropecuária, de comercialização e de gestão dos espaços rurais, nas quais a mulher desempenha um papel fundamental".

Envolvimento comunitário em Ribeirão Pires

Considerando a necessidade de uma ação integrada entre escola e família para a criação de uma cultura alimentar saudável, a experiência de Ribeirão Pires procurou envolver as famílias em todas as atividades. Os cursos de capacitação para merendeiras estenderam-se também à comunidade. Dessa forma, buscaram ampliar o espaço de sustentação da iniciativa.

⁹ Dados do Obesity Task Force, publicados pela revista *Veja* de 28/08/2002.

¹⁰ "Colesterol: brasileiro ganha de americano". *Jornal O Estado de São Paulo*, 24/09/2002.

As famílias reagiram positivamente, principalmente aquelas mães de crianças com maiores riscos de desnutrição e que apresentaram melhoras visíveis e imediatas com a mudança introduzida nas creches e nas pré-escolas.

A melhoria no funcionamento intestinal foi um dos principais impactos positivos imediatamente relatados pelas mães. Com o aparecimento dos primeiros resultados da alimentação rica em fibras, todas as possíveis resistências foram afastadas e o grupo aderiu à inovação.

Alguns depoimentos

"Antes do curso, eu me alimentava super mal e não sabia. Depois do curso melhorei bastante e tento passar o que aprendi para outras pessoas. Exemplo da farofa. Quem diria que os talos das verduras dariam para fazer uma delícia de farofa?"

Anailde Cirilo Silva

"Dos nossos encontros, o mais importante para minha vida pessoal foi ter aprendido as receitas para usar e fazer em minha casa. Eu já fiz o suco verde e minhas filhas gostaram. No começo acharam estranho, mas foi de boa aceitação".

Maria de Fátima da Silva

"Com a alimentação enriquecida, meu filho ficou muito mais forte e resistente, até deu uma engordadinha e já não fica doente com frequência. A saúde dele agora posso dizer que ficou 100% em vista do que era antes. E agora não há mais tanta necessidade de levá-lo ao pediatra e nem de tomar vários tipos de remédios. O único problema do Alex agora é uma leve gripe de vez em quando, e basta um xarope, o qual ele já está acostumado a tomar, e em apenas três dias de uso já se vê o resultado de melhora. O organismo do meu filho está bem mais resistente."

Maria Terezinha Oliveira

Opção de renda

O envolvimento da comunidade de Ribeirão Pires na proposta da alimentação enriquecida rendeu dividendos inesperados. A formação do Grupo Salsa, foi um deles. O Salsa ampliou suas ações a partir das capacitações em alimentação enriquecida realizadas pelo projeto.

Participam desse grupo pessoas que desenvolvem trabalhos voluntários em segurança alimentar com a população carente. O grupo divulga os benefícios da alimentação enriquecida também em âmbito comunitário,



Os cursos de capacitação de funcionárias das escolas municipais de educação infantil (EMEIs) estenderam-se também às famílias

mobilizando vizinhos, grupos de amigos, bem como pessoas de outros municípios, como Rio Grande da Serra, Mauá e Santo André, todos da Grande São Paulo.

O Grupo Salsa está se estruturando na ótica da solidariedade e do trabalho cooperativo. As ações se desenvolvem segundo a capacidade e o interesse dos membros, abrangendo as seguintes linhas:

- reeducação alimentar no interior do próprio grupo e nos trabalhos comunitários que este desenvolve;
- busca de informações e conhecimentos que viabilizem o trabalho de reeducação alimentar, como a coleta e a adaptação de receitas culinárias, priorizando alto valor nutritivo, baixo custo, fácil preparo, gosto regional e respeito pelos hábitos alimentares locais;
- produção destinada a gerar renda, utilizando os conhecimentos obtidos na produção de refeições e de lanches ecológicos para eventos no município e fora dele.

Como importante elemento de divulgação da proposta, o Salsa realizou em 2001 oficinas de Alimentação Viva e Enriquecida com o Movimento de Alfabetização de Jovens e Adultos (MOVA), envolvendo 50 professores de Ribeirão Pires, visando torná-los multiplicadores. A iniciativa deu certo e já envolve até mesmo os professores do município de Rio Grande da Serra.

O Grupo Salsa também participa da capacitação das equipes das escolas municipais de educação infantil, um grupo composto por outros 50 professores, e desenvolve oficinas com as crianças sobre aproveitamento integral dos alimentos e consumo sustentável.

Na área da produção, o grupo prepara lanches e refeições para eventos. Por meio de contratos de prestação de serviços com a prefeitura local, tem participado do Programa "Férias no Parque", da Secretaria do Desenvolvimento Sustentado (SDS) pelo segundo ano consecutivo. Em 2001, produziu lanches ecológicos para cerca de 250 crianças durante quatro semanas. O sucesso da iniciativa fez com que o grupo fosse convidado a participar do mesmo programa também em 2002. Atualmente, com apoio do empresariado do município, o Salsa desenvolve o projeto "Meio Ambiente e Melhor Idade", tendo os idosos como público-alvo.

