

OFICINAS DE FORMAÇÃO EM NUTRIÇÃO PARA MERENDEIRAS E PROFESSORAS DA CRECHE SÃO FRANCISCO DE ASSIS

Andressa Possoli e Manoela Menegazzo

Acadêmicas do Curso de Nutrição da UFSC

Denise Heidrich

Professora do Departamento de Bioquímica da UFSC

Maria Cristina Marcon

Professora do Departamento de Nutrição da UFSC (Coordenadora)

cristinamarcon@uol.com.br

Resumo

O projeto realizado na creche São Francisco de Assis, que atende 130 lactentes e pré-escolares no bairro Serrinha, Florianópolis, teve por objetivo a formação das merendeiras. Foi utilizada a metodologia lúdica através da dinâmica de grupo para elaboração de cardápios, resultando na construção semanal do mesmo pelas próprias merendeiras e professoras. A compra dos alimentos começou a ser orientada pelo cardápio e/ou pela lista de substituição quando necessário.

Palavras-chave: Formação de merendeiras, Dinâmica de grupo, Cardápio.

Introdução

O potencial de crescimento e desenvolvimento das crianças nos primeiros anos de vida está condicionado fundamentalmente à busca da satisfação dos requerimentos considerados mínimos, como alimentação, habitação e saneamento, saúde e educação.

Atualmente ações governamentais estão sendo direcionadas para o atendimento das necessidades básicas das crianças nos seis primeiros anos de vida. A ampliação das unidades de atendimento à comunidade centrou-se na necessidade de oferecer cuidados de saúde, planejamento didático-pedagógico específico, planejamento de refeições e programas de avaliação nutricional continuada.

As creches, além de desenvolverem um projeto pedagógico, também assistem às crianças, fornecendo alimentação. No entanto, os cardápios elaborados pelas funcionárias estão pautados em suas vivências diárias e preferências alimentares, não

estando necessariamente adequados nutricionalmente à população a que se destina a alimentação produzida.

Assim, um dos objetivos do projeto “Desenvolvimento de ações de nutrição em saúde e segurança alimentar, através de formação das merendeiras e da implantação de um sistema de vigilância e monitoramento do estado nutricional dos pré-escolares matriculados na Creche São Francisco de Assis, bairro Serrinha - Florianópolis – SC”, é a formação das merendeiras quanto aos preceitos básicos de nutrição para elaboração de cardápios para cerca de 130 lactentes e pré-escolares.

Para propiciar a construção deste conhecimento, foi criado o Grupo do Cardápio, do qual participavam as três merendeiras, as duas funcionárias responsáveis pela coordenação da creche e as duas bolsistas do Curso de Nutrição da UFSC. Além disso, foram realizadas reuniões com as professoras a fim de discutir o porcionamento das refeições das crianças segundo recomendações da ADA – American Dietician Association (2004), na tentativa de possibilitar a adequação qualitativa e quantitativa das preparações oferecidas às diferentes faixas etárias.

As atividades foram realizadas em grupo, pois, segundo Tabagiba (2002), os tempos do novo milênio fazem emergir a imperiosa necessidade do ser humano utilizar a sua habilidade de se relacionar. Estar em grupo é uma maneira de buscar, através da força coletiva, recursos para enfrentar as dificuldades e encontrar soluções conjuntas para viver de forma mais plena.

A troca de experiências que ocorre na dinâmica do grupo permite o processo de construção do saber. Por isso a experiência do indivíduo não pode ser desprezada. A descoberta de um passa a fazer parte da experiência do outro. Deve-se proporcionar a troca de conhecimento a partir do que o grupo pode trazer, produzir e viver. Não é o facilitador que detém todo o conhecimento. Há maior comprometimento quando se leva em conta a vivência das pessoas. As pessoas no grupo aprendem construindo [Tabagiba, 2002].

Material e Métodos

Foram usadas várias metodologias para desenvolvimento da pedagogia de grupo através dos recursos lúdicos descritos em vários autores como Almeida (2000) e

Tabagiba (2002), porém com adaptações para utilização com o grupo das merendeiras e professoras.

Com o grupo das merendeiras, durante o período de agosto a dezembro de 2004, foram realizadas oficinas mensais com duração de 60 (sessenta) minutos, subdividindo-as em dois ou três grupos de acordo com a disponibilidade de horário das mesmas. As oficinas realizadas foram:

- Oficina do Grupo do Cardápio – A árvore do conhecimento;
- Oficina sobre nutrientes e pirâmide alimentar;
- Oficina de confecção dos cardápios.

