

EDUCAÇÃO ALIMENTAR EM UMA INSTITUIÇÃO TOTAL.

EDUCATION FOOD IN A TOTAL INSTITUTION.

Sueli Costa

Instituto Federal de Brasília
sueli.costa@ifb.edu.br

Mariana de Senzi Zancul

Universidade de Brasília
marianaib@unb.br

Resumo

O *Campus* Planaltina do Instituto Federal de Brasília, por possuir estudantes de ensino médio que moram no espaço escolar, caracteriza-se como uma instituição total. A pesquisa que se apresenta neste trabalho teve como objetivo investigar o processo formativo em educação alimentar a partir da metodologia problematizadora com um grupo de estudantes de Ensino Médio em regime de internato, além de identificar o conhecimento e o comportamento alimentar dos estudantes no refeitório escolar do *Campus* Planaltina do IFB. Além disso, implementar um projeto de educação alimentar escolar e discutir o papel do refeitório como espaço de práticas de educação alimentar. Para isso, foram realizadas aulas dialogadas sobre alimentação, oficinas de culinária de debates sobre vídeos que promovem a alimentação. Durante a realização das atividades, percebeu-se uma intensa ingestão de alimentos não saudáveis entre as refeições que eram oriundas do comércio irregular de alimentos que se estabeleceu no espaço escolar.

Palavras chave: Educação Alimentar, Adolescência, Instituições Totais.

Abstract

The Campus Planaltina Federal Institute of Brasília, by having high school students who live within the school, characterized as a total institution. The research presented in this study aimed to investigate the formation process in nutrition education from the questionable methodology in a group of high school students in boarding and identify knowledge and dietary behavior of students in the school refectory Campus planaltina the IFB also implement a school food education project and discuss the role of refectory space as practical food education. For this, classes were held dialogued about food, cooking workshops debates on videos that promote feeding. During the realization of the activities, notices an intense intake of unhealthy foods between meals that came from the unregulated trade of food that was established in the school.

Key words: Feed Education, adolescence, total institutions.

Alimentação na atualidade e Adolescência

A alimentação constitui-se uma das atividades mais importantes e complexas realizadas pelo homem. É considerada importante, por questões fisiológicas evidentes em todas as espécies vivas e é complexa uma vez que envolve inúmeros aspectos além dos biológicos, entre os quais podemos citar os psicológicos e sociais. Além disso, muitos valores relacionados à memória e à tradição são preponderantes na garantia da sobrevivência da cultura relacionada à alimentação (MALTA, 2006).

O homem sempre estabeleceu relações entre a alimentação e aquisição e manutenção de saúde, mas a partir da década de 70, esta preocupação se tornou mais evidente em função do aumento de doenças crônicas não transmissíveis, como a diabetes e hipertensão arterial (MALTA et al., 2006). O surgimento de tais enfermidades deve, em grande medida, aos processos de globalização e industrialização das nações característicos da modernidade (ARNIZ, 2005).

Outra característica marcante do sistema de alimentação moderno é a homogeneização alimentar, na qual ocorreu, de modo geral, um aumento do acesso aos alimentos com grande quantidade de energia e pouca diversidade de nutrientes, assim as populações de países desenvolvidos e em desenvolvimento deixaram de ingerir alimentos que eram tradicionais da culinária regional (ARNIZ, 2005) e passaram a se alimentar nas redes de *fast foods* (GARCIA, 2003).

A INSTITUIÇÃO TOTAL COMO ESPAÇO DE FORMAÇÃO EM EDUCAÇÃO EM SAÚDE

Os adolescentes passam grande parte de seu dia na escola, e é neste ambiente que podem se desenvolver atividades de educação em saúde. A educação em saúde pode ser caracterizada como um campo do saber no qual o conhecimento produzido nas áreas de saúde e educação instrumentalizam os indivíduos de uma sociedade para a adoção de novos hábitos e condutas que garantam a aquisição e manutenção de seu estado de saúde (ALVES, 2005).