Essas atividades contribuíram para ampliar a discussão da alimentação viva e enriquecida no município e nas cidades vizinhas, difundindo a proposta do projeto para fora dos muros da escola. A Secretaria de Saúde estuda, por exemplo, incluir a temática da segurança alimentar na capacitação dos agentes de saúde e a Secretaria de Cidadania pretende introduzir o tema em oficinas de trabalho destinadas a entidades que se dedicam a auxiliar moradores de rua.

Centro de Referência em Alimentação Viva e Enriquecida

A iniciativa de converter novos conhecimentos em oportunidade de geração de renda estimulou também a criação do Centro de Referência em Alimentação Viva e Enriquecida. Localizado em uma chácara junto ao Herbário Municipal, este centro presta serviços de orientação sobre o cultivo de plantas utilizadas no enriquecimento da alimentação. Com a criação deste centro, o Salsa passa a desempenhar um importante papel na capacitação de novos grupos dentro e fora do município.

A participação da comunidade na discussão sobre novos padrões alimentares no município de Ribeirão Pires mostra resultados positivos. Isto se observa tanto no crescimento do Grupo Salsa, na perspectiva de geração e auto-gestão de renda, como no fortalecimento da ligação entre o serviço público e a sociedade civil. A entrada de novos atores sociais nessa discussão estimula a criação de um movimento de cidadania em defesa da segurança alimentar no município.

Conselho de Alimentação Escolar

A atuação da sociedade no Conselho de Alimentação Escolar (CAE) constitui um importante recurso para fiscalizar e garantir os avanços obtidos até agora pelas organizações comunitárias em Ribeirão Pires. Por meio do CAE é possível não apenas fiscalizar a destinação dos recursos, como também direcioná-los para que as compras realizadas pela merenda escolar revertam em benefício da pequena produção familiar local, contribuindo para o desenvolvimento local sustentável.

Conhecer os direitos e as responsabilidades do CAE é o primeiro passo para saber como atuar dentro dele¹¹.

Direitos:

- Receber informações de cada escola e do município sobre os recursos disponibilizados para a merenda escolar.
- Fiscalizar os recursos enviados para a execução adequada do programa de alimentação escolar.
- Denunciar as irregularidades aos órgãos competentes.

Responsabilidades:

- Fiscalizar e controlar os recursos que o Fundo Nacional para o Desenvolvimento Educacional (FNDE) repassa para a merenda escolar.
- Acompanhar a programação de alimentos e a elaboração de cardápios.
- Acompanhar a preparação e a distribuição da merenda, garantindo às crianças alimentação de boa qualidade, nutritiva, saborosa e de acordo com os hábitos alimentares da região, dando preferência para os alimentos in natura.
- Divulgar os recursos alocados em murais de escolas, igrejas etc.

¹¹ Extraído de "Alimentação Escolar: Um direito humano!", cartilha produzida pela ONG Agora - Segurança Alimentar e Cidadania, em abril de 2000.



O desafio é inserir a alimentação saudável como elemento presente no currículo escolar

Segurança alimentar e desenvolvimento local

6

A segurança alimentar tem sido apontada como um tema estratégico para o desenvolvimento local. Afinal, mexe com a saúde dos indivíduos, questiona o modo de produção e de consumo dos alimentos, define modelos de inclusão ou de exclusão social.

Para ser eficaz, a segurança alimentar depende, portanto, de uma série de políticas públicas articuladas em âmbitos nacional, estadual e municipal. É no município e na vida cotidiana das pessoas que a gente verifica se essas políticas são efetivas ou não.

Muito se pode fazer no nível local para melhorar a segurança alimentar de todos, seja por meio da ação governamental, seja pela parceria entre governo e sociedade, seja por meio da solidariedade e da ajuda-mútua.

Vamos verificar?

- Nos ambientes que você freqüenta existem pessoas em visível situação de risco nutricional?
- Quais medidas são tomadas pelo governo, seja municipal, estadual ou federal para combater este problema?
- Existem entidades sociais envolvidas no combate à fome e à desnutrição?
- As ações da sociedade são apoiadas pelo governo ou ocorrem paralelamente?
- Até que ponto as políticas estaduais, nacionais e municipais estão integradas para estimular a segurança alimentar?

Serviços desarticulados

Na prática, a prestação de serviços públicos ainda é muito compartimentada. A escola cuida da aprendizagem. O serviço de saúde trata das doenças e das vacinas. Assim, a maioria das escolas não está preparada para cuidar do desenvolvimento integral da criança e o serviço médico só entra em cena – quando entra – se a doença já se instalou.

