



**PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM MEMÓRIA SOCIAL E BENS
CULTURAIS**

MESTRADO PROFISSIONAL EM MEMÓRIA SOCIAL E BENS CULTURAIS

GEÓRGIA RAMOS DE MEDEIROS DOS SANTOS

**PERCEPÇÕES EMOCIONAIS EM RELAÇÃO À ALIMENTAÇÃO ESCOLAR:
ESTUDO DE CASO COM ALUNOS DO ENSINO FUNDAMENTAL II EM UMA
ESCOLA DE EDUCAÇÃO BÁSICA DE ARARANGUÁ/SC**

CANOAS, 2024

**PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM MEMÓRIA SOCIAL E BENS
CULTURAIS**

MESTRADO PROFISSIONAL EM MEMÓRIA SOCIAL E BENS CULTURAIS

GEÓRGIA RAMOS DE MEDEIROS DOS SANTOS

**PERCEPÇÕES EMOCIONAIS EM RELAÇÃO À ALIMENTAÇÃO ESCOLAR: UM
ESTUDO DE CASO COM ALUNOS DO ENSINO FUNDAMENTAL II, EM UMA
ESCOLA DE EDUCAÇÃO BÁSICA DE ARARANGUÁ/SC**

Dissertação de Mestrado apresentada ao
Programa de Pós-graduação em Memória
Social e Bens Culturais da Universidade
La Salle, como exigência parcial para
obtenção do título de Mestra em Memória
Social e Bens Culturais.

Orientação: Prof. Dr. Maurício Pereira Almerão

Coorientação: Prof. Dr. Fábio Chang de Almeida

CANOAS, 2024



Credenciamento: Portaria Nº 597/2017 de 5/5/2017, D.O.U de 8/5/2017

GEÓRGIA RAMOS DE MEDEIROS DOS SANTOS

**PERCEPÇÕES EMOCIONAIS EM RELAÇÃO À ALIMENTAÇÃO ESCOLAR:
ESTUDO DE CASO COM ALUNOS DO ENSINO FUNDAMENTAL II EM UMA
ESCOLA DE EDUCAÇÃO BÁSICA DE ARARANGUÁ/SC**

Dissertação aprovada para obtenção do título de Mestre, pelo Programa de Pós-Graduação em Memória Social e Bens Culturais, da Universidade La Salle.

BANCA EXAMINADORA

Prof^a. Dr^a. Luana de Carvalho da Silva Gusso
Universidade da Região de Joinville

Prof^a. Dr^a. Lidianne Isabel Filippin
Universidade La Salle, Canoas/RS

Prof. Dr. Fábio Chang de Almeida
Universidade La Salle, Canoas/RS

Prof. Dr. Clóvis Trezzi
Universidade La Salle

Prof. Dr. Mauricio Pereira Almerão
Orientador e Presidente da Banca - Universidade La Salle, Canoas/RS

Área de concentração: Memória Social

Curso: Mestrado em Memória Social e Bens Culturais

Canoas, 09 de dezembro de 2024.

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

S237p Santos, Geórgia Ramos de Medeiros dos.

Percepções emocionais em relação à alimentação escolar [manuscrito] : estudo de caso com alunos do ensino fundamental II em uma escola de educação básica de Araranguá (SC) / Geórgia Ramos de Medeiros dos Santos. – 2024.

119 f. : il.

Dissertação (mestrado em Memória Social e Bens Culturais) – Universidade La Salle, Canoas, 2024.

“Orientação: Prof. Dr. Maurício Pereira Almerão”.

“Coorientação: Prof. Dr. Fábio Chang de Almeida”.

1. Educação. 2. Emoções. 3. Alimentação saudável. 4. Alimentação escolar. 5. Araranguá (SC). I. Almerão, Maurício Pereira. II. Almeida, Fábio Chang de. III. Título.

CDU: 37:613.22

Bibliotecária responsável: Melissa Rodrigues Martins - CRB 10/1380

AGRADECIMENTOS

Agradeço imensamente ao meu esposo Guilherme, e às minhas filhas Laís e Lara, pelo amor, apoio incondicional e paciência durante todo o período de realização deste trabalho.

Aos meus pais, Jorge e Janja, por sempre acreditarem em mim e me incentivarem a seguir meus sonhos.

Agradeço a todos os demais familiares, pois a família é o pilar fundamental em minha vida.

Sou profundamente grata aos meus orientadores, professores doutores Maurício e Fábio, pela dedicação, conhecimento e orientação, pois a jornada ficou mais fácil com a confiança que depositaram em mim, e com o vasto conhecimento que demonstraram em todos os momentos.

Agradeço aos demais professores e colegas do mestrado pela troca de experiências e amizade.

Aos colegas da Escola de Educação Básica Castro Alves, professores, equipe gestora, funcionários terceirizados e em especial aos alunos do sétimo e oitavo ano, pela participação e colaboração fundamental na pesquisa.

Por fim, elevo o meu mais profundo agradecimento a Deus, por tudo que me proporciona ao longo da vida, por me conceder saúde, sabedoria e resiliência para superar todos os desafios e concluir este trabalho.

RESUMO

Esta dissertação buscou avaliar as percepções emocionais em relação à alimentação escolar na Escola de Educação Básica Castro Alves, Araranguá, SC, a partir de estudo com alunos do 7º e 8º ano do Ensino Fundamental. A justificativa para esta pesquisa reside na importância de entender como as emoções associadas ao consumo de alimentos podem impactar positivamente as escolhas alimentares dos jovens, considerando a fase de formação de hábitos alimentares. Identificar preferências que unem prazer e nutrição pode contribuir para a melhoria das práticas de alimentação escolar, promovendo uma relação mais saudável e positiva com os alimentos. A metodologia adotada envolveu a aplicação de um questionário com uma amostra de alunos de uma escola de educação básica de Araranguá/SC. O estudo destacou a preferência por alimentos classificados como "*comfort food*", como bolos de chocolates, *stroganoff* de frango e biscoitos caseiros, que promovem experiências emocionais positivas e reforçam a conexão cultural e familiar, especialmente em itens tradicionais como arroz e feijão. As principais limitações incluem o foco em um único contexto escolar, o que restringe a generalização dos resultados, e a possibilidade de viés nas respostas, considerando a diversidade das percepções individuais sobre os alimentos. Para pesquisas futuras, recomenda-se expandir a investigação para diferentes contextos e faixas etárias, além de explorar estratégias educacionais para aumentar a aceitação de alimentos menos populares e promover uma dieta equilibrada, potencialmente associando a educação alimentar com experiências sensoriais positivas.

Palavras-Chave: Alimentação Escolar; Emoções; Alimentação Afetiva; Memória social.

ABSTRACT

This study aimed to understand the emotional perceptions of middle school students regarding school meals, exploring how the foods offered at school evoke emotional experiences and influence eating behavior. The primary objective was to evaluate the emotional connection with school meals at Castro Alves Basic Education School in Araranguá, SC. The justification for this research lies in the importance of understanding how emotions associated with food consumption can positively impact young people's food choices, especially during the formative phase of eating habits. Identifying preferences that unite pleasure and nutrition can contribute to the improvement of school meal practices, promoting a healthier and more positive relationship with food. The adopted methodology comprised the administration of a questionnaire to a sample population of students from a basic education school in Araranguá/SC. The study highlighted a preference for foods classified as "comfort food," such as chocolate cakes, chicken stroganoff, and homemade cookies, which promote positive emotional experiences and reinforce cultural and family connections, particularly with traditional items such as rice and beans. The main limitations include the focus on a single school context, which restricts the generalization of the results, and the potential for response bias, given the diversity of individual perceptions about food. For future research, it is recommended to expand the investigation to different contexts and age groups, as well as to explore educational strategies to increase acceptance of less popular foods and promote a balanced diet, potentially associating food education with positive sensory experiences.

Keywords: School Feeding; Emotions; Affective Feeding; Social Memory.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1	<i>EmojiGrid</i> : uma grade de afeto rotulada por <i>emojis</i> para a medição de percepções emocionais relacionadas à comida	49
Figura 2	<i>EmojiGrid</i> enumerado e dividido em quadrantes	50
Figura 3	Todos os cardápios referentes às cinco semanas do mês de Março/2024 servidos na E.E.B. Castro Alves	54
Figura 4	Somatório das respostas (quantidade de vezes que foram assinalados cada quadrante do <i>EmojiGrid</i>) em relação aos quatro tipos de refeições salgadas	59
Figura 5	Somatório das respostas (quantidade de vezes que foram assinalados cada quadrante do <i>EmojiGrid</i>) em relação aos quatro tipos de Saladas (hortaliças)	60
Figura 6	Somatório das respostas (quantidade de vezes que foram assinalados cada quadrante do <i>EmojiGrid</i>) em relação aos quatro tipos de frutas	61
Figura 7	Somatório das respostas (quantidade de vezes que foram assinalados cada quadrante do <i>EmojiGrid</i>) em relação aos quatro tipos de lanches ...	62
Figura 8	Somatório das respostas (quantidade de vezes que foram assinalados cada quadrante do <i>EmojiGrid</i>) em relação aos quatro tipos de bebidas ...	63
Figura 9	Gráfico que demonstra a quantidade de respostas por quadrante, neutro e nunca comeu do alimento macarronada de carne	85
Figura 10	Gráfico que demonstra a quantidade de respostas por quadrante, neutro e nunca comeu do alimento <i>stroganoff</i> de frango	85
Figura 11	Gráfico que demonstra a quantidade de respostas por quadrante, neutro e nunca comeu do alimento feijão, arroz e carne	86

Figura 12	Gráfico que demonstra a quantidade de respostas por quadrante, neutro e nunca comeu do alimento canja de frango	86
Figura 13	Gráfico que demonstra a quantidade de respostas por quadrante, neutro e nunca comeu do alimento beterraba cozida	87
Figura 14	Gráfico que demonstra a quantidade de respostas por quadrante, neutro e nunca comeu do alimento couve refogada	87
Figura 15	Gráfico que demonstra a quantidade de respostas por quadrante, neutro e nunca comeu do alimento repolho ralado	88
Figura 16	Gráfico que demonstra a quantidade de respostas por quadrante, neutro e nunca comeu do alimento cenoura ralada	88
Figura 17	Gráfico que demonstra a quantidade de respostas por quadrante, neutro e nunca comeu do alimento tangerina	89
Figura 18	Gráfico que demonstra a quantidade de respostas por quadrante, neutro e nunca comeu do alimento maçã	89
Figura 19	Gráfico que demonstra a quantidade de respostas por quadrante, neutro e nunca comeu do alimento banana	90
Figura 20	Gráfico que demonstra a quantidade de respostas por quadrante, neutro e nunca comeu do alimento Melão	90
Figura 21	Gráfico que demonstra a quantidade de respostas por quadrante, neutro e nunca comeu do alimento bolo de chocolate	91
Figura 22	Gráfico que demonstra a quantidade de respostas por quadrante, neutro e nunca comeu do alimento canjica doce	91
Figura 23	Gráfico que demonstra a quantidade de respostas por quadrante, neutro e nunca comeu do alimento pão massinha com frango	92
Figura 24	Gráfico que demonstra a quantidade de respostas por quadrante, neutro e nunca comeu do alimento biscoito caseiro	92

Figura 25	Gráfico que demonstra a quantidade de respostas por quadrante, neutro e nunca comeu do alimento café com leite	93
Figura 26	Gráfico que demonstra a quantidade de respostas por quadrante, neutro e nunca comeu do alimento suco de uva	93
Figura 27	Gráfico que demonstra a quantidade de respostas por quadrante, neutro e nunca comeu do alimento suco de maçã	94
Figura 28	Gráfico que demonstra a quantidade de respostas por quadrante, neutro e nunca comeu do alimento iogurte natural batido com banana e mel	94

LISTA DE QUADROS

Quadro 01	Número de alunos matriculados no Ensino Fundamental I e II na escola no ano de 2023, divididos em períodos matutino e vespertino	42
Quadro 02	Imagens ilustrativas dos itens alimentares que foram selecionados, após análise dos cardápios	44
Quadro 03	Demonstrativo das variedades e a frequência das “refeições salgadas” ofertadas aos alunos durante o período da pesquisa	55
Quadro 04	Demonstrativo das variedades e a frequência das “Saladas (hortaliças)” ofertadas aos alunos durante o período da pesquisa	56
Quadro 05	Demonstrativo das variedades e a frequência das “Frutas” ofertadas aos alunos durante o período da pesquisa	57
Quadro 06	Demonstrativo das variedades e a frequência dos “Lanches” ofertadas aos alunos durante o período da pesquisa	57
Quadro 07	Demonstrativo das variedades e a frequência das “bebidas” ofertadas aos alunos durante o período da pesquisa	58
Quadro 08	Quantidade de respostas do quadrante mais assinalado de cada item alimentar e o que significa a percepção emocional deste quadrante	64
Quadro 09	Porcentagem dos itens alimentares que receberam mais respostas nos quadrantes das emoções negativas (quadrante 1 e 4)	65
Quadro 10	Porcentagem dos itens alimentares que receberam a mesma quantidade de respostas negativas (quadrantes 1 e 4) e positivas (quadrantes 2 e 3)	65
Quadro 11	Porcentagem dos itens alimentares que receberam mais respostas nos quadrantes das emoções positivas (quadrantes 2 e 3)	66
Quadro 12	Respostas (quantidade de vezes que foram assinalados cada número do <i>EmojiGrid</i>) em relação aos quatro tipos de refeições salgadas	80

Quadro 13	Respostas (quantidade de vezes que foram assinalados cada número do <i>EmojiGrid</i>) em relação aos quatro tipos de Saladas (hortaliças).....	81
Quadro 14	Respostas (quantidade de vezes que foram assinalados cada número do <i>EmojiGrid</i>) em relação aos quatro tipos de frutas	82
Quadro 15	Respostas (quantidade de vezes que foram assinalados cada número do <i>EmojiGrid</i>) em relação aos quatro tipos de lanches	83
Quadro 16	Respostas (quantidade de vezes que foram assinalados cada número do <i>EmojiGrid</i>) em relação aos quatro tipos de bebidas	84

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

ACT	Admissão de professores em caráter temporário
CIASC	Centro de Informática e Automação do Estado de Santa Catarina S. A.
DCNT	Doenças Crônicas Não Transmissíveis
EAN	Educação Alimentar e Nutricional
EEB	Escola de Educação Básica
FNDE	Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação
IBGE	Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística
PNAE	Programa Nacional de Alimentação Escolar
PNAN	Política Nacional de Alimentação e Nutrição
PPGMSBC	Programa de Pós Graduação em Memória Social em Bens Culturais
SED	Secretaria de Estado da Educação
SISGESC	Sistema de Gestão Escolar
UNESC	Universidade do Extremo Sul de Santa Catarina
UNIASSELVI	Centro Universitário Leonardo Da Vinci
UNOPAR	Universidade Norte do Paraná

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	16
1.1 MEMORIAL	16
1.2 CONTEXTUALIZAÇÃO DO TEMA	18
1.3 CONTEXTUALIZAÇÃO DO OBJETO DO ESTUDO	21
1.4 OBJETIVOS	23
1.4.1 Objetivo Geral.....	23
1.4.2 Objetivos Específicos.....	23
2 REFERENCIAL TEÓRICO	24
2.1 MEMÓRIA SOCIAL	24
2.2 CULTURA ALIMENTAR.....	26
2.3 ALIMENTAÇÃO AFETIVA.....	32
2.4 CRIANÇAS, EMOÇÕES E COMIDA	36
2.5 EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL (EAN).....	39
3 METODOLOGIA.....	42
3.1 ESCOLHA DOS PARTICIPANTES	42
3.2 AVALIAÇÃO DA DINÂMICA DA OFERTA DE ALIMENTAÇÃO NA ESCOLA..	43
3.3 AVALIAÇÃO DAS PERCEPÇÕES EMOCIONAIS EM RELAÇÃO À ALIMENTAÇÃO ESCOLAR.....	44
3.4 DESENVOLVIMENTO DE UMA CARTILHA DIGITAL SOBRE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR.....	51
4 RESULTADOS	53
4.1 ANÁLISE DA DINÂMICA DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR.....	53
4.2 AVALIAÇÃO DAS PERCEPÇÕES EMOCIONAIS DOS ALUNOS	58
5 DISCUSSÃO	67
6 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	73
7 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	74
ANEXO 1 – QUADROS COM A TABULAÇÃO DAS RESPOSTAS DA PRANCHA DESENVOLVIDA.....	80
ANEXO 2 – GRÁFICOS DAS RESPOSTAS POR QUADRANTE DE CADA ITEM ALIMENTAR	85
ANEXO 3 – CARTILHA DE ATIVIDADES SOBRE ALIMENTAÇÃO E EMOÇÕES	

PARA O ENSINO FUNDAMENTAL	95
--	-----------

1. INTRODUÇÃO

1.1 MEMORIAL

13 Vós sois o sal da terra; mas se o sal perde o sabor, com que lhe será restituído o sabor? para nada mais serve, senão para ser lançado fora, e calcado pelos homens.
14 Vós sois a luz do mundo. Não se pode esconder uma cidade situada sobre uma montanha.” (Bíblia Sagrada. Mt 5, 13-14).

Ressoam em minha mente as passagens: “Vós sois o sal da terra” e “Vós sois a luz do mundo”. Mas de que maneira podemos desempenhar esse papel na sociedade? Uma das formas mais eficazes de contribuir para um mundo melhor é por intermédio da educação, razão pela qual a comunidade escolar sempre exerceu um fascínio especial sobre mim. Durante minha infância, encantava-me com os professores e sua habilidade de disseminar conhecimento, proporcionando o desenvolvimento intelectual e social dos alunos. Ademais, nutria uma admiração particular pela gestão escolar, pois esta se mostrava capaz de estabelecer um ambiente organizacional propício ao aprendizado e à convivência harmoniosa na unidade de ensino.

Antes de me dedicar à área da educação, tive a oportunidade de aprofundar meus conhecimentos em empreendedorismo, uma vez que minha família sempre esteve inserida no ramo comercial. Minha saudosa avó, Hilda, possuía um estabelecimento denominado Girassol, situado na esquina da Avenida Getúlio Vargas (calçadão) com a Avenida XV de Novembro, no centro de Araranguá. Posteriormente, minha mãe, Rosângela, assumiu a propriedade do referido comércio, mantendo-o no mesmo local. Em função desse contexto, cresci acompanhando minha família no universo empresarial e vivenciando essa experiência desde tenra idade. Durante os verões, auxiliava minha mãe na administração da loja litorânea, juntamente com meus irmãos. Recordo-me de que nossa genitora nos incentivava por meio de comissões sobre as vendas, motivo pelo qual nos empenhávamos ao máximo para atender os turistas e comercializar os produtos da loja.

Com o transcorrer do tempo, ao atingir a faixa etária de 13 a 14 anos, ingressei formalmente na atividade comercial, atuando como atendente no estabelecimento que minha mãe administrava no Centro Comercial Araranguá, situado ao lado do atual Center Shopping. No seio familiar, prevalecia a convicção de que, ao alcançar a adolescência tardia, por volta dos 14 ou 15 anos, os jovens deveriam compreender a relevância do trabalho, da honestidade e do esforço na aquisição de seus próprios bens. Esses valores foram-me transmitidos, levando-me a ingressar no mercado de trabalho. O comércio da família, inicialmente voltado

para a venda de calçados, passou por diversas modificações ao longo dos anos, abrangendo brinquedos, enxovais, artigos esportivos, bolsas, bijuterias e lenços. Nessa trajetória, aprendi a atender clientes, negociar, realizar compras, precificar produtos, efetuar vendas, trocar mercadorias e administrar os desafios inerentes ao setor comercial, experiência que perdurou por muitos anos de minha vida.

O setor varejista é notoriamente desafiador, exigindo um constante equilíbrio entre aquisição e precificação de mercadorias, atendimento de qualidade, administração financeira e pagamento de diversas obrigações, tais como tributos, aluguéis e salários. Ademais, a incerteza quanto à frequência de clientes e à rentabilidade do negócio impõe desafios diários. Essas circunstâncias, aliadas ao meu interesse pela educação, impulsionaram-me a ingressar no curso de Artes Visuais na Universidade do Extremo Sul de Santa Catarina (UNESC), onde obtive licenciatura em 2009.

Em 2011, busquei aprimoramento acadêmico, obtendo pós-graduação “Lato Sensu” em Práticas Pedagógicas Interdisciplinares na Educação Infantil e nas Séries Iniciais do Ensino Fundamental e Médio pela Universidade Dom Bosco. Essas formações possibilitaram meu ingresso, via concurso público em 2012, no corpo docente da rede estadual de ensino, assumindo o cargo de professora efetiva da disciplina de Arte na Escola de Educação Básica Jordão Bernardo da Rosa, no bairro Sanga da Areia, em Araranguá.

Essa experiência foi singularmente enriquecedora e gratificante. No entanto, almejava integrar a gestão escolar. Assim, entre 2016 e 2017, cursei novas graduações na Universidade Norte do Paraná (Unopar) — Pedagogia — e no Centro Universitário Leonardo Da Vinci (UNIASSELVI) — Pós-Graduação “Lato Sensu” em Administração, Supervisão e Orientação Escolar. Essas especializações culminaram em minha aprovação em novo certame, em 2018, que me levou a ser exonerada da Escola Jordão Bernardo da Rosa e a ingressar como Administradora Escolar na Escola de Educação Básica Castro Alves. Esse novo cargo possibilitou minha integração à equipe gestora, permitindo-me atuar na administração escolar de maneira mais efetiva.

Ao longo de minha carreira profissional, tive a oportunidade de vivenciar duas realidades distintas na educação: a sala de aula e a gestão escolar. Atualmente, como administradora escolar, minha atuação concentra-se na preservação do patrimônio e na gestão da alimentação escolar. Sendo esse um aspecto fundamental do cotidiano educacional, minha pesquisa acadêmica centra-se nas percepções emocionais em relação à alimentação escolar,

tema de grande relevância para compreensão dos hábitos nutricionais dos discentes e aprimoramento das condições alimentares ofertadas.

Dessa forma, minha trajetória acadêmica e profissional levou-me a cursar, atualmente, o Programa de Pós-Graduação em Memória Social e Bens Culturais na Universidade La Salle, almejando aprofundamento teórico e prático. Essa busca incessante por conhecimento visa tanto a ascensão profissional e progressão na carreira do magistério quanto o desenvolvimento de competências que permitam a proposição de soluções inovadoras no âmbito escolar.

1.2 CONTEXTUALIZAÇÃO DO TEMA

A alimentação é fundamental para a saúde e para o bem-estar do ser humano. Uma alimentação adequada fornece nutrientes e micronutrientes que são essenciais para manter a saúde celular, fortalecer o sistema imunológico e garantir o funcionamento adequado dos órgãos. Os alimentos também fornecem a energia necessária para as atividades diárias, desde tarefas simples até exercícios físicos intensos e uma dieta equilibrada auxilia no desempenho físico e mental, além de contribuir para uma recuperação mais rápida após o exercício. Uma dieta adequada pode ajudar a prevenir uma série de doenças crônicas, como: doenças cardiovasculares, diabetes tipo 2, hipertensão arterial e certos tipos de câncer (Brasil, 2021). Também o bem-estar emocional e mental está relacionado à dieta, pois uma alimentação equilibrada em nutrientes e micronutrientes melhora a saúde do cérebro e a regulação dos neurotransmissores, o que pode afetar o humor, a concentração e até mesmo reduzir o risco de depressão e ansiedade.

Partindo do pressuposto de que a alimentação é de suma importância para os seres humanos, visto que por meio dela obtemos os nutrientes necessários para garantir a energia vital, não se pode esquecer que o ato de se alimentar, além dos aspectos biológicos, fisiológicos e afetivos, também envolve questões sociais e culturais. A comida fortalece laços familiares e comunitários, enquanto pratos tradicionais refletem as identidades culturais de grupos e regiões. Conforme Canesqui e Garcia (2005, p. 9) a alimentação é “[...] imprescindível para a vida e a sobrevivência humanas, como necessidade básica e vital, ela é necessariamente modelada pela cultura e sofre os efeitos da organização da sociedade, não comportando a sua abordagem olhares unilaterais.”

Portanto, a importância da alimentação vai além de simplesmente satisfazer a fome. Ela influencia diretamente a saúde física e mental, além de desempenhar papel significativo

em nossa vida social. As decisões alimentares estão permeadas culturalmente por hábitos e valores perpassados por gerações. O alimento não apenas pode e deve suprir as necessidades calóricas diárias, mas, carrega consigo significados muito mais abrangentes para o indivíduo, uma comunidade ou grupo social. Como afirma Miriam Bertrand Vilá:

O que comer, como, com quem, onde e quando são decisões a serem tomadas em função de características sociais, culturais e econômicas. Não respondem apenas à necessidade de satisfazer a fome ou a uma exigência; nem sequer à vontade individual de um sujeito, pois, ainda quando este come sozinho, suas decisões alimentares estão guiadas por referências culturais (Vilá, 2019, p. 29).

Segundo Botelho (2001, p. 2), a cultura é produzida “através da interação social dos indivíduos, que elaboram seus modos de pensar e sentir constroem seus valores, manejam suas identidades e diferenças e estabelecem suas rotinas”, deste modo é no socializar que o ser humano vai criando e recriando modos de ser e agir.

A relação afetiva com a comida pode ser tanto uma experiência individual quanto um fenômeno que ganha significado no contexto coletivo. Afinal de contas, cada indivíduo desenvolve uma relação afetiva única com a comida ao longo da vida, influenciada por suas experiências pessoais, memórias alimentares, preferências gustativas, e até mesmo por eventos marcantes associados a certos alimentos ou pratos específicos. A construção afetiva da comida muitas vezes é moldada por tradições familiares e culturais. Pratos típicos de uma região, receitas transmitidas ao longo das gerações, e rituais alimentares familiares contribuem para a construção de uma identidade alimentar que é compartilhada e valorizada dentro de um grupo social específico (Gimenes-Minasse, 2016).