Inserida dentro da educação em saúde está a educação alimentar que é conceituada, por Lima (2004) como um processo educativo onde se estabelece a união de conhecimentos entre os agentes envolvidos com o objetivo de torná-los sujeitos autônomos e seguros para realizarem as escolhas alimentares, garantindo com isto uma alimentação saudável e prazerosa e com esta propiciar a satisfação de suas necessidades fisiológicas, psicológicas e sociais. A Educação alimentar encontra na escola um espaço privilegiado de diálogo e formação em educação alimentar e pode ter influência direta sobre o modo como os indivíduos se alimentam, como pode ser percebido numa instituição total.

Para Erving Goffman (1961), uma Instituição Total local de residência e trabalho onde um grande número de indivíduos com situação semelhante, separados da sociedade mais ampla por um período considerável de tempo, leva uma vida fechada e formalmente administrada. Neste grupo de instituições podemos encaixar os manicômios, as abadias, os quartéis e navios e ainda as escolas internas.

Este trabalho teve como objetivo investigar o processo formativo em educação alimentar a partir do uso de uma metodologia baseada nos pressupostos teóricos da metodologia problematizadora com um grupo de estudantes de Ensino Médio em regime de internato, além de identificar o conhecimento e o comportamento alimentar dos estudantes no refeitório escolar do *Campus Planaltina* do IFB; implementar um projeto de educação alimentar escolar e discutir o papel do refeitório como espaço de práticas de educação alimentar

METODOLOGIA

Este trabalho foi desenvolvido no *Campus* Planaltina do Instituto Federal de Brasília e tratou-se de uma pesquisa qualitativa que, segundo Kauark e colaboradores (2010), pode ser considerada como aquela que prevê a existência de relações entre os sujeitos envolvidos na pesquisa e o mundo real no qual está inserido. Estes estão tão indissociavelmente entrelaçados que é difícil separar a objetividade do mundo e a subjetividade do sujeito, a qual não pode ser medida numericamente. Neste tipo de pesquisa, a interpretação dos fenômenos e a atribuição de significados aos mesmos são o objetivo básico deste modo de investigação. Além das informações de caráter qualitativo apresentadas pela amostra de estudantes, foi realizada também a aplicação de um questionário que teve como objetivo caracterizar o perfil socioeconômico dos estudantes, além de incrementar o olhar sobre a avaliação do refeitório.

As atividades de pesquisa foram realizadas em dois momentos. O primeiro teve como objetivo identificar os conhecimentos prévios dos estudantes sobre alimentação saudável e seus pontos de vista a cerca do refeitório através de questionário.

Numa segunda etapa da pesquisa, denominada ação educativa, teve como objetivo investigar o processo de formação dos estudantes em educação alimentar, além de desencadear um processo de reflexão acerca da alimentação saudável. Nesta etapa foram realizadas observações do grupo de estudantes e registro dos diálogos que aconteceram entre os estudantes e entre eles e a pesquisadora.

Nesta etapa do trabalho as atividades foram desenvolvidas baseadas nos princípios da Metodologia do Arco de Maguerez que é constituída por cinco etapas principais: a observação da realidade, pontos chaves, teorização, hipóteses de solução e aplicação à realidade. Todas estas etapas desenvolvidas de forma contextualizada contribuem para o despertar da consciência crítica e política do estudante que atua como transformador e não apenas se adapta às realidades que se apresentam a ele cotidianamente (COLOMBO e BERBEL, 2007).

Resultados e Discussão

A caracterização socioeconômica dos estudantes, aponta um grande número de estudantes do gênero masculino (90%) em comparação ao número de indivíduos no gênero feminino (10%). De acordo com Floro (2012) este panorama de gênero é bastante comum aos colégios agrícolas, especialmente àqueles que oferecem curso de técnico em agropecuária, profissão considerada masculina, apesar de, oficialmente, não haver nenhuma espécie de impedimento para a matrícula das adolescentes no curso.

Apenas 3% dos respondentes que avaliaram as refeições como ótimas e estas eram do sexo feminino, enquanto nenhum estudante do sexo masculino avaliou o refeitório como ótimo. Isso pode ser explicado pelo fato de que todas elas eram estudantes do terceiro ano e, segundo as ideias de Goffman (1967) pode-se considerar que elas estavam no fim de sua carreira moral no *Campus* Planaltina. Durante o período que viveram neste ambiente, elas tiveram tempo para se adaptar e aceitar a rotina imposta pela equipe dirigente, ao passo que os estudantes do sexo masculino estavam, em sua maioria, no primeiro ano no *campus* e, portanto, em fase de adaptação.