Para o grupo com as professoras, a atividade desenvolvida foi a “Oficina de porcionamento das refeições”, onde foi abordado o que é estabelecido pela ADA – American Dietician Association (2004) para o porcionamento das refeições de acordo com as faixas etárias das crianças. As professoras foram divididas em quatro grupos, de acordo com a faixa etária das crianças presentes na sala de aula, sob sua gerência. Cada grupo participou de uma única oficina, cujo tempo de duração foi de 30 (trinta) minutos.

Também foi formado o grupo de avaliação continuada do cardápio, com a participação das merendeiras, professoras, direção e bolsistas. Este grupo reuniu-se no período de novembro a dezembro de 2004 com o objetivo de avaliar os novos cardápios que estavam sendo implementados na creche, durante o segundo semestre de 2004.

Os recursos utilizados para a construção dos conhecimentos abordados nas diferentes oficinas compreenderam: cartazes com o nome dos nutrientes, a figura da pirâmide alimentar, gravuras de alimentos, painel em formato de árvore, recorte de papel em formato de flores, folhas e frutos, pinceis atômicos, cola, entre outros materiais.

Resultados e Análise

A oficina do Grupo do Cardápio – *A árvore do conhecimento* foi realizada a fim de obter informações sobre o processo de produção da alimentação escolar, a relação existente entre os diferentes participantes do grupo e estabelecer os recursos necessários para possibilitar as trocas de conhecimentos sobre alimentação infantil e elaboração de cardápios.

Após a explicação da dinâmica a ser desenvolvida, foi afixado o recorte em forma de árvore em uma das paredes da sala.

Em seguida, foram distribuídos aos integrantes do grupo recortes em papel colorido em formato de folhas, onde deveriam ser escritas as sugestões ou dúvidas sobre a atuação da nutrição; no papel colorido em formato de flores o que vêm de bom na creche, especialmente na unidade de alimentação, mas que ainda necessita de melhoras; no papel colorido em formato de frutos, o que está ótimo e não precisa ser mudado. Após essa etapa, os recortes foram recolhidos, misturados, lidos para o grupo e colados na árvore de papel para que todas as idéias ficassem expostas.

A realização desta oficina proporcionou uma reflexão conjunta para identificar as necessidades, não só da unidade de alimentação, mas da creche como um todo. O diagnóstico, feito pelo próprio grupo, apontou problemas quanto aos alimentos disponíveis na creche, na combinação entre eles e no número de preparações que compõe o cardápio, no porcionamento das refeições pelas professoras e no hábito alimentar das crianças. A partir deste diagnóstico foram determinadas algumas ações a serem desenvolvidas em futuras reuniões do grupo do cardápio e junto às professoras e alunos.

A oficina sobre *nutrientes e pirâmide alimentar* teve como objetivo construir, a partir do conhecimento já existente no grupo do cardápio, o saber sobre as funções, os grupos de alimentos e como utilizar uma lista de substituições. Deste modo, buscou-se dar autonomia ao grupo na elaboração do cardápio e na substituição de alimentos e/ou preparações do mesmo, quanto necessário.

A oficina teve início com a colagem em uma das paredes da sala de cinco cartazes, sendo que cada um estava dividido ao meio por uma linha e tinha na parte superior a identificação do nutriente do qual o alimento é considerado fonte, tais como: carboidratos, proteínas, gorduras, vitaminas e sais minerais e fibras. Em seguida, iniciou-se a explicação dos nutrientes, suas funções e fontes. Terminada esta etapa, foram distribuídas figuras de alimentos e preparações para os integrantes do grupo que deveriam colar as mesmas na parte superior dos diferentes cartazes, segundo o grupo alimentar, por elas identificado. Após a conclusão da colagem, as bolsistas, juntamente com as participantes do grupo, avaliaram a classificação das figuras e, quando o grupo encontrava uma figura em desacordo com a identificação dos nutrientes especificados

no cartaz, retiravam a mesma, colocando-a no painel correto, porém na parte inferior do mesmo. Ao finalizar esta parte da dinâmica, o grupo pode constatar o quanto identificava os alimentos e/ou preparações como fonte de algum nutriente, através da comparação do número de figuras existentes em cada metade do cartaz. Depois, mostrou-se a pirâmide alimentar e a forma como aqueles nutrientes estão ali distribuídos.

