

GASTRONOMIA COMO ESTRATÉGIA DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL PARA PRÉ-ESCOLARES NO ÂMBITO DO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

GASTRONOMY AS A STRATEGY FOR FOOD AND NUTRITION EDUCATION FOR PRESCHOOLERS WITHIN THE NATIONAL SCHOOL FEEDING PROGRAM: AN EXPERIENCE REPORT

GASTRONOMÍA COMO ESTRATEGIA DE EDUCACIÓN ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL PARA PREESCOLARES EN EL ÁMBITO DEL PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR: UN RELATO DE EXPERIENCIA

André Bento Chaves Santana¹
Fernanda Neiva Bastos Mineiro Teixeira²
Maria Célia Silva Pato³
Neyliane Santos Araújo⁴
Grace Pfaffenbach⁵

RESUMO: Este artigo relata a experiência de uma atividade de extensão para Educação Alimentar e Nutricional desenvolvida com pré-escolares de uma escola municipal no Oeste da Bahia, vinculada ao Programa Nacional de Alimentação Escolar. O objetivo desta atividade foi estimular a aceitação e o consumo da cenoura por meio de estratégias lúdicas e gastronômicas. Participaram desta ação 20 crianças de 5 a 6 anos. A metodologia incluiu contação de histórias, exposição educativa, teste sensorial da cenoura (crua, ralada e cozida) e degustação de nuggets de cenoura, preparados com técnicas culinárias. Foi realizada a avaliação qualitativa, baseada na observação da participação, aceitação das preparações e relatos orais. Os resultados mostraram elevado envolvimento das crianças, boa aceitação da cenoura em todas as formas, com preferência pela versão crua, e excelente receptividade aos nuggets. As crianças assimilaram os benefícios do alimento para a saúde. Conclui-se que a integração entre gastronomia e ludicidade é uma estratégia eficaz para promover a alimentação saudável no ambiente escolar, contribuindo para a formação de hábitos alimentares positivos desde a infância e fortalecendo as ações no âmbito da alimentação escolar.

Palavras-chave: Educação Alimentar e Nutricional. Alimentação Escolar. *Daucus carota*.

¹ Docente do Curso de Nutrição e do Programa de Pós-graduação em Patologia Investigativa do Centro das Ciências Biológicas e Saúde da Universidade Federal do Oeste da Bahia.

² Discente do Curso de Nutrição da Universidade Federal do Oeste da Bahia.

³ Discente do Curso de Nutrição da Universidade Federal do Oeste da Bahia.

⁴ Discente do Curso de Nutrição da Universidade Federal do Oeste da Bahia.

⁵ Docente da Universidade São Francisco.

ABSTRACT: This article reports on the experience of an extension activity in Food and Nutrition Education carried out with preschoolers from a municipal school in Western Bahia, linked to the National School Feeding Program. The objective of this activity was to encourage the acceptance and consumption of carrots through playful and gastronomic strategies. Twenty children aged 5 to 6 years participated in this action. The methodology included storytelling, an educational exhibition, a sensory test of the carrot (raw, grated, and cooked), and a tasting session of carrot nuggets prepared using culinary techniques. A qualitative evaluation was carried out, based on observation of participation, acceptance of the preparations, and oral reports. The results showed high levels of child engagement, good acceptance of the carrot in all forms—with a preference for the raw version—and excellent receptivity to the nuggets. The children assimilated the health benefits of the food. It is concluded that integrating gastronomy with playfulness is an effective strategy to promote healthy eating in the school environment, contributing to the formation of positive eating habits from childhood and strengthening actions within the scope of school feeding.

Keywords: Food and Nutrition Education. School Feeding. *Daucus carota*.

RESUMEN: Este artículo relata la experiencia de una actividad de extensión de Educación Alimentaria y Nutricional desarrollada con preescolares de una escuela municipal en el Oeste de Bahía, vinculada al Programa Nacional de Alimentación Escolar. El objetivo de esta actividad fue estimular la aceptación y el consumo de la zanahoria mediante estrategias lúdicas y gastronómicas. En esta acción participaron 20 niños de 5 a 6 años. La metodología incluyó narración de cuentos, exposición educativa, prueba sensorial de la zanahoria (cruda, rallada y cocida) y degustación de nuggets de zanahoria, elaborados con técnicas culinarias. Se realizó una evaluación cualitativa basada en la observación de la participación, la aceptación de las preparaciones y los relatos orales. Los resultados mostraron un elevado involucramiento de los niños, buena aceptación de la zanahoria en todas sus formas, con preferencia por la versión cruda, y excelente receptividad hacia los nuggets. Los niños asimilaron los beneficios del alimento para la salud. Se concluye que la integración entre gastronomía y carácter lúdico es una estrategia eficaz para promover la alimentación saludable en el entorno escolar, contribuyendo a la formación de hábitos alimentarios positivos desde la infancia y fortaleciendo las acciones en el ámbito de la alimentación escolar.