Além da análise de perfil dos estudantes, observou-se também, através do questionário, as opiniões acerca da alimentação servida no refeitório. No preenchimento do questionário, foi perguntado aos estudantes se eles costumavam ingerir alimentos entre as refeições. Em 80% das respostas foi positiva, sendo que os principais alimentos ingeridos nos intervalos foram

biscoito recheado (27%), salgados assados ou fritos (14%), leite condensado (14%), “suco de saquinho” (9%) e refrigerantes (9%). Este hábito seria benéfico se houvesse a ingestão de alimentos saudáveis como frutas e iogurtes nos intervalos entre café da manhã e almoço e no espaço entre o almoço e o jantar.

Dados semelhantes a este foram encontrados em um estudo sobre os sentidos atribuídos a alimentação por adolescentes do Rio de Janeiro. Nesta investigação os principais alimentos ingeridos entre as refeições foram salgadinhos, biscoitos recheados e salgados fritos e assados (SILVA, 2012).

Investigou-se também em quais locais os estudantes adquirem as guloseimas que ingerem e a maioria deles (34%) afirmou comprá-los no “Tio do lanche”, senhor que estaciona seu carro no ponto de ônibus na frente do *Campus* e vende sucos, refrigerantes, salgados fritos e assados, além de balas, chicletes e outras guloseimas. Este comerciante não tem autorização nem da direção do *Campus*, nem das autoridades sanitárias locais, mas permanece realizando suas atividades há muitos anos.

Outro fornecedor de guloseimas que foi citado por 25% dos entrevistados foi o estudante Davi. Davi compra guloseimas em supermercados e outros locais fora do *Campus* quando vai para sua casa nos finais de semana e revende para os colegas biscoitos recheados, balas, sucos artificiais e salgadinhos.

O estudante participou das oficinas de culinária realizadas no projeto de educação em saúde que desenvolvemos e percebeu-se, durante este contato, que ele era extremamente requisitado pelos demais estudantes que são seus clientes e teve que deixar as atividades das oficinas por diversas vezes para atendê-los fora da sala.

Retomando as ideias de Goffman (1961) sobre instituições totais, é importante lembrar que, entre as diversas formas de sobrevivência individual na carreira moral construída dentro deste tipo de estabelecimento esta a estratégia de fingir que se adéqua às regras, normas e restrições, mas buscando, na verdade, estratégias para burlar o sistema programado pelo grupo dirigente.

É neste processo de burlar o que está estabelecido que surgem as compras no mercado clandestino do Davi, os lanches no carro na porta da escola e as ligações para o disk pizza. O antropólogo Roberto DaMata discorre sobre o assunto em seu livro “O que faz o Brasil, Brasil?” (1986).

Nesta obra, DaMata aponta que na navegação social brasileira existe sempre um híbrido entre o “não pode” previsto nas legislações e o que pode ser feito livremente. A esta intercessão entre o que nos é lícito e o que não é lícito, demos o nome de “jeitinho brasileiro” que é aprendido desde muito cedo, ainda na infância.

Este jeitinho é uma maneira de satisfazer os desejos e necessidades individuais, mesmo que seja burlando as leis ou as orientações morais.

Em muitas situações como “furar fila”, estacionar em vagas de idosos e outros “jeitinhos” muito comuns, há uma reprovação coletiva, pois este ato tem interferência direta sobre as necessidades e desejos de quem está ao redor. No caso dos comércios de alimentos que acontecem no *Campus* Planaltina e suas imediações, há um acordo coletivo implícito de

convivência com a venda destes alimentos, uma vez que grande parte da comunidade se beneficia das vantagens advindas do mesmo.

Neste contexto, seria importante para a manutenção da saúde da comunidade escolar do *Campus* Planaltina a restrição do comércio irregular de alimentos que acontece dentro e nas imediações deste espaço escolar e um processo constante de educação alimentar dos estudantes, para que estes possam fazer escolhas de alimentação mais saudáveis.