Após realizar esta dinâmica sentiu-se a necessidade de se criar um recurso que auxiliasse o grupo a fazer as substituições dos gêneros e/ou preparações no cardápio quando há falta ou excesso de algum alimento, este proveniente de doação. Assim, com a sugestão de um dos integrantes do grupo, construiu-se uma lista de substituição dos alimentos em forma de pirâmide alimentar, na qual cada grupo de alimentos foi caracterizado por uma cor. Essa lista foi afixada na unidade da creche e utilizada como base para as substituições do cardápio, aliada ao conhecimento adquirido durante a dinâmica.

A dinâmica esclareceu dúvidas e questionamentos dos integrantes do grupo, mesmo que estes já haviam tido contato com o assunto em outras ocasiões. Com a lista de substituição em forma de pirâmide alimentar colocada na unidade de alimentação, as merendeiras passaram a ter autonomia para alterar o cardápio quando o alimento não está disponível seja por preço ou época.

A oficina de *confecção dos cardápios* teve como objetivo elaborar cardápios para crianças de 4 meses até 6 anos de idade. Devido ao considerável intervalo entre as faixas etárias, foi preciso confeccionar dois cardápios, sendo que um deles deveria suprir as necessidades das crianças em desmame e o outro, das demais crianças.

Primeiramente, as bolsistas desenvolveram uma proposta de cardápio mantendo as quatro refeições oferecidas pela creche (desjejum, almoço, lanche da tarde e jantar) para as crianças maiores de dois anos e apresentaram ao grupo. Discutiu-se a viabilidade desta proposta considerando os hábitos alimentares seguidos na creche, o tempo para o preparo e a disponibilidade dos alimentos na creche. Além disso, foram feitas alterações no cardápio, reduzindo-se o número de preparações fontes de um mesmo nutriente. Depois de fazer essas alterações, o grupo construiu mais duas semanas do cardápio, para que cada uma das três merendeiras ficasse responsável por um cardápio.

As mesmas etapas foram seguidas na construção do cardápio para as crianças menores de dois anos.

Nos cardápios, os alimentos ou preparações foram impressos em diferentes cores correspondentes aos grupos da lista de substituição.

Na construção dos novos cardápios para os pré-escolares, as merendeiras preocuparam-se com o grupo de nutrientes a que o alimento e/ou preparação fazia parte na pirâmide alimentar como também, com a combinação das cores e da consistência das preparações. Durante a oficina de confecção dos cardápios, o grupo constatou que o número de preparações oferecidos no almoço era grande, o que acabava sobrecarregando as merendeiras. Diante disto, o grupo decidiu reduzir o número de preparações, principalmente as preparações fontes de carboidrato, tendo o cuidado de não comprometer a qualidade nutricional da alimentação. A partir desta definição, não foi mais oferecido, como era habitual, em uma mesma refeição, preparações como polenta, macarrão, farofa e batata. O grupo estabeleceu que no almoço seriam ofertados dois tipos de salada, uma crua e outra cozida, na tentativa de incentivar o consumo de vegetais pelas crianças, fornecendo um aporte de diferentes vitaminas e minerais na semana. No dia alimentar seria garantida pelo menos uma porção de fruta, seja *in natura* ou na forma de suco, geralmente oferecida no lanche da tarde, tentando suprir parte das necessidades de vitaminas, minerais e fibras das crianças. Como no jantar era servido sopa todos os dias, procurou-se diversificar as preparações, introduzindo sanduíches naturais e tortas salgadas, como sanduíche com alface e sardinha e torta de purê de batata com carne moída e tomate.

No cardápio das crianças menores de dois anos, procurou-se estabelecer uma alimentação variada, dentro das características que esta faixa etária apresenta, principalmente com relação à consistência das preparações. No almoço e no jantar foram mantidas as sopas, que fornecem nutrientes necessários ao crescimento e desenvolvimento dos bebês. Da mesma maneira que no cardápio dos maiores, garantiu-se pelo menos uma porção de fruta durante o dia, porém apresentadas de formas diferentes, como amassadas e raspadinhas.