A comida desempenha um papel central em celebrações e festividades culturais. Os alimentos servidos nessas ocasiões não apenas alimentam o corpo, mas também fortalecem vínculos emocionais e sociais entre os participantes. Essas celebrações coletivas reforçam significados simbólicos associados aos alimentos e aos rituais gastronômicos, assim certos alimentos e pratos podem se tornar símbolos de identidade cultural e patrimônio gastronômico de uma comunidade ou de um país. A preservação e transmissão dessas tradições alimentares contribuem para a construção de uma memória coletiva que fortalece os laços entre os membros de uma sociedade (Amon; Menasche, 2008).

Por conseguinte, a maneira como uma comunidade ou sociedade se relaciona afetivamente com a comida pode influenciar padrões de consumo alimentar e, conseqüentemente, a saúde pública. Campanhas de educação alimentar, políticas de promoção da alimentação saudável e iniciativas de valorização da culinária local podem ser moldadas pela compreensão dos aspectos afetivos ligados à comida. Portanto, a construção afetiva da

comida é tanto um fenômeno pessoal quanto um processo que se expande para o coletivo, influenciado pela trajetória de vida do indivíduo, permeando suas memórias, sentimentos, emoções e sensações (Baptista, 2021).

Além dos hábitos alimentares serem influenciados pela cultura, o indivíduo depende da disponibilidade e acessibilidade aos alimentos para que possa usufruir socialmente desta necessidade básica, internacionalmente instituída como direito em 1948 pela Declaração Universal dos Direitos Humanos. Conforme seu artigo 25, “todo ser humano tem direito a um padrão de vida capaz de assegurar a si e à sua família saúde, bem-estar, inclusive alimentação, vestuário, habitação, cuidados médicos e os serviços sociais indispensáveis...” (ONU, 1948).

Visando garantir o direito à alimentação, o Brasil, ao longo dos anos, vem implementando políticas públicas relacionadas ao tema. O Ministério da Educação formalizou primeiro a preocupação com a alimentação escolar, buscando oportunizar uma alimentação digna e saudável nas escolas públicas. Junto ao Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE) lançou o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) em 1979, o qual derivou-se da Campanha da Merenda Escolar originada em 1955, sendo esta o embrião dos esforços para garantir o direito a uma alimentação saudável ao corpo discente que frequenta a educação básica. Vale ressaltar que o PNAE é um programa que visa:

[...] contribuir para o crescimento e o desenvolvimento biopsicossocial, a aprendizagem, o rendimento escolar e a formação de hábitos alimentares saudáveis dos alunos, por meio de ações de educação alimentar e nutricional e da oferta de refeições que cubram as suas necessidades nutricionais durante o período letivo (Brasil, 2009).

Deste modo, a escola em comunhão com a família, é um ambiente que deve promover e estimular a adoção de hábitos alimentares saudáveis para que possam ser perpetuados durante a fase adulta.

Não obstante, a Lei nº 11.947/2009, dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar e do Programa Dinheiro Direto na Escola aos alunos da educação básica, tendo como diretriz em seu artigo 2º, inciso da 1º da alimentação escolar nas escolas do território nacional:

[...] o emprego da alimentação saudável e adequada, compreendendo o uso de alimentos variados, seguros, que respeitem a cultura, as tradições e os hábitos alimentares saudáveis, contribuindo para o crescimento e o desenvolvimento dos alunos e para a melhoria do rendimento escolar, em conformidade com a sua faixa etária e seu estado de saúde, inclusive dos que necessitam de atenção específica.

Compreende-se que esta lei garante ao estudante o respeito a sua cultura e as tradições alimentares, as quais são carregadas de afeto e memória, diante disso, espera-se que os cardápios atendam as necessidades nutricionais, culturais e afetivas dos alunos.

Já o Ministério da Saúde, criou em 1999 a Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN), a qual foi atualizada em 2011, com o propósito de realizar melhorias nas condições de alimentação, nutrição e saúde da população. A PNAN teve como propósito a melhoria das condições de alimentação, nutrição e saúde da população brasileira (Brasil, 2013).

Posteriormente, em 2010, através de uma emenda à Constituição Federal de 1988, foi ratificada a importância deste pensamento, acrescentando a alimentação como direito social, no artigo 6º.¹

1.3 CONTEXTUALIZAÇÃO DO OBJETO DE ESTUDO

Dentro desse contexto, avaliar as percepções emocionais em relação à alimentação escolar na Escola de Educação Básica Castro Alves, Araranguá, SC, a partir de estudo com alunos do 7º e 8º ano do Ensino Fundamental, tornou-se o objetivo geral do presente trabalho. Para isso, foram investigadas as percepções emocionais dos alunos acerca da alimentação escolar, e de acordo com os resultados obtidos, foram propostas estratégias para tornar a alimentação escolar mais atrativa, levando em consideração as percepções emocionais despertadas nos alunos pela comida oferecida na escola.

A Escola de Educação Básica Castro Alves pertence a rede estadual de ensino de Santa Catarina, estando localizada na Avenida XV de novembro, n. 1645, no Centro de Araranguá/SC. A Escola foi inaugurada no dia 11 de agosto de 1945 pelo Interventor Federal Nereu Ramos, e hoje atende crianças de sete a dezesseis anos, que cursam do primeiro ao nono ano do Ensino Fundamental. O espaço físico da escola compreende 10.200 m², sendo 4.552 m² cobertos. A escola conta com um corpo docente composto por 18 professores efetivos, 54 professores admitidos por caráter temporário (ACT), 09 funcionárias efetivas para realização do serviço administrativo escolar (03 secretárias, 03 assistentes técnico pedagógicos, 01 administradora escolar, 01 orientadora educacional e 01 professora readaptada que atua na sala de cópias), 02 funcionárias que atuam na gestão escolar (diretora e assistente de direção – que são professoras efetivas da escola), 08 funcionários terceirizados para realização dos serviços gerais e 02 funcionárias terceirizadas que atuam como cozinheiras na alimentação escolar.

¹ São direitos sociais a educação, a saúde, a alimentação, o trabalho, a moradia, o lazer, a segurança, a previdência social, a proteção à maternidade e à infância, a assistência aos desamparados, na forma desta Constituição. (Redação dada pela Emenda Constitucional n. 64, de 2010).

A autora da presente dissertação faz parte da administração escolar, trabalhando junto a fiscalização da alimentação na instituição. Dentre as atribuições da função, está a fiscalização da alimentação escolar no educandário, o que inclui a confecção e distribuição das carteirinhas para os discentes, a fiscalização da correta entrega e acondicionamento dos ingredientes que serão utilizados para a confecção da alimentação, a conferência da limpeza e higienização do ambiente onde a comida é confeccionada e servida para os alunos, a conferência da confecção e da qualidade da alimentação, a divulgação junto a comunidade escolar do cardápio mensal, semanal e diário à disposição dos alunos, o controle da ordem dentro do refeitório, entre inúmeras outras funções. Nesse contexto, foi constatado empiricamente que apenas cerca de 30% dos alunos usufruem da alimentação oferecida pela escola.

Por ter acesso ao ambiente escolar diariamente, foi possível dedicar especial atenção ao estudo, com tempo e acesso facilitado aos sujeitos pesquisados, permitindo que tal pesquisa tenha impacto positivo no desenvolvimento das funções laborais e da comunidade escolar, a fim de que se possam exercer as atribuições diárias com mais conhecimento, por meio de um olhar pesquisador que encontra problemas e futuras soluções, para que se possa ofertar um ambiente escolar digno e satisfatório ao maior bem: os alunos.

Tal pesquisa demonstra ser de grande valia para a instituição e a comunidade escolhida, já que através dela foi possível investigar as percepções emocionais dos alunos acerca da alimentação escolar, tornando-a mais atrativa. E a partir da realidade investigada, ainda foi possível desenvolver considerações importantes e necessárias para colaborar com os desdobramentos e processos que envolvem a aceitação da merenda escolar e a valorização do esforço estatal em ofertar uma alimentação devidamente balanceada e rigorosamente pensada para ser rica em nutrientes que possibilitem um melhor aproveitamento da aprendizagem.

1.4 OBJETIVOS

1.4.1 Objetivo Geral

Avaliar as percepções emocionais em relação à alimentação escolar na Escola de Educação Básica Castro Alves, Araranguá, SC, a partir de estudo com alunos do 7º e 8º ano do Ensino Fundamental.

1.4.2 Objetivos Específicos

- Avaliar como ocorre a dinâmica de oferta de alimentação na escola;
- Avaliar as percepções emocionais em relação à alimentação escolar;
- Propor estratégias para tornar a alimentação escolar mais atrativa, levando em consideração os sentimentos despertados nos alunos pela comida oferecida na escola.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 MEMÓRIA SOCIAL

Para o sociólogo Maurice Halbwachs, a memória individual é fortalecida na coletividade, pois sua construção se dá socialmente na vivência dos grupos que se alinham por afinidade e convivência. De fato, as memórias são produzidas no transcorrer do tempo pelos grupos sociais, e quanto mais vínculos entre as partes, as memórias se tornam mais fortes, pois são lembradas e partilhadas em conjunto devido a grande afinidade.

Diríamos voluntariamente que cada memória individual é um ponto de vista sobre a memória coletiva, que este ponto de vista muda conforme o lugar que ali eu ocupo, e que este lugar mesmo muda segundo as relações que mantenho com outros meios. Não é de admirar que, do instrumento comum, nem todos aproveitam do mesmo modo. Todavia, quando tentamos explicar essa diversidade, voltamos sempre a uma combinação de influências que são, todas, de natureza social (Halbwachs, 1990, p. 51).

Deste modo a reconstrução da memória está intrinsecamente relacionada aos contextos sociais por meio da memória coletiva, já que as recordações individuais coexistem socialmente, não ocorrendo linearmente por meio da repetição de fatos, mas influenciada pelos grupos sociais. Assim sendo a memória individual é fruto da memória coletiva, onde cada qual inserido no mesmo contexto usufrui dos acontecimentos sociais de maneira diferente, ressignificando-a conforme as interações pessoais que mantém com o meio social.

De acordo com Halbwachs (1990, p. 47), “de uma maneira ou de outra, cada grupo social empenha-se em manter uma semelhante persuasão junto a seus membros”. Deste modo a identidade de um grupo é formada por meio das interações e vivências, que por meio dos vínculos sociais vão moldando os indivíduos pertencentes a um grupo.

Nessa perspectiva, Maurice Halbwachs, oferece uma perspectiva única sobre como as memórias são formadas e preservadas dentro de contextos sociais. Aplicando suas teorias à memória alimentar, torna-se possível compreender como as práticas e tradições alimentares desempenham um papel crucial na formação da identidade individual e coletiva.

Ainda, cabe mencionar que a memória alimentar se refere às lembranças associadas aos alimentos, refeições e práticas culinárias que são transmitidas e preservadas dentro de um grupo social. De acordo com Halbwachs (1990), a memória não é apenas um fenômeno individual, mas é profundamente enraizada nas interações sociais e nos contextos culturais. Nesse sentido, a memória alimentar é um exemplo claro de como nossas lembranças são

moldadas por práticas sociais e tradições culturais. A identidade de um grupo pode se manifestar na maneira como as práticas culinárias são preservadas e celebradas como parte da herança cultural. Os alimentos típicos de uma região, as receitas tradicionais e os modos de preparo são elementos importantes da identidade cultural e são transmitidos de geração em geração.

Na mesma linha, compreende-se que a sociedade também possui influência na Memória Alimentar, uma vez que as memórias alimentares são formadas e sustentadas pelas interações sociais e pelos quadros culturais em que estamos inseridos. Por exemplo, os sabores, aromas e receitas que evocam lembranças da infância não são apenas recordações pessoais, mas são influenciados por práticas culinárias transmitidas de geração em geração. Essas práticas alimentares são aprendidas e perpetuadas dentro da família, da comunidade e de outras instituições sociais, criando uma conexão profunda entre o alimento e a identidade cultural (Pollak, 1992).

Segundo Pollak (1992, p. 5) “o que a memória individual grava, recalca, exclui, relembra, é evidentemente o resultado de um verdadeiro trabalho de organização.” Deste modo, ela é construída num intenso processo de contato com lugares, pessoas e acontecimentos que vão formando conscientemente ou inconscientemente as memórias:

A memória é um elemento constituinte do sentimento de identidade, tanto individual como coletiva, na medida em que ela é também um fator extremamente importante do sentimento de continuidade de coerência de uma pessoa de um grupo em sua reconstrução de si (Pollak, 1992, p. 5).

Nesse contexto se pode considerar que as refeições em família, por exemplo, são momentos importantes de socialização e transmissão de memória, tradições e valores culturais. Os pratos preparados para ocasiões especiais, como festas de fim de ano, aniversários e celebrações religiosas, carregam significados culturais e emocionais que são compartilhados por todos os membros do grupo, reforçando os laços familiares e comunitários.

A memória alimentar também desempenha um papel na construção da identidade individual. As preferências alimentares e as lembranças associadas a certos alimentos ajudam a moldar quem somos e como nos vemos dentro do contexto maior de nossa cultura e comunidade. Por exemplo, um prato específico pode evocar lembranças de momentos felizes com a família ou de uma tradição cultural significativa, contribuindo para a nossa sensação de pertencimento e identidade (Amon e Menasche, 2008).

É relevante frisar que a memória alimentar não é estática; ela evolui e se adapta ao longo do tempo. As receitas e práticas culinárias podem mudar à medida que novas influências culturais e sociais são incorporadas. No entanto, mesmo com essas mudanças, a essência das tradições alimentares pode ser preservada, mantendo a continuidade da memória coletiva (Halbwachs, 1990).

A globalização e a migração, por exemplo, têm um impacto significativo na memória alimentar. Imigrantes muitas vezes carregam consigo suas tradições culinárias, que são adaptadas e transformadas no novo contexto cultural. Essas adaptações podem resultar em novas formas de memória alimentar que combinam elementos da cultura de origem com influências do novo ambiente, criando uma rica tapeçaria de tradições culinárias e lembranças associadas (Santos, 2005).

Assim, a teoria de Maurice Halbwachs sobre memória coletiva nos ajuda a entender a profundidade e a complexidade da memória alimentar. Ela revela como nossas lembranças associadas aos alimentos são moldadas por práticas sociais e culturais, e como essas memórias contribuem para a construção da identidade individual e coletiva. A memória alimentar é um exemplo poderoso de como as tradições e práticas culturais são preservadas e transmitidas ao longo do tempo, mantendo viva a herança cultural e fortalecendo os laços sociais dentro de um grupo.

2.2 CULTURA ALIMENTAR

O ser humano é um animal racional, que possui a qualidade de ser um indivíduo pensante e sujeito da cultura. A cultura perpassa por diferentes áreas do conhecimento, sendo referenciada de modo transversal por distintos espaços da ação humana.

Apresentar o conceito de cultura não se trata de uma tarefa fácil, tendo em vista que seu significado pode ser interpretado sob o prisma da antropologia, da sociologia, da ciência, bem como de outros aspectos gerais que formam a cultura. Portanto, acredita-se que não há uma definição definitiva para o termo “cultura”.

Considerando este aspecto que se relaciona ao termo “cultura”, para fins de apresentar um conceito apropriado e universalista, destaca-se que o antropólogo inglês Edward Burnett Tylor aborda a cultura como um fenômeno natural que resulta da desigualdade e dos mais diversos estágios da evolução social, por tal razão, sua análise poderá ocorrer de modo sistemático, pois afirma que a cultura é o conjunto de valores, crenças, conhecimentos e práticas compartilhados por um grupo social (Menezes, 2003).

É também possível conceber a cultura sob dois aspectos: o imaterial - composto de hábitos, valores e crenças; e o material – que é composto de evidências e elementos tangíveis de metodologias da ciência que dão acesso à cultura (Cuche, 2002).

Para Williams (2007), a complexidade semântica do termo “cultura” está diretamente relacionada com a sua história, uma vez que sua raiz provém do termo *colore*, que em latim compõem significados diversos como habitar, cultivar, proteger, honrar, etc. Ainda, do ponto de vista do significado voltado para o ato de cultivar, o termo “cultura” foi utilizado nos séculos XVIII e XIX para designar determinadas práticas, por exemplo, “cultura das artes”, “cultura das letras” e “cultura das ciências”. É notório que os diferentes campos semânticos da cultura são utilizados para substituir outros termos, tais como “mentalidade”, “espírito”, “tradição” e “ideologia” (Cuche, 2002).

Para Canedo (2009), o conceito de cultura pode ser apresentado sob três tipos de entendimentos: 1) modos de vida que caracterizam uma coletividade; 2) obras e práticas da arte, da atividade intelectual e do entretenimento; e 3) fator de desenvolvimento humano. De acordo com a citada autora, a concepção de cultura com enfoque voltado para os modos de vida que caracterizam a coletividade é representada por signos e significados criados por grupos que compõem a sociedade, os quais se constroem a partir das interações sociais, se refletindo valores e crenças que formam a identidade individual e social, bem como a rotina desses grupos.

Por outro lado, a segunda concepção de cultura apresentada por Canedo (2009, p. 5), retrata uma visão mais simplificada do termo “cultura”, correspondendo a uma atividade econômica, ou seja, a “produção, distribuição e consumo de bens e serviços que conformam o sistema de produção cultural se tornou estratégica para o desenvolvimento das nações”. Tal definição traz considerações importantes para o cotidiano contemporâneo, uma vez que a economia da cultura influencia diretamente as crenças, valores sociais e hábitos da sociedade com relação ao mercado.

Por fim, o terceiro significado atribuído ao termo “cultura” destacado por Canedo (2009) volta-se para o papel que a própria cultura possui sobre os fatores de desenvolvimento social, o qual se incumbe de despertar no indivíduo desejos de participação no contexto de assuntos que envolvem a sociedade como um todo, atuando como um instrumento para o aprimoramento tanto social quanto político.

Se refletirmos sobre o conceito apresentado com base no entendimento de que a cultura é representada pelos signos presentes no modo de vida que caracterizam uma

coletividade, podemos perceber como ocorre a influência desta sobre as preferências e escolhas de grupos e pessoas, como na alimentação, por exemplo.

Na visão de Zuin e Zuin (2009, p. 2), “a alimentação é estritamente um ato cultural, pois está envolta às atividades educativas que vão se perpetuando através de rituais, valores e tradições”, ultrapassando os aspectos nutricionais dos alimentos. Nesse diapasão, os autores defendem a ideia de que a alimentação, como uma necessidade básica do homem, foi a mola propulsora a organização social e geração da cultura.

Nisso, temos que o ato de alimentar-se envolve dimensões biológicas, simbólicas e sociais, cuja abrangência se reflete no conceito de cultura alimentar, conforme propõem Contreras e Garcia (2005, p. 37):

[...] conjunto de representações, de crenças herdadas, conhecimentos e práticas e o aprendidos que estão associados aos alimentos e que são compartilhados por indivíduos de uma dada cultura ou grupo social determinada dentro de uma cultura. Ao compartilhar uma cultura, tendemos a agir de maneira semelhante, governar-nos por orientações, preferências e sanções autorizadas por este.

A literatura destaca estudos sobre cultura alimentar, onde emerge um campo de pesquisa que analisa a alimentação não apenas como prática biológica, mas como uma construção cultural que reflete os valores, crenças, e tradições de uma sociedade. Esse entendimento amplia a visão sobre o ato de comer, enfatizando que as escolhas alimentares estão intrinsecamente ligadas às identidades culturais, sociais e históricas dos indivíduos e dos grupos aos quais pertencem (Alvarenga et al., 2016; Bezerra, 2018).

No Brasil, a cultura alimentar é profundamente marcada pela diversidade. A culinária brasileira reflete as influências indígenas, africanas e europeias, que ao longo dos séculos se misturaram, criando pratos emblemáticos que se tornaram parte do patrimônio cultural do país. Os autores citados discutem como essa miscigenação cultural moldou o paladar brasileiro, produzindo pratos regionais distintos, como o feijão tropeiro em Minas Gerais, o acarajé na Bahia e o churrasco no sul do país. Cada um desses pratos, além de nutrir, narra a história de resistência, adaptação e integração dos povos (Alvarenga et al., 2016; Bezerra, 2018).

Um aspecto interessante destacado pelos autores é o papel da alimentação nas celebrações e rituais. A comida não é apenas fonte de energia, mas um elo que conecta as pessoas em momentos de festa, luto, agradecimento ou devoção. Em festas religiosas e tradicionais, como o São João no Nordeste, o Natal e a Páscoa, a comida tem um papel central. Ela é preparada e consumida de forma ritualística, transmitindo valores e sentimentos que ultrapassam o simples ato de se alimentar.

Além disso, a cultura alimentar é um instrumento poderoso para o fortalecimento da identidade e da coesão social. Através da culinária, os indivíduos compartilham saberes e tradições, contribuindo para a perpetuação da cultura e para a educação das novas gerações. Esse compartilhamento ocorre tanto em ambientes familiares quanto em espaços públicos, como mercados e feiras, onde há uma troca contínua de saberes culinários, práticas agrícolas e conhecimentos sobre a produção dos alimentos.

Outro ponto a ser destacado é a transformação da cultura alimentar frente à globalização e à industrialização. O contato com outras culturas e a introdução de alimentos processados mudou profundamente os hábitos alimentares, substituindo ingredientes e receitas tradicionais por produtos de conveniência. Esse fenômeno gera um impacto significativo na saúde e na identidade cultural dos indivíduos, que podem perder o vínculo com suas práticas alimentares tradicionais. Se alerta para o risco de homogeneização cultural, onde práticas alimentares únicas de cada região são gradativamente substituídas por padrões alimentares globais (Alvarenga et al., 2016).

A preservação da cultura alimentar é uma forma de resistência cultural. Defende-se que é fundamental resgatar e valorizar os alimentos e práticas tradicionais, promovendo um consumo consciente e sustentável. Esse movimento é visto, por exemplo, no fortalecimento da agricultura familiar e na busca por uma alimentação mais saudável e menos dependente de produtos industrializados. Dessa forma, a cultura alimentar se torna também uma ferramenta de empoderamento social e econômico (Bezerra, 2018).

A sustentabilidade alimentar, está diretamente ligada à cultura alimentar, uma vez que envolve o respeito aos ciclos naturais, aos saberes tradicionais e ao uso responsável dos recursos naturais. A preservação da biodiversidade alimentar, com o incentivo ao uso de produtos locais e sazonais, é uma forma de manter viva a cultura e, ao mesmo tempo, garantir uma alimentação de qualidade para as futuras gerações (Alvarenga et al., 2016).

Outro tema abordado pelos autores já citados é a culinária como uma expressão de afeto e cuidado. Nas relações familiares, o preparo da comida é um ato de carinho, onde se busca oferecer o que há de melhor para os entes queridos. Alvarenga et al. (2016) e Bezerra (2018) observam que essa prática fortalece os laços familiares e reforça valores como o respeito, a paciência e a solidariedade, muitas vezes transmitidos às crianças através do simples ato de cozinhar juntos ou compartilhar uma refeição.

A cultura alimentar é, assim, uma forma de expressão coletiva que ultrapassa as barreiras do tempo e da geografia. Através dela, as gerações compartilham memórias, sabores

e saberes, formando uma conexão com o passado e contribuindo para a formação da identidade, onde se ressalta que as práticas alimentares evoluem, mas mantêm uma linha de continuidade que ajuda a preservar a história e a cultura de um povo (Bezerra, 2018).

Outro ponto importante levantado pelos autores é o papel da educação alimentar e nutricional no resgate e valorização da cultura alimentar. O conhecimento sobre a origem dos alimentos e as suas formas de produção permite que os indivíduos façam escolhas mais conscientes, valorizando ingredientes e modos de preparo que respeitem a cultura local e promovam a saúde.

Os estudos de Alvarenga et al. (2016) e Bezerra (2018) nos convidam a repensar a alimentação como um ato cultural que vai muito além da nutrição. Ela é um campo de resistência, onde valores, saberes e tradições são preservados, resistindo às pressões de uma sociedade globalizada. Através da cultura alimentar, é possível construir um futuro em que a diversidade cultural e a sustentabilidade estejam no centro das escolhas alimentares.

O conceito apresentado nos demonstra a importância de refletirmos sobre as atividades educacionais que se relacionam à comida, de modo que sejam pensadas e analisadas criticamente, contextualizando as práticas alimentares “no tempo, no espaço, nas relações de poder, nas condições econômicas, sociais e históricas, entre outros aspectos”, bem como considerando-se “os determinantes dos comportamentos alimentares surgem dessa contextualização”, cujas bases serão tratadas neste estudo (Zuin e Zuin, 2009, p. 5).

Em relação a este aspecto, é oportuno mencionar que Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para Políticas Públicas (2012), menciona que a cultura é o fator determinante para as escolhas alimentares individuais ou coletivas, com base nos parâmetros de comida e identidade. Neste caso, as atividades e práticas voltadas à comida devem partir do entendimento de toda a estrutura social no qual está inserido o grupo a ser estudado, onde se deve valorizar a cultura alimentar local, inclusive considerar a interferência dos contextos de produção, distribuição e consumo da comida.

Isso pode ser amplamente observado em pesquisas que demonstram as diferenças nas escolhas alimentares das gerações ao longo do tempo. Estudos científicos recentes revelam que as etiquetas culinárias são também parte da identidade cultural de cada geração, visto que determinam as estratificações sociais de cada público e dá as marcas formas de compreender o que pode ser trabalhado para vender seus produtos, conforme expõe o antropólogo Michel Alcoforado (2023), em seu artigo intitulado como “O Caos na Identidade e a Comida como Resgate”.