Embora se tenha a noção de que o acompanhamento sistemático das crianças, realizado em conjunto pelas áreas de educação e de saúde pode prevenir cáries dentárias, detectar doenças antes que se agravem, contribuir com a boa nutrição, ainda pouco se faz para conceber os serviços segundo uma lógica de trabalho integrado.

As políticas públicas apresentam como regra geral o desperdício de recursos e a duplicação de esforços. Às vezes, programas parecidos em âmbitos nacional e estadual permanecem fragmentados, dispersos e sem coordenação. Dessa forma, pulverizam-se os recursos e os resultados. Outras vezes, experiências com grande potencial, realizadas pela sociedade ou mesmo por órgãos governamentais, permanecem isoladas, sem apoio e morrem de inanição.

A lógica que prevalece é a da competição, algo que se acirra ainda mais com a crescente escassez de recursos públicos. Mas é justamente a escassez de recursos que exige o movimento contrário: o de repensar a organização dos serviços prestados à população dentro de um enfoque de otimização dos esforços, ou seja, de cooperação.

Por isso, a proposta de alimentação viva e enriquecida, levada a cabo nas creches e nas pré-escolas de Ribeirão Pires, foi concebida tendo como desafio reorganizar os serviços públicos de acordo com a lógica do atendimento integral às crianças, priorizando aquelas que apresentam maior risco nutricional.

O desafio em Ribeirão Pires

No decorrer do projeto ficaram evidentes alguns conflitos entre a organização compartimentada dos serviços públicos e a proposta de trabalho que estava sendo implementada. O tema da segurança alimentar é essencialmente integrador e possibilitou a construção de pontes entre as diversas secretarias, rompendo com a tendência à segmentação dos diferentes serviços prestados à comunidade. O projeto buscou, portanto, articular diferentes setores das secretarias municipais da Educação e da Saúde, priorizando o trabalho interdisciplinar.

O desenho previsto originalmente assentava-se sobre um sistema de coleta, análise e sistematização de dados, algo não previsto nas rotinas dos serviços existentes. A implantação desse sistema mostrou-se um instrumento útil para o planejamento mais adequado dos serviços.

Ainda que não se tenha consolidado uma nova organização das áreas de saúde e educação, o projeto desencadeou ações integradas, otimizando recursos humanos, propiciando reeducação alimentar e priorizando a atenção a crianças que apresentam risco nutricional.

O elo entre saúde e educação

A gestão municipal está em seu segundo mandato. Houve, portanto, uma continuidade nas ações. Entre estas, o Projeto Alimentação Viva e Enriquecida foi escolhido como um projeto matricial no âmbito da Secretaria da Educação, capaz de reunir esforços de diversas secretarias, além das atualmente envolvidas, tendo como foco o combate à desnutrição e a promoção da saúde no município.

Estabeleceu-se um termo de compromisso entre as secretarias municipais da Saúde e Educação com o objetivo de criar um sistema de vigilância epidemiológica, nutricional e de saúde bucal das crianças matriculadas em escolas de período integral.

Para estas secretarias, as vantagens apontadas foram:

- otimização de tempo e de recursos;
- diminuição de ocorrências médicas em alunos matriculados nas escolas públicas, pois os problemas são detectados antes que se agravem, exigindo menos do serviço médico implantado;
- a Secretaria de Educação faz um acompanhamento técnico na área da saúde para as crianças matriculadas nas escolas municipais;
- a Secretaria da Saúde desenvolve uma proposta metodológica de combate à desnutrição e de redução no consumo de medicamentos, adequando os dados obtidos no município ao SISVAN, sistema de caráter nacional.

De acordo com este novo enfoque serão enfatizados:

- O desenvolvimento integral das crianças – Além das ações envolvendo a interação constante entre as equipes de saúde e de educação, com prioridade para a agenda do pediatra, há o desafio de inserir a alimentação saudável como elemento presente no currículo escolar.
- O aleitamento materno – As mães devem ser estimuladas, tanto nos espaços de educação infantil como nos postos de saúde, a amamentar seus filhos até os seis meses de idade. Utilizando esses dois espaços, será possível deslocar mais pessoal e mais recursos para ações de sensibilização sobre a importância do aleitamento materno. Será possível também criar mecanismos que facilitem a amamentação, como os bancos de leite e os locais exclusivamente destinados à amamentação nas creches.
- A saúde bucal – A proposta é realizar um diagnóstico da saúde bucal nas escolas, priorizar a escovação preventiva e ampliar o programa “Açúcar Zero na Mamadeira”.