Depois da construção do cardápio, foram realizados encontros com o grupo de avaliação continuada do cardápio que propôs modificações nos mesmos a fim de facilitar o trabalho das merendeiras e aumentar a aceitabilidade das preparações, por

parte das crianças. Algumas das modificações foram: inversões das preparações nos dias da semana; inclusão de uma preparação, como no almoço que era oferecido pirão de feijão, carne assada, couve refogada e tomate foi acrescentado o arroz; adequação das quantidades *per capita*s dos ingredientes das novas receitas após estas serem preparadas pela primeira vez, como a sopa de beterraba.

Com a implantação dos novos cardápios surgiram diversos questionamentos por parte das professoras com relação à aceitação de alguns alimentos ou preparações principalmente pelas crianças menores de dois anos. Diante deste fato, o grupo do cardápio resolveu adotar novas receitas para os alimentos pouco aceitos de modo a não excluí-los do cardápio e a realizar, junto às professoras, consultas para obter informações sobre a aceitabilidade das preparações oferecidas durante o dia alimentar.

Comparando-se as avaliações antropométricas realizadas em abril e agosto de 2004 na creche, notou-se um aumento no número de crianças com sobrepeso e com risco para o sobrepeso. Frente a isso, percebeu-se que a adoção de um cardápio equilibrado não seria suficiente para assegurar saúde a todas as crianças. Era necessário que as professoras, que servem as refeições às crianças, tivessem o conhecimento da quantidade adequada de alimento e preparações que essas devem receber. Assim, desenvolveu-se a *oficina de porcionamento das refeições*, realizada com as professoras da creche divididas em grupos segundo a faixa etária das crianças: B I, B II, GT II e GT III, GT IV e GT V.

O material para esta oficina foi elaborado pelas bolsistas seguindo as recomendações da ADA – American Dietetic Association (2004), e adaptadas às preparações oferecidas pela creche.

Com o grupo das professoras da turma B1 aconteceu apenas uma conversa, pois a faixa etária da turma varia de 4 meses a 2 anos, período de desmame onde os alimentos estão sendo introduzido para as crianças e não há uma recomendação específica de porcionamento, então avaliou-se o cardápio e fez-se sugestões a partir do que elas já haviam relatado nas consultas anteriores.

Com os grupos das outras turmas foi realizada uma breve explicação sobre a pirâmide alimentar a fim de fornecer as professoras o mínimo de conhecimento para entender o porcionamento das refeições. Em seguida, explicou-se a quantidade de

alimento em medidas caseiras a ser servida para as crianças conforme a sua faixa etária, de dois a quatro anos e de quatro a seis anos de idade.

No mesmo momento desta oficina, as professoras puderam avaliar o cardápio implantado na creche e fazer sugestões.

Em virtude desta oficina ter sido uma das últimas atividades realizadas no projeto, os seus resultados não puderam ser observados pois somente seriam vistos a longo prazo por se tratar de mudanças no hábito alimentar das crianças. Assim, sugere-se uma continuidade do projeto para que se possam avaliar os resultados desta oficina através do acompanhamento das refeições oferecidas na creche.

Considerações Finais

Através da vivência grupal foi possível a conquista de um ambiente favorável para a elaboração discussão dos novos cardápios. O grupo auxiliou na construção do saber pela participação e trabalho coletivo, na qual cada membro foi estimulado a contribuir com considerações, reflexões e análises, abrindo espaço para ouvir o que o outro tinha a dizer.

Referências

ALMEIDA, P.N. de. **Educação Lúdica: técnicas e jogos pedagógicos**. São Paulo: Loyola, 2000.

ALVES, R. **Filosofia da ciência: introdução ao jogo e suas regras**. 18 .ed. São Paulo:Brasiliense, 1993.

Food and Helthy Choices for people, American Dietician Association, 2004.

GOLEMAN, D.; KAUFMAN,P.; RAY, M. **O espírito criativo**. Trad. Gilson César Cardoso de Sousa. São Paulo: Cultrix, 1992.

JUNQUEIRA FILHO,G. DE A. **Interdisciplinaridade na pré-escola: anotações de um educador "on the road"**. 2.ed. São Paulo:Pioneira,1996.

TABAGIBA, M. C. Vivendo e aprendendo com grupos: uma metodologia construtivista de dinâmica de grupo. Rio de Janeiro: DP&A, 2002.

POSSOLI, A., et. al. Desenvolvimento de ações em nutrição em saúde e segurança alimentar, através da formação de merendeiras e implantação de um sistema de vigilância e monitoração do estado nutricional dos pré-escolares matriculados na creche São Francisco de Assis, Florianópolis / SC. 2005.