Além disso, as gerações possibilitam estabelecer uma visão diferente sobre o consumo de alimentos no tempo como, por exemplo, a geração *Baby Boomers* (nascidos entre 1946 a 1964) busca por uma grande variedade de comida, priorizando a fartura, e o valor social que a comida possui. Essa geração possui preferência por comidas preparadas em casa, também ingerem frutas, hortaliças, carnes, alimentos integrais e água em maior quantidade do que as demais gerações, de acordo com o que informa a pesquisa realizada pela Brain Inteligência (2023), que mapeou como anda a rotina alimentar de 1200 pessoas em todas as regiões brasileiras.

A Geração X, a qual é caracterizada por pessoas nascidas entre 1965 a 1979, e pelo movimento das mulheres que foram trabalhar fora de casa, tem seus hábitos alimentares voltados para a aquisição dos alimentos por sua marca. Pesquisa realizada pelo IBGE (2016) demonstra que o maior gasto em supermercados é realizado por indivíduos pertencentes à Geração X (cerca de 67% dos consumidores), cuja demanda é direcionada para produtos saudáveis, com menos sal, menos açúcar, menos gorduras e mais proteínas. Um dado relevante sobre essa geração, destacado pela referida pesquisa, é que a Geração X tende a consumir porções menores a cada refeição.

No artigo do autor Michel Alcoforado (2023), é possível perceber que a Geração *Millennials* ou a geração Y, na qual pertencem indivíduos nascidos entre 1980 a 1994, a cultura alimentar está baseada na experiência proporcionada pela comida e em seu estilo de vida. Trata-se de uma geração que busca praticidade, por não gostar de cozinhar. Além disso, é a responsável pelo movimento de gourmetização dos alimentos. Neste caso, optam por alimentos com misturas de sabores doces e salgados, frutas com pimentas, texturas diferenciadas, alimentos que misturam marcas e categorias, inclusive aqueles que se remetem ao passado ou a uma determinada região ou cultura.

Por fim, a Geração Z, também chamada de *Pós-millennials*, caracterizada por pessoas nascidas entre 1995 a 2015, fortemente ligada à internet, à tecnologia e à comunicação, prioriza alimentos rápidos e de marcas que representam sua identidade. Há uma cultura predominante nessa geração que é o veganismo e a procura por comidas vegetarianas, pois visam minimizar os efeitos e impactos causados ao meio ambiente pela indústria alimentícia, bem como a manutenção de um corpo saudável.

2.3 ALIMENTAÇÃO AFETIVA

A alimentação é muito mais do que apenas uma forma de nutrir corpos. Ela está profundamente enraizada nos aspectos psicológicos e emocionais humanos. Nossa relação com a comida é complexa, moldada por uma interação dinâmica de fatores internos e externos que influenciam hábitos alimentares, percepções e emoções associadas à comida (Jansen, 2017).

Os aspectos psicológicos ligados à alimentação são evidentes desde cedo em nossas vidas. Desde a infância, aprendemos a associar determinados alimentos a experiências emocionais e sociais. Por exemplo, o bolo de aniversário pode estar ligado à alegria e celebração, enquanto uma tigela de sopa quente pode evocar sentimentos de conforto e segurança. Essas associações emocionais são fundamentais para a formação de preferências alimentares e hábitos alimentares ao longo da vida (Barbalho et al., 2020).

Além disso, as emoções desempenham um papel significativo nos padrões alimentares humanos. Muitas vezes, se recorre à comida como uma forma de lidar com emoções difíceis, como estresse, tristeza, solidão ou tédio. Essa alimentação emocional pode levar a padrões alimentares disfuncionais, onde os alimentos são usados como uma forma de conforto ou recompensa, independentemente das necessidades nutricionais reais do corpo (Lopes, 2022).

No entanto, as emoções associadas à alimentação nem sempre são positivas. Para algumas pessoas, a comida pode ser uma fonte de ansiedade, culpa ou vergonha, especialmente em um contexto de pressões sociais e culturais para atender a padrões de beleza ou dietas da moda. Essa relação disfuncional com a comida pode levar a transtornos alimentares, como compulsão alimentar, bulimia ou anorexia, que têm um impacto devastador na saúde física e emocional.

Além dos aspectos individuais, o ambiente alimentar também desempenha um papel crucial nas experiências emocionais relacionadas à comida. Ambientes que promovem uma cultura de aceitação, diversidade e inclusão podem facilitar escolhas alimentares mais saudáveis e positivas, enquanto ambientes que perpetuam padrões alimentares restritivos ou estigmatizantes podem contribuir para problemas de saúde mental e física (Duarte et al., 2023).

Os aspectos psicológicos e emocionais ligados à alimentação são intrincados e multifacetados, refletindo a interconexão entre mente, corpo e ambiente. Cultivar uma relação saudável e equilibrada com a comida envolve aprender a reconhecer e honrar as emoções que se manifestam em torno da alimentação, enquanto se desenvolve habilidades de auto-regulação emocional, auto-compaixão e conscientização alimentar. Ao reconhecer a

complexidade das experiências emocionais relacionadas à comida, se pode promover uma relação mais consciente, nutritiva e satisfatória com os alimentos que sustentam e conectam os sujeitos (Cruz, 2021).

Além das emoções imediatas associadas à alimentação, como prazer, conforto ou ansiedade, também é importante considerar o papel das crenças e percepções que temos sobre os alimentos. As experiências passadas, cultura, mídia e educação alimentar, tendem a moldar as atitudes das pessoas em relação aos alimentos, influenciando suas escolhas e comportamentos alimentares (Ishizaka, 2019).

Por exemplo, algumas pessoas podem ter uma visão negativa de certos alimentos devido a crenças sobre saúde, dieta ou questões éticas, enquanto outras podem ter uma associação positiva com esses mesmos alimentos devido a memórias afetivas ou tradições familiares. Essas percepções podem afetar profundamente seus hábitos alimentares e até mesmo sua auto imagem, especialmente em uma sociedade que muitas vezes valoriza certos tipos de corpos e dietas (Neves, 2018).

Além disso, a alimentação está intimamente ligada ao senso de identidade e pertencimento social. Compartilhar uma refeição com amigos, familiares ou colegas é uma experiência profundamente social, que fortalece laços e promove conexões emocionais. Da mesma forma, certos alimentos podem servir como símbolos culturais ou expressões de identidade étnica, religiosa ou regional (Duarte et al., 2023).

No entanto, a alimentação também pode ser uma fonte de conflito social, especialmente em situações onde as preferências alimentares divergem ou são percebidas como diferentes. O julgamento, a discriminação ou o estigma em torno de certos alimentos ou estilos de alimentação podem criar tensões interpessoais e afetar negativamente a saúde mental e emocional das pessoas envolvidas (Cruz, 2021).

Em última análise, uma compreensão abrangente dos aspectos psicológicos e emocionais ligados à alimentação requer uma abordagem equilibrada e inclusiva que reconheça a diversidade de experiências e percepções em torno da comida. Promover uma relação saudável com a alimentação envolve cultivar a consciência, aceitação e respeito mútuo em relação às diferentes experiências alimentares e perspectivas individuais (Duarte et al., 2023).

Ao reconhecer e honrar a complexidade das emoções, crenças e identidades humanas em relação à alimentação, torna-se possível criar ambientes alimentares mais acolhedores, inclusivos e nutritivos, que promovam o bem-estar físico, emocional e social de todos.

Certos alimentos têm o poder de evocar memórias e sentimentos profundos, trazendo à tona lembranças agradáveis e proporcionando uma sensação de conforto e prazer. Essa conexão emocional com a comida vai além da simples necessidade fisiológica de se alimentar; é uma experiência que abrange aspectos sociais, culturais e emocionais da vida humana. Comer não é apenas uma atividade biológica, mas também uma oportunidade de interação social e uma forma de expressar a identidade e valores (Duarte et al., 2023).

A alimentação é uma parte integrante da história e cultura da humanidade, refletindo uma conexão com o ambiente ao redor e reforçando o sentido de pertencimento. Ela está envolta em rituais e tradições que foram criados ao longo do tempo, transmitidos de geração em geração. Esses rituais alimentares não apenas nutrem o corpo, mas também alimentam as relações interpessoais e fortalecem laços comunitários (Oliveira, 2013).

Os nossos gostos e preferências alimentares são profundamente influenciados por nossas experiências emocionais e afetivas, construídas ao longo da história de vida. Em outras palavras, aquilo que gostamos e acabamos escolhendo para consumir, está inevitavelmente “impregnado de afetividade” (Batista, 2021, p. 40).

São muitas as etapas envolvidas na preparação de uma refeição, desde a seleção dos ingredientes até os cuidados com o armazenamento. Esse processo é valioso, pois oferece ao indivíduo a oportunidade de explorar diferentes alimentos, aromas e combinações, ampliando assim seu repertório culinário e criando novas memórias. Essa habilidade de preparar alimentos em casa é incentivada como uma prática saudável pelo Ministério da Saúde (Cruz et al., 2019).

O afeto, conforme entendido pela psicologia, engloba uma série de emoções que estão intrinsecamente ligadas à comida. Desde os primeiros momentos de amamentação, essa ligação afetiva com os alimentos é estabelecida e perdura ao longo de toda a vida. A comida tem o poder de evocar uma variedade de emoções, trazendo à tona tanto lembranças felizes quanto tristes. Ao preparar alimentos, o indivíduo expressa, mesmo que de forma indireta, afeto pela pessoa que irá consumi-los, sendo uma maneira de demonstrar cuidado (Matos, 2013).

Os afetos são incorporados no ato de cozinhar e surgem nos sabores, mas cada indivíduo, baseado no seu pré-individual, experimenta sensações e gera significados diferentes, decifra dados diferentes mesmo que sejam sobre o mesmo objeto. As suas percepções sensoriais e sua visão de mundo são referentes aos símbolos adquiridos pelas interações, pelas características pré-individuais, representações e significados. (...) Isso expressa em cada indivíduo sentimentos distintos (Baptista, 2021, p. 22).

Grande parte do conhecimento e identidade humana é influenciada pela família, e essa influência se estende ao âmbito social e cultural, inclusive na hora das refeições. Além do aspecto biológico e nutricional, a alimentação também representa uma forma de nutrição emocional. Através da comida, é possível transmitir sentimentos que fizeram parte da história de vida de uma pessoa (Woortmann, 2013).

A sensação gustativa remete a um significado: é ao mesmo tempo um conhecimento e uma afetividade que se encontram em ação (...) a esfera gustativa entrega metáforas essenciais para julgar a qualidade da existência (...) O gosto é sentido da percepção dos sabores, porém corresponde a uma sensibilidade particular marcada pela pertença social e cultural, e pela maneira em que o indivíduo singular se acomoda a ela, segundo acontecimentos próprios de sua história (Le Breton, 2009, p. 268).

Antigamente, o ato de se alimentar era considerado uma necessidade básica de sobrevivência. No entanto, ao longo do tempo, essa prática evoluiu para se tornar um comportamento tanto cultural quanto biológico. De acordo com Poulain (2015), o termo "alimento" engloba uma variedade de qualidades que vão além do aspecto nutricional, incluindo considerações higiênicas, organolépticas e simbólicas, conferindo à nutrição um significado mais amplo e complexo.

Contreras e Gracia (2011) e Woortmann (2007) contestam o ditado popular de que "somos o que comemos", argumentando que, na verdade, "comemos o que somos". Isso porque as preferências alimentares individuais das pessoas refletem aspectos espirituais e culturais, e ao se alimentarem, os sujeitos emergem em influências psicossociais, especialmente por meio de memórias afetivas. O ato de ingerir alimentos está intrinsecamente ligado à intimidade com o corpo e com a vida, abrangendo substâncias e nutrientes essenciais para a saúde e o bem-estar, além de influenciar estados de humor, disposição e alegria.

Dentro desse contexto, o conceito de "comensalidade" ganha destaque. Esse termo, originário do latim, significa "com" (junto) e "mensa" (mesa). Portanto, praticar a comensalidade envolve hábitos alimentares saudáveis compartilhados à mesa, onde momentos de convívio com familiares ou entes queridos durante as refeições podem se tornar oportunidades preciosas para criar memórias afetivas relacionadas aos sistemas alimentares (Moreira, 2010).

Em suma, os aspectos psicológicos e emocionais ligados à alimentação transcendem a mera ingestão de alimentos, abrangendo uma complexa interação entre memórias, identidade, cultura e afeto. Compreender essas nuances é fundamental para promover uma relação saudável e equilibrada com a comida, que valorize não apenas a nutrição física, mas também o bem-estar emocional e social.

2.4 CRIANÇAS, EMOÇÕES E COMIDA

O tema "criança, emoção e comida" envolve uma relação complexa que envolve múltiplos aspectos que vai além das necessidades nutricionais. Desde cedo, a alimentação se torna uma experiência carregada de significados emocionais e sociais, desempenhando um papel importante no desenvolvimento psicológico e emocional da criança. A comida, portanto, não é apenas fonte de nutrientes, mas também um veículo para expressar carinho, acolhimento e, em alguns casos, até controlar comportamentos. Essa relação é moldada pelo ambiente familiar, pelas interações com cuidadores e pela cultura alimentar em que a criança está inserida (Baptista, 2021).

De acordo com Cruz (2021), nos primeiros anos de vida, a alimentação é um dos principais meios de vinculação afetiva entre a criança e o cuidador, geralmente a mãe. O ato de amamentar, por exemplo, vai muito além da nutrição. Ele estabelece um momento de proximidade e contato físico, onde o bebê sente-se seguro e amado. Esse elo emocional é um dos primeiros pontos de conexão entre a emoção e a comida, e estudos mostram que essa experiência inicial pode ter efeitos duradouros sobre a forma como a criança se relacionará com os alimentos ao longo da vida.

À medida que a criança cresce, a introdução de novos alimentos e sabores também marca o seu desenvolvimento emocional e social. O momento das refeições, por exemplo, é uma ocasião de socialização em muitas famílias, onde os pequenos aprendem sobre costumes, normas e valores à mesa (Duarte, 2023). Comer em família ajuda a criança a desenvolver habilidades sociais, como compartilhar e esperar a sua vez, e também reforça o sentimento de pertencimento e acolhimento, aspectos essenciais para o seu bem-estar emocional (Contreras; Garcia, 2011).

Além disso, os alimentos possuem um valor simbólico e emocional que varia de acordo com as experiências individuais e o contexto familiar. Muitos pais utilizam a comida como uma forma de demonstrar amor, oferecendo os pratos preferidos dos filhos como um gesto de carinho (Cruz, 2021). Esse tipo de vínculo emocional entre a comida e o afeto pode ser positivo, mas, quando em excesso, pode levar a uma dependência emocional em relação aos alimentos, fazendo com que a criança recorra à comida para lidar com situações de estresse ou desconforto emocional (Lopes; Costa, 2022).

Outro ponto importante é o uso da comida como forma de recompensa ou punição, uma prática comum em muitos lares. Frases como “se comer tudo, ganha sobremesa” ou “não

ganha doce se não comer o brócolis” associam o alimento a um sistema de mérito, o que pode gerar impactos na relação emocional da criança com a comida. Essa prática pode levar a uma compreensão equivocada de que certos alimentos, geralmente doces e guloseimas, são mais “valiosos” que outros, incentivando uma preferência excessiva por eles (Woortmann, 2013).

O uso de comida como conforto emocional também se observa em situações de estresse ou frustração. Algumas crianças são estimuladas a comer como forma de lidar com emoções difíceis, recebendo alimentos “confortáveis” em momentos de tristeza ou raiva. Essa relação precoce entre comida e alívio emocional pode contribuir para a formação de padrões de alimentação emocional, onde a criança cresce associando comida a uma solução para problemas emocionais, o que pode se perpetuar na vida adulta e gerar problemas de saúde, como a obesidade (Neves, 2018).

Conforme Barbalho et al. (2020), a mídia também desempenha um papel relevante na formação da relação entre crianças, emoções e comida. Anúncios de alimentos ultraprocessados e bebidas açucaradas são projetados para atrair a atenção infantil, associando esses produtos a sentimentos de felicidade, diversão e amizade. As crianças, expostas desde cedo a essas mensagens, tendem a associar certos alimentos com experiências prazerosas, criando um vínculo emocional positivo com produtos que nem sempre são saudáveis. Esse fator reforça o desafio para os pais em estabelecer uma alimentação balanceada e emocionalmente saudável (Cruz, 2021).

Duarte (2023) destaca outro aspecto relevante é o papel dos pais como modelos alimentares. Crianças observam e imitam o comportamento dos adultos à sua volta, e, portanto, a maneira como os pais se relacionam com a comida pode influenciar diretamente as escolhas e atitudes dos filhos. Pais que adotam uma alimentação equilibrada e demonstram prazer em comer alimentos variados tendem a transmitir esse padrão aos filhos, promovendo uma relação mais saudável e positiva com a alimentação.

As emoções também afetam a percepção dos sabores e das preferências alimentares (Lopes; Costa, 2022). Quando as crianças estão felizes, elas tendem a experimentar novos alimentos com maior disposição; por outro lado, em momentos de estresse ou tristeza, muitas preferem alimentos que oferecem conforto imediato, como doces e salgados (Neves, 2018). Essa conexão entre emoção e gosto está intimamente ligada ao modo como a criança aprende a lidar com as próprias emoções e encontrar outras fontes de prazer e consolo (Moreira, 2010).

Os aspectos culturais e sociais também não podem ser ignorados. Em várias culturas, a comida desempenha um papel central nas celebrações e rituais familiares, e a criança aprende desde cedo a associar certos alimentos a momentos festivos e felizes. Doces e guloseimas, por exemplo, costumam estar presentes em aniversários, festas e feriados, e essas experiências ajudam a criar memórias afetivas positivas. A relação entre criança, emoção e comida, portanto, é fortemente influenciada pelo contexto social e cultural (Cruz, 2021).

Para Oliveira (2013), a educação emocional e alimentar pode ser uma ferramenta fundamental para ajudar as crianças a desenvolverem uma relação equilibrada com a comida. Ao aprender a identificar e expressar emoções sem recorrer à alimentação, a criança tem mais chances de construir uma relação saudável com os alimentos. É importante que os pais e educadores promovam um ambiente onde a comida não seja vista como recompensa ou punição, mas como uma parte natural e prazerosa da vida (Cruz, 2021).

Deste modo para que o indivíduo possa aprender sobre alimentação de maneira eficaz, é fundamental que esse aprendizado ocorra em um ambiente que transmita segurança, cuidado e conforto, devido ao papel crucial que as emoções desempenham nos processos cognitivos (Fonseca, 2016-a apud Junqueira, 2017). O sistema emocional humano opera em um espectro que vai desde uma atração impulsiva e curiosa por pessoas, eventos, situações, tarefas, problemas ou desafios, até uma rejeição imediata, caracterizada pela resposta de luta ou fuga (Fonseca, 2016-a; 2016-b apud Junqueira, 2017).

Portanto, além das habilidades motoras orais e sensoriais, as crianças necessitam de experiências positivas e um ambiente acolhedor para aprender sobre alimentação. Somente em um clima de segurança afetiva o cérebro funciona de maneira ideal, permitindo que as emoções facilitem os processos cognitivos (Damásio, 1999; Fonseca, 2016-a apud Junqueira, 2017). Criar situações envolvendo alimentação que despertem o interesse da criança através de recursos lúdicos, afetivos e sensoriais pode estimular seu desejo por alimentos.

Destaca-se que a aprendizagem não é um ato isolado ou emocionalmente neutro; ela precisa ocorrer em um contexto de transmissão intencional e de atenção e interação emocional compartilhada. Esse processo de compartilhamento integra emoções e cognições, permitindo a leitura de expressões faciais e mentais e a exibição de sinais não verbais e corporais de emoções como tristeza, alegria, desgosto, surpresa e medo (Junqueira, 2017).

Por fim, a relação entre criança, emoção e comida é uma construção complexa que envolve tanto o desenvolvimento afetivo quanto o aprendizado social e cultural. Entender essa conexão pode ajudar pais, educadores e profissionais da saúde a promoverem uma

alimentação que não só seja nutritiva, mas também respeite as emoções e o bem-estar emocional das crianças. O desafio é criar uma abordagem onde a comida seja vista como uma fonte de prazer e nutrição, sem ser usada para preencher lacunas emocionais, garantindo, assim, um desenvolvimento saudável em todos os sentidos.

2.5 EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL (EAN)

A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) é um campo de conhecimento e prática que visa promover hábitos alimentares saudáveis e sustentáveis, proporcionando uma relação consciente e responsável com a alimentação. A EAN é um processo contínuo e permanente, que envolve ações de educação e comunicação em diferentes contextos, como escolas, comunidades, instituições de saúde e meios de comunicação. Sua abordagem é intersetorial e interdisciplinar, integrando aspectos biológicos, culturais, sociais e econômicos da alimentação (Brasil, 2014).

Segundo Vasconcelos (2011), os objetivos da EAN se estabelecem em: Promover hábitos alimentares saudáveis: incentivar a adoção de uma dieta equilibrada, rica em nutrientes essenciais, que atenda às necessidades nutricionais de diferentes grupos etários e condições fisiológicas; Prevenir doenças crônicas não transmissíveis (DCNT): reduzir a incidência de doenças como obesidade, diabetes, hipertensão e doenças cardiovasculares, que estão associadas a hábitos alimentares inadequados; Estimular a autonomia e o senso crítico: capacitar os indivíduos a fazer escolhas alimentares informadas, compreendendo os rótulos dos alimentos e os impactos de suas escolhas na saúde e no meio ambiente; Valorizar a cultura alimentar: resgatar e valorizar práticas alimentares tradicionais e regionais, respeitando a diversidade cultural e incentivando o consumo de alimentos locais e sazonais; Promover a sustentabilidade alimentar: Fomentar práticas alimentares que respeitem o meio ambiente, como a redução do desperdício de alimentos, o consumo consciente e a escolha por produtos orgânicos e agroecológicos.

A fim de alcançar os objetivos estabelecidos, Santos (2016) menciona que algumas metodologias e estratégias são utilizadas, dentre as quais citam-se: Atividades educativas em escolas: projetos e programas que integram a educação alimentar ao currículo escolar, envolvendo alunos, professores e pais em ações de sensibilização e aprendizado; Campanhas de comunicação social: uso de mídia impressa, televisiva, digital e redes sociais para disseminar informações sobre alimentação saudável e conscientizar a população; Capacitação de profissionais de saúde: formação e atualização de profissionais para que possam atuar

como multiplicadores de informações sobre nutrição e alimentação saudável; Oficinas culinárias e hortas comunitárias: atividades práticas que ensinam técnicas de preparo de alimentos saudáveis e incentivam a produção de alimentos frescos e orgânicos; Políticas públicas de alimentação e nutrição: implementação de políticas que garantam o acesso a alimentos saudáveis e promovam a segurança alimentar e nutricional da população.

A EAN precisa reforçar que a alimentação é muito mais do que nutrir o corpo, é um reflexo da nossa cultura e história. Ela envolve emoções, sensações e interações sociais que moldam nossa identidade cultural e transforma a alimentação em uma experiência prazerosa e significativa. Ao valorizar as culturas locais, a EAN demonstra respeito pela diversidade de saberes e referências, tanto locais quanto regionais. Além disso, é fundamental reconhecer a rica variedade de alimentos como uma fonte de nutrientes e sabores únicos, indo além da mera transmissão de informações sobre nutrientes e dietas equilibradas. Ao promover uma identidade alimentar sustentável e integral, a EAN utiliza a culinária local como ferramenta para resgatar tradições, memórias e afetos, reconectando as pessoas com suas origens (Brasil, 2018).

A Educação Alimentar e Nutricional, portanto, desempenha um papel fundamental na promoção da saúde e na prevenção de doenças, sendo uma ferramenta essencial para a construção de uma sociedade mais saudável e consciente de suas escolhas alimentares (Brasil, 2014).

Corroborando com a linha de pensamento do Governo Federal, descrita no parágrafo anterior, o Estado de Santa Catarina contempla em seu currículo educacional a EAN, descrevendo que “deve ser garantida no Plano Político Pedagógico das unidades de ensino, contendo ações interdisciplinares/transdisciplinares que promovam a autonomia e o autocuidado através de preferências alimentares saudáveis” (SED, 2024).

Além disso, torna-se oportuno citar que a Educação Alimentar e Nutricional (EAN) e a memória social estão intrinsecamente ligadas, pois a alimentação é um elemento central na formação das identidades culturais e sociais de uma comunidade. A memória social refere-se ao conjunto de lembranças e tradições compartilhadas por um grupo, que são transmitidas de geração em geração e que moldam as práticas e os comportamentos alimentares. Neste contexto, a EAN tem o papel de resgatar e valorizar essas memórias, promovendo hábitos alimentares saudáveis e sustentáveis, ancorados na cultura e na história dos povos (Pollan, 2008).

Com relação ao papel da Memória Social na alimentação, Vasconcelos (2011) expõe que ela é responsável por preservar o conhecimento sobre os modos de preparo dos alimentos, as celebrações e rituais associados às refeições e as tradições culinárias de uma comunidade. Ela influencia o quê, como e quando comemos, sendo um elemento essencial na construção das identidades individuais e coletivas. As práticas alimentares são, portanto, um reflexo da memória social, e compreender essa relação é fundamental para a efetividade das ações de EAN.

A literatura expõe que a EAN promove certo impacto na memória social e na saúde, visto que a integração da EAN com a memória social pode trazer diversos benefícios para a saúde e o bem-estar das comunidades, tais como: Promoção de Hábitos Saudáveis: ao resgatar e valorizar alimentos tradicionais e modos de preparo mais saudáveis, a EAN contribui para a adoção de hábitos alimentares benéficos à saúde; Prevenção de Doenças Crônicas: dietas tradicionais, muitas vezes baseadas em alimentos frescos e naturais, podem ajudar a prevenir doenças como diabetes e hipertensão; Fortalecimento da Identidade Cultural: a valorização das tradições alimentares fortalece a identidade cultural e o senso de pertencimento das pessoas, contribuindo para o bem-estar social e emocional (Brasil, 2014).