- A Vigilância Sanitária – Este serviço objetiva integrar o Conselho de Alimentação Escolar. Atuando dentro do Conselho, sua função seria a de realizar o controle sanitário dos alimentos e das cozinhas de creches e escolas, estabelecendo cronogramas de limpeza de caixas d'água e desratização. Caberia à Vigilância Sanitária também verificar as condições de saúde das funcionárias das creches que têm contato direto com os alimentos e com as crianças. Uma medida integrada à área da saúde seria dar a essas funcionárias prioridade no atendimento médico oferecido em postos de saúde.
- A merenda escolar – O foco do monitoramento da merenda se desloca do controle dos estoques para o controle da qualidade dos alimentos fornecidos às crianças. Enfatiza-se também o controle do consumo, visando evitar desperdício. A organização de cardápios específicos para crianças com necessidades especiais deverá ser estendida a todo o serviço de merenda escolar, incluindo as diferentes faixas etárias. E estabelecer maior integração entre o trabalho da nutricionista e da equipe de saúde.
- A documentação e a avaliação constantes do processo – Esta era uma preocupação presente desde o início do projeto. Embora a equipe executora conheça as vantagens da alimentação viva e enriquecida, há ainda uma deficiência em termos dos dados obtidos com a implantação desta iniciativa como política pública. O objetivo é gerar e fornecer dados para o planejamento das ações no município, estabelecendo uma relação clara entre custos e benefícios do projeto. Por outro lado, esses dados podem servir também a inúmeros outras localidades interessadas em implantar políticas públicas relativas a segurança alimentar que se baseiem nas mesmas premissas desse projeto.

Interação com demais órgãos municipais

A iniciativa envolveu outros órgãos, além das duas secretarias citadas. Na verdade, mexeu com uma série de secretarias municipais e atores sociais. Eis alguns deles:

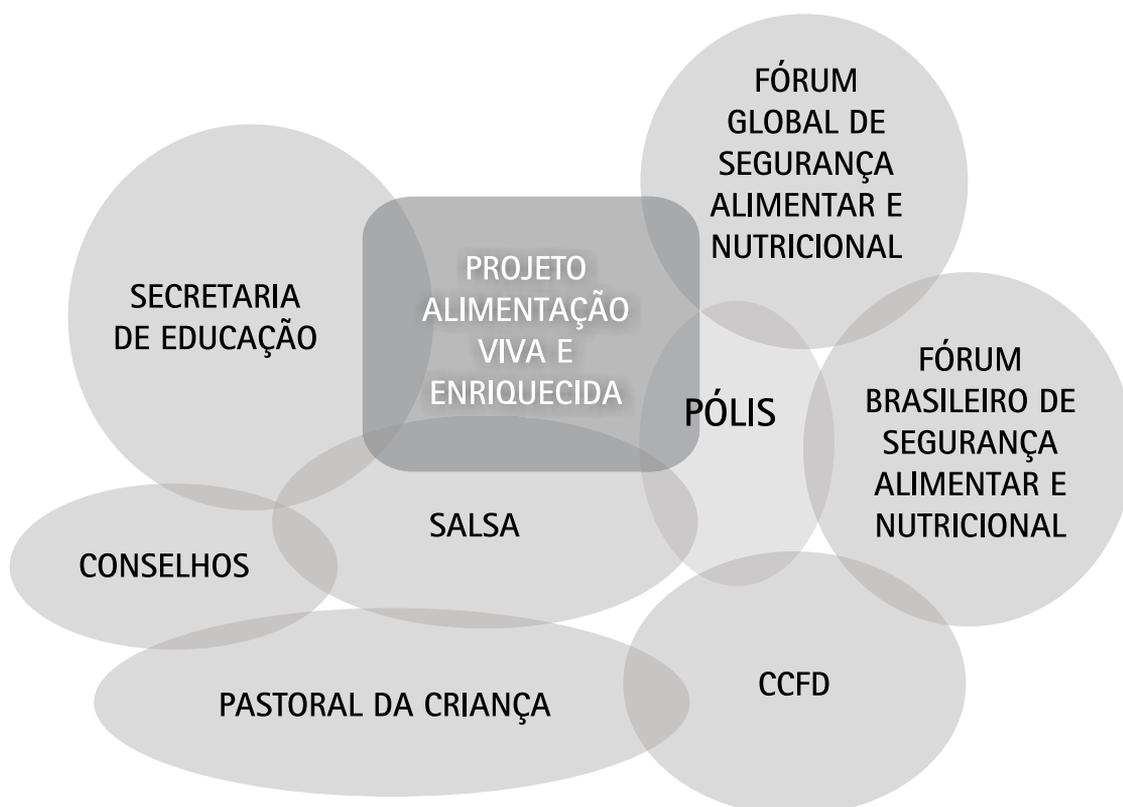
- Secretaria de Desenvolvimento Sustentável – A alimentação viva e enriquecida tornou-se tema dos trabalhos de educação ambiental dessa secretaria. O fato de questionar os hábitos de consumo e de introduzir novos conceitos, mais condizentes com o aproveitamento de recursos, assim como a possibilidade de se criar alternativas

de geração de renda, fez com que este tema se tornasse presente nas capacitações realizadas em Ribeirão Pires.