Palabras clave: Educación Alimentaria y Nutricional. Alimentación Escolar. *Daucus carota*.

INTRODUÇÃO

A utilização de técnicas gastronômicas pode aumentar a aceitabilidade de preparações culinárias na alimentação escolar, viabilizando a apresentação de refeições mais atrativas, coloridas e formatos divertidos que despertam o interesse e desejo de consumo pelas crianças (Santos *et al.*, 2017).

A culinária funcional no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) no Estado da Bahia tem o potencial para o fomento da promoção da saúde e dos hábitos alimentares saudáveis entre os estudantes, visando a nutrição adequada e essencial para o

desenvolvimento cognitivo e físico, sendo uma oportunidade para transformar a alimentação escolar (Souza; Gomes, 2024).

O PNAE tem como finalidade contribuir para o crescimento e o desenvolvimento biopsicossocial, a aprendizagem, o rendimento escolar e a formação de práticas alimentares saudáveis através de ações de Educação Alimentar e Nutricional (EAN), incluindo a oferta de refeições que atendam às necessidades nutricionais dos escolares (Brasil, 2020).

Sendo a política pública mais antiga na área de segurança alimentar e nutricional no Brasil, o PNAE é considerado o maior programa alimentar da América Latina e um dos maiores programas de alimentação escolar do mundo, promovendo o direito humano à alimentação adequada por meio da oferta de refeições nas escolas (Ferreira; Alves; Mello, 2019; Lima *et al.*, 2023). No Brasil, o PNAE atende cerca de 40 milhões de estudantes, em mais de 5.500 municípios, dos 26 estados e do Distrito Federal. O programa possui papel fundamental na melhoria da qualidade de vida dos escolares da rede pública de educação básica, garantindo o acesso à alimentação como um direito social (Lima *et al.*, 2023).

A extensão universitária em Nutrição representa um elo importante entre o conhecimento acadêmico e a promoção da saúde pública, incorporando práticas de promoção da saúde, prevenção de doenças e fortalecimentos dos ambientes alimentares saudáveis (Matthew *et al.*, 2014; Santana *et al.*, 2021). A partir desta abordagem, a realização de atividades extensionistas por meio de oficinas no âmbito do PNAE promove a participação integral dos escolares, fortalecendo as ações de EAN (Barboza *et al.*, 2025).

A ausência de educação nutricional, a inadequação das preparações culinárias aos hábitos alimentares e o sabor desagradável das preparações fornecidas integram os principais motivos para a não adesão dos escolares à alimentação escolar (Vassimon; Oliveira, 2012). A aceitabilidade de alimentos pode ser aperfeiçoada pela gastronomia e utilizada como estratégia de educação nutricional por se tratar de uma abordagem que facilita a aceitação dos vegetais (Moraes; Almeida; Santos, 2019).

Com base na perspectiva apresentada, projetos voltados ao estímulo do consumo de vegetais, como a cenoura, fortalecem as práticas a promover hábitos alimentares saudáveis dos escolares, contribuindo para a segurança alimentar e nutricional e para a prevenção de agravos à saúde ao longo do ciclo de vida. Dessa forma, o objetivo deste trabalho foi registrar a experiência de uma atividade extensionista de EAN realizada com estudantes na faixa etária

pré-escolar de uma escola pública municipal no interior da Bahia, visando estimular a aceitação e o consumo da cenoura, por meio de estratégias lúdicas e educativas, destacando os benefícios nutricionais e para a saúde.

MÉTODOS

Desenho do estudo

Trata-se de um relato de experiência sobre a atividade extensionista de EAN, de caráter lúdico e participativo, realizada com o objetivo de promover a aceitação da cenoura e conscientizar os estudantes acerca de seus benefícios para a saúde.

Público-alvo e local

O público-alvo da ação foi composto por 20 alunos, na faixa etária entre 5 e 6 anos de idade, matriculados na rede pública de educação infantil. Essa fase da vida é considerada um período crítico para a formação dos hábitos alimentares, sendo amplamente reconhecida como estratégica para intervenções de promoção da alimentação adequada e saudável. A ação de EAN desenvolvida ocorreu em uma escola municipal pública situada no bairro do Barroão, localizada na zona rural do município de Barreiras-BA, a qual apresenta características típicas desse território, com número reduzido de alunos e estrutura escolar simplificada.

4

Equipe responsável pela atividade

A atividade de EAN foi desenvolvida por três estudantes estagiárias do curso de Bacharelado em Nutrição da Universidade Federal do Oeste da Bahia (UFOB), como parte da avaliação da disciplina de Estágio Supervisionado Obrigatório na área de Nutrição em Saúde Coletiva. A ação contou com a supervisão de uma nutricionista vinculada à Diretoria de Alimentação Escolar (DAE) da Secretaria Municipal de Educação de Barreiras-BA, e de um professor da UFOB, nutricionista e doutor em Nutrição Humana Aplicada.

