

A IMPORTÂNCIA DA ALIMENTAÇÃO NA EDUCAÇÃO INFANTIL

Adriana Fátima Arruda da Costa¹
Aline Juliana Souza²
Danielle Auxiliadora Viana Santos³
Daniele Ferreira de Campos Moraes⁴
Joana D'arc Ferreira Moraes Fernandes⁵
Maria Aparecida de Souza⁶

RESUMO: Este artigo pretende discutir o significado da alimentação como categoria pedagógica na educação infantil. Justificamos a importância da discussão pelo fato de que a alimentação faz parte da cultura humana e, portanto, deve ser considerada como parte da educação sistemática da criança nesta etapa da educação básica. Como metodologia, optamos pela pesquisa bibliográfica apoiada na teoria da história cultural. O objetivo é propor a pesquisa a partir de uma perspectiva crítica, para que, ao longo do trabalho, sejam levantados pontos importantes que permitam uma adequada reflexão sobre a alimentação contemporânea e a importância da alimentação e do pensamento relacionado, como uma cultura que é ensinada às novas gerações.

Palavras-chave: Educação Infantil. Alimentação. Teoria Histórico-cultural.

ABSTRACT: This article aims to discuss the meaning of food as a pedagogical category in early childhood education. We justify the importance of the discussion by the fact that food is part of human culture and, therefore, should be considered as part of the systematic education of children at this stage of basic education. As a methodology, we opted for bibliographic research supported by the theory of cultural history. The objective is to propose the research from a critical perspective, so that, throughout the work, important points are raised that allow an adequate reflection on contemporary food and the importance of food and related thinking, as a culture that is taught to new generations.

Keywords: Early Childhood Education. Food. Historical-cultural theory.

¹ Graduada em Pedagogia pela Universidade Pitágoras Unopar, Especialista em Educação Infantil e as Séries Iniciais pelas Faculdades Integradas de Ariquemes – FIAR.

² Graduada em Pedagogia pelo Centro Universitário de Várzea Grande – UNIVAG, Especialista em Educação Infantil, Letramento e Alfabetização pela Faculdade Afirmativo.

³ Graduada em Pedagogia para a Educação Infantil pela Universidade Federal de Mato Grosso – UFMT, Especialista em Educação Infantil com Ênfase em Letramento pela Associação Varzeagrandense de Ensino e Cultura. AVEC.

⁴ Graduada em Pedagogia pela Universidade Federal de Mato Grosso – UFMT, Especialista em Educação Infantil pelas Faculdades Integradas de Várzea Grande – FIAVEC.

⁵ Graduada em Pedagogia pela Faculdade Afirmativo, Especialista em Gestão Escolar com Ênfase na Direção, Coordenação, Supervisão, Orientação e Inspeção Educacional pela Faculdade de Ciências Administrativas.

⁶ Graduada em Pedagogia pela Universidade Paulista – UNIP, Especialista Educação Infantil /Alfabetização pela Faculdade do Instituto Panamericano – FACIPAN.

1. INTRODUÇÃO

O objetivo deste artigo é discutir a importância da alimentação como categoria pedagógica na educação infantil. Justificamos a importância do tema, pois a alimentação é considerada parte da cultura, que historicamente vem sendo acumulada e transformada pelo trabalho humano. Como problema de pesquisa, perguntamos: “até que ponto as pré-escolas e os professores estão prontos e dispostos a trabalhar com a alimentação como parte de seu ensino?”

Essa indagação é relevante, primeiro, porque diz respeito ao objeto de estudo, segundo, porque há muitos equívocos e ideias lineares, fragmentadas, contraditórias de que a alimentação faz parte do momento educativo da educação infantil, mas não se entende que ela tem conteúdo implícito nesse assunto, que pode ser trabalhado de forma sistemática, proposital, elevando o nível cultural