- Secretaria de obras – Hoje as creches e pré-escolas produzem 2,5 toneladas de lixo por mês. Ribeirão Pires é um município localizado em área de mananciais e, portanto, não dispõe de locais para deposição de lixo. Este é exportado para municípios vizinhos, o que onera os cofres públicos. Esta secretaria se interessou bastante pela iniciativa de transformar parte do lixo gerado nas escolas em composto orgânico a ser usado nas próprias hortas escolares. Trata-se de uma iniciativa que pode gerar novas opções para a deposição do lixo do município.

Uma teia para sustentar a proposta

Ao longo desses anos, o Projeto Alimentação Viva e Enriquecida construiu uma teia de relações entre governo municipal, organizações não-governamentais e comunidade com vistas a que a proposta da cidadania alimentar se enraíze e se expanda no município e fora dele. O esquema a seguir mostra as diferentes interações criadas para dar sustentação a esta proposta.





A informação e o acesso a
uma alimentação saudável
constituem diretrizes de uma
política de segurança alimentar

O projeto e as iniciativas nacionais pela segurança alimentar

Está na Constituição brasileira: a alimentação escolar é um direito humano de toda criança e adolescente que frequenta a escola, desde a educação infantil até a última série do ensino fundamental. Com a municipalização desse serviço, o governo federal repassa aos municípios os recursos necessários para a compra de alimentos. É responsabilidade do município oferecer condições adequadas de infra-estrutura e de pessoal para a compra, armazenagem, elaboração do cardápio, preparação, supervisão e oferta de alimentação de qualidade durante 200 dias letivos por ano. Mas será que isso corresponde à realidade?

Vamos verificar?

- A alimentação escolar em seu município é oferecida com regularidade e qualidade?
- De onde vêm os alimentos consumidos na alimentação escolar?
- Você conhece como se dá o repasse de recursos para a alimentação escolar?
- Existe Conselho de Alimentação Escolar?
- Este conselho possui representantes dos diversos segmentos sociais? Que critérios são usados para a participação?
- Existe uma fiscalização efetiva sobre os recursos destinados à alimentação escolar?
- Como se articula a política de segurança alimentar no município?
- Como o município se articula com as demais iniciativas em prol da segurança alimentar nos níveis estadual, regional e nacional?

O papel do Estado e da sociedade

Para se tornar realidade, o direito à alimentação depende de uma série de ações articuladas do Estado e da sociedade. Estas podem ser bastante gerais, como a redistribuição de terras e destinação de crédito aos pequenos produtores, até medidas bem imediatas e cotidianas implementadas no âmbito das famílias, como a escolha dos alimentos

que serão consumidos. Em cada nível é preciso reconhecer que existem direitos, mas também responsabilidades.

Num estudo recentemente realizado pelo Pólis foram definidas cinco diretrizes para uma política municipal de segurança alimentar:¹²

- promover a produção rural e urbana e a comercialização de alimentos, realizadas em bases socialmente eqüitativas;
- ampliar o acesso a uma alimentação de qualidade e regular as condições em que os alimentos são disponibilizados à população;
- promover a educação alimentar e a organização dos consumidores na defesa dos seus direitos;
- universalizar e assegurar a qualidade dos programas alimentares com caráter suplementar ou emergencial dirigidos a grupos populacionais específicos;
- estimular a participação da sociedade civil na formulação e na implementação da política de segurança alimentar e apoiar as iniciativas não-governamentais.

Ações necessárias

A responsabilidade do poder público municipal em relação à busca de segurança alimentar inclui:

- fazer um diagnóstico da realidade municipal sobre este tema;
- estabelecer metas claras para as ações em prol da segurança alimentar;
- viabilizar ações intersetoriais, visando à implantação de ações conjuntas;
- estimular a participação e a parceria com a sociedade civil na elaboração, na fiscalização e mesmo na execução de políticas públicas voltadas à segurança alimentar;
- criar os espaços necessários para isto, por meio de conselhos e outros órgãos, otimizando os já existentes, como os conselhos da condição feminina, da criança e do adolescente, da saúde, da educação, de assistência social e desenvolvimento local sustentável, de forma a incluir o tema da segurança alimentar;
- identificar programas e fontes de recursos dos governos federal e estadual que possam fortalecer ou articular-se às iniciativas locais;
- estabelecer mecanismos para cobrar a liberação desses recursos.

Para o município, é fundamental estabelecer parcerias com governos estaduais e federais destinadas à implantação de projetos, como os de

¹² MALUF, Renato S. & COSTA, Christiane. Diretrizes para uma Política Municipal de Segurança Alimentar e Nutricional. Publicações Pólis nº 38.

saneamento básico, urbanização, construção de escolas e creches, que indiretamente contribuem para segurança alimentar, pois têm relação com a melhoria da qualidade de vida das pessoas.