Diagnóstico situacional e contexto escolar

A DAE é um setor vinculado à Secretaria Municipal de Educação do município de Barreiras - BA, responsável pelo gerenciamento e execução das atividades referentes à alimentação escolar da rede pública municipal de ensino. O setor tem como missão garantir uma alimentação saudável, equilibrada e segura aos estudantes, em conformidade com as diretrizes do PNAE. Este setor atua diretamente no planejamento, execução e monitoramento

das ações relacionadas ao PNAE, sendo responsável pela avaliação nutricional dos alunos, elaboração dos cardápios escolares, aquisição e distribuição dos gêneros alimentícios, acompanhamento das unidades de alimentação e nutrição escolar por meio de visitas técnicas, além do desenvolvimento de ações de EAN.

A equipe técnica de Nutrição da DAE é composta por quatro nutricionistas, que atuam na supervisão das escolas, elaboração de cardápios, capacitação de manipuladores de alimentos, monitoramento da qualidade das refeições e implementação de ações de educação alimentar e nutricional. O público-alvo das ações são os estudantes da rede municipal, além das cozinheiras escolares, gestores escolares, famílias dos estudantes.

No município de Barreiras-BA, a promoção da saúde e da alimentação saudável no ambiente escolar apresenta melhor grau de implementação nas escolas particulares em comparação com as escolas públicas, sendo necessário a ampliação da formação da comunidade escolar e maior participação das famílias (Bezerra *et al.*, 2023).

Durante as vivências no ambiente escolar, foi identificado que as crianças apresentam resistência ao consumo de alguns alimentos, especialmente vegetais, situação frequentemente observada nessa faixa etária. Esse comportamento alimentar reforça a importância da atuação do nutricionista na área de Nutrição em Saúde Coletiva, por meio do planejamento e execução de ações de EAN que utilizem metodologias lúdicas, sensoriais e adequadas ao nível de compreensão infantil.

Os estudantes na unidade escolar escolhida para a ação foram organizados em duas turmas, sendo uma turma no período matutino e a outra turma no período vespertino, o que favorece o acompanhamento mais próximo das crianças e possibilita a realização de ações educativas de forma mais direcionada e participativa, especialmente no contexto da alimentação escolar. Devido às restrições de horário para realização das atividades e logística para o trajeto até a escola, a atividade contou com a participação dos alunos regularmente matriculados no período da manhã, sendo realizada no dia 08 de dezembro de 2025, às 9 horas da manhã, durante o horário escolar.

Diante desse contexto, o desenvolvimento do projeto mostrou-se pertinente, considerando as características institucionais, o perfil do público atendido e a necessidade de fortalecer ações de EAN no ambiente escolar. A iniciativa contribui para a segurança alimentar

e nutricional, e o estímulo ao consumo de alimentos saudáveis, consolidando a atuação do nutricionista no âmbito da Nutrição em Saúde Coletiva e nas políticas de alimentação escolar.

Elaboração de materiais

Para a execução da atividade, foram utilizados diversos materiais educativos e de apoio, incluindo cartaz educativo ilustrativo sobre a cenoura, cartolina, folhas de papel sulfite A4, materiais impressos como a receita de *nuggets* de cenoura e cartazes informativos, canetas e lapiseiras, lembrancinhas compostas por canetas ou lapiseiras acompanhadas da receita dos *nuggets*. Também foram utilizadas réplicas educativas (bonecos em formato de cenoura), cenoura crua, ralada e cozida, utensílios descartáveis para degustação, como copos, pratos e colheres, *nuggets* de cenoura previamente preparados para degustação, além de materiais de apoio utilizados em ações de EAN.

Preparo e distribuição dos *nuggets* de cenoura

O preparo dos *nuggets* de cenoura foi realizado nas dependências da DAE, utilizando ingredientes adquiridos no comércio local de Barreiras-BA, incluindo cenoura (*Daucus carota*), cebola, alho, farinha de trigo, farinha de rosca, ovo, sal, óleo vegetal e condimentos. Inicialmente, as cenouras foram lavadas, sanitizadas, descascadas e cortadas em rodela de 1 cm. A cebola e o alho foram refogados em óleo, adicionando-se as rodela de cenoura (300g), sal (5g) e condimentos, cozinhando por 4 minutos em fogo médio. A mistura semi-cozida foi processada em liquidificador industrial com 50 mililitros de água e aproximadamente 60 gramas de farinha de trigo por 2 minutos, até obtenção de um purê homogêneo.

A massa homogeneizada foi recolocada na panela e aquecida em fogo médio sob agitação constante por 5 a 7 minutos, até atingir consistência que descolasse do fundo. Após resfriamento à temperatura ambiente, porções foram moldadas manualmente (5 cm x 3 cm x 1,5 cm) e empanadas sequencialmente em farinha de trigo, ovo batido e farinha de rosca. Os *nuggets* foram fritos por imersão em óleo a $180\text{ }^{\circ}\text{C} \pm 5\text{ }^{\circ}\text{C}$ por 3 a 4 minutos, até coloração dourada, e drenados em papel absorvente.