Da segunda etapa da pesquisa, onde se objetivou investigar o processo de formação dos estudantes em educação alimentar através de uma ação educativa, denominada Projeto de Educação Alimentar. A ação educativa realizada no *Campus* Planaltina durante os meses de outubro a dezembro de 2012 contou com atividades práticas e teóricas.

As atividades do projeto foram divididas em temas. O primeiro tema abordado consistiu em uma aula dialogada a respeito da alimentação na escola. Neste espaço refletimos a cerca dos conceitos básicos sobre alimentação e digestão, além de debatermos sobre a alimentação no refeitório.

Neste momento conversou-se com os estudantes se eles sabiam o que era alimentação saudável e se consideravam a sua alimentação saudável tanto dentro, quanto fora do espaço escolar. Houve respostas de diversos tipos, entre elas:

Eu sei o que é alimentação saudável, mas comemos muitas besteiras fora daqui. Então minha alimentação só é saudável na escola. (R4)

Os estudantes afirmaram saber o que é alimentação saudável sem, contudo, explicitar o conhecimento a respeito. Tal comportamento poderia ser considerado um indício de que eles não sabiam o significado do termo alimentação saudável.

De acordo com as respostas apresentadas pelos estudantes, percebe-se que apesar de afirmarem saber o que significa uma alimentação saudável, grande parte deles (62,5%) afirmou não adotar esta estratégia alimentar em sua rotina, principalmente fora da escola.

Estes resultados assemelham-se aos encontrados em um estudo realizado com 14 adolescentes de escola pública no ano de 2012, onde respondentes, apesar de saber os conceitos e a teoria sobre o que seria uma alimentação saudável, não colocavam em prática os conhecimentos que possuem sobre como comer e manter a saúde (SILVA, 2012).

Em livro a respeito de Educação Nutricional na infância e adolescência, Fagioli e Nasser (2006), afirmam que, muitas vezes, os adolescentes têm conhecimentos adequados sobre alimentação e nutrição e sobre os hábitos saudáveis a serem praticados, mas apresentam dificuldades para agir da maneira como deveriam, uma vez que junto com o ato alimentar estão implicados sentidos e sensações sociais e emocionais que exercem outras influências.

No presente estudo, a perspectiva sob a qual se buscou trabalhar, em relação aos hábitos alimentares dos jovens, foi a de incentivá-los a refletir sobre a própria alimentação cotidiana e sobre a possibilidade de escolhas alimentares mais responsáveis.

A segunda atividade do Projeto de Educação em Saúde na escola foi a realização oficina do Espectador Crítico, tema dois da ação educativa. Nesta oficina foram apresentadas aos estudantes algumas campanhas publicitárias de refrigerantes, chocolates, sanduíches e outros alimentos não saudáveis veiculados em mídias televisiva e impressa.

Em seguida houve um debate acerca das informações explícitas e implícitas contidas nestes materiais, na tentativa de despertar a capacidade crítica e reflexiva dos estudantes a respeito das influências destas mídias no modo como nos alimentamos.

Moura (2010) reflete a respeito da influência da mídia no comportamento alimentar de adolescentes e enfatiza que a ação persuasiva, principalmente a televisão, tem influência direta sobre o comportamento alimentar de crianças e adolescentes.

Este fato torna-se ainda mais grave haja vista que grande parte das propagandas televisivas de alimentos anunciadas, referem-se a alimentos de alto valor calórico e pouco valor nutricional e, além disso, podem ser associadas a brindes e outros artifícios para atração do público infante-juvenil (MOURA, 2010).

De acordo com as pesquisadoras Silva e Pipitone (1994), a televisão exerce influência crucial nos hábitos de consumo de uma forma geral e no que diz respeito a alimentação, as propagandas utilizam vários recursos para conseguir ditar uma verdadeira “cultura alimentar”.

Em trabalho que analisa a quantidade e a qualidade dos produtos alimentícios anunciados na televisão brasileira, Almeida et al. (2002), observaram um predomínio do anúncio de alimentos com altos teores de gordura e açúcar, fato que pode influenciar a mudança dos hábitos alimentares em crianças e jovens.