Frente à diminuição de recursos para essas áreas essenciais, o governo federal tem sido cada vez mais rigoroso nos critérios para o repasse de verbas aos municípios. É preciso que os gestores municipais apresentem projetos consistentes, mostrem habilidade na negociação política e tenham respaldo de conselhos municipais atuantes e representativos da população para conseguir recursos. Neste sentido, o papel da sociedade civil tem sido cada vez mais decisivo. Quanto mais atuante for a comunidade, mais benefícios chegam ao município. É preciso, porém, desenvolver uma atuação que traga possibilidade de melhorias reais e não apenas tornar-se objeto dos interesses imediatistas dos políticos do momento. Cabe às organizações da sociedade:

- criar canais de reivindicação;
- abrir e ocupar espaços de participação já existentes no processo de elaboração, acompanhamento e avaliação de políticas públicas;
- buscar parcerias com o governo, as empresas e outros possíveis agentes, visando melhorar a segurança alimentar da população local;
- desenvolver iniciativas que reforcem a autonomia da comunidade e de cada indivíduo em busca da sua segurança alimentar individual e familiar.

Ações específicas sobre alimentação escolar

Especificamente em relação à alimentação de crianças e de adolescentes, cada município deve constituir o Conselho de Alimentação Escolar. Trata-se de uma medida prevista no Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) e destinada a acompanhar e fiscalizar o fornecimento da alimentação aos alunos.

Devem tomar parte neste conselho representantes das famílias dos alunos atendidos, produtores rurais, professores e outros atores sociais pertinentes, sejam estes órgãos governamentais ou não-governamentais.

É importante que pais ou responsáveis pelas crianças tenham uma postura ativa em relação a esse assunto, participando do Conselho de Alimentação Escolar (CAE), da Associação de Pais e Mestres (APM) e exercendo o direito de supervisionar a qualidade, a quantidade e a regularidade da alimentação escolar.

Caso haja qualquer problema relacionado à alimentação escolar, há uma série de passos que podem ser dados por pais de alunos, responsáveis ou mesmo por organizações de sociedade local no sentido de sanar a irregularidade. Estas são algumas medidas cabíveis¹³:

- Pais ou responsáveis devem se dirigir à diretoria da instituição, com ou sem o apoio de organizações da sociedade civil, para pedir providências que visem resolver problemas relacionados à alimentação escolar.
- Caso estes não sejam resolvidos, podem solicitar apoio da APM ou do CAE.
- Pode-se mobilizar uma série de outras instituições, como a Secretaria Municipal de Educação, a Secretaria de Assistência Social, a Câmara dos Vereadores, o Conselho Municipal do Direito da Criança e do Adolescente/Conselho Tutelar.
- Em caso de nenhum desses órgãos sanar o problema, pode-se mobilizar o Ministério Público para que proceda à averiguação dos fatos e tome as providências cabíveis.
- Há também o caminho de acionar a Justiça Comum, por meio de uma Ação Popular (na defesa da moralidade administrativa) e de Medida de Proteção (na defesa do direito individual à alimentação escolar).
- Pode-se também recorrer ao Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE), para que este tome as providências cabíveis.
- Em relação à higiene da merenda escolar, convém recorrer à Vigilância Sanitária e ao Instituto de Meio Ambiente.

É fundamental que os professores assumam o papel de protagonistas na conscientização dos alunos e de seus familiares sobre a importância da participação nessas decisões.

Fique por dentro

Registro de entidade

- A creche e/ou instituição que cuida de educação infantil deve estar registrada no Conselho Nacional de Assistência Social (CNAS). Desta forma, está sujeita ao controle do Estado.

¹³ Orientações fornecidas pela publicação "Alimentação escolar, um direito humano!", da ONG Agora – Segurança Alimentar e Cidadania, de abril de 2000.

Uma rede de iniciativas espalhadas pelo Brasil

É importante lembrar que não existem apenas os espaços formais de atuação. Pessoas e instituições interessadas em promover a segurança alimentar em seu município podem conhecer e somar forças com inúmeras outras iniciativas que ocorrem neste momento em todas as regiões do país. Tanto no nível comunitário quanto no âmbito das políticas públicas, inúmeros são os exemplos de ações similares à experiência de Ribeirão Pires.

Na verdade, as ações ocorridas no âmbito do projeto Alimentação Viva e Enriquecida inscrevem-se em uma grande rede de iniciativas empreendidas para enriquecer a alimentação escolar e revitalizar os alimentos servidos às crianças e que contribuem com o objetivo maior de combater a fome e promover a segurança alimentar.

Ações municipais - Iniciativas similares ocorridas nas prefeituras de Rio Branco (Acre) e de Belo Horizonte (Minas Gerais), assim como o uso do pão forte em Apucarana (Paraná), da gelatina de algas marinhas, em Fortaleza (Ceará), da farinha de babaçu, em Rondônia, e o aproveitamento da raspa e da casca de banana no Vale do Ribeira (São Paulo), são algumas entre muitas iniciativas.