Para garantir a segurança dos alimentos, os *nuggets* foram rapidamente resfriados até temperatura inferior a $60\text{ }^{\circ}\text{C}$, acondicionados em embalagens plásticas seladas e identificadas, e armazenados sob refrigeração a $4\text{ }^{\circ}\text{C} \pm 2\text{ }^{\circ}\text{C}$ por no máximo 24 horas. O transporte até a unidade

escolar foi realizado em caixas térmicas, mantendo a cadeia de frio. Na escola, os *nuggets* foram reaquecidos em forno convencional a 180 °C por 10 minutos e imediatamente servidos aos alunos.

Realização da ação

A atividade teve início com a apresentação das estagiárias e da nutricionista responsável, seguida da introdução do tema alimentação saudável, contextualizando a importância do consumo de vegetais na alimentação diária. Em seguida, foi realizada uma contação de história sobre a cenoura, com abordagem lúdica, com o intuito de despertar o interesse das crianças e facilitar a compreensão do conteúdo. Posteriormente, ocorreu a exposição educativa por meio de um cartaz ilustrativo, no qual foram apresentados os principais benefícios da cenoura para a saúde.

Na sequência, os estudantes participaram de um teste sensorial, no qual puderam experimentar a cenoura em diferentes formas de preparo: crua, ralada e cozida, observando características como sabor, textura e aparência, e relatando, ao final, a forma de maior preferência. Após essa etapa, foi realizada a degustação dos *nuggets* de cenoura, com o objetivo de incentivar o consumo do vegetal por meio de preparações alternativas, atrativas e saudáveis.

Ao término da atividade, foi realizada uma avaliação do aprendizado por meio de questionamentos orais aos alunos sobre os benefícios da cenoura, permitindo verificar a assimilação dos conteúdos trabalhados. Por fim, foram distribuídos brindes compostos por canetas ou lapiseiras decoradas com cenourinhas e um cartão contendo a receita dos *nuggets* de cenoura, com o intuito de estimular a reprodução da preparação no ambiente familiar.

Avaliação da ação de EAN

A avaliação da ação ocorreu de forma qualitativa, por meio dos seguintes parâmetros: I) Observação da participação e do envolvimento das crianças durante as atividades; II) Aceitação das diferentes formas de cenoura servidas; III) Respostas orais referentes aos benefícios do alimento; IV) Receptividade à degustação dos *nuggets* de cenoura.