Assim, entende-se que a Educação Alimentar e Nutricional, ao integrar a memória social, não apenas promove a saúde e a nutrição, mas também preserva e valoriza a rica herança cultural das comunidades, fortalecendo a identidade e o senso de pertencimento das pessoas.

3. METODOLOGIA

3.1 ESCOLHA DOS PARTICIPANTES

A Escola de Educação Básica Castro Alves pertence à rede estadual de ensino de Santa Catarina e, em 2023, possui um total de 804 alunos matriculados, divididos em 362 no F1 (Ensino Fundamental I - 1º ao 5º ano) e 442 no F2 (Ensino Fundamental II - 6º ao 9º ano). No período matutino, 212 alunos frequentam as turmas do F1 e 242 alunos frequentam as turmas do F2; Já no período vespertino, 150 alunos frequentam as turmas do F1 e 200 alunos frequentam as turmas do F2.

Quadro 01 - Número de alunos matriculados no Ensino Fundamental I e II na escola no ano de 2024, divididos em períodos matutino e vespertino.

	Fundamental I	Fundamental II	TOTAL
Matutino	192	276	468
Vespertino	189	190	379
TOTAL	381	466	847

Fonte: Desenvolvido pela autora (2024).

O universo escolhido para a pesquisa são os alunos do 7º e 8º ano da Escola de Educação Básica Castro Alves que compõem o Fundamental II (F2) da escola. Tal grupo de alunos foi escolhido para contemplar um número de participantes compatível com o tempo disponível para realização da pesquisa (evitar um número muito abrangente que dificultaria a coleta de dados e análise). Ao mesmo tempo, optou-se pelo 7º e 8º ano por serem alunos mais velhos, que entendem mais facilmente o objetivo da pesquisa e as instruções de como responder. Por conveniência, o 9º ano não foi incluído no estudo por se tratarem de alunos que estão concluindo o Ensino Fundamental e estarem envolvidos com a formatura.

3.2 AVALIAÇÃO DA DINÂMICA DA OFERTA DE ALIMENTAÇÃO NA ESCOLA

Para avaliar a dinâmica da oferta de alimentação na escola, foram analisados os materiais disponíveis no *site* da Secretaria de Educação do Estado de Santa Catarina², seguindo o seguinte caminho:

- 1) Menu principal;
- 2) Serviços;
- 3) Pais, Alunos e Comunidade;
- 4) Alimentação escolar.

Neste último passo (Alimentação escolar), encontram-se todas as informações relativas à organização da alimentação escolar no Estado de Santa Catarina, incluindo o item intitulado “Cardápios”. Assim, seguindo a sequência abaixo, é possível encontrar o cardápio específico da Escola de Educação Básica Castro Alves, nosso objeto de pesquisa:

- 1º passo: Clicar em “Cardápios 2024” → Gestão Terceirizada, Autogestão, Indígenas e Quilombolas;
- 2º passo: Clicar em “Município” → Araranguá;
- 3º passo: Selecionar o mês desejado, já que os cardápios estão organizados pelos meses do ano;
- 4º passo: Selecionar o tipo de cardápio → parcial ou integral. No caso específico da escola objeto de estudo, é o cardápio parcial.³
- 5º passo: Clicar em faixa etária → Ensino Fundamental I ou II;
- 6º passo: Encontrar na listagem disponível, a Escola de Educação Básica Castro Alves. Clicando sobre ela, deixando hachurado seu nome, aparece a opção de: “cardápio gestão terceirizada”. Assim, acessa-se um arquivo em formato pdf, contendo o cardápio que será oferecido aos alunos no mês selecionado. Para o presente estudo, foram acessados e analisados os cardápios oferecidos entre os meses de fevereiro/2024 e setembro/2024.

² Disponível em: <<https://www.sed.sc.gov.br>>.

³ Cabe informar que o tipo de cardápio é parcial, pois a escola em questão não possui projetos para que os alunos realizem atividades em horário integral no educandário, assim, os alunos ficam nas dependências da escola em apenas uma parcela do dia, ou pela manhã ou pela tarde. Desta forma, não fazem jus ao direito de almoço, apenas a alimentação da manhã ou da tarde, que a cada dia é a mesma para os dois períodos.

3.3 AVALIAÇÃO DAS PERCEPÇÕES EMOCIONAIS EM RELAÇÃO À ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Dos cardápios acessados no item 3.2, foram selecionados, de modo aleatório, 20 itens alimentares: 04 de refeição salgada, 04 de lanches, 04 de frutas, 04 de hortaliças e 04 de bebidas⁴. A opção por não selecionar o cardápio completo servido em cada dia na escola, mas realizar a seleção de itens alimentares que compõem o cardápio deu-se com o objetivo de facilitar as respostas dos alunos, já que eles poderiam ter percepções distintas dos itens alimentares que compõem um cardápio completo. Seguem os itens alimentares escolhidos, conforme disposto no quadro 02:⁵

Quadro 02 - Imagens ilustrativas dos itens alimentares que foram selecionados, após análise dos cardápios.

Imagem	Cardápio escolhido
	Macarronada de carne
	Strogonoff de frango (arroz, strogonoff batata assada)

⁴ A classificação dos itens alimentares em “refeição salgada, lanches, frutas, bebidas, hortaliças” é baseada na utilização convencional das escolas, especialmente para inserção de dados nos sistemas que gerenciam a alimentação escolar (CIASC e SISGES).

⁵ Em virtude de se tratarem de cardápios compostos por “alimentos do dia-a-dia” foram buscadas imagens meramente ilustrativas, disponíveis no buscador Google.

	Feijão, arroz e carne
	Canja de frango
	Beterraba cozida
	Couve refogada
	Repolho ralado

	Cenoura ralada
	Tangerina
	Maçã
	Banana
	Melão

	Bolo de chocolate
	Canjica doce (Leite, açúcar, canela e milho branco)
	Pão massinha com frango
	Biscoito caseiro
	Café com leite

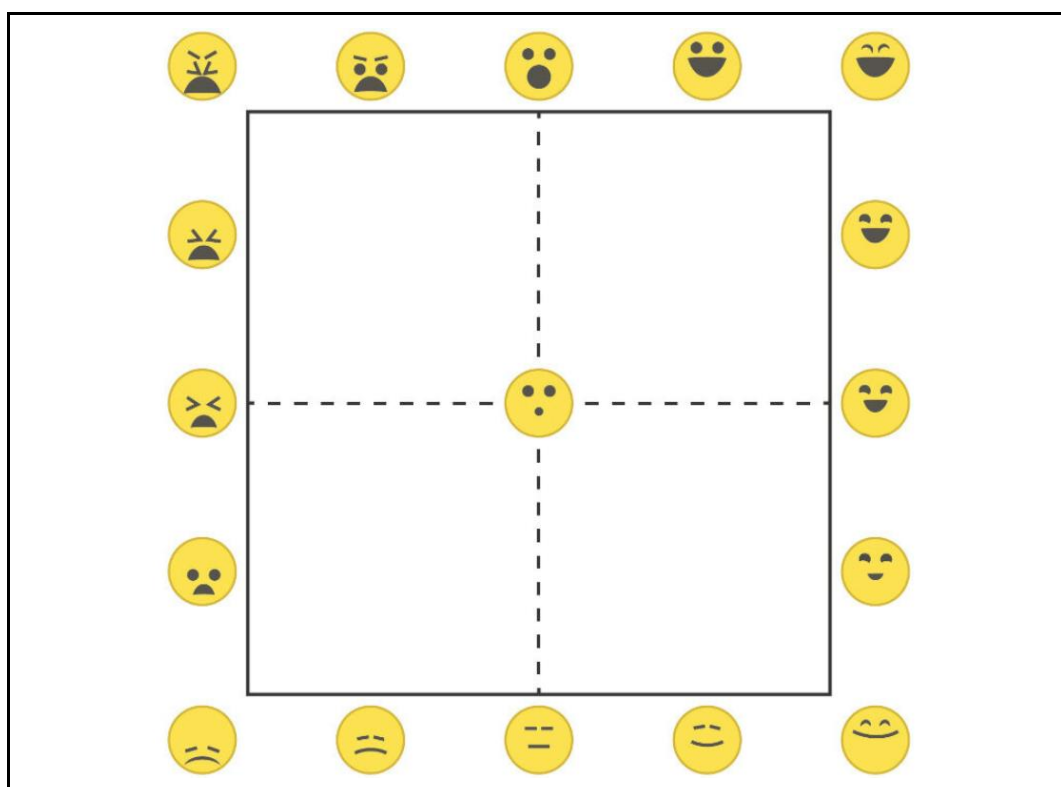
	Suco de uva
	Suco de maçã
	Iogurte natural batido com banana e mel

Fonte: Desenvolvido pela autora (2024).

Em seguida, foi utilizado um *grid* de *emojis* (daqui em diante chamado de *EmojiGrid*), inspirado na metodologia proposta por Toet et al. (2018). Neste trabalho, os autores utilizaram o *EmojiGrid*, como uma ferramenta de auto-relato afetivo, empregada para avaliar as respostas emocionais dos participantes em relação aos estímulos alimentares. A escala, inspirada no *Affect Grid* (Russell et al., 1989), utiliza *emojis*⁶ que variam em valência (gosto/desgosto) e em excitação (intensidade da emoção), permitindo uma quantificação mais intuitiva e culturalmente relevante das emoções. A escolha de *emojis* monocromáticos minimizou o impacto de vieses cromáticos, garantindo que as respostas fossem direcionadas exclusivamente às expressões faciais. Com base nesta metodologia, no presente estudo foi utilizado o *EmojiGrid*, segundo a figura 01:

⁶ A palavra *emoji* tem origem japonesa e designa pictogramas usados em mensagens eletrônicas e páginas da internet. A principal função dos *emojis* é representar emoções que de outra forma faltariam na conversa digitada.

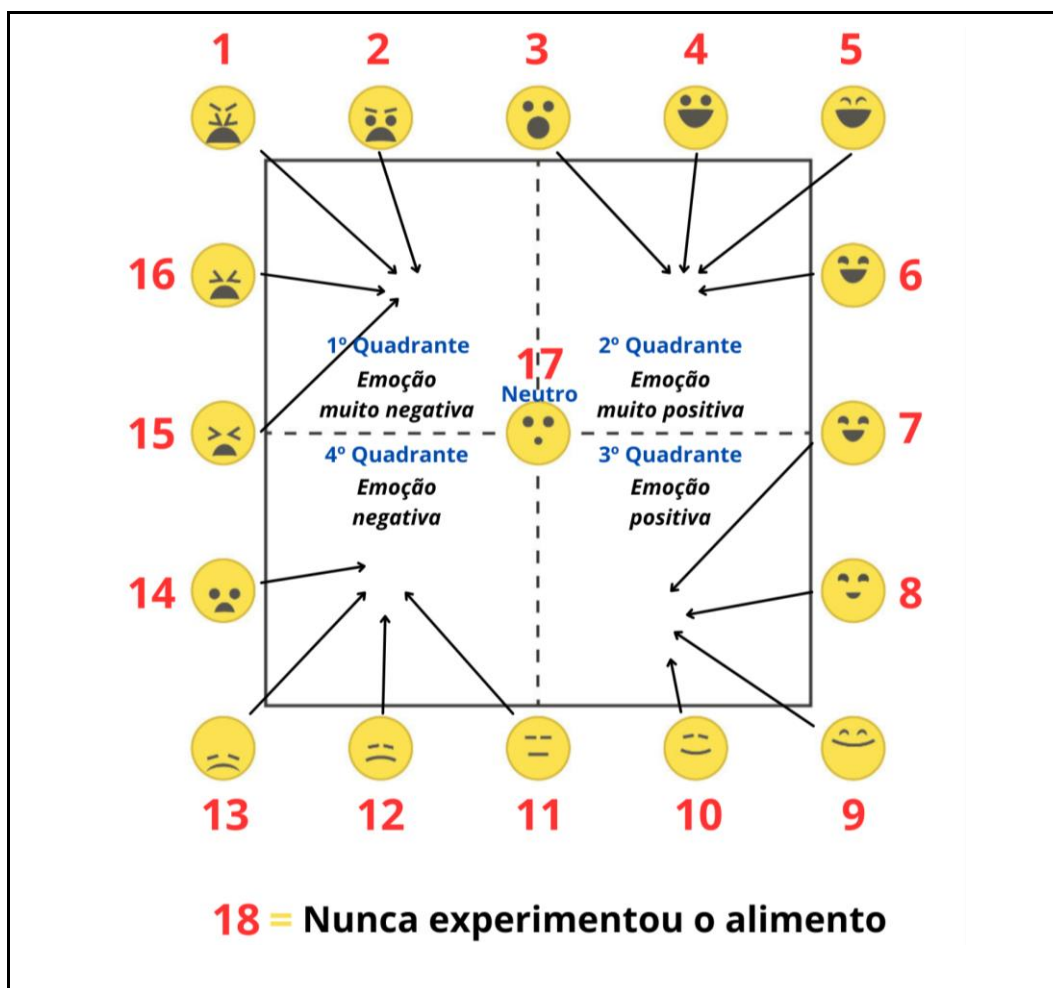
Figura 01 - *EmojiGrid*: grade de afeto rotulada por *emojis* para a medição de percepções emocionais relacionadas à comida.



Fonte: Toet et al., 2018.

A este *EmojiGrid* foram acrescentados números (1-17), sendo identificados quatro quadrantes (1-4). Os quadrantes 01 e 04 correspondendo a percepções emocionais negativas e os quadrantes 02 e 03 correspondendo a percepções emocionais positivas. O *emoji* 17 correspondeu a uma percepção neutra. O número 18 foi atribuído àqueles que nunca tinham experimentado o alimento, conforme a figura 02:

Figura 02 - *EmojiGrid* enumerado e dividido em quadrantes.



Fonte: Desenvolvido pela autora (2024).

Para cada item alimentar (Quadro 02) foi atrelado um *EmojiGrid*, compondo uma prancha.⁷ Dessa forma, para cada item alimentar apresentado, uma percepção emocional foi anotada. O *EmojiGrid* foi aplicado a três turmas do 7º e 8º ano do Ensino Fundamental II, totalizando 61 alunos, tanto do período matutino quanto do vespertino, no dia 17 de setembro de 2024. Logo no início da pesquisa, foi colado no quadro negro da sala de aula, em tamanho ampliado, o *EmojiGrid*, explicando aos alunos que deveriam assinalar com um círculo ou um xis o *emoji* (expressão facial) que melhor representasse sua percepção emocional a cada foto visualizada no documento entregue.

Tal situação permitiu explicar os detalhes do preenchimento aos alunos, facilitando o entendimento e a visualização. Assim, os participantes entenderam que deveriam manifestar

⁷ A prancha era composta da seguinte forma: Uma tabela com duas colunas e vinte linhas, onde na coluna da esquerda foram inseridas as imagens dos itens alimentares (cada imagem em uma linha), e na coluna da direita foram inseridas, em cada uma das linhas, a imagem do *EmojiGrid*.

suas respostas na grade disposta ao lado da imagem dos itens alimentares, marcando o *emoji* que melhor retratasse os seus sentimentos em relação ao alimento apresentado por meio da figura.

Após a explicação, que durou aproximadamente dez minutos, os alunos iniciaram os preenchimentos, sendo estipulado como tempo limite para a finalização o restante da aula (aproximadamente 35 minutos, já que as aulas na escola duram 45 minutos).

Para tabular as respostas assinaladas pelos alunos, cada um dos *emojis* recebeu uma numeração em sentido horário, e ficaram divididos em conjuntos de quatro *emojis* em cada quadrante, visto que tais agrupamentos possuem características e emoções semelhantes, variando levemente de intensidade e excitação entre eles.

No primeiro quadrante ficaram os *emojis* 15, 16, 1 e 2, os quais expressam emoções muito negativas; já no segundo quadrante ficaram os *emojis* 3, 4, 5 e 6 que por sua vez expressam emoções muito positivas; no terceiro quadrante ficaram os *emojis* 7, 8, 9 e 10 que expressam emoções classificadas como positivas e por fim, no quarto quadrante ficaram os *emojis* 11, 12, 13 e 14 que expressam emoções classificadas como negativas. Deste modo, o primeiro e o quarto quadrantes demonstram emoções positivas e o segundo quadrante e o terceiro quadrante demonstram emoções negativas. Ainda existe um *emoji* centralizado, que recebeu a numeração 17 e expressa um sentimento neutro, ou seja, um sentimento de indiferença que o aluno pesquisado tem em relação àquele alimento. Se o aluno nunca tivesse experimentado o alimento, foi orientado a não preencher nada.

3.4 DESENVOLVIMENTO DE UMA CARTILHA DIGITAL SOBRE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

A cartilha digital proposta teve por objetivo sugerir estratégias para tornar a alimentação escolar mais atrativa, levando em consideração as percepções emocionais dos alunos em relação à alimentação escolar.

Uma cartilha tem por característica ser um material informativo e didático, geralmente curto e fácil de entender, que serve para ensinar sobre um determinado assunto. Pode-se compará-la a um manual simplificado, com o objetivo de transmitir informações de forma clara e concisa. Não se pode esquecer que visualmente ela deve ser atraente, com ilustrações condizentes com o conteúdo proposto, fazendo com que os elementos visuais facilitem a compreensão do texto.

Logo na capa da cartilha buscou-se apresentar elementos gráficos que resumissem o conteúdo que seria apresentado ao longo das páginas, sugerindo ao leitor que o material abordaria a importância da alimentação saudável ao utilizar uma tigela de saladas variadas na capa, ao lado um aluno trajando roupas neutras, típicas de um uniforme escolar apresentando *emojis* com diversos sentimentos distintos que a alimentação pode despertar no ser humano, e por fim uma criança alimentando-se de forma saudável esboçando um sorriso de satisfação.

Foram destinadas três páginas do material para falar sobre como os alunos podem se alimentar de forma saudável, afinal de contas a alimentação saudável é um hábito que se adquire ao longo do tempo, e ela desempenha um papel importante no crescimento e desenvolvimento dos jovens, contribuindo não apenas para a saúde física, mas também para o bem-estar emocional e cognitivo. Compreender os princípios da alimentação saudável pode ajudar os alunos a fazer escolhas alimentares mais conscientes e melhorar a apreciação dos alimentos oferecidos na escola.

Além disso, a cartilha ainda traz dicas para uma alimentação saudável, e onze sugestões de atividades para trabalhar a questão da alimentação saudável com os alunos e assim permitir que relacionem alimentação, emoções e hábitos saudáveis. Por fim, a última página da cartilha, traz as referências utilizadas para a produção do material, todas com *link* de acesso para permitir que os professores e a equipe gestora possam aprofundar o assunto.

O público alvo da cartilha ficou definido como sendo os professores que trabalham com alunos das séries finais (6º ao 9º ano do Ensino Fundamental II). Como “plano de marketing” será utilizada a distribuição da ferramenta (cartilha) através dos grupos de *WhatsApp* oficiais da escola geridos pela equipe gestora. Como o produto é digital, não houve custos/recursos financeiros investidos na confecção e distribuição (R\$ 0,00 - zero reais).

4. RESULTADOS

4.1 ANÁLISE DA DINÂMICA DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

No presente estudo, foram analisados os cardápios utilizados na escola, entre os meses de fevereiro/2024 a setembro/2024. A fim de exemplificar a forma como a SED disponibiliza os cardápios, disponibilizamos os cardápios semanais referentes ao mês de março de 2024 na figura 03:

Figura 03 - Todos os cardápios referentes às cinco semanas do mês de Março/2024 servidos na E.E.B. Castro Alves.

a) Primeira semana 01/03/2024 (sexta-feira):

SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DIRETORIA DE ENSINO GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR PROGRAMA ESTADUAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR 76490 - EEB CASTRO ALVES - Localização: Urbana						
CARDÁPIO - PARCIAL - Ensino Fundamental		11 e 15 anos		MARÇO 2024		
Matutino	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	
01/03/24	02/03/24	03/03/24	04/03/24	05/03/24	06/03/24	
Vegetariano						
Semana 1						
UMA REFEIÇÃO						
Macronutrientes:	Kcal - Calorias	509,000	CHO - Carboidratos	74,000 (g)	Pr - Proteínas	26,000 (g)
					Lip - Lipídios	11,000 (g)
DUAS REFEIÇÕES						
Macronutrientes:	Kcal - Calorias	1018,000	CHO - Carboidratos	148,000 (g)	Pr - Proteínas	52,000 (g)
					Lip - Lipídios	22,000 (g)

b) Segunda semana 04/03/2024 (segunda-feira) a 08/03/2024 (sexta-feira):

SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DIRETORIA DE ENSINO GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR PROGRAMA ESTADUAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR 76490 - EEB CASTRO ALVES - Localização: Urbana						
Matutino	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	
04/03/24	05/03/24	06/03/24	07/03/24	08/03/24	09/03/24	
Vegetariano						
Semana 2						
UMA REFEIÇÃO						
Macronutrientes:	Kcal - Calorias	511,000	CHO - Carboidratos	82,000 (g)	Pr - Proteínas	21,000 (g)
					Lip - Lipídios	10,200 (g)
DUAS REFEIÇÕES						
Macronutrientes:	Kcal - Calorias	1022,000	CHO - Carboidratos	164,000 (g)	Pr - Proteínas	42,000 (g)
					Lip - Lipídios	20,400 (g)

c) Terceira semana 11/03/2024 (segunda-feira) a 15/03/2024 (sexta-feira):

SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DIRETORIA DE ENSINO GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR PROGRAMA ESTADUAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR 76490 - EEB CASTRO ALVES - Localização: Urbana						
Matutino	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	
11/03/24	12/03/24	13/03/24	14/03/24	15/03/24	16/03/24	
Vegetariano						
Semana 3						
UMA REFEIÇÃO						
Macronutrientes:	Kcal - Calorias	483,400	CHO - Carboidratos	75,800 (g)	Pr - Proteínas	21,200 (g)
					Lip - Lipídios	9,400 (g)
DUAS REFEIÇÕES						
Macronutrientes:	Kcal - Calorias	966,800	CHO - Carboidratos	151,600 (g)	Pr - Proteínas	42,400 (g)
					Lip - Lipídios	18,800 (g)

d) Quarta semana 18/03/2024 (segunda-feira) a 22/03/2024 (sexta-feira):

SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DIRETORIA DE ENSINO GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR PROGRAMA ESTADUAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR 76490 - EEB CASTRO ALVES - Localização: Urbana						
Matutino	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	
18/03/24	19/03/24	20/03/24	21/03/24	22/03/24	23/03/24	
Vegetariano						
Semana 4						
UMA REFEIÇÃO						
Macronutrientes:	Kcal - Calorias	463,200	CHO - Carboidratos	74,400 (g)	Pr - Proteínas	20,600 (g)
					Lip - Lipídios	9,400 (g)
DUAS REFEIÇÕES						
Macronutrientes:	Kcal - Calorias	926,400	CHO - Carboidratos	148,800 (g)	Pr - Proteínas	41,200 (g)
					Lip - Lipídios	18,800 (g)

e) Quinta semana 25/03/2024 (segunda-feira) a 29/03/2024 (sexta-feira):

SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DIRETORIA DE ENSINO GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR PROGRAMA ESTADUAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR 76490 - EEB CASTRO ALVES - Localização: Urbana						
Matutino	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	
25/03/24	26/03/24	27/03/24	28/03/24	29/03/24	30/03/24	
Vegetariano						
Semana 5						
UMA REFEIÇÃO						
Macronutrientes:	Kcal - Calorias	543,750	CHO - Carboidratos	86,500 (g)	Pr - Proteínas	17,500 (g)
					Lip - Lipídios	14,000 (g)
DUAS REFEIÇÕES						
Macronutrientes:	Kcal - Calorias	1087,500	CHO - Carboidratos	173,000 (g)	Pr - Proteínas	35,000 (g)
					Lip - Lipídios	28,000 (g)

Fonte: E.E.B. Castro Alves (2024).

Na escola, existe a prática de fixá-los em mural no refeitório e em todas as sala de aula para que os alunos possam acompanhar a execução dos mesmos. Os cardápios são assinados por nutricionistas responsáveis, sendo oferecido as mesmas preparações no período matutino e vespertino. Neste documento, vem especificado os macronutrientes (calorias, carboidratos, proteínas e lipídios) que uma refeição e sua repetição devem oferecer ao aluno diariamente.⁸

Nos cardápios analisados houve uma grande oferta de refeição salgada e lanches (Quadros 03 e 06). Tendo em quase todas as refeições frutas, além de hortaliças quando ofertadas às refeições salgadas (Quadros 04, 05 e 07). Ao analisar as refeições servidas durante o período de fevereiro/2024 a setembro/2024, observou-se que os alunos tiveram 163 dias letivos com direito a alimentação. Diante desta constatação percebe-se que os alunos tiveram acesso à Refeição Salgada em 101 oportunidades, conforme verifica-se no Quadro 03:

Quadro 03 - Demonstrativo das variedades e a frequência das “refeições salgadas” ofertadas aos alunos durante o período da pesquisa.

Nº	Refeição Salgada	Frequência ⁹
01	ARROZ COLORIDO COM FEIJÃO	1
02	CANJA (FRANGO)	4
03	CARRETEIRO (ARROZ COM CARNE)	11
04	FEIJÃO, ARROZ E CARNE BOVINA	8
05	FEIJÃO, ARROZ E CARNE SUÍNA	4
06	FEIJÃO, ARROZ E FRANGO	16
07	FEIJÃO, ARROZ E OMELETE	2
08	FEIJÃO, ARROZ E TILÁPIA	7
09	FEIJÃO, ARROZ, CARNE E PINHÃO	3
10	FEIJADA DE CARNE BOVINA	1
11	FEIJADA SUÍNA	7
12	MACARRONADA COM CARNE SUÍNA	2
13	MACARRONADA DE CARNE	6
14	MACARRONADA DE FRANGO	5
15	MINESTRA (FEIJÃO E MACARRÃO)	3
16	OMELETE DE COUVE COM ARROZ	1
17	OMELETE DE COUVE COM QUEIJO (FORTAIA)	2
18	POLENTA COM CARNE	4
19	POLENTA COM FRANGO	3
20	RISOTO (ARROZ COM FRANGO)	7
21	SOPA DE CARNE	2
22	STROGONOFF DE CARNE	1

⁸ Os cardápios do PNAE devem estar disponíveis em locais visíveis nas Secretarias de Educação e nas escolas, bem como nos sites oficiais das entidades executoras, apresentando as seguintes informações: Horário; Tipo de refeição; Nome da preparação e ingredientes; informações nutricionais de energia e macronutrientes; Identificação e assinatura do nutricionista responsável. Para os cardápios das creches, adicionalmente, devem ser informados a consistência das preparações e os micronutrientes prioritários.