Pastoral da Criança - Esta Pastoral empreende há mais de duas décadas ações básicas de saúde voltadas a promover e acompanhar o crescimento e o desenvolvimento de crianças, assim como de gestantes e nutrizes em todo o país. Por meio do trabalho voluntário apoiado pelas próprias pessoas da comunidade, acompanha cerca de três milhões de crianças nas localidades mais carentes. Ações simples, como a promoção do aleitamento materno, orientações alimentares e de higiene, técnicas de fitoterapia, prevenção de acidentes domésticos, vigilância nutricional, estímulo à vacinação, além de medidas de prevenção e tratamento precoce das diarreias e das infecções respiratórias têm reduzido drasticamente a mortalidade infantil no país.

Agentes de segurança alimentar - Uma decorrência do trabalho desenvolvido pela Pastoral é a capacitação de pessoas como agentes locais de segurança alimentar, promovida em parceria com a Organização das Nações Unidas para a Infância (UNICEF) e outras organizações da sociedade civil. O agente local de segurança alimentar é uma pessoa apta a identificar problemas de insegurança alimentar numa determinada comunidade e acionar uma rede de auxílio, capaz de colaborar na resolução dos problemas.

Reforço ao SISVAN

Todas essas iniciativas somam esforços no sentido de ampliar as ações do SISVAN no Brasil. Este sistema foi idealizado pelos participantes da 1ª Conferência Mundial da Alimentação, ocorrida em 1974, como um mecanismo criado por cada país para reunir dados de diferentes setores (economia, agricultura e saúde), descrevendo de forma contínua tendências nas condições alimentares e nutricionais da população, visando subsidiar ações de combate à fome e à desnutrição.

No Brasil, o SISVAN foi implantado pelo governo federal no início da década de 1980, priorizando o levantamento de dados e atitudes de vigilância nutricional de crianças e gestantes. A finalidade desse sistema é auxiliar no planejamento e na avaliação de políticas e programas, propiciando intervenções governamentais na área de segurança alimentar.

Integrar-se ao SISVAN é, por exemplo, pré-requisito para o município receber recursos federais destinados ao combate à desnutrição. Atualmente existem 1.300 municípios vinculados às ações de vigilância nutricional por meio do Programa de Combate às Carências Nutricionais.

Com o aumento das iniciativas não-governamentais e governamentais – no nível municipal – para garantir segurança alimentar a toda a população brasileira será possível ampliar o raio de atuação do SISVAN e torná-lo, de fato, um eficiente instrumento de “cidadania alimentar”, garantindo, dessa forma, o mais elementar direito humano: o direito a alimentar-se.



Inúmeros alimentos alternativos permanecem desconhecidos das pessoas

Informações sobre segurança alimentar

PASTORAL DA CRIANÇA – CNBB
Nutricionista Eveline Cunha Moura
Tel.: 41. 336.0250
e-mail: Eveline@rebidia.org.br

ÁGORA - SEGURANÇA ALIMENTAR E CIDADANIA
SGAN 905 conj. B, Parte A
CEP 70790-050 - Brasília - DF - Brasil
Tel.: 61. 347.4914 - Fax: 61. 347.9002
E-mail: agora@tba.com.br
Http: www.agora.org.br

TEMAS ATUAIS DE PROMOÇÃO DA SAÚDE - TAPS
Rua dos Pintassilgos, 172 - Vinhedo - SP
Tel.: 19. 3826.3860
E-mail: info@taps.org.br
Http: www.taps.org.br

ESCOLA LIVRE DE AGRICULTURA ECOLÓGICA
Educadora Nilvana Marchori Tostes
Cursos e farinha múltipla
Tel.: 16. 3761.7666
e-mail: marchori@com4.com.br

CENTRO PASTORAL BELÉM
Economista doméstica Olga Zanella
Cursos e entreposto de produtos naturais
Tel.: 11 6693.0287

SECRETARIA DE ABASTECIMENTO DE BELO HORIZONTE
Departamento de Defesa e Promoção do Consumo Alimentar
Tel.: 31. 3277.4797

INSTITUTO PÓLIS
Projetos, cursos e publicação sobre segurança alimentar
Tel.: 11. 3258.6121
e-mail: chris@polis.org.br
<http://www.polis.org.Br>

GRUPO SALSA
Tel.: 11. 4828.3999 (Cida)

SECRETARIA DE EDUCAÇÃO, CULTURA, ESPORTE E LAZER DO
MUNICÍPIO DE RIBEIRÃO PIRES
Tel.: 11. 4828.4314

Bibliografia

- Alimentação para todos. Cúpula Mundial da Alimentação. Organização das Nações Unidas para a Agricultura e a Alimentação, Roma, 1996.
- Alimentação escolar: um direito humano! Ágora - Segurança Alimentar e Cidadania, Brasília, 2000.
- Aprenda como armazenar bem os alimentos. Prefeitura Municipal de Belém. Fundação Municipal de Assistência ao Estudante. Belém, Pará, 1998.
- Alternativas alimentares II. Prefeitura Municipal de Belo Horizonte. Secretaria Municipal de Abastecimento, 1997.
- CAMARGO, Wilson. As vitaminas do futuro: O poder verde. 1997.
- CÂNDIDO, Lys M. & CAMPOS, Adriane M. "Alimentos funcionais: uma revisão". Boletim SBCTA, 29 (2), jul./dez. 1995.
- CECCON, Claudius & CECCON, Jovelina P. A creche saudável: Educação infantil de qualidade. Artmed Editora, Porto Alegre, 2000.
- Complemento: Manual de merendeiras e orientadoras de programa. Fundação Municipal de Assistência ao Estudante, Belém, Pará, 1998.
- Dicionário do Alimento. Prefeitura de Belo Horizonte, Secretaria Municipal de Abastecimento. Belo Horizonte, 1997.
- Diga não ao desperdício. Secretaria de Agricultura e Abastecimento do Estado de São Paulo. Coordenadoria de Abastecimento, 1994
- Dr. SOLEIL. Você sabe se alimentar? São Paulo, TAPS/Editora Paulus, 2001.
- Dr. SOLEIL. Você sabe se desintoxicar? São Paulo, TAPS/Editora Paulus, 2001.
- Higiene, armazenamento e conservação dos alimentos. Prefeitura de Belo Horizonte, Secretaria Municipal de Abastecimento. Belo Horizonte, 1998.
- Levantamento preliminar de atividades em desenvolvimento na área de segurança alimentar e nutricional no Brasil: Iniciativas da sociedade civil e em parceria. Brasília, Ágora, 1998.
- Nosso amigo: o farelo. Uma história que ainda não foi contada. TAPS/Edições Paulinas. São Paulo, 1991.
- Projeto de segurança alimentar em Ribeirão Pires. Instituto Polis e Grupo Salsa. São Paulo, 1998. mimeo.
- RICHTER, Hildegard B. Um assassinato perfeitamente legal: nossa alimentação. São Paulo, TAPS/Editora Paulus, 1997.
- Saúde em Foco. Informe Epidemiológico em Saúde Coletiva. Secretaria Municipal de Saúde do Rio de Janeiro. Ano VIII, nº 18, jul. 1999.
- Segurança Alimentar: Alimentação enriquecida – receitas. Secretaria Municipal de Educação, Cultura, Esporte e Lazer de Ribeirão Pires. Ribeirão Pires. s.d.

PREFEITURA MUNICIPAL DA ESTÂNCIA
TURÍSTICA DE RIBEIRÃO PIRES
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO, CULTURA, ESPORTE E LAZER

QUESTIONÁRIO INFORMATIVO

Deverá ser preenchido pelo pai ou responsável

OBJETIVO: levantar dados para subsidiar avaliação nutricional das crianças atendidas

UNIDADE ESCOLAR:

DATA DE INGRESSO NA CRECHE:

1- Nome do Aluno: **Data de Nascimento:**/...../.....

2- Profissão do Pai: **Salário: R\$**

() Frequentou a escola () 1ª a 4ª Série () 1º Grau () 2º Grau ()
Universitário

3- Profissão da Mãe: **Salário: R\$**

() Frequentou a escola () 1ª a 4ª Série () 1º Grau () 2º Grau ()

Universitário

4- Quantas pessoas moram na casa? **Número de irmãos:**.....

5- Possui rede de água tratada: () Sim () Não

6- Esgoto: () Sim () Não

7- Coleta de lixo pública () Sim () Não

8- Com que condução vai à escola?

Que horário sai de casa?..... **Que horário chega em casa?**.....

..

9- DADOS SOBRE A CRIANÇA:

Peso ao nascer: **Tipo de parto:** () Normal () Cesárea () Fórceps

Leite materno: () Sim () Não **Quanto tempo?**

A criança costuma ficar doente? () Sim () Não

Qual é a doença mais frequente?

Tem algum tipo de convênio médico? () Sim () Não

A criança mora: () Com os pais () Com os avós () Com outra
pessoa

Tem algum tipo de alergia a alimento? () Sim () Não

Quais os alimentos que ela mais gosta de comer em casa?

.....

Qual o leite consumido em casa? **Como prepara?**

A criança toma leite durante o período noturno? () Sim () Não

Qual a frequência que a criança consome (por semana): Carne bovina Frango

..... Peixe Enlatados Embutidos

Qual a frequência que consome verduras e legumes por semana

Qual a frequência que consome frutas por semana

Quais os alimentos que ela não gosta de comer?

.....

10- DADOS SOBRE A FAMÍLIA:

Pai: Peso _____ Altura _____

Mãe: Peso _____ Altura _____