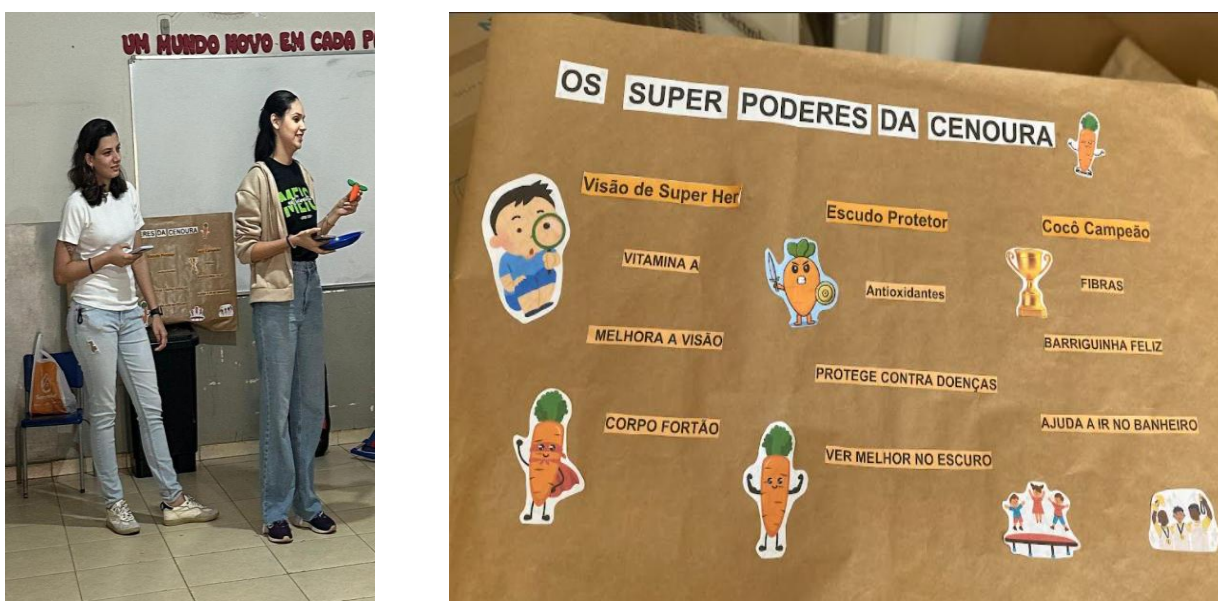
Aspectos éticos

De acordo com a Resolução nº 510, de 7 de abril de 2016, emitida pelo Conselho Nacional de Saúde (CNS) do Ministério da Saúde no Brasil, pesquisas com o objetivo de aprofundamento teórico de situações que emergem espontânea e contingencialmente na prática profissional, desde que não revelem dados que possam identificar o sujeito não serão registradas e avaliadas pelo sistema CEP/CONEP. Ademais, a pesquisa realizada segue em conformidade com a Resolução CNS nº 738, de 7 de novembro de 2024, garantindo a confidencialidade das informações.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados da atividade educativa “Descobrimo a Cenoura: Aprendendo sobre alimentos de forma lúdica” foram obtidos por meio de avaliação qualitativa, conforme proposto na metodologia, utilizando como instrumentos a observação direta, os relatos espontâneos dos alunos, a aceitação sensorial das preparações ofertadas e os questionamentos orais realizados ao final da atividade. De modo geral, observou-se elevado envolvimento das crianças durante todas as etapas da intervenção, especialmente nas atividades lúdicas, como a contação de história (Figura 1) e o teste sensorial.

Figura 1 - Contação de história como atividade lúdica para Educação Alimentar e Nutricional de estudantes na faixa etária pré-escolar em uma escola municipal no interior da Bahia, 2025.



Fonte: Santana *et al.*, 2026.

A contação de histórias nas escolas é uma abordagem pedagógica voltada não apenas para distração do educando, sendo destinada a instigar a imaginação, a criatividade, estimulando a oralidade e o gosto pela leitura, contribuindo para a formação da personalidade da criança com envolvimento social e afetivo (Mateus *et al.*, 2013).

Durante o teste sensorial, verificou-se boa aceitação da cenoura nas diferentes formas apresentadas (crua, ralada e cozida), sendo a cenoura crua a mais citada como preferida pela maioria dos alunos (Figura 2). Esse resultado demonstra que a familiarização com o alimento, quando realizada de forma leve e sem imposição, pode contribuir significativamente para a redução da rejeição alimentar. A degustação dos *nuggets* de cenoura apresentou elevada aceitabilidade, com comentários positivos por parte das crianças, demonstrando que preparações alternativas e atrativas podem favorecer o consumo de hortaliças no ambiente escolar. Portanto, os resultados demonstraram boa aceitação do alimento e adequada compreensão dos conteúdos abordados, evidenciando a efetividade da intervenção educativa realizada.

Figura 2 – Preparações culinárias de cenoura ofertadas de forma crua, ralada e *nuggets* para o teste sensorial com estudantes na faixa etária pré-escolar em uma escola municipal no interior da Bahia, 2025.



Fonte: Santana *et al.*, 2026.

Dentre os problemas mais frequentes relatados por estudantes ao consumir a alimentação escolar, destaca-se a falta de autonomia na escolha do horário das refeições, a falta

de higiene, inadequação da temperatura das preparações culinárias e a ausência de padronização de técnicas gastronômicas durante o preparo (Pinto *et al.* 2024). Ademais, os principais fatores que afetam a aceitabilidade da alimentação escolar abrangem as atitudes comportamentais e preferências alimentares das crianças, a ausência de nutricionista escolar para o cumprimento dos objetivos do PNAE, a falta de ações educativas promotora para aceitabilidade, as dificuldades de estrutura e fiscalização, o estigma social negativo da alimentação escolar, as inadequações de cardápios nas escolas e a falta de padronização no porcionamento e de avaliação da aceitação das refeições (Ribeiro *et al.*, 2023).

No Brasil, a diminuição das habilidades culinárias decorrentes do processo de transição culinária é reforçada como uma barreira para o consumo de alimentos *in natura* ou minimamente processados (Dos Santos *et al.*, 2025). De acordo com o Guia Alimentar para a População Brasileira, as habilidades culinárias envolvem os processos de seleção, pré-preparo, tempero, cozimento, combinação e apresentação dos alimentos, as quais são desenvolvidas por cada sociedade e transmitidas ao longo das gerações (Brasil, 2014).

A seletividade alimentar é um outro problema no contexto da alimentação escolar, abarcando três domínios distintos incluindo, a recusa alimentar, o repertório alimentar limitado e ingestão alimentar específica de alta frequência habitual. Durante as refeições, o comportamento frequentemente observado é a aversão alimentar por diferentes fatores, dentre eles a cor, textura, odor, temperatura, consistência e a forma como o alimento é apresentado (Lemes *et al.*, 2023). Decorrente disso, a seletividade alimentar pode contribuir para o aumento de deficiências nutricionais e enfermidades, como desnutrição, obesidade, problemas ósseos, retardo de crescimento, excesso e/ou falta de nutrientes e semelhantes.