⁹ Frequência = Quantidade de vezes que o item alimentar apareceu no cardápio escolar entre os meses de fevereiro de 2024 a setembro de 2024 (período que compreendeu o estudo).

23	STROGONOFF DE FRANGO	1
----	----------------------	---

Fonte: Desenvolvido pela autora (2024).

Os cardápios de refeição salgada são acompanhados de saladas (hortaliças), os quais foram disponibilizados aos alunos em 139 oportunidades dos 163 dias letivos. No quadro 04 detalha-se quais verduras e legumes foram disponibilizados aos alunos, no período de pesquisa:

Quadro 04 - Demonstrativo das variedades e a frequência das “Saladas (hortaliças)” ofertadas aos alunos durante o período da pesquisa.

Nº	Saladas (hortaliças)	Frequência
01	ABÓBORA	2
02	ABOBRINHA	3
03	ACELGA	8
04	AGRIÃO	8
05	ALFACE	20
06	BETERRABA	15
07	BRÓCOLIS	7
08	CENOURA	25
09	CHICÓRIA	14
10	COUVE	4
11	COUVE-FLOR	2
12	CHUCHU	2
13	REPOLHO	14
14	TOMATE	17

Fonte: Desenvolvido pela autora (2024).

Ao analisar a composição dos cardápios, foi possível observar que, dentre as vinte e três opções de refeição salgada disponibilizadas ao longo dos meses investigados, houve uma variação nas combinações dos acompanhamentos. Esses acompanhamentos incluem farofas de couve e de cenoura, batata inglesa refogada e saladas cruas ou refogadas.

Outra prática recorrente ao longo dos meses foi a inclusão de frutas nos cardápios, tanto nas refeições salgadas quanto nos lanches. Essa inclusão ocorreu em 150 das 163 oportunidades possíveis, ou seja, em quase a totalidade dos dias, conforme se evidencia no Quadro 05 a seguir:

Quadro 05 - Demonstrativo das variedades e a frequência das “Frutas” ofertadas aos alunos durante o período da pesquisa.

Nº	Frutas	Frequência
01	MAÇÃ	47
02	LARANJA	37
03	BANANA	37
04	TANGERINA	17
05	MAMÃO	7
06	MELANCIA	3
07	MELÃO	1
08	PERA	1

Fonte: Desenvolvido pela autora (2024).

Além das 101 refeições salgadas servidas ao longo do período (Fev/24 a Set/24), tiveram 62 dias em que foram servidos lanches aos alunos, variando as opções conforme detalhado no Quadro 06:

Quadro 06 - Demonstrativo das variedades e a frequência dos “Lanches” ofertadas aos alunos durante o período da pesquisa.

Nº	Lanches	Frequência
01	BISCOITO CASEIRO	14
02	BOLO DE CENOURA	3
03	BOLO DE CHOCOLATE	3
04	BOLO DE FUBÁ	2
05	BOLO DE LARANJA	1
06	CANJICA DOCE	1
07	CUCA DE BANANA COM AVEIA	2
08	CUCA DE MAÇÃ COM AVEIA	3
09	PÃO DOCE (LISO) E DOCE DE BANANA	1
10	PÃO DOCE (SCHMECKEN)	1
11	PÃO INTEGRAL COM MANTEIGA	4
12	PÃO INTEGRAL COM DOCE DE BANANA	1
13	PÃO MASSINHA COM CARNE	5
14	PÃO MASSINHA COM DOCE DE UVA	1
15	PÃO MASSINHA COM FRANGO	6
16	PÃO MASSINHA COM OMELETE DE ESPINAFRE	2
17	SANDUÍCHE DE QUEIJO	7
18	TORTA DE CARNE	3
19	TORTA DE FRANGO	2

Fonte: Desenvolvido pela autora (2024).

Os cardápios de lanches são combinados com bebidas, (as bebidas não fazem parte da refeição salgada), conforme o Quadro 07 a seguir:

Quadro 07 - Demonstrativo das variedades e a frequência das “bebidas” ofertadas aos alunos durante o período da pesquisa.

Nº	Bebidas	Frequência
01	CAFÉ COM LEITE	20
02	IOGURTE COM POLPA DE FRUTAS	1
03	IOGURTE DE MORANGO	1
04	IOGURTE NATURAL BATIDO COM BANANA E MEL	3
05	LEITE BATIDO COM BANANA	1
06	LEITE BATIDO COM BANANA E AVEIA	1
07	LEITE BATIDO COM MAMÃO	1
08	LEITE BATIDO COM MAMÃO E BANANA	6
09	LEITE BATIDO COM MAMÃO, AVEIA E MEL	1
10	SUCO DE LARANJA INTEGRAL	5
11	SUCO DE MAÇÃ INTEGRAL	1
12	SUCO DE UVA INTEGRAL	20

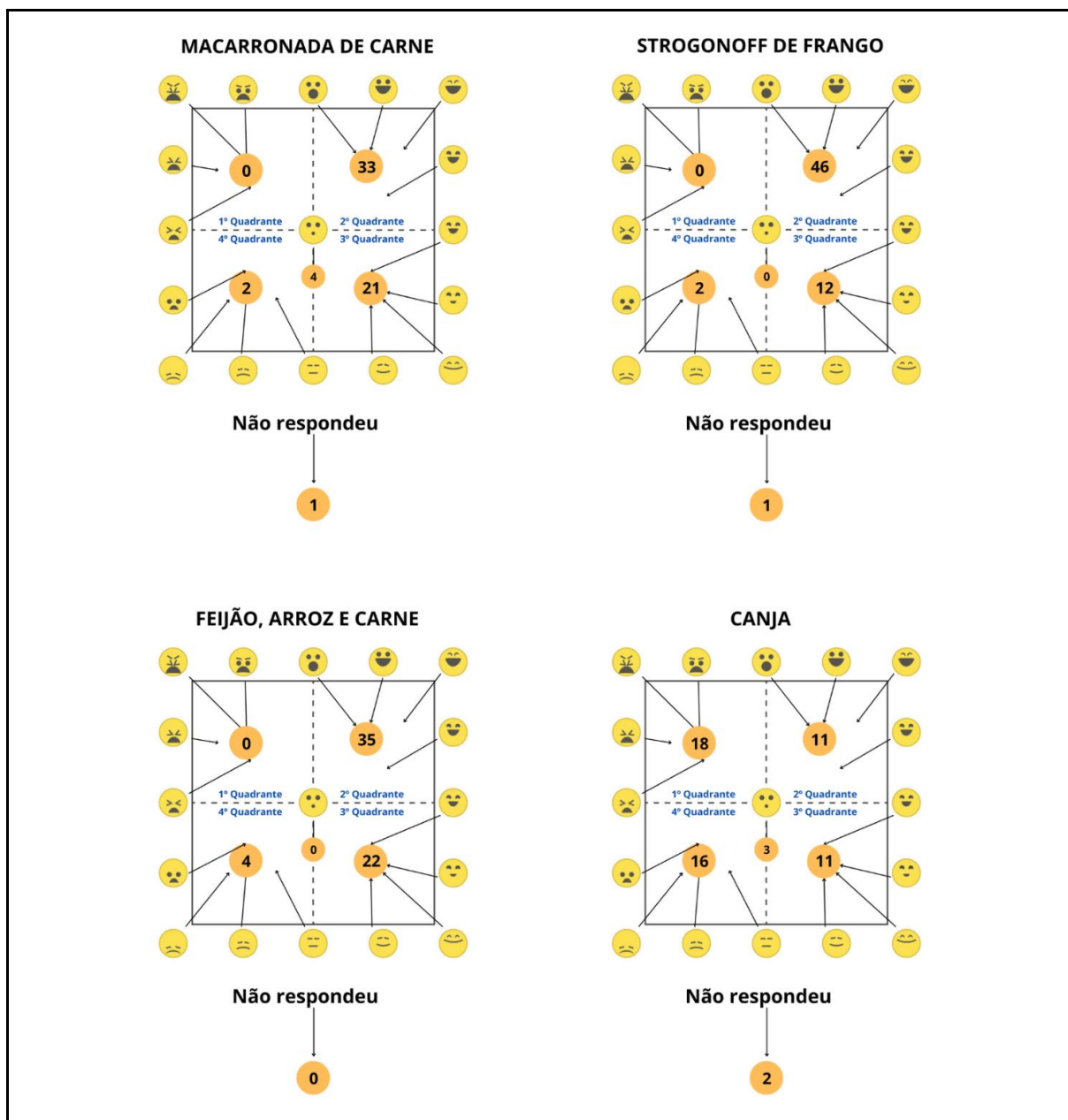
Fonte: Desenvolvido pela autora (2024).

4.2 AVALIAÇÃO DAS PERCEPÇÕES EMOCIONAIS DOS ALUNOS

Para avaliar as percepções emocionais dos alunos da escola foram aplicadas pranchas a 61 alunos dos 7º e 8º anos do Ensino Fundamental II. Após as pranchas devidamente preenchidas, iniciou-se o levantamento de dados, atribuindo numeração de 1 até 17 aos *emojis*, e 18 para quem deixou de preencher pelo fato de nunca ter experimentado aquele alimento (conforme figura 02).

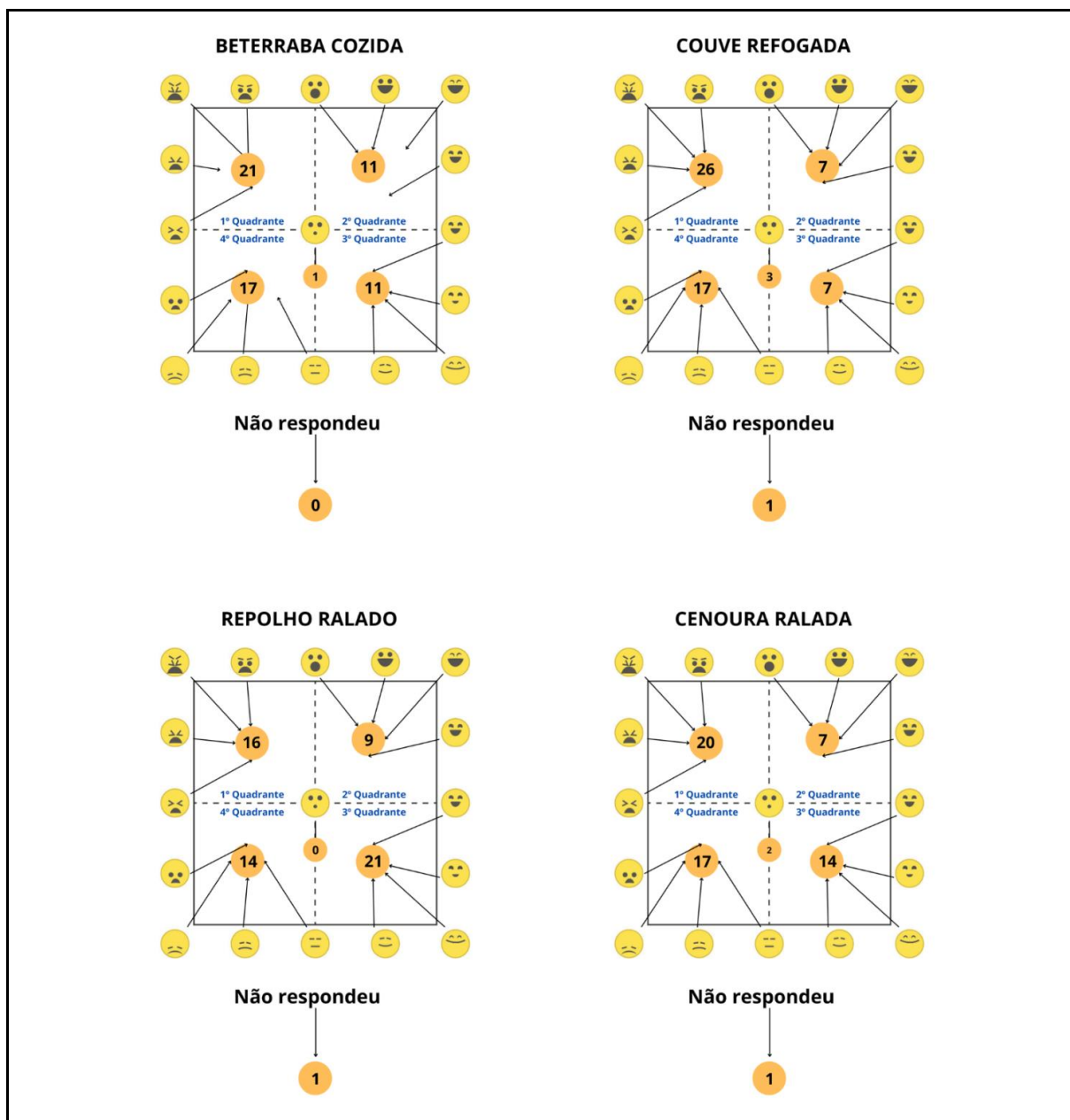
Os *EmojiGrids* foram divididos em quatro quadrantes (conforme a figura 02), com quatro *emojis* em cada quadrante, após, foi efetuado a contabilização das respostas conforme os dados obtidos no anexo 01, gerando uma somatória por quadrante, conforme demonstram as figuras abaixo:

Figura 04 - Somatório das respostas (quantidade de vezes que foram assinalados cada quadrante do *EmojiGrid*) em relação aos quatro tipos de refeições salgadas.



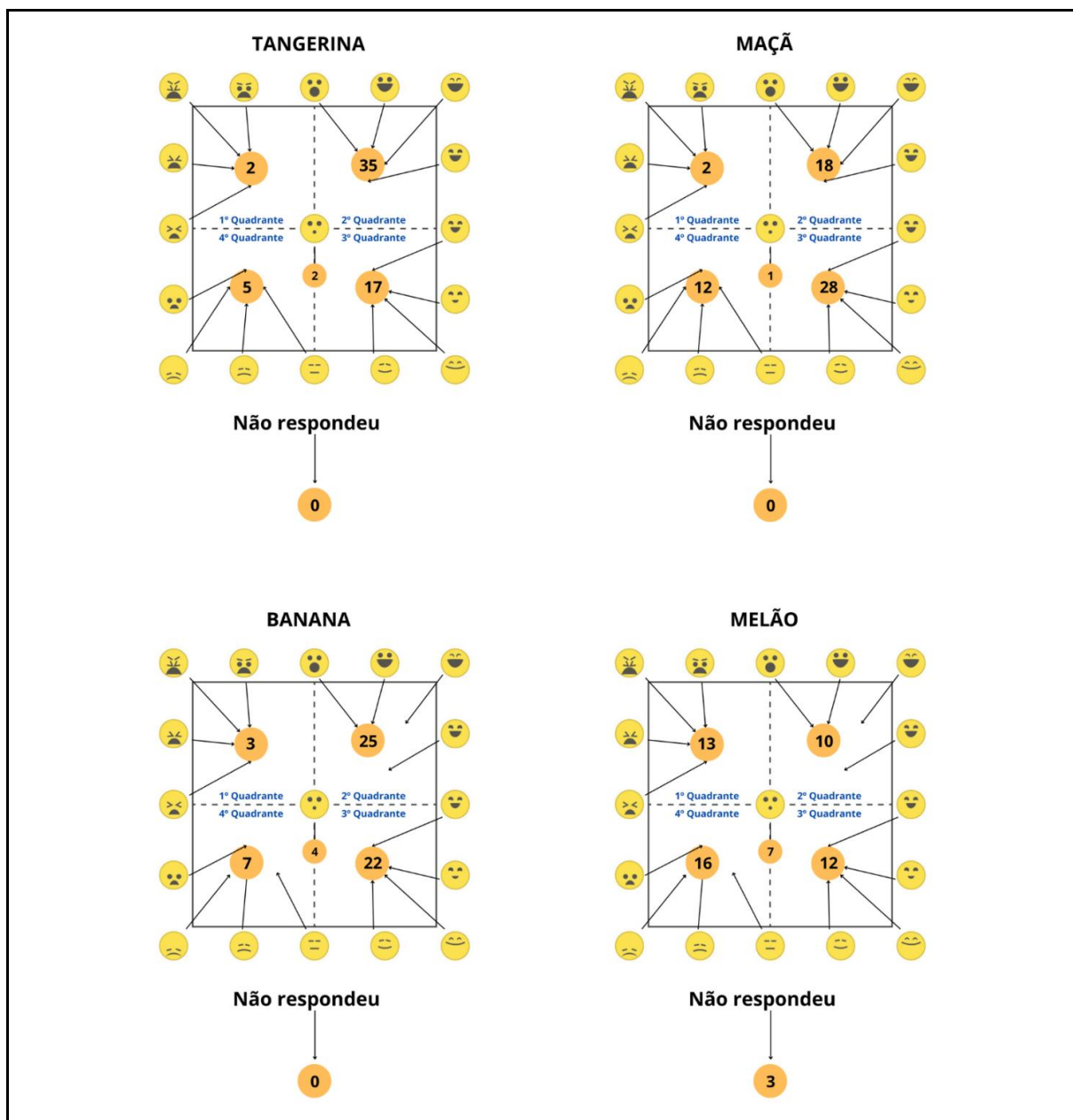
Fonte: Desenvolvido pela autora (2024).

Figura 05 - Somatório das respostas (quantidade de vezes que foram assinalados cada quadrante do *EmojiGrid*) em relação aos quatro tipos de Saladas (hortaliças).



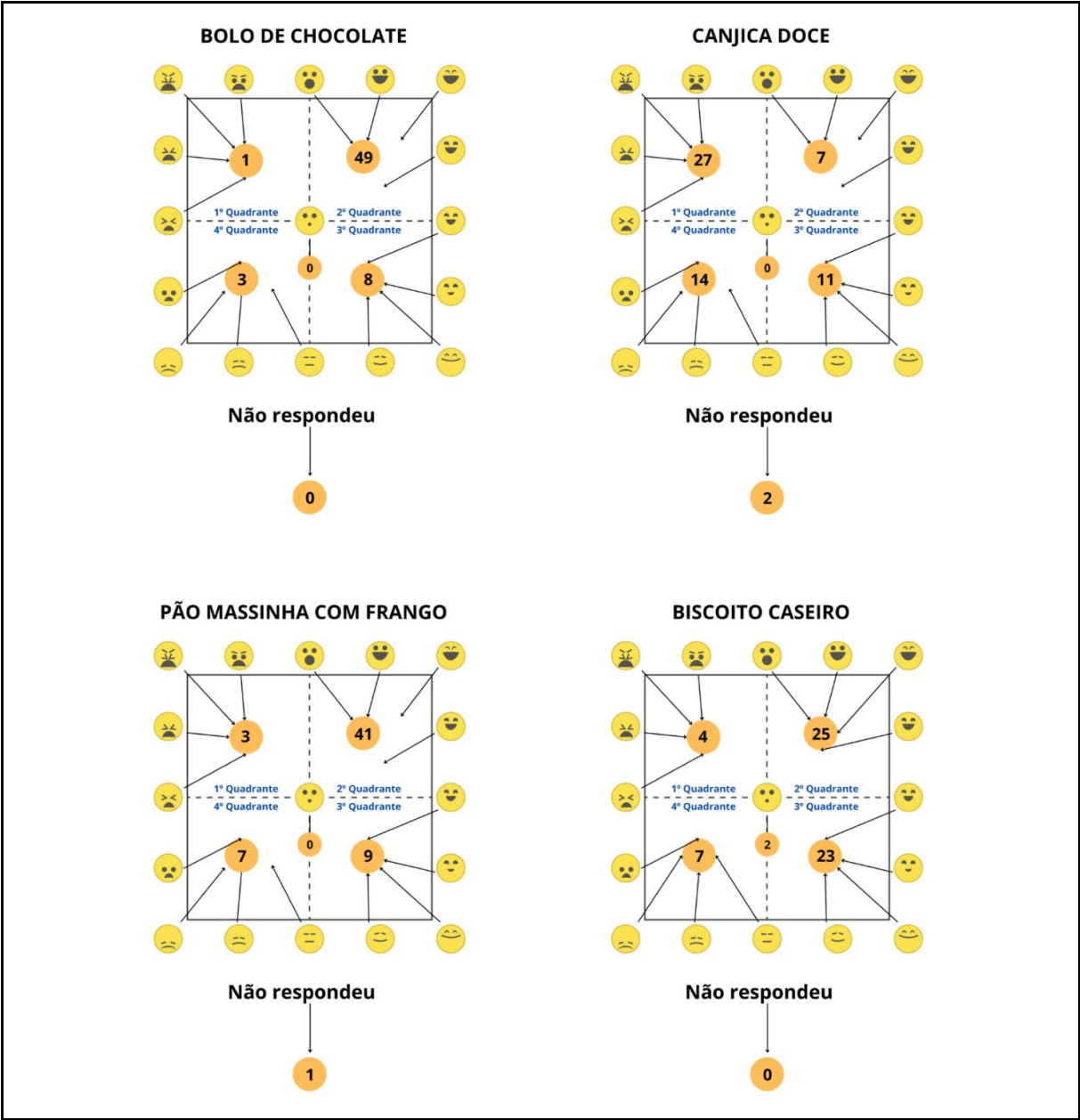
Fonte: Desenvolvido pela autora (2024).

Figura 06 - Somatório das respostas (quantidade de vezes que foram assinalados cada quadrante do *EmojiGrid*) em relação aos quatro tipos de frutas



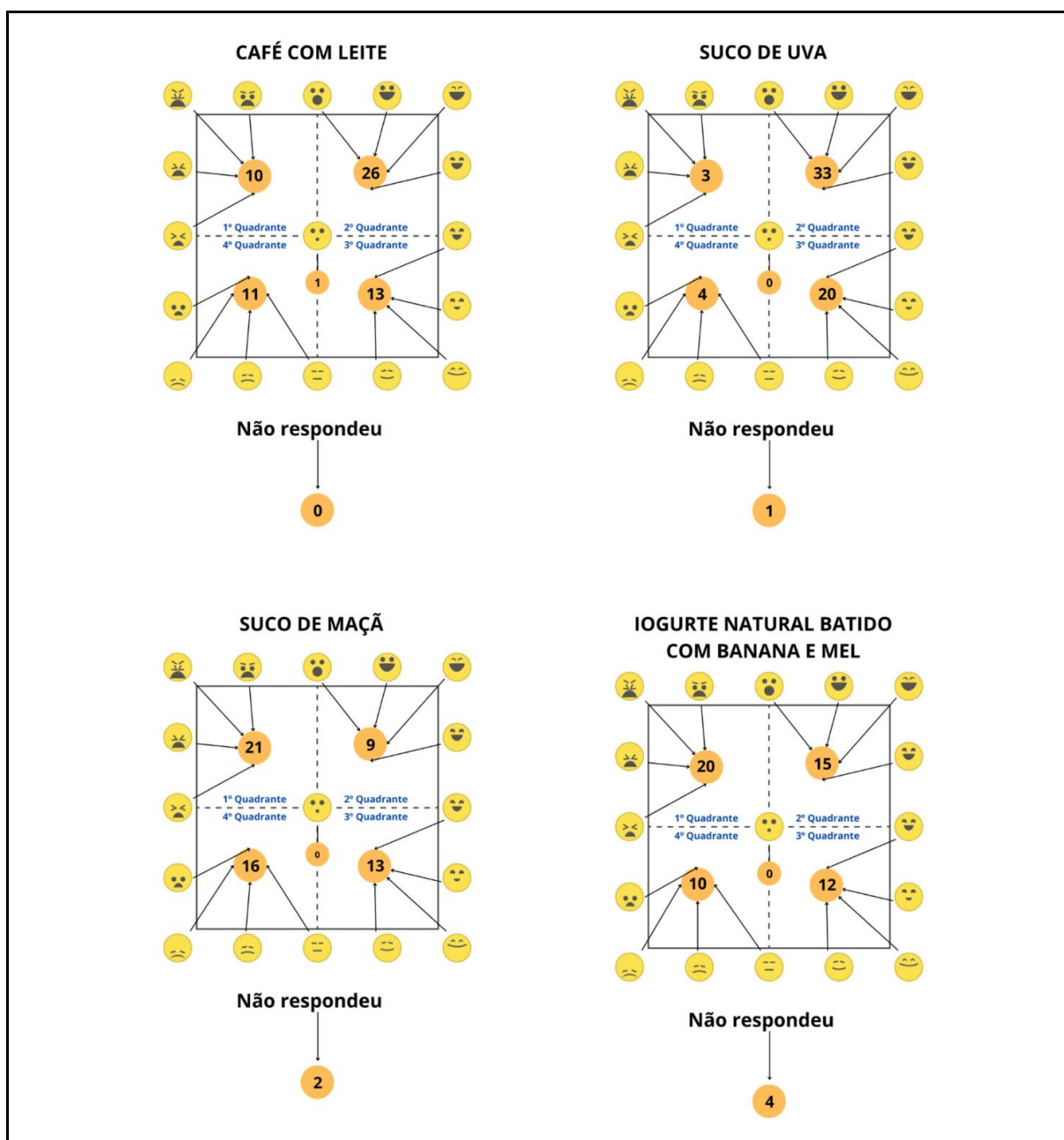
Fonte: Desenvolvido pela autora (2024).