Os estudantes do Projeto de Educação em Saúde na Escola no *Campus* Planaltina, quando indagados a respeito da percepção das informações contidas nas propagandas de alimentos apresentadas na oficina, relataram o seguinte:

Eu acho que a mídia nos influencia a comer sim, pois a mídia de uma certa forma convence as pessoas de que o alimento é saudável (R27).

Nota-se por estas respostas que os estudantes admitem a influências das mídias no modo como se alimentam.

Nessas propagandas há a venda da felicidade por meio da ilusão (R02).

Percebe-se ainda a partir das afirmações dos estudantes que eles conseguiram perceber as principais estratégias de publicidade utilizadas nestas propagandas de TV, como por exemplo, utilizar pessoas bonitas e esbeltas, nunca mostrando pessoas gordas em seus comerciais, mesmo para anunciar produtos com alto teor de calorias (MOURA, 2010).

Segundo Moura (2010) esta estratégia de selecionar modelos muito magros para a realização de comerciais de alimentos calóricos pode levar a criança e o adolescente a imaginar que não haverá malefícios com a ingestão de tal alimento.

Esta estratégia foi descrita pelos estudantes:

Só nas propagandas as mulheres são “gostasas”, pessoas com físico bom e bem vestidas. (R7).

Apesar de a maioria concordar com o poder das mídias atuando em nossas escolhas de alimentação, um estudante apresentou opinião contrária, afirmando que estamos isentos de influências externas:

Não acho que a mídia influencie nada por que ela está fazendo o trabalho dela. (R7).

A etapa seguinte do projeto foram as oficinas de culinária saudável nas quais foram desenvolvidas receitas de baixo custo, saborosas e nutricionalmente balanceadas. Nestas oficinas foram confeccionados sucos naturais (abacaxi, manga e acerola), além de sanduíches naturais, um bolo integral, bolo de cenouras com beterrabas e empadão de legumes.

Em um trabalho utilizando oficinas culinárias como método educativo em educação em saúde realizado no Rio de Janeiro, Castro e Colaboradores (2007) concluíram que a utilização das oficinas de culinária como estratégia de ensino gerou nos participantes motivação, reflexão, aprendizado conceitual, além de estímulo ao desenvolvimento de suas habilidades culinárias.

Por parte dos estudantes que realizaram as oficinas também foi possível perceber uma avaliação positiva das atividades desenvolvidas, pois 97,5% deles avaliaram as oficinas como ótimas, muito boas ou excelentes. Todos os 40 afirmaram terem gostados da atividade como é possível observar na fala a baixo:

Gostei muito porque teve interação com o grupo (R2).

Os participantes também foram questionados sobre a importância de conversar sobre alimentação na escola e, de modo geral, eles consideraram importante a abordagem deste tema em sua rotina escolar:

É importante para dar uma melhorada na saúde (R1).

Cabe ressaltar que a adesão às oficinas de culinárias foram maiores e aconteceram de maneira mais fácil e com menor necessidade de convencimento do que as demais etapas do projeto.

Acredita-se que isso se deva à própria característica lúdica associada ao ato da culinária e a necessidade que os estudantes apresentam de comer outros alimentos e não apenas aqueles servidos pelo refeitório.

A última etapa do projeto foi a de divulgação de informações sobre alimentação saudável para os demais estudantes do *Campus* na tentativa de que os participantes atuassem como multiplicadores de conhecimento sobre o tema. Os estudantes avaliaram de forma positiva a produção dos cartazes, contudo se sentiram tímidos em apresentá-los aos demais estudantes e, desta forma, os cartazes foram apenas afixados nos murais da escola.

Retomando algumas questões apresentadas no início desse trabalho pudemos perceber que a condição de vida dos estudantes e a própria organização escolar influencia a maneira como eles lidam com a alimentação no *Campus* Planaltina. Deste modo, para a adesão não apenas a alguns itens de alimentação do *Campus*, mas a toda a variedade de alimentos servidos neste ambiente, consideramos que seja necessária a abertura para o processo de diálogo sobre alimentação entre os estudantes e os profissionais deste espaço educativo. Espera-se ainda que deste processo de troca entre a equipe dirigente e os estudantes, sejam elaboradas estratégias para a diminuição do comércio de alimentos não saudáveis na comunidade escolar.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A incursão inicial na rotina alimentar deste espaço escolar leva-nos a acreditar que os estudantes possuem conhecimento a respeito do que é uma alimentação saudável e sabem que podem encontrar este tipo de dieta no refeitório.

Uma instituição com os padrões do *Campus* Planaltina, acaba por desencadear reações nas quais os indivíduos aparentam uma adequação que na verdade não existe, pois os estudantes estão todo o tempo procurando estratégias de burlar as decisões da equipe dirigente.

Como forma de atender seus desejos alimentares que não são satisfeitos os estudantes desenvolveram estratégias que apesar de não explicitamente aprovadas, são aceitas de maneira informal no cotidiano destes alunos.

O comércio irregular de alimentos no *Campus* Planaltina é um dos fatores que contribuem para a ingestão de alimentos com poucos nutrientes e muito ricos em calorias, o que pode, a longo prazo, contribuir para que os estudantes desta unidade de ensino desenvolvam doenças crônicas não transmissíveis. Deste modo, é necessário que se efetive a transversalidade da

educação em saúde na escola para que este possa ser de fato um espaço de formação para a alimentação. Além disso, percebe-se também necessário, uma maior atenção por parte da equipe dirigente do *campus no* sentido de minimizar o comércio irregular de alimentos no espaço escolar.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

DAMATTA, R. **O que faz o Brasil, Brasil?** Rio de Janeiro: Rocco, 1986.

MALTA D.C., CEZÁRIO A.C.; MOURA L.; MORAIS NETO O.L.; SILVA Junior J.B. A construção da vigilância e prevenção das doenças crônicas não transmissíveis no contexto do Sistema Único de Saúde. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, Brasília v.15, p.47-65, 2006.

ARNIZ, M.G. Em direção a uma nova ordem alimentar? In: Canesqui, A.M., Garcia R.W.D.(Org.) **Antropologia e Nutrição: um diálogo possível**. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz; 2005. p. 147-164.

GAMBARDELLA, A.M.D.; FRUTUOSO, M.F.P.; FRANCH, C. Prática Alimentar de Adolescentes. **Revista de Nutrição de Campinas**, Campinas, v.12, p.55-63, 1999.

ALVES, V.S. **Educação em Saúde e Constituição de Sujeitos: Desafios ao Cuidado no Programa Saúde na Família**. Salvador: UFBA, 2004. p.192. Dissertação (Mestrado)- Instituto de Saúde Coletiva, Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2004.

LIMA, K. A. **Análise do processo de construção do conhecimento dietoterápico de pacientes diabéticos atendidos no Programa Saúde da Família do município de Araras-SP**. Araraquara: Unesp, 2004. 272p. Dissertação (mestrado)- Faculdade de Ciências Farmacêuticas, Universidade Estadual Paulista, Araraquara, 2004.

GOFFMAN, E. **Manicômios, Prisões e Conventos**. São Paulo: Perspectiva, 1961).

KAUARK, F.S.; MANHÃES, F.C.; MEDEIROS, C.H. **Metodologia de Pesquisa: Um guia prático**. Itabuna: Via Litterarum, 2010.

COLOMBO, A.A; BERBEL, N.A.N. A Metodologia da Problematização com o Arco de Maguerez e sua relação com os saberes de professores. **Revista Semina: Ciências Sociais e Humanas**. Londrina, v. 28, n. 2, p.121-146, jul./dez. 2007.

FLORO, E. O trabalho feminino na agricultura familiar do cariri cearense: representações imagéticas das alunas do curso técnico em agropecuária sobre trabalho agrícola da mulher sertaneja. **Revista Vozes dos Vales da UFVJM**, Diamantina, v.02, p.1-17, 2012.

MENEZES, M.C.; HORTA, P.M.; SANTOS, L.C.; LOPES, A.C.S; Avaliação do consumo alimentar e de nutrientes no contexto da atenção primária à saúde. **Revista Ceres: Nutrição e Saúde**, Rio de Janeiro, v.6, n.3, p.175-190. 2011.

SILVA, J.G.; TEIXEIRA, M. L. O.; FERREIRA, M. A. Alimentação e saúde: sentidos atribuídos por adolescentes. **Revista de Enfermagem Escola Anna Nery**, Rio de Janeiro, v.16, n.1, p. 88-95, 2012.