O Quadro 1 sintetiza os principais achados da atividade de EAN, organizando-os a partir das estratégias educativas adotadas, dos aspectos avaliados e das evidências observadas. Conforme apresentado, a estratégia educativa resultou em boa aceitação da cenoura em todas as formas ofertadas, com destaque para a preferência pela versão crua. A abordagem lúdica mostrou-se eficaz para o envolvimento e interesse das crianças, verificado pela elevada aceitação e pelos comentários positivos em relação à preparação culinária degustada. Por fim, o teste sensorial de novas preparações contribuiu para a identificação e aprendizagem sobre os benefícios do consumo da cenoura, reforçando o potencial da experimentação como ferramenta pedagógica no contexto da alimentação escolar.

Quadro 1 – Síntese dos resultados da atividade de Educação Alimentar e Nutricional com estudantes na faixa etária pré-escolar em uma escola municipal no interior da Bahia, 2025.

Características da atividade de Educação Alimentar e Nutricional	Aspecto avaliado	Evidências observadas
Estratégia educativa	Aceitação da cenoura	Boa aceitação em todas as formas; preferência pela cenoura crua.
Abordagem lúdica facilitadora para compreensão e despertar do interesse	Envolvimento e interesse durante as atividades	Elevada aceitação e comentários positivos sobre a preparação culinária degustada.
Teste sensorial de novas preparações culinárias	Degustação dos <i>nuggets</i> e desenvolvimento do paladar para novos sabores	Identificação e aprendizagem sobre os benefícios à saúde em decorrência do consumo de cenoura.

Fonte: Santana *et al.*, 2026.

Visando o aprimoramento das atividades para EAN de escolares, abordagens futuras baseadas na participação ativa dos escolares na escolha e preparo dos alimentos podem potencializar a aceitação de alimentos *in natura* de origem vegetal na alimentação escolar. Participar do preparo das refeições ajuda as crianças a desenvolverem uma relação mais saudável com a comida. No contexto familiar, o momento na cozinha pode ser divertido, proporcionando um tempo de qualidade entre pais, responsáveis e filhos, fortalecendo a comunicação e os laços afetivos, além de permitir que a criança experimente, invente e explore combinações de sabores, cores e texturas, estimulando a criatividade (Oliveira, 2025).

As oficinas de gastronomia são estratégias pedagógicas eficazes para promover a EAN, por meio da integração de teoria e prática de forma dinâmica e participativa (Mendonça *et al.*, 2025). No que se refere à assimilação do conteúdo educativo, constatou-se que grande parte dos alunos conseguiu relatar pelo menos um benefício atrelado ao consumo da cenoura, destacando principalmente a melhora da visão, associada à presença de vitamina A. A realização de oficinas de culinária com a participação de crianças em idade escolar é uma abordagem eficaz para aumentar a percepção de saudabilidade e a aceitação sensorial de produtos alimentícios, sendo

uma ação educativa positiva para promover a inclusão de produtos em programas de alimentação escolar (Josefi *et al.*, 2025).

Torna-se fundamental delimitar conceitos e definições sobre a gastronomia e culinária, considerando as possibilidades de construção e práticas destinadas à alimentação escolar. A gastronomia diz respeito a uma prática cultural relacionada à alimentação, a qual remete a dimensão sensorial continuamente associada ao prazer de comer e ao gosto pela comida, baseada no conhecimento fundamentado de tudo que se refere ao homem à medida que ele se alimenta (De Castro; Maciel; Maciel, 2016). Por sua vez, a culinária é o conjunto de técnicas, matérias-primas e modos de preparo referentes às diversas adaptações possíveis dos homens ao meio ambiente em que vivem (Atala; Dória, 2009 *apud* Brettas, 2019). A culinária é uma atividade distinta da gastronomia, considerando aspectos como espaço de produção e ao conhecimento prático e teórico (Brettas, 2019). Assim, a culinária precede a gastronomia, sendo o fruto de trocas, histórias, sistemas, normas, valores e formas de sociabilidade para que o alimento saia da cozinha tornando-se parte do inventário cultural das sociedades (Brettas, 2019). A partir deste contexto, a valorização da gastronomia e da culinária na alimentação escolar tornam mais atrativas as preparações destinadas aos escolares no cotidiano, de modo aproximar os padrões alimentares da atualidade aos gostos e preferências dos comensais.

Dentre os êxitos da experiência, destacam-se o envolvimento ativo das crianças, a receptividade da equipe escolar, a boa aceitabilidade das preparações ofertadas e a ampliação do alcance da ação para o ambiente familiar, por meio do compartilhamento de receitas e materiais educativos. Como dificuldades, podem ser citadas limitações relacionadas ao tempo disponível para a execução das atividades, à necessidade de adaptação da linguagem e dos recursos pedagógicos ao nível de compreensão infantil e à resistência inicial de algumas crianças à experimentação do alimento, comportamento esperado nesta faixa etária. Ainda assim, tais desafios foram superados ao longo da intervenção, não comprometendo os resultados alcançados.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A realização da atividade extensionista em gastronomia para EAN estimulou a aceitação e ao consumo da cenoura entre crianças da educação infantil, por meio de estratégias lúdicas, educativas e sensoriais. A realização da atividade no ambiente escolar possibilitou ampliar o

conhecimento das crianças acerca da importância da alimentação saudável, favorecendo a experimentação do alimento trabalhado e contribuindo para a formação de atitudes positivas em relação ao consumo de vegetais desde a infância.