Figura 07 - Somatório das respostas (quantidade de vezes que foram assinalados cada quadrante do *EmojiGrid*) em relação aos quatro tipos de lanches



Fonte: Desenvolvido pela autora (2024).

Figura 08 - Somatório das respostas (quantidade de vezes que foram assinalados cada quadrante do *EmojiGrid*) em relação aos quatro tipos de bebidas



Fonte: Desenvolvido pela autora (2024).

Para facilitar o estudo, criou-se o quadro 08, evidenciando as maiores quantidades de respostas que cada alimento recebeu, bem como, identificando o quadrante mais assinalado:

Quadro 08 - Quantidade de respostas do quadrante mais assinalado de cada item alimentar e o que significa a percepção emocional deste quadrante, estando ordenado pela coluna 4, que representa as quantidades de respostas recebidas.

Itens Alimentares	Quadrante	Percepções Emocionais	Respostas
Bolo de chocolate	2	muito positiva	49 respostas
Strogonoff de frango	2	muito positiva	46 respostas
Pão massinha com frango	2	muito positiva	41 respostas
Biscoito caseiro	2	muito positiva	35 respostas
Feijão, arroz e carne	2	muito positiva	35 respostas
Tangerina	2	muito positiva	35 respostas
Macarronada de carne	2	muito positiva	33 respostas
Suco de uva	2	muito positiva	33 respostas
Maçã	3	positiva	28 respostas
Canjica doce	1	muito negativa	27 respostas
Café com leite	2	muito positiva	26 respostas
Couve refogada	1	muito negativa	26 respostas
Banana	2	muito positiva	25 respostas
Beterraba cozida	1	muito negativa	21 respostas
Repolho ralado	3	positiva	21 respostas
Suco de maçã	1	muito negativa	21 respostas
Cenoura ralada	1	muito negativa	20 respostas
Iogurte natural batido com banana e mel	1	muito negativa	20 respostas
Canja de frango	1	muito negativa	18 respostas
Melão	4	negativa	16 respostas

Fonte: Desenvolvido pela autora (2024).

Foram gerados gráficos (Anexo 02) das respostas obtidas em todos os quadrantes de cada item alimentar, com o intuito de facilitar a visualização e interpretação.

Por fim, analisando os 20 itens alimentares pesquisados (100%), percebe-se que em 8 ocasiões (40%) geraram emoções negativas (somatório do quadrante 1 e 4) nos alunos, houve 1 ocasião (5%) de empate e 11 ocasiões (55%) que geraram emoções positivas (somatório do

quadrante 2 e 3) . No quadro a seguir, transcrevem-se as 8 ocasiões que geraram emoções negativas:

Quadro 09 - Porcentagem dos itens alimentares que receberam mais respostas nos quadrantes das emoções negativas (quadrantes 1 e 4).

Itens Alimentares	Quadrantes 1 e 4 Percepções Emocionais Negativas
Couve refogada	70,49 %
Canjica doce	67,21 %
Beterraba cozida	62,29 %
Suco de maçã	60,65 %
Cenoura ralada	60,65 %
Canja de frango	55,07 %
Iogurte natural batido com banana e mel	49,18 %
Melão	45,54 %

Fonte: Desenvolvido pela autora (2024).

No quadro 10, transcreve-se a única ocasião de empate entre as emoções positivas e as emoções negativas:

Quadro 10 - Porcentagem dos itens alimentares que receberam a mesma quantidade de respostas negativas (quadrantes 1 e 4) e positivas (quadrantes 2 e 3).

Itens Alimentares	Quadrantes 1 e 4 Percepções Emocionais Negativas	Quadrantes 2 e 3 Percepções Emocionais Positivas
Repolho ralado	49,18 %	49,18 %

Fonte: Desenvolvido pela autora (2024).

No quadro 11, transcrevem-se as 11 ocasiões que geraram emoções positivas:

Quadro 11 - Porcentagem dos itens alimentares que receberam mais respostas nos quadrantes das emoções positivas (quadrantes 2 e 3).

Itens Alimentares	Quadrantes 2 e 3 Percepções Emocionais Positivas
Strogonoff de frango	95,08 %
Bolo de chocolate	93,44 %
Feijão, arroz e carne	93,44 %
Macarronada de carne	88,52 %
Suco de uva	86,88 %
Tangerina	85,24 %
Pão massinha com frango	81,96 %
Biscoito caseiro	78,68 %
Banana	77,04 %
Maçã	75,40 %
Café com leite	63,93 %

Fonte: Desenvolvido pela autora (2024).

5. DISCUSSÃO

Tendo em vista o objetivo geral estabelecido e considerando a análise dos dados coletados no estudo, evidenciou-se a presença de emoções positivas e negativas nos alunos em relação aos alimentos da merenda escolar, as quais estão intimamente relacionadas às características sensoriais e culturais desses itens.

As emoções positivas em relação à alimentação estão, de maneira geral, ligadas a sentimentos de conforto, prazer e satisfação, frequentemente associadas a alimentos que remetem a memórias afetivas e experiências familiares, que evocam sensações de bem-estar e segurança emocional (Gimenes-Minasse, 2016; Versay Kudus, 2024).

Por outro lado, as emoções negativas estão associadas a percepções como aversão, rejeição e desconforto, geralmente provocadas por alimentos que apresentam sabores ou texturas desafiadoras ao paladar infantil e adolescente. Essas reações negativas podem ser influenciadas pela falta de familiaridade ou exposição reduzida a determinados alimentos saudáveis, especialmente vegetais, que não oferecem o mesmo apelo sensorial dos alimentos mais aceitos (Costa et al., 2022; Bezerra, 2018).

No presente estudo, as emoções positivas foram evidenciadas em alimentos classificados como *comfort food*, como o bolo de chocolate, *stroganoff* de frango e pão massinha com frango, marcadas por sensações de prazer e conforto alimentar. Esse tipo de resposta emocional é explicado como um elemento importante na aceitação alimentar, especialmente entre crianças e adolescentes, que tendem a associar esses alimentos com momentos de prazer e segurança emocional, o que facilita a adesão ao consumo escolar (Gimenes-Minasse, 2016; Versay Kudus, 2024).

A preferência dos alunos por alimentos que evocam emoções positivas, como sabor e textura agradáveis e familiaridade cultural, reforça a teoria de que as memórias afetivas e a conexão com a cultura alimentar influenciam fortemente o comportamento alimentar dos jovens (Rodrigues, 2020). Estudos apontam que, ao incluir alimentos com apelo afetivo no cardápio escolar, é possível aumentar a aceitação dos alunos pela refeição oferecida, desde que se mantenham os valores nutricionais essenciais para a saúde (Lemos, 2024). Esses alimentos, que remetem ao ambiente familiar e proporcionam um sentimento de pertencimento, tornam-se ferramentas potentes na promoção de uma alimentação equilibrada e emocionalmente satisfatória no ambiente escolar.

Em contrapartida, o estudo também evidenciou emoções negativas associadas a determinados itens, como canjica doce, couve refogada, beterraba cozida, cenoura ralada e iogurte natural com banana e mel. Esses alimentos apresentaram respostas de rejeição, que podem ser explicadas pelo gosto menos atrativo ao paladar infantil, a textura desafiadora ou a falta de familiaridade com esses sabores. A literatura indica que a introdução precoce e contínua de vegetais e alimentos saudáveis pode ajudar a reduzir a aversão, um fenômeno que demonstra a necessidade de estratégias de educação alimentar e reformulação de receitas para torná-los mais atrativos aos estudantes (Bezerra, 2018; Costa et al., 2022).

Para exemplificar as constatações ora apresentadas, pode-se observar os dados apontados nos quadrantes originários da pesquisa, especificamente aqueles disponíveis no quadro de nº 8, onde a análise dos dados revela uma clara preferência dos entrevistados por itens de alimentação escolar associados à experiência de "conforto" ou prazer alimentar, frequentemente classificados como *comfort food*. Esse tipo de alimento tem a capacidade de evocar emoções positivas, não apenas por seu sabor, mas também por sua textura e associação com memórias afetivas, o que pode incluir lembranças de momentos familiares ou sensações de satisfação e acolhimento (Versay Kudus, 2024). Acredita-se que tais percepções emocionais tornam esses alimentos mais bem avaliados, especialmente entre crianças e adolescentes, para os quais o prazer no consumo de alimentos pode ser um fator determinante no comportamento alimentar e na facilidade das refeições escolares (Gimenes-Minasse, 2016).

Evidencia-se especificamente que o bolo de chocolate (49 respostas), o strogonoff de frango (46 respostas), o pão massinha com frango (41 respostas) e o biscoito caseiro (35 respostas) receberam as maiores quantidades de respostas, conforme os dados do quadro nº 8, o que sugere que itens com sabor e textura atraentes ou adoçados estão localizados ao gosto do público-alvo. Esses alimentos se destacam pela combinação de sabor doce ou salgado e pela familiaridade que traz, criando uma sensação de segurança e bem-estar emocional nos entrevistados (Rodrigues, 2020; Souza, 2022).

Em termos de nutrição escolar, esta resposta emocional positiva pode ser uma ferramenta importante para atrair os estudantes para uma alimentação equilibrada, com outras ofertas nutricionais ricas e igualmente palatáveis. Assim, embora o consumo de alimentos reconfortantes em excesso possa apresentar limitações em termos de nutrientes, entender essa preferência emocional pode fornecer subsídios para uma melhor elaboração do cardápio escolar. Esse cardápio pode, por exemplo, incluir alimentos com apelo afetivo e que também

atendam a uma alimentação saudável, promovendo, assim, não só o consumo, mas também uma relação positiva e estreita com a alimentação (Lemos, 2024).

A análise dos dados indica que os itens mais comuns na dieta brasileira, como feijão, arroz, carne e frutas doces como tangerina, também evocam percepções emocionais positivas (ambos com 35 respostas), refletindo um conforto emocional e uma forte identificação cultural dos entrevistados com esses alimentos (Alvarenga, et al., 2015). Esse padrão aponta para uma ligação entre a familiaridade cultural dos alimentos e a satisfação dos estudantes, pois esses itens são tradicionalmente consumidos nas refeições familiares e são fundamentais na base alimentar do Brasil (Bezerra, 2018). Assim, ao serem incluídos no cardápio escolar, esses alimentos não apenas fornecem o papel nutricional, mas também são adequados para a continuidade dos hábitos alimentares familiares, promovendo um senso de pertencimento e estabilidade emocional na alimentação diária (Lemos, 2024).

Em contraste, alimentos como maçã (28 respostas) e especialmente suco de maçã (21 respostas), receberam uma resposta positiva, embora não tão intensa quanto aos itens mencionados acima. A acessibilidade mais moderada pode ser atribuída ao seu sabor neutro e ao menor apelo sensorial, que, embora não gerem o mesmo nível de prazer imediatamente dos itens como *comfort food*, ainda são aceitos devido a fatores como o frescor e a associação a uma alimentação saudável (Gimenes-Minasse, 2016). Esse tipo de liberdade mais sutil sugere que os estudantes sejam receptivos a alimentos menos “afetuosos”, desde que se mantenham dentro de uma oferta equilibrada e nutritiva.

Considerando essas percepções emocionais, a presença de alimentos culturalmente familiares e nutricionais adequados na alimentação escolar pode contribuir para um ambiente que acolhe emocionalmente os alunos, incentivando hábitos saudáveis sem abrir a mão do conforto alimentar (Dias, 2022). Ao equilibrar alimentos que trazem prazer e facilidades com opções mais neutras e nutritivas, o cardápio escolar pode proporcionar uma experiência alimentar que ajuda tanto o desenvolvimento emocional quanto a saúde dos estudantes, favorecendo a adesão a uma dieta balanceada ao longo do tempo (Costa, et al., 2022).

Por outro lado, diversos alimentos, tais como Canjica doce (27 respostas), couve refogada (26 respostas), beterraba cozida (21 respostas), cenoura ralada (20 respostas) e iogurte natural com banana e mel (20 respostas) apresentaram respostas muito negativas, indicando um padrão de coleta que pode estar associado a sabores, texturas, ou percepções culturais desses alimentos (Bezerra, 2018). Essa aversão pode ter origem na falta de exposição

ou preferência pessoal, além do fato de que alguns vegetais e orgânicos naturais possuem um sabor menos atraente para o paladar infantil e adolescente (Costa et al. 2022).

A exclusão de itens como couve, beterraba e cenoura pode ser explicada pela preferência comum de crianças e adolescentes por alimentos com sabores mais suaves ou que remetam a sensações de prazer imediatamente. Vegetais, especialmente quando cozidos, podem ter texturas ou gostos que muitos não consideram prazerosos, além de um aspecto visual que pode não ser tão atraente quanto outros itens do cardápio. Já o iogurte natural com banana e mel, apesar de ser uma opção mais doce, pode ter um sabor azedo devido à acidez natural do iogurte, o que tende a ser menos aceito sem a adição de açúcares ou sabores artificiais (Lemos, 2024).

Além disso, é possível que essa exclusão esteja relacionada à falta de exposição precoce ou à maneira como esses alimentos são preparados e apresentados. Estudos mostram que a introdução precoce e repetida de alimentos saudáveis pode aumentar a acessibilidade infantil, enquanto uma exposição limitada tende a fortalecer a versão, especialmente os vegetais e itens menos adoçados (Costa et al. 2022). Dessa forma, o alto índice de exclusão sugere a necessidade de estratégias que tornem esses alimentos mais atraentes, seja pela reformulação das receitas para melhorar sabor e textura ou por iniciativas educativas que incentivem a experimentação e expliquem os benefícios nutricionais (Bezerra, 2018).

Portanto, a presença desafiadora de alimentos culturalmente menos populares e sensoriais no cardápio escolar pode ser fundamental para a promoção de hábitos alimentares saudáveis a longo prazo, mas requer abordagem estratégica (Alvarenga, et al., 2015). Combinar esses itens com orientação mais atrativa e introduzi-los de forma gradual pode ajudar a reduzir a exclusão e promover uma relação emocional mais positiva com uma alimentação diversificada e nutritiva (Souza, 2022).

Os dados da pesquisa demonstram que a alimentação escolar desempenha um papel importante na formação de hábitos alimentares e na promoção de uma relação saudável com a comida. Estudos, como os de Toet et al. (2018), mostram que a associação emocional com alimentos pode influenciar diretamente na facilidade e na escolha alimentar. Neste caso, a metodologia *EmojiGrid* se demonstrou eficaz para captar essas percepções, pois permitiu que os alunos expressem emoções de maneira acessível e visual, facilitando a análise das emoções relacionadas à comida.

As percepções muito positivas indicam uma preferência por alimentos com sabor agradável e familiar, o que está alinhado com a ideia de que crianças e adolescentes tendem a

aceitar melhores alimentos que remetem a experiências prazerosas (Alvarenga, et al., 2015). Já os itens rejeitados, especialmente os vegetais, mostram a necessidade de intervenções educacionais que promovam a acessibilidade desses alimentos, uma vez que são fundamentais para uma alimentação balanceada e saudável (Bezerra, 2018).

Nesse contexto, acredita-se que a alimentação escolar deve, portanto, considerar tanto a palatabilidade quanto o valor nutricional, buscando estratégias para integrar alimentos menos preferidos de maneira atraente, como a inclusão gradual e o incentivo ao consumo por meio de atividades que estimulem o paladar e promovam uma relação positiva com esses alimentos.

No entanto, no decorrer do estudo, identificou-se que na escola onde foi aplicada a pesquisa não há discussões sobre se a alimentação oferecida é apreciada pelos alunos. Essa ausência de investigação sobre a avaliação da alimentação oferecida pode impactar a acessibilidade e a eficácia do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE). Segundo o Ministério da Educação (1996), a alimentação escolar deve ser adequada e atrativa, considerando as necessidades e preferências dos alunos. A falta de diálogo com os estudantes pode levar a um desinteresse pelas refeições, comprometendo os objetivos nutricionais e educacionais propostos pela escola.

Dessa forma, a inclusão de alimentos menos preferidos no cardápio escolar demanda uma abordagem estratégica que considere o impacto das emoções negativas e busque formas de mitigá-las. Esse objetivo pode ser alcançado por meio de introdução gradual, variações na preparação e atividades educacionais voltadas para o desenvolvimento de uma relação positiva e curiosa com esses alimentos. Segundo Souza (2022), a exposição repetida e a promoção do paladar por meio de experiências sensoriais podem transformar gradualmente a percepção dos alunos, favorecendo a aceitação de uma dieta mais variada e nutritiva.

De um modo geral, o estudo reforça a importância de equilibrar a oferta de alimentos que evocam emoções positivas com opções nutricionalmente adequadas, mas culturalmente desafiadoras, para promover hábitos alimentares saudáveis e uma relação afetiva mais harmoniosa com a alimentação escolar. A análise das emoções dos alunos proporciona informações relevantes para a formulação de um cardápio que valoriza tanto a aceitação alimentar quanto a saúde, contribuindo para a adesão a longo prazo ao Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) e incentivando um ambiente acolhedor e de desenvolvimento emocional através da alimentação escolar (Dias, 2022; Costa et al., 2022).

Assim, sugere-se equilibrar a presença de alimentos que evocam emoções positivas com aqueles que inicialmente causam emoções negativas, mas são importantes para a saúde, o cardápio escolar pode trabalhar de forma estratégica para desenvolver tanto o prazer na alimentação quanto a aceitação gradual de uma dieta mais nutritiva e variada, promovendo uma relação afetiva saudável e equilibrada com a alimentação escolar.

6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo evidenciou a preferência dos alunos por alimentos escolares que evocam experiências emocionais positivas, especialmente aqueles classificados como "*comfort food*". Alimentos como chocolate, *stroganoff* de frango, biscoitos caseiros se destacaram por suas qualidades sensoriais e pela conexão emocional que fortalece, o que reforça a ideia de que o prazer no consumo é um fator relevante no comportamento alimentar de crianças e adolescentes. A inclusão de itens tradicionais da dieta brasileira, como feijão e arroz, também foi demonstrada significativamente, refletindo a identidade cultural e a continuidade dos hábitos alimentares familiares.

As limitações desta pesquisa incluem a restrição da amostra a um único contexto escolar e a possibilidade de viés nas respostas, já que as percepções individuais sobre os alimentos podem variar amplamente. Além disso, a metodologia utilizada, embora eficaz na coleta de dados, pode não capturar a totalidade das influências que afetam as escolhas alimentares dos alunos, como fatores sociais e econômicos.

Para estudos futuros, recomenda-se a ampliação da pesquisa para diferentes contextos escolares e demográficos, a fim de validar os resultados obtidos. Além disso, pesquisas que exploram as disciplinas educacionais externas para a promoção de alimentos menos populares, como vegetais e opções saudáveis, podem ser de grande valor. Esses estudos poderiam investigar a eficácia de métodos que associam a educação alimentar com experiências sensoriais descobertas, não apenas melhorar a acessibilidade de uma dieta balanceada, mas também promover um desenvolvimento emocional saudável por meio da alimentação.

7. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALCORFORADO, Michel. **O caos na identidade e a comida como resgate**. Disponível em: <https://equilibriumlatam.com/o-caos-na-identidade-e-a-comida-como-resgate-michel-alcoforado/>. Acesso em: 30 ago. 2023.

AMON, D.; MENASCHE, R. Comida como narrativa da memória social. **Sociedade e Cultura**. Goiânia, v. 11, n. 1, 2008. DOI: 10.5216/sec.v11i1.4467.

ALVARENGA, Marle. et al. **Nutrição comportamental**. Barueri, SP: Manole, 2015.

BAPTISTA, Igor Dutra. **A Construção Afetiva da Comida**. Dissertação de Mestrado em Sociologia. Universidade do Minho. Instituto de Ciências Sociais. 2021. Disponível em: <https://repositorium.sdum.uminho.pt/bitstream/1822/74484/1/Igor%20Dutra%20Baptista.pdf>. Acesso em: 10 jan. 2024.

BARBALHO, E. V., et al. (2020). Influência do consumo alimentar e da prática de atividade física na prevalência do sobrepeso/obesidade em adolescentes escolares. **Caderno de Saúde Coletiva**. 28(1), 1-12.

BARROS, Aidil de Jesus Paes de. LEHFELD, Neide Aparecida de Souza. **Fundamentos de metodologia científica: um guia para a iniciação científica**. 2. ed. São Paulo: Makron Books, 2000.

BEZERRA, José Arimatea Barros. **Educação Alimentar e Nutricional: articulação de saberes**. Fortaleza: Edições UFC, 2018.

BÍBLIA, N. T. Mateus. In: **Bíblia Sagrada**. Tradução de Fernando. 3ª Edição. São Paulo - SP: Editora NVI, 2023.

BOTELHO, Isaura. Dimensões da cultura e políticas públicas. **São Paulo em Perspectiva**, São Paulo, v. 15, n. 2, 2001.

BRAIN INTELIGÊNCIA. **Produtos vegetarianos e veganos fazem parte do consumo da população brasileira?** Disponível em: <https://brain.srv.br/conteudos/post/produtos-vegetarianos-e-veganos-fazem-parte-do-consumo-da-populacao-brasileira>. Acesso em: 30 ago. 2023.

BRASIL. Congresso. Senado **Resolução/CD/FNDE nº 26, de 17 de junho de 2013**. Coleção de leis da República Federativa do Brasil, Brasília, DF, p. 3, 2013.

BRASIL. **Constituição da República Federativa do Brasil**. Brasília, DF: Senado Federal, 1988. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm. Acesso em: 20 de maio de 2023.

BRASIL. **Lei nº 11.947, de 16 de junho de 2009**. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar e do Programa Dinheiro Direto na Escola aos alunos da educação básica. Diário Oficial da União: seção I, Brasília, DF, ano 146, n. 114-E, p. 1-3, 17 jun. 2009.

BRASIL. **Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas**. Brasília: Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome, 2012.

BRASIL. **Guia Alimentar para a População Brasileira**. 2. ed. Ministério da Saúde. Brasília, 2014.

BRASIL. **Diretrizes e bases da educação nacional: Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996**. Ministério da Educação. Brasília, 1996.

BRASIL. **Política Nacional de Alimentação e Nutrição**. Ministério da Saúde. Brasília, 2013.

BRASIL. **Plano de Ações Estratégicas para o Enfrentamento das Doenças Crônicas e Agravos não Transmissíveis no Brasil 2021-2030**. Ministério da Saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 2021.

BRASIL. **Princípios e Práticas para Educação Alimentar e Nutricional**. Brasília: Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (SESAN), 2018.

CANEDO, Daniele. “**Cultura é o quê?**” - reflexões sobre o conceito de cultura e a atuação dos poderes públicos. V ENECULT. Encontro de Estudos Multidisciplinares em Cultura 27 a 29 de maio de 2009. Faculdade de Comunicação/UFBA, Salvador-BA.

CANESQUI, ANA Maria e GARCIA, Rosa Wanda Diez (org). **Antropologia e nutrição: um diálogo possível**. Rio de Janeiro: Editora FIOCRUZ, 2005.

CASTRO ALVES. Disponível em: <http://www.projetomemoria.art.br/CastroAlves/>. Acesso em: 21 jul. 2022.

CONSEA. **Conferência Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional**, 2, Relatório final. Olinda: CONSEA, 2004.

CONTRERAS, Jesús. GRACIA, Mabel. **Alimentación y cultura: perspectivas antropológicas**. Barcelona: Ariel; 2005.

CONTRERAS, J. M. GRACIA, M. (2011). Somos o que comemos: a comida e a identidade étnica e cultural. **Etnográfica**, 15(2), 331-351.

COSTA, Adriana Fátima Arruda da. et al. A importância da alimentação na educação infantil. **Revista Ibero-Americana De Humanidades, Ciências E Educação**, 8(8), 1375– 1381. 2022.

CRUZ, S. T., et al. (2019). Comida à mesa: afeto, memória e história saborizada de idosas descendentes de italianos. **RBCEH**. 16 (3), 35-46.

CRUZ, R. A. (2021). **Memória afetiva alimentar: avaliação das experiências e sua relação com a perspectiva de moradores e turistas**. Tese de doutorado. Universidade do Vale do Itajaí, Balneário Camboriú, SC.

CUCHE, Denys. **O Conceito de Cultura nas Ciências Sociais**. 2 ed. Bauru: EDUSC, 2002.

DIAS, Maria Madalena Tomé. **Gestão de comportamentos com recurso à regulação de emoções em contexto de refeitório escolar**. Relatório de estágio de mestrado, Educação e Formação (Área de Especialidade em Desenvolvimento Social e Cultural). Universidade de Lisboa, Instituto de Educação. Lisboa, 2022

DUARTE, G. K. et al. Relação da comida afetiva no padrão alimentar adulto. **Research, Society and Development**, v. 12, n. 6, e16012642170, 2023.

E.E.B. CASTRO ALVES. [PPP]. Araranguá, [19--].

FONSECA, Vitor. Importância das emoções na aprendizagem: Uma abordagem neuropsicopedagógica. **REV. Psicopedagogia**, 33(102), p. 365-384, Oeiras/Portugal, 2016.

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa** 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002.

GIL, Antônio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2011

GIMENES-MINASSE, Maria Henriqueta Sperandio Garcia. Comfort food: sobre conceitos e principais características. **Revista de Comportamento, Cultura e Sociedade**. Vol. 4 nº 2 – Março de 2016.

HALBWACHS, Maurice. **A memória coletiva**. São Paulo: Edições Vértice, 1990.

HOBOLD, Paulo. **A história de Araranguá**: reminiscências desde os primórdios até o ano de 1930. Porto Alegre: Palmarinca /EST, 1994.

ISHIZAKA, M. L. (2019). **Influência da memória gustativa na formação do cozinheiro profissional**. Artigo de curso superior. Instituto Federal de Santa Catarina, Florianópolis, SC.

IZQUIERDO, Iván. **Memória**. Porto Alegre: Artmed, 2002.

JANSEN, P. W., Barse, L. M., Jaddoe, V. W., Verhulst, F. C., Franco, O. H., & Tiemeier, H. (2017). Bi-directional associations between child fussy eating and parents' pressure to eat. **Physiol Behav**. 176, 101-106.

JUNQUEIRA, P. **Relações cognitivas com o alimento na infância**. São Paulo: ILSI Brasil, 2017.

LE BRETON, David. **El Sabor del Mundo**: una Antropología de los sentidos. Nueva Visión: Buenos Aires, 2009.

LEMOES, Thayane Castro Carvalho. **Respostas emocionais evocadas por imagens de diferentes alimentos**: impacto dos ultraprocessados e implicações para políticas públicas em alimentação e nutrição. Disponível em: https://bdtd.ibict.br/vufind/Record/UFF-2_7bf01d59caaa91db21948b8df17730be. Acesso em: 28 out. 2024.

LOPES, L., & Costa, H. (2022). **Fatores que influenciam nas escolhas alimentares de estudantes de Nutrição**. Trabalho de Conclusão de Curso. Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia, MG.

MARCH, J.G. e OLSEN, J.P. **Ambiguity and choice in organizations**. Oslo: Ed. Universitetsforlaget, 1976.

MATOS, M. I. S. (2019). Temperados com lágrimas e saudades: Sabores, memórias e tradições entre portugueses. **Anuac**. 2(1), 141-146.

MENEZES, Edna M. **Estruturação da memória organizacional de uma instituição em iminência de evasão de especialistas: um estudo de caso da Conab**. Brasília: UCB, 2006.

MENEZES, Ulpiano T. Bezerra de. Fontes visuais, cultura visual, história visual: balanço provisório, propostas cautelares. **Revista Brasileira de História**. Julho 2003, vol.23, no. 45. p.11-36.

MINAYO, Maria Cecília de Souza (org.). **Pesquisa Social**. Teoria, método e criatividade. 18 ed. Petrópolis: Vozes, 2001.

MONTEIRO, C. A., et al. A dieta das crianças brasileiras: resultados da pesquisa de orçamentos familiares 2008-2009. **Revista de Saúde Pública**, vol. 47, supl. 1, 2013, pp. 1-14.

MOREIRA, C. R. (2010). Comensalidade: um conceito em construção. **Revista Nutrição em Pauta**, 18 (101), 34-38.

NEVES, R. F. F. (2018). **Comida e afeto**: os doces que povoam as memórias cearenses. Trabalho de Conclusão de Curso. Universidade Federal do Ceará, Fortaleza, CE.

NORA, Pierre. Entre memória e história: a problemática dos lugares. **Projeto História** (Revista do Programa de Estudos Pós-graduados em História/Departamento de História, PUC-SP), São Paulo, v.10, 1993.

OLIVEIRA, T. S. (2013). Alimentação, identidade e memórias práticas alimentares caboverdianas num contexto migratório. **Revista Habitus**. 11(1), 19-35l.

ONU. Organização das Nações Unidas. **Declaração Universal dos Direitos Humanos**. 1948. Disponível em: <https://www.unicef.org>. Acesso em: 8 ago 2023.

PETTY, Maria Luiza et al. **Nutrição Comportamental no atendimento de crianças e adolescentes**. In: ALVARENGA, Marle et al. **Nutrição Comportamental**. 2. ed. Barueri: Manole, 2019.

PNAE: Programa Nacional de Alimentação Escolar. **Portal do FNDE - Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação**. Disponível em: <http://www.fnde.gov.br/dadosabertos/organization/about/pnae>. Acesso em: 20 ago. 2023.

POLLAN, M. **Em Defesa da Comida**. São Paulo: Intrínseca, 2008.

POLLAK, Michael. **Memória e identidade social**. Estudos Históricos, Rio de Janeiro, nº 10, 1992.

POULAIN, J. P. (2015). **O nascimento do gourmet**: a invenção da comida francesa. Estação Liberdade. 2015.

RODRIGUES, Nathalia Amadeus. **Avaliação da preferência alimentar de crianças e adolescentes**. Disponível em:
<https://repositorio.pucgoias.edu.br/jspui/handle/123456789/2474>. Acesso em: 28 out. 2024.

ROSENTHAL, Flora Guimarães; CAMARGO, Maria Eduarda Zytkeuwisz; e NEVES, Janaína das. **Caderno de Ações de Educação Alimentar e Nutricional**. Florianópolis: UFSC/CCS, 2018.

SANTOS, I.D.C. **Memória alimentar de afro-descendentes, descendentes de poloneses e italianos na Cidade de Curitiba**. 237 f. Tese (Doutorado em Ciências Sociais) - Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2005.

SANTOS, J. A. Cultura alimentar e saúde: práticas e saberes tradicionais na promoção da alimentação saudável. **Revista Brasileira de Nutrição Clínica**, vol. 31, no. 2, 2016, pp. 147-156.

SED, Secretaria de Estado da Educação. Diretoria de Apoio ao Estudante/Diretoria de Apoio aos Municípios. Gerência de Alimentação Escolar/Programa Estadual de Alimentação Escolar. **Cartilha da Alimentação Escolar do Estado de Santa Catarina**. Florianópolis, 2021.

SED, Secretaria de Estado da Educação, **Seção ‘Pais alunos e comunidade’, subseção ‘educação alimentar e nutricional (EAN)’** Disponível em: <https://www.sed.sc.gov.br/pais-alunos-e-comunidade/educacao-alimentar-e-nutricional-ean/>. Acesso em: 10 ago. 2024.

SED, Secretaria de Estado da Educação, **Seção Pais alunos e comunidade, subseção Alimentação escolar**. Disponível em: <https://www.sed.sc.gov.br/pais-alunos-e-comunidade/alimentacao-escolar/>. Acesso em: 26 ago. 2024.

SOUZA, Edna Freire de. **Consumo de açúcares adicionados entre adolescentes estudantes do ensino fundamental e médio do Município de Belém/PB**. Trabalho de Conclusão de Curso. 51 folhas. Unidade Acadêmica de Saúde da Universidade Federal de Campina Grande. Cuité-PB, 2022.

STEIN, E. E. Organizational Memory: Review of Concepts and Recommendations for Management. In **International Journal of Information Management**. Vol, 15 nº.2. p.17-32, 1995.

TOET A, Kaneko D, Ushima S, Hoving S, de Kruijf I, Brouwer A-M, Kallen V and van Erp JBF (2018) **EmojiGrid**: A 2D Pictorial Scale for the Assessment of Food Elicited Emotions. *Front. Psychol.* 9:2396. doi: 10.3389/fpsyg.2018.02396

VASCONCELOS, F. de A. G. **Educação alimentar e nutricional: fundamentos, práticas e reflexões**. Florianópolis: Editora da UFSC, 2011.

VERGARA, S. C. **Projetos e relatórios de pesquisa em administração**. 3. ed. São Paulo: Atlas, 2000.

VERSAY KUDUS, Nazima. **Comida reconfortante é a mesma coisa que comida favorita?** Disponível em: <https://ir.uitm.edu.my/id/eprint/97969/>. Acesso em: 28 out. 2024.

VILÁ, Miriam Bertrand. Reflexões sobre a análise antropológica da alimentação no México. In: Menasche, Renata; Alvarez, Marcelo; Collaço, Janine (Orgs.). **Dimensões socioculturais da alimentação: diálogos Latino-Americanos**. Porto Alegre: Editora da UFRGS, 2012. 264p

ZUIN, Luís Fernando Soares. ZUIN, Poliana Bruno. Alimentação é cultura: aspectos históricos e culturais que envolvem a alimentação e o ato de se alimentar. **Nutrire: rev. Soc. Bras. Alim. Nutr.** J. Brazilian Soc. Food Nutr., São Paulo, SP, v. 34, n. 1, p. 225-241, abr. 2009.

WALSH, J.P. y UNGSON, G.R. Organizational Memory. **Academy of Management Review**. New York: Vol. 16, nº 1, p. 57-91. January 1991.

WILLIAMS, Raymond. **Palavras-chave**: um vocabulário de cultura e sociedade. São Paulo: Boitempo, 2007.

WOORTMANN, E. F. (2013). A comida como linguagem. **Revista Habitus**. 11(1), 5-17.

ANEXO 1 - QUADROS COM A TABULAÇÃO DAS RESPOSTAS DA PRANCHA DESENVOLVIDA

Quadro 12 - Respostas (quantidade de vezes que foram assinalados cada número do *EmojiGrid*) em relação aos quatro tipos de refeições salgadas

Item alimentar	Macarronada de Carne	<i>Strogonoff</i> de frango	Feijão, arroz e Carne	Canja de frango
Número do <i>EmojiGrid</i>	Quantidade de alunos que assinalaram o <i>Emoji</i>	Quantidade de alunos que assinalaram o <i>Emoji</i>	Quantidade de alunos que assinalaram o <i>Emoji</i>	Quantidade de alunos que assinalaram o <i>Emoji</i>
01	0	0	0	6
02	0	0	0	2
03	0	0	0	0
04	5	9	3	2
05	19	29	20	3
06	9	8	12	6
07	11	7	6	1
08	3	2	4	2
09	7	1	5	3
10	0	2	7	5
11	2	1	3	6
12	0	0	1	3
13	0	0	0	5
14	0	1	0	2
15	0	0	0	7
16	0	0	0	3
17	4	0	0	3
18	1	1	0	2

Fonte: Desenvolvido pela autora (2024).

Quadro 13 - Respostas (quantidade de vezes que foram assinalados cada número do *EmojiGrid*) em relação aos quatro tipos de Saladas (hortaliças)

Item alimentar	Beterraba Cozida	Couve refogada	Repolho ralado	Cenoura ralada
Número do EmojiGrid	Quantidade de alunos que assinalaram o <i>Emoji</i>	Quantidade de alunos que assinalaram o <i>Emoji</i>	Quantidade de alunos que assinalaram o <i>Emoji</i>	Quantidade de alunos que assinalaram o <i>Emoji</i>
01	12	13	8	7
02	2	2	1	2
03	0	0	0	0
04	0	0	1	0
05	7	4	4	4
06	4	3	4	3
07	2	3	4	0
08	2	0	7	4
09	6	3	6	6
10	1	1	4	4
11	7	8	3	9
12	0	3	4	2
13	6	2	4	3
14	4	4	3	3
15	6	6	4	7
16	1	5	3	4
17	1	3	0	2
18	0	1	1	1

Fonte: Desenvolvido pela autora (2024).

Quadro 14 - Respostas (quantidade de vezes que foram assinalados cada número do *EmojiGrid*) em relação aos quatro tipos de frutas

Item alimentar	Tangerina	Maçã	Banana	Melão
Número do EmojiGrid	Quantidade de alunos que assinalaram o <i>Emoji</i>	Quantidade de alunos que assinalaram o <i>Emoji</i>	Quantidade de alunos que assinalaram o <i>Emoji</i>	Quantidade de alunos que assinalaram o <i>Emoji</i>
01	2	0	2	7
02	0	0	0	1
03	1	0	0	0
04	9	5	4	4
05	17	9	10	4
06	8	4	11	2
07	6	8	7	3
08	5	9	6	1
09	4	6	9	2
10	2	5	0	6
11	4	8	5	9
12	0	1	1	1
13	1	2	1	5
14	0	1	0	1
15	0	2	0	1
16	0	0	1	4
17	2	1	4	7
18	0	0	0	3

Fonte: Desenvolvido pela autora (2024).

Quadro 15 - Respostas (quantidade de vezes que foram assinalados cada número do *EmojiGrid*) em relação aos quatro tipos de lanches

Item alimentar	Bolo de chocolate	Canjica Doce	Pão massinha com frango	Biscoito Caseiro
Número do EmojiGrid	Quantidade de alunos que assinalaram o <i>Emoji</i>	Quantidade de alunos que assinalaram o <i>Emoji</i>	Quantidade de alunos que assinalaram o <i>Emoji</i>	Quantidade de alunos que assinalaram o <i>Emoji</i>
01	0	16	0	3
02	0	2	0	0
03	1	0	0	0
04	15	1	13	8
05	29	4	26	11
06	4	2	2	6
07	3	4	4	10
08	2	3	0	3
09	3	1	4	7
10	0	3	1	3
11	1	5	5	4
12	1	5	1	1
13	1	2	0	2
14	0	2	1	0
15	1	5	2	0
16	0	4	1	1
17	0	0	0	2
18	0	2	1	0

Fonte: Desenvolvido pela autora (2024).

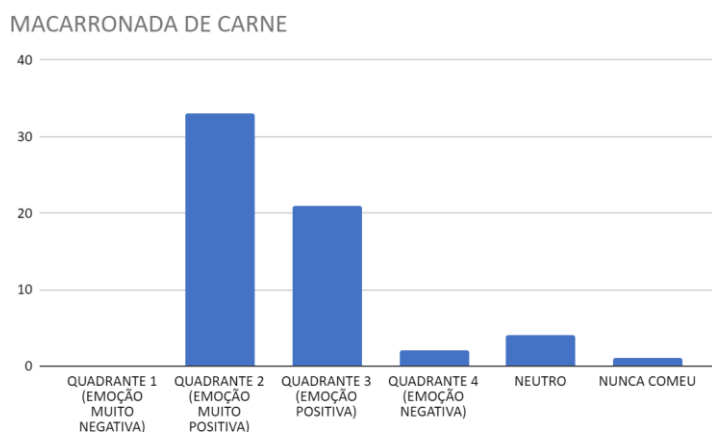
Quadro 16 - Respostas (quantidade de vezes que foram assinalados cada número do *EmojiGrid*) em relação aos quatro tipos de bebidas

Item alimentar	Café com leite	Suco de uva	Suco de maçã	Iogurte natural batido com banana e mel
Número do <i>EmojiGrid</i>	Quantidade de alunos que assinalaram o <i>Emoji</i>	Quantidade de alunos que assinalaram o <i>Emoji</i>	Quantidade de alunos que assinalaram o <i>Emoji</i>	Quantidade de alunos que assinalaram o <i>Emoji</i>
01	4	2	7	3
02	0	0	2	3
03	1	0	1	0
04	10	5	1	2
05	10	17	7	7
06	5	11	0	6
07	6	7	4	1
08	4	7	3	2
09	1	5	5	3
10	2	1	1	6
11	6	2	4	7
12	0	1	4	0
13	5	1	5	2
14	0	0	3	1
15	1	1	4	6
16	5	0	8	8
17	1	0	0	0
18	0	1	2	4

Fonte: Desenvolvido pela autora (2024).

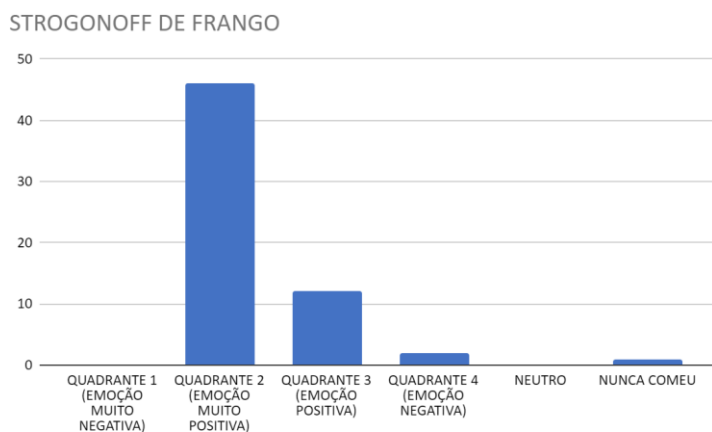
ANEXO 2 - GRÁFICOS DAS RESPOSTAS POR QUADRANTE DE CADA ITEM ALIMENTAR

Figura 09 - Gráfico que demonstra a quantidade de respostas por quadrante, neutro e nunca comeu do alimento macarronada de carne



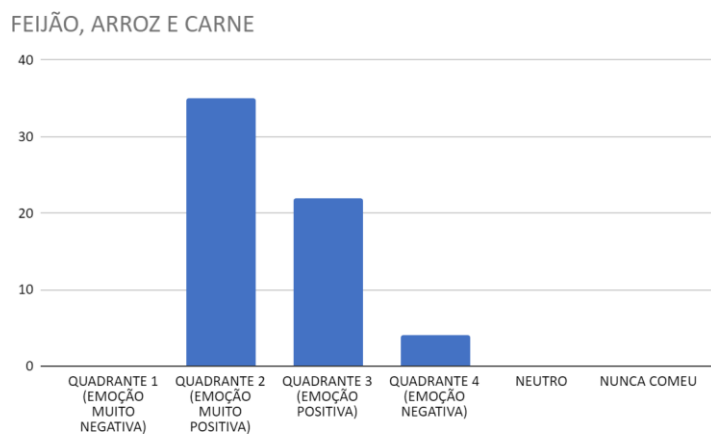
Fonte: Desenvolvido pela autora (2024).

Figura 10 - Gráfico que demonstra a quantidade de respostas por quadrante, neutro e nunca comeu do alimento *stroganoff* de frango



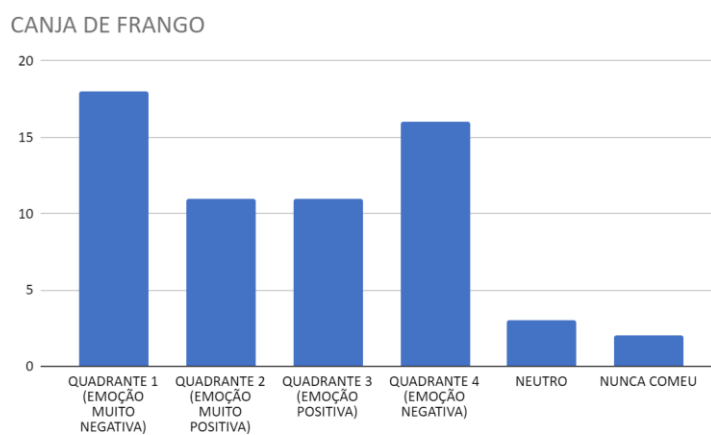
Fonte: Desenvolvido pela autora (2024).

Figura 11 - Gráfico que demonstra a quantidade de respostas por quadrante, neutro e nunca comeu do alimento feijão, arroz e carne



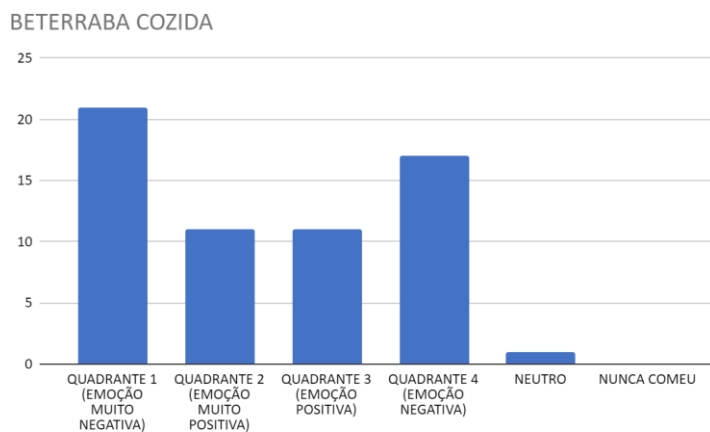
Fonte: Desenvolvido pela autora (2024).

Figura 12 - Gráfico que demonstra a quantidade de respostas por quadrante, neutro e nunca comeu do alimento canja de frango



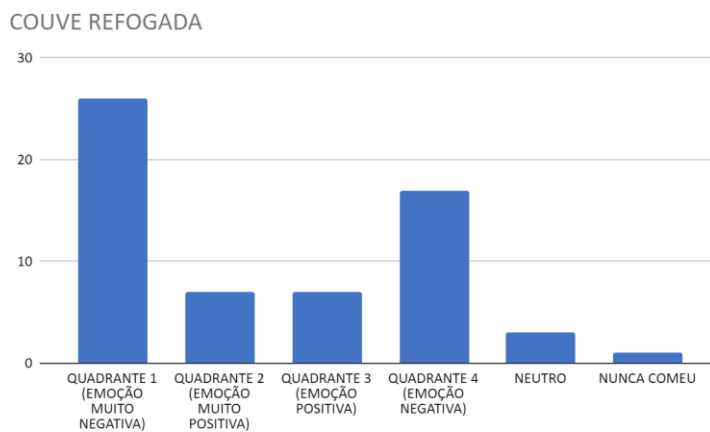
Fonte: Desenvolvido pela autora (2024).

Figura 13 - Gráfico que demonstra a quantidade de respostas por quadrante, neutro e nunca comeu do alimento beterraba cozida



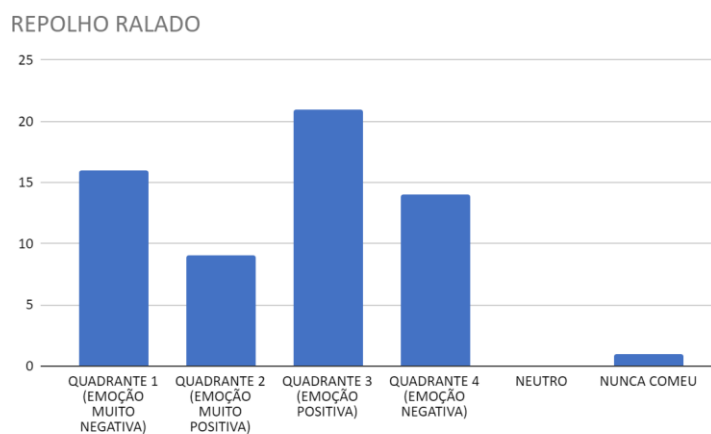
Fonte: Desenvolvido pela autora (2024).

Figura 14 - Gráfico que demonstra a quantidade de respostas por quadrante, neutro e nunca comeu do alimento couve refogada



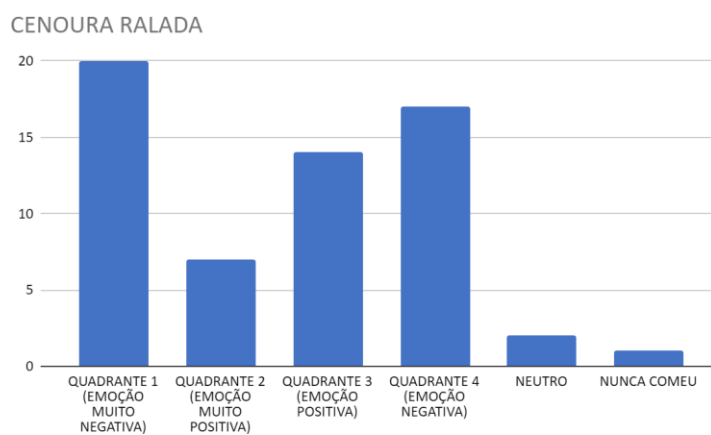
Fonte: Desenvolvido pela autora (2024).

Figura 15 - Gráfico que demonstra a quantidade de respostas por quadrante, neutro e nunca comeu do alimento repolho ralado



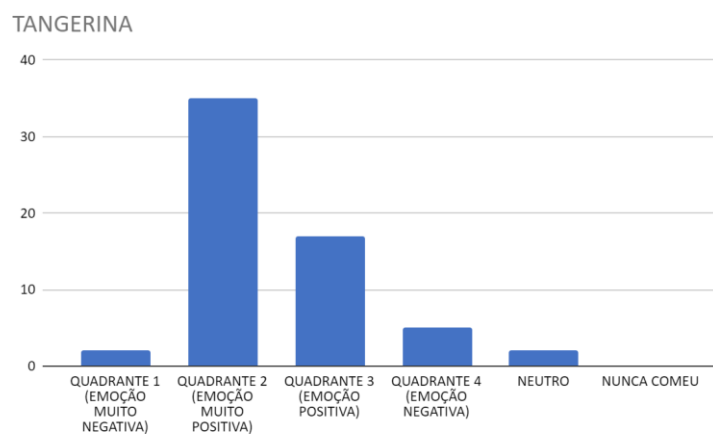
Fonte: Desenvolvido pela autora (2024).

Figura 16 - Gráfico que demonstra a quantidade de respostas por quadrante, neutro e nunca comeu do alimento cenoura ralada



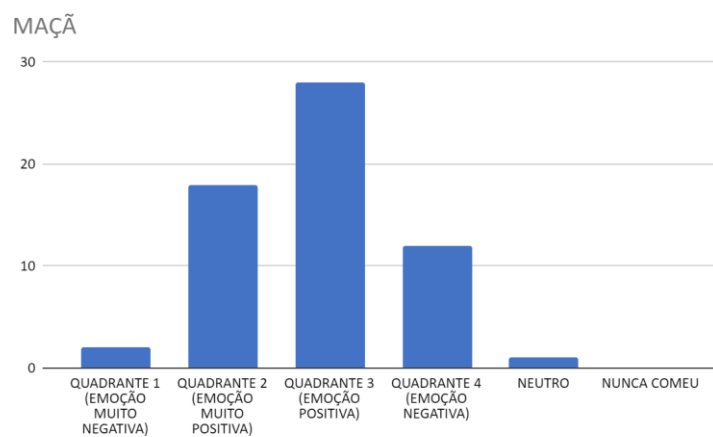
Fonte: Desenvolvido pela autora (2024).

Figura 17 - Gráfico que demonstra a quantidade de respostas por quadrante, neutro e nunca comeu do alimento tangerina



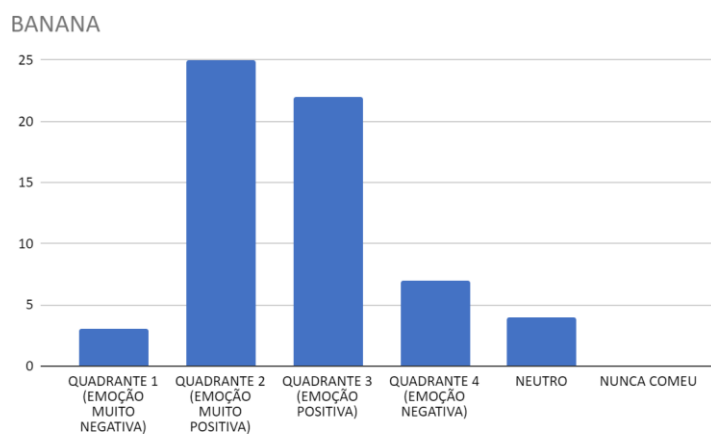
Fonte: Desenvolvido pela autora (2024).