A experiência possibilitou à equipe o desenvolvimento de conhecimentos técnicos, habilidades de comunicação, planejamento e execução de ações educativas, além de atitudes éticas, empatia, responsabilidade social e trabalho em grupo. Ademais, ampliou-se a compreensão do papel do nutricionista no PNAE e no ambiente escolar, evidenciando a importância das ações de EAN como estratégia fundamental para a promoção da saúde, prevenção de agravos nutricionais e fortalecimento da segurança alimentar e nutricional.

De modo geral, os resultados obtidos demonstraram elevada participação, interesse e envolvimento dos alunos durante todas as etapas da intervenção, especialmente nas atividades de contação de histórias e degustação da preparação à base de cenoura. Observou-se boa aceitação do alimento nas diferentes formas de preparo apresentadas, bem como adequada assimilação dos conteúdos abordados, evidenciada pela capacidade das crianças em relatar benefícios associados ao consumo da cenoura. Esses achados reforçam a efetividade do uso de metodologias lúdicas e adequadas à faixa etária pré-escolar no processo de EAN.

REFERÊNCIAS

13

ATALA, A.; DÓRIA, C. A. Com unhas, dentes & cuca: prática culinária e papo-cabeça ao alcance de todos. 2. ed. rev. São Paulo: Senac, 2009.

BARBOZA, M. R. S.; SANT'ANA, M. S.; BITENCOURT, Y. S.; LIMA, S. Q.; COELHO, L. G.; FONSECA, K. Z. Sabores em conserva: uma experiência de extensão universitária em Nutrição. *Saberes Plurais*, v. 9, n. 1, e147009, jan./jun. 2025. DOI: <https://doi.org/10.54909/sp.v9i1.147009>.

BEZERRA, M. K. A.; OLIVEIRA, C. C. S.; REGO, K. R. C.; MACHADO, T. S. Promoção da alimentação saudável em escolas públicas e privadas da Bahia. *Revista Portal: Saúde e Sociedade*, v. 8, n. único, e02308008, 2024. DOI: <https://doi.org/10.28998/rpss.e02308008>.

BRASIL. Ministério da Saúde. Guia alimentar para a população brasileira. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

BRASIL. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. Conselho Deliberativo. Resolução nº 6, de 8 de maio de 2020. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE. *Diário Oficial da União*: seção 1, Brasília, DF, 12 maio 2020.

BRETTAS, L. F. M. Culinária e gastronomia: entre o local e o global. In: LAVANDOSKI, J.; BRAMBILLA, A.; VANZELLA, E. (org.). Alimentação e turismo: criatividade, experiência e patrimônio cultural. João Pessoa: Editora do CCTA, 2019. p. 225-254.

DE CASTRO, H. C.; MACIEL, M. E.; MACIEL, R. A. Comida, cultura e identidade: conexões a partir do campo da gastronomia. *Ágora*, v. 18, n. 1, p. 18-27, 2016.

DEUS, C.; SILVA, M. M. C. A atuação de nutricionistas no PNAE e seus efeitos sobre o desempenho escolar. *Estudos Econômicos*, v. 53, n. 2, p. 411-455, 2023.

DOS SANTOS, L.; SLATER, B.; CABRAL, C. S.; RUSSO, G. C.; TEIXEIRA, A. R. Habilidades culinárias nas políticas públicas brasileiras de alimentação e nutrição: uma análise documental. *Ciência & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 30, n. 2, e03022025, 2025. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-81232025302.03022025>.

FERREIRA, H. G. R.; ALVES, R. G.; MELLO, S. C. R. P. O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE): alimentação e aprendizagem. *Revista da Seção Judiciária do Rio de Janeiro*, v. 22, n. 44, p. 90-113, 2019.

JOSEFI, L. A. S.; PAIVA, C. F.; ARENHART, G.; LOURENÇO, M. E. M.; NOVELLO, M. G.; SANTOS, E. F.; NOVELLO, D. Oficina de culinária como estratégia para aumentar o conhecimento e a aceitabilidade de hortaliças entre escolares: evidências a partir de preparações com agrião. *Revista Caderno Pedagógico*, Curitiba, v. 22, n. 10, p. 01-19, 2025. DOI: [10.54033/cadpedv22n10-215](https://doi.org/10.54033/cadpedv22n10-215).

LEMES, M. A.; GARCIA, G. P.; CARMO, B. L.; SANTIAGO, B. A.; TEIXEIRA, D. D. B.; AGOSTINHO JUNIOR, F.; COLA, P. C. Comportamento alimentar de crianças com transtorno do espectro autista. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, Rio de Janeiro, v. 72, n. 3, p. 136-142, 2023. DOI: <https://doi.org/10.1590/0047-2085000000414>.