Figura 18 - Gráfico que demonstra a quantidade de respostas por quadrante, neutro e nunca comeu do alimento maçã



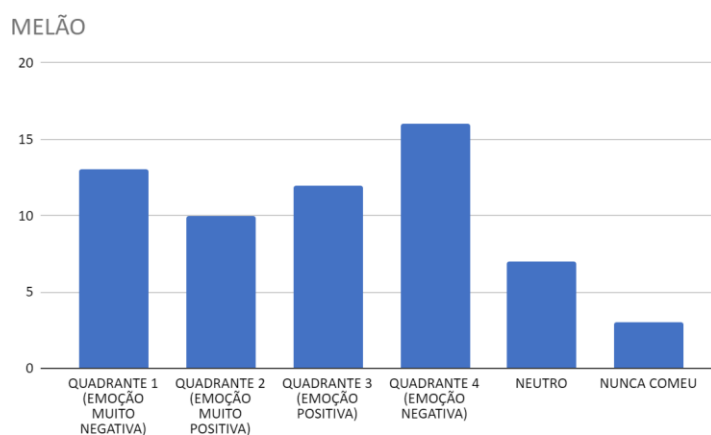
Fonte: Desenvolvido pela autora (2024).

Figura 19 - Gráfico que demonstra a quantidade de respostas por quadrante, neutro e nunca comeu do alimento banana



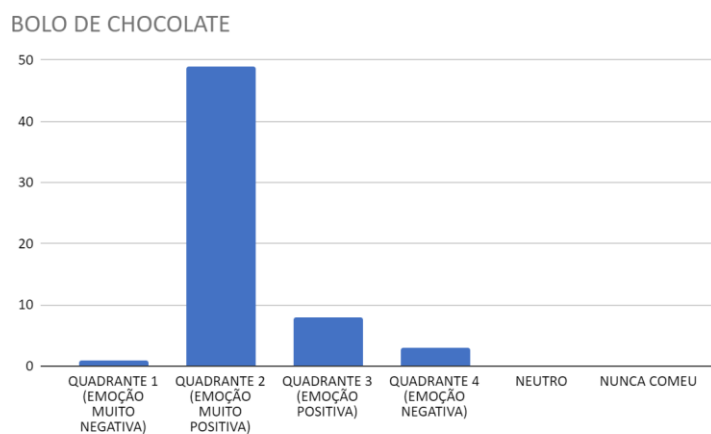
Fonte: Desenvolvido pela autora (2024).

Figura 20 - Gráfico que demonstra a quantidade de respostas por quadrante, neutro e nunca comeu do alimento Melão



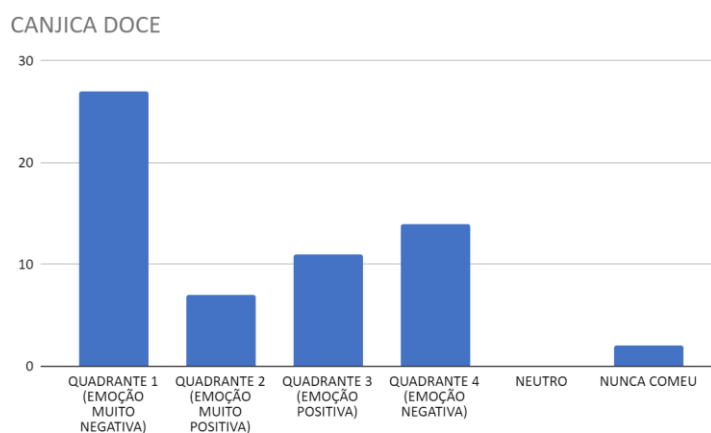
Fonte: Desenvolvido pela autora (2024).

Figura 21 - Gráfico que demonstra a quantidade de respostas por quadrante, neutro e nunca comeu do alimento bolo de chocolate



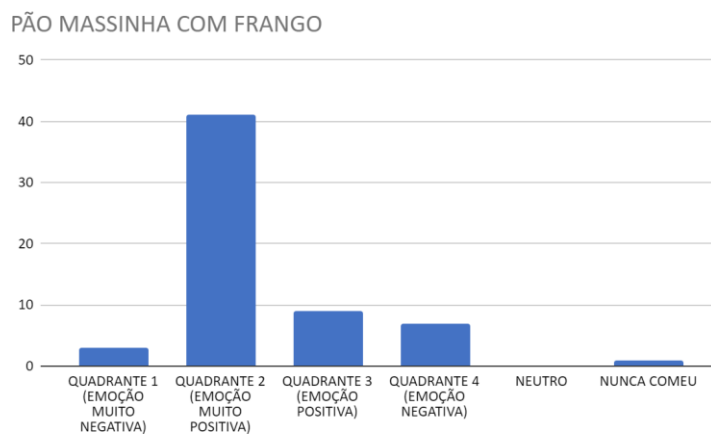
Fonte: Desenvolvido pela autora (2024).

Figura 22 - Gráfico que demonstra a quantidade de respostas por quadrante, neutro e nunca comeu do alimento canjica doce



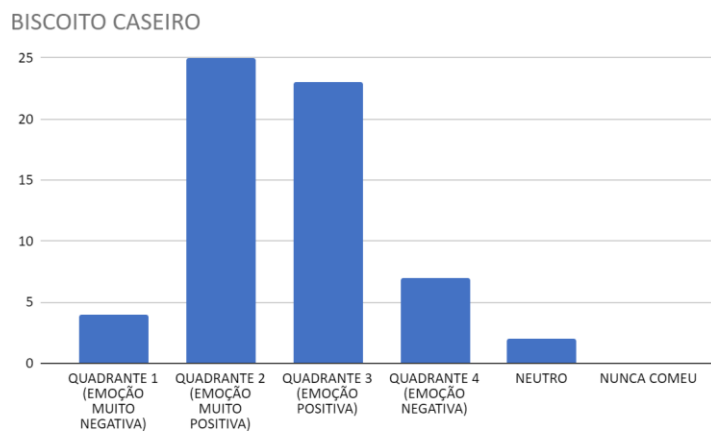
Fonte: Desenvolvido pela autora (2024).

Figura 23 - Gráfico que demonstra a quantidade de respostas por quadrante, neutro e nunca comeu do alimento pão massinha com frango



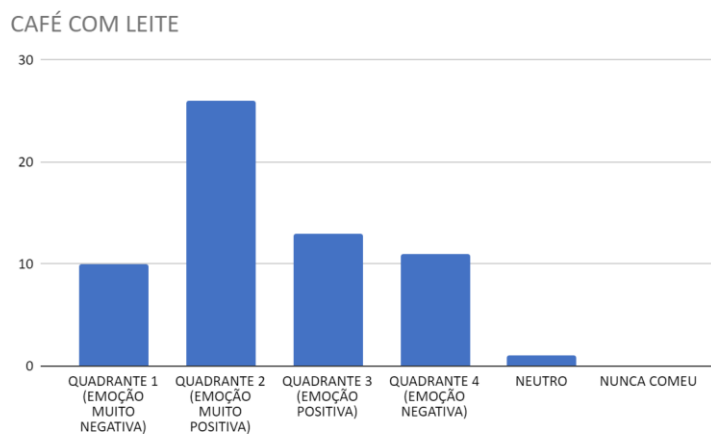
Fonte: Desenvolvido pela autora (2024).

Figura 24 - Gráfico que demonstra a quantidade de respostas por quadrante, neutro e nunca comeu do alimento biscoito caseiro



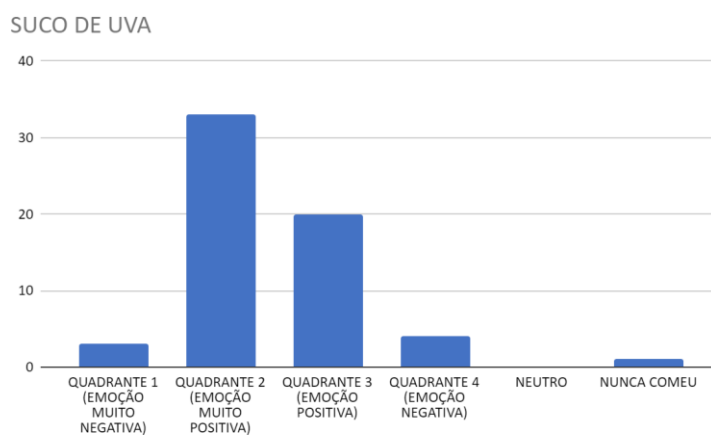
Fonte: Desenvolvido pela autora (2024).

Figura 25 - Gráfico que demonstra a quantidade de respostas por quadrante, neutro e nunca comeu do alimento café com leite



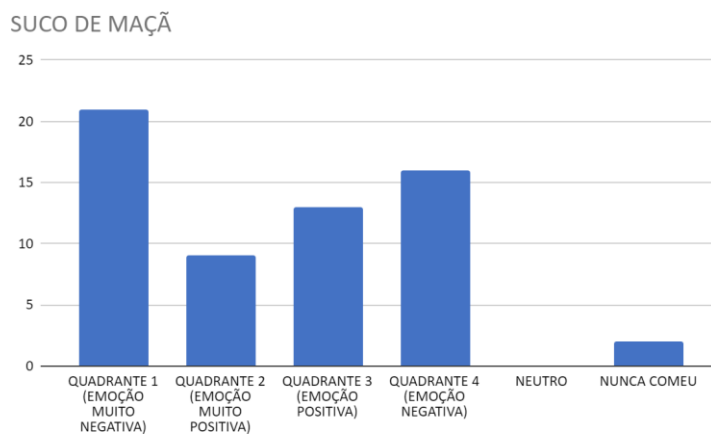
Fonte: Desenvolvido pela autora (2024).

Figura 26 - Gráfico que demonstra a quantidade de respostas por quadrante, neutro e nunca comeu do alimento suco de uva



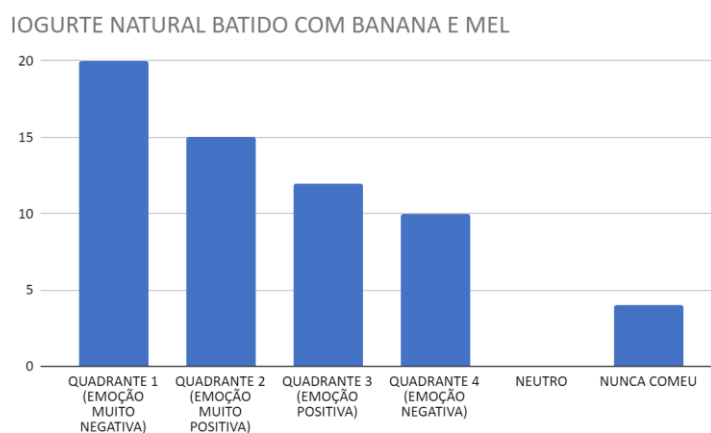
Fonte: Desenvolvido pela autora (2024).

Figura 27 - Gráfico que demonstra a quantidade de respostas por quadrante, neutro e nunca comeu do alimento suco de maçã



Fonte: Desenvolvido pela autora (2024).

Figura 28 - Gráfico que demonstra a quantidade de respostas por quadrante, neutro e nunca comeu do alimento iogurte natural batido com banana e mel



Fonte: Desenvolvido pela autora (2024).

**ANEXO 3 - CARTILHA DE ATIVIDADES SOBRE ALIMENTAÇÃO E EMOÇÕES
PARA O ENSINO FUNDAMENTAL**

CARTILHA DE ATIVIDADES SOBRE ALIMENTAÇÃO E EMOÇÕES PARA O ENSINO FUNDAMENTAL



GEÓRGIA RAMOS DE MEDEIROS DOS SANTOS

Trabalho apresentado ao Programa de Pós-graduação em Memória Social e Bens Culturais da Universidade La Salle, para obtenção do título de Mestra em Memória Social e Bens Culturais.



Prof. Dr. Maurício Pereira Almerão

Orientador

Prof. Dr. Fábio Chang de Almeida

Coorientador

A autora



Georgia Ramos de Medeiros dos Santos

- Graduada em Artes Visuais pela Universidade do Extremo Sul de Santa Catarina – UNESC;
- Graduada em Pedagogia pela Universidade Norte do Paraná – Unopar;
- Pós graduada “Lato Sensu” em Práticas Pedagógicas Interdisciplinares em Educação Infantil e Séries Iniciais do ensino fundamental e médio pela Universidade Dom Bosco;
- Pós graduada “Lato Sensu” em Administração, Supervisão e Orientação escolar pelo Centro Universitário Leonardo Da Vinci – UNIASSELVI;
- Mestranda em Memória Social e Bens Culturais pela Universidade La Salle.



Prezado educador,

O presente subsídio foi desenvolvido com o intuito de auxiliar os professores e a equipe gestora das escolas públicas de Santa Catarina a trabalharem a melhor aceitação da merenda escolar com o corpo discente.

Santo Agostinho afirmava que só amamos aquilo que conhecemos, assim, demonstrar a qualidade da alimentação fornecida na escola, permite que os alunos desenvolvam o desejo de usufruir deste benefício.

Desejo a todos uma excelente leitura e que esta cartilha seja extremamente útil.





ÍNDICE

- 04** Apresentação
- 05** Objetivos
- 06** Contextualização
- 07** Hábitos alimentares saudáveis
- 10** Sugestões de atividades
- 23** Referências





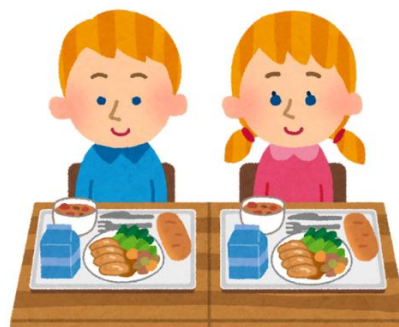
Apresentação

A alimentação vai muito além de apenas nutrir o corpo. Nossas escolhas alimentares estão intimamente ligadas às nossas emoções, influenciando diretamente o modo como nos sentimos e como nos comportamos no dia a dia. Assim, permitir que os alunos da rede pública estadual de Santa Catarina entendam essa relação é essencial para o desenvolvimento de hábitos saudáveis e para o fortalecimento do seu bem-estar emocional, e consequentemente o aprendizado.

Essa cartilha foi elaborada com o objetivo de auxiliar educadores, equipe gestora e alunos a explorarem o impacto da alimentação nas emoções e vice-versa. Através de atividades dinâmicas e interativas, os estudantes serão convidados a refletir sobre como os alimentos que consomem influenciam seus sentimentos, concentração, desempenho escolar. Além disso, têm a oportunidade de aprender sobre escolhas alimentares conscientes e como manter uma relação saudável com os alimentos.

Boa leitura!

Objetivos



1. Estabelecer uma conexão entre a Alimentação Escolar fornecida na escola e a memória efetiva dos alunos;
2. Promover o interesse por hábitos alimentares saudáveis;
3. Despertar o interesse dos alunos pela alimentação fornecida na escola;
4. Oferecer atividades práticas que relacionam alimentação, emoções e hábitos saudáveis;
5. Auxiliar educadores e equipe gestora a abordar esses temas de maneira lúdica e envolvente em sala de aula e nas dependências da escola.



Contextualização

A alimentação escolar é fundamental para o desenvolvimento saudável de nossos estudantes. Ela garante que todas as crianças e adolescentes tenham acesso a refeições nutritivas e saborosas, contribuindo para o seu crescimento físico e mental, além de melhorar o desempenho escolar.

A importância da alimentação vai além de simplesmente satisfazer a fome. Ela influencia diretamente a saúde física e mental, além de desempenhar um papel significativo em nossa qualidade de vida geral.

Ao utilizar este subsídio com os alunos é possível despertar o interesse pela alimentação saudável, bem como, o desejo de usufruir da alimentação fornecida na escola, garantindo mais qualidade de vida.

Alimentação Saudável

UMA JORNADA PARA A SAÚDE E O BEM-ESTAR

A alimentação saudável é um hábito que se adquire com o tempo. Comece fazendo pequenas mudanças em sua rotina e, aos poucos, você verá os benefícios para sua saúde e bem-estar!

PARA QUE SERVE A ALIMENTAÇÃO?

A alimentação é como a gasolina para o nosso corpo! Assim como um carro precisa de combustível para funcionar, nosso corpo precisa de alimentos para ter energia e crescer forte e saudável.



O QUE SÃO HÁBITOS ALIMENTARES SAUDÁVEIS?

São escolhas que fazemos todos os dias sobre o que comemos. Quando escolhemos alimentos nutritivos, como frutas, legumes, verduras, cereais integrais, carnes magras e leite, estamos dando ao nosso corpo tudo o que ele precisa para funcionar bem.



POR QUE OS HÁBITOS ALIMENTARES SAUDÁVEIS SÃO IMPORTANTES?



- **Mais energia:** Uma alimentação equilibrada nos deixa mais dispostos para brincar, estudar e realizar todas as nossas atividades.



- **Cérebro mais esperto:** Alimentos saudáveis ajudam o nosso cérebro a funcionar melhor, facilitando o aprendizado e a concentração.



- **Corpo forte:** Uma boa alimentação fortalece os ossos e os músculos, protegendo-nos de doenças.



- **Humor melhor:** Comer bem nos deixa mais felizes e com mais disposição para lidar com as dificuldades do dia a dia.

Alimentação Saudável

UMA JORNADA PARA A SAÚDE E O BEM-ESTAR

Despertar o interesse dos alunos pela alimentação escolar é fundamental para promover hábitos alimentares saudáveis e valorizar a importância da nutrição para o aprendizado.

QUAIS SÃO OS ALIMENTOS SAUDÁVEIS?



- Frutas e legumes: São ricos em vitaminas e minerais, que ajudam a fortalecer o sistema imunológico e a prevenir doenças.



- Cereais integrais: Fornecem energia e fibras, que ajudam no funcionamento do intestino.



- Leite e derivados: São fontes de cálcio, essencial para a saúde dos ossos e dentes.

- Carnes magras: Fornecem proteínas, importantes para o crescimento e reparo dos tecidos.



- Leguminosas: Feijão, lentilha e grão de bico são ricos em proteínas e fibras.

QUAIS ALIMENTOS DEVEMOS EVITAR?



- Alimentos ultraprocessados: Biscoitos recheados, salgadinhos, refrigerantes e fast food são ricos em açúcar, gordura e sódio, e podem causar obesidade e outras doenças.

- Gorduras saturadas e trans: Presentes em alimentos como carnes gordas, frituras e embutidos, podem aumentar o colesterol ruim e o risco de doenças do coração.





Dicas para uma alimentação saudável:

- Coma de tudo um pouco: Inclua todos os grupos alimentares em suas refeições.
- Mastigue bem os alimentos: Isso facilita a digestão e aumenta a sensação de saciedade.
- Beba bastante água: A água é essencial para o bom funcionamento do organismo.
- Faça cinco refeições por dia: Pequenas refeições ao longo do dia ajudam a manter os níveis de energia estáveis.
- Cozinhe em casa: Assim, você controla os ingredientes e a quantidade de sal, açúcar e gordura dos alimentos.
- Faça da alimentação um momento em família: Compartilhar as refeições com a família é uma ótima oportunidade para fortalecer os laços e conversar sobre hábitos saudáveis.



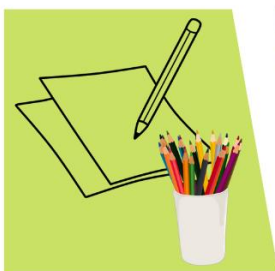
SUGESTÕES DE ATIVIDADES



Nas próximas páginas desta cartilha, você terá acesso a onze sugestões de atividades para trabalhar a questão da alimentação saudável com os alunos e assim permitir que relacionem alimentação, emoções e hábitos saudáveis.



SUGESTÕES DE ATIVIDADES



ATIVIDADE 1: Desenho da Comida Feliz

- Objetivo: Identificar alimentos que trazem felicidade.
- Material: Papel, lápis de cor.
- Descrição: Peça aos alunos que desenhem um alimento que as faça sentir felizes e, em seguida, compartilhem com a turma por que escolheram aquele alimento.



SUGESTÕES DE ATIVIDADES

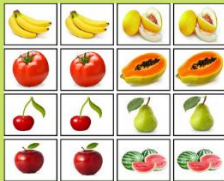


ATIVIDADE 2: A Roda das Emoções

- Objetivo: Reconhecer e expressar emoções.
- Material: Papelão, canetas, tesoura.
- Descrição: Crie uma roda com diferentes emoções (feliz, triste, bravo, etc.). Os alunos giram a roda e falam sobre uma experiência gastronômica que tiveram relacionada à emoção que cair.



SUGESTÕES DE ATIVIDADES



ATIVIDADE 3:
Jogo da Memória -
Alimentos e Emoções

- Objetivo: Associar alimentos a emoções.
- Material: Cartões com imagens de alimentos e emoções.
- Descrição: Crie pares de cartões (um com o alimento e outro com a emoção). Os alunos jogam o jogo da memória, tentando encontrar os pares e discutir as relações.



SUGESTÕES DE ATIVIDADES



ATIVIDADE 4: Culinária das Emoções

- Objetivo: Criar pratos representando emoções.
- Material: Ingredientes variados (frutas, vegetais, etc.), utensílios de cozinha.
- Descrição: Os alunos podem preparar um lanche que represente uma emoção específica e, em seguida, explicar por que escolheram aqueles ingredientes.



SUGESTÕES DE ATIVIDADES



ATIVIDADE 5: História no Prato

- Objetivo: Estimular a criatividade e a narrativa.
- Material: Papel, canetas.
- Descrição: Os alunos desenham um prato imaginário que representa uma história ou emoção e, depois, apresentam suas criações para a turma.



SUGESTÕES DE ATIVIDADES

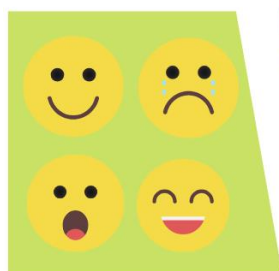


ATIVIDADE 6: Roda de Conversa - O que Comemos?

- Objetivo: Refletir sobre escolhas alimentares.
- Material: Nenhum.
- Descrição: Organize uma roda de conversa onde cada aluno fala sobre o que comeu no dia anterior e como se sentiu em relação a essas escolhas.



SUGESTÕES DE ATIVIDADES



ATIVIDADE 7: A Caixa das Emoções

- Objetivo: Identificar emoções relacionadas a refeições.
- Material: Caixa, papel, canetas.
- Descrição: Cada aluno escreve ou desenha uma emoção que sentiu em uma refeição (ex.: alegria ao comer um bolo de aniversário) e coloca na caixa. Depois, compartilham algumas experiências.



SUGESTÕES DE ATIVIDADES



ATIVIDADE 8: Música das Emoções Alimentares

- Objetivo: Associar músicas a emoções e alimentos.
- Material: Aparelho de som, músicas variadas.
- Descrição: Escolha músicas que evocam diferentes emoções. Os alunos devem associar uma música a um alimento que representa aquela emoção e explicar a escolha.



SUGESTÕES DE ATIVIDADES



ATIVIDADE 9: Teatro das Emoções

- Objetivo: Explorar emoções por meio da dramatização.
- Material: Figurinos simples (lenços, chapéus, etc.).
- Descrição: Os alunos podem encenar uma pequena peça onde um alimento é o protagonista e as emoções dos personagens são discutidas.



SUGESTÕES DE ATIVIDADES



ATIVIDADE 10: Diário da Alimentação e Emoções

- Objetivo: Registrar e refletir sobre as emoções relacionadas à alimentação.
- Material: Caderno ou folhas, canetas.
- Descrição: Os alunos mantêm um diário por uma semana, registrando o que comeram e como se sentiram antes e depois das refeições. Depois, discutem os resultados em grupo.



SUGESTÕES DE ATIVIDADES



ATIVIDADE 11: Fazendo uma salada de frutas

- Objetivo: Incentivar o consumo de frutas.
- Material: Frutas, talheres e uma tigela grande.
- Descrição: Solicitar aos alunos que tragam frutas de suas casas para que juntos façam uma grande salada de frutas, e após concluída todos podem provar e verificar como as frutas são deliciosas.

Juntos, podemos construir uma escola mais saudável e feliz!



AO TRABALHAR EM CONJUNTO,
ESCOLA, FAMÍLIA E COMUNIDADE
PODEM PROMOVER HÁBITOS
ALIMENTARES SAUDÁVEIS E
GARANTIR UM FUTURO MAIS
SAUDÁVEL PARA TODOS!

Alimentar-se bem é um ato de amor por nós mesmos e por aqueles que amamos. Ao escolhermos alimentos saudáveis, estamos investindo em um futuro mais saudável e feliz para todos.

Vamos cultivar o hábito de escolher alimentos nutritivos e saborosos, transformando a nossa escola em um exemplo de vida saudável!



Referências

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia Alimentar para a População Brasileira**. 2.^a edição. Brasília, 2014. [Clique aqui](#).

BRASIL. **Princípios e Práticas para Educação Alimentar e Nutricional**. Brasília: Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (SESAN), 2018. [Clique aqui](#).

ROSENTHAL, Flora Guimarães; CAMARGO, Maria Eduarda Zytkeuwisz; e NEVES, Janaína das. **Caderno de Ações de Educação Alimentar e Nutricional**. Florianópolis: UFSC/CCS, 2018. [Clique aqui](#).