LIMA, D. R. S.; DIOGO, S. S.; PEIXINHO, A. M. L.; CABRINI, D. Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE): marcos históricos, políticos e institucionais que influenciaram a política nos seus quase 70 anos de existência. *Revista de Alimentação e Cultura das Américas*, Rio de Janeiro, v. 4, n. 1, p. 20-44, jan./jul. 2023. DOI: <https://doi.org/10.35953/raca.v4i1.159>.

MATEUS, A. N. B.; SILVA, A. F.; PEREIRA, E. C.; SOUZA, J. N. F.; ROCHA, L. G. M.; OLIVEIRA, M. P. C.; SOUZA, S. C. A importância da contação de história como prática educativa na educação infantil. *Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento*, v. 5, n. 2, p. 54-68, 2020. DOI: [10.32749/nucleodoconhecimento.com.br/educacao/importancia-da-contacao](https://doi.org/10.32749/nucleodoconhecimento.com.br/educacao/importancia-da-contacao).

MATTHEWS, J. I.; ZOK, A. V.; QUENNEVILLE, E. P. M.; DWORATZEK, P. D. N. Development and implementation of FRESH – a post-secondary nutrition education program incorporating population strategies, experiential learning and intersectoral partnerships. *Canadian Journal of Public Health*, v. 105, n. 4, p. e306-e311, 2014.

MENDONÇA, J. C.; MARTINS, A. S.; LOPES, T. A. M.; BASSO, C. Relato de experiência: oficinas de gastronomia e nutrição. *Nutrivisa: Revista de Nutrição e Vigilância em Saúde*, v. 12, n. 1, p. e16276, 2025. DOI: 10.52521/nutrivisa.v12i1.16276.

MORAES, K. C. S.; ALMEIDA, M. E. F.; SANTOS, V. S. Efeito da gastronomia na aceitabilidade de vegetais por adolescentes. *Ciência & Saúde*, v. 12, n. 1, e26699, 2019. DOI: 10.15448/1984-3151.2019.1.26699.

OLIVEIRA, L. C. C. O papel dos pais e educadores na promoção de uma alimentação saudável desde os primeiros anos. *Gestão & Educação*, v. 8, n. 3, p. 53-64, 2025. Disponível em: <http://revista.faconnect.com.br/index.php/GeE/article/view/660>. Acesso em: 25 abr. 2025.

PINTO, R. L.; SOUZA, B. S. N.; ANTUNES, A. B. S.; BENTHROLD, R. S.; SICHIERI, R.; CUNHA, D. B. Percepções de escolares e merendeiras sobre alimentação escolar: uma análise por grupos focais. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 34, e34017, 2024. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S0103-7331202434017pt>.

RIBEIRO, T. S.; PITLOVANCIV, G. N.; BARCELOS, M. M.; TRIBST, L. T.; SILVA, N. B. A.; CAVALCANTE, L. M.; BETHOVEN, H. B.; COSTA, H. A. A.; SILVA, M. L. R.; SALGUEIRO, M. M. H. A. O. Fatores que afetam a aceitação da alimentação escolar. *RECISATEC – Revista Científica Saúde e Tecnologia*, v. 3, n. 6, e36282, 2023. DOI: <https://doi.org/10.53612/recisatec.v3i6.282>.

SANTANA, R. R.; SANTANA, C. C. A. P.; COSTA NETO, S. B.; OLIVEIRA, Ê. C. Extensão universitária como prática educativa na promoção da saúde. *Educação & Realidade*, Porto Alegre, v. 46, n. 2, e98702, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/2175-623698702>.

SANTOS, V. S.; SILVA, D. E.; ALMEIDA, M. E. F.; ABRANCHES, M. V. *Journal of Health & Biological Sciences*, v. 5, n. 3, p. 228-233, 2017. DOI: 10.12662/2317-3076jhbs.v5i3.1210.p228-233.2017.

SOUZA, B. C.; GOMES, I. S. Culinária funcional nas escolas da Bahia: impacto na nutrição e sabor das refeições escolares. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, São Paulo, v. 10, n. 5, p. 2305-2315, maio 2024.

VASSIMON, H. S.; OLIVEIRA, M. C. Programa Nacional de Alimentação Escolar e sua aceitação pelos alunos: uma revisão sistemática. *Investigação*, v. 12, p. 4-10, 2012.

Disponível em: https://www.researchgate.net/profile/Helena-Vassimon/publication/318988328_Programa_Nacional_de_Alimentacao_Escolar_e_sua_aceitacao_pelos_alunos_uma_revisao_sistematica/links/5989e693aca272435851674e/Programa-Nacional-de-Alimentacao-Escolar-e-sua-aceitacao-pelos-alunos-uma-revisao-sistematica.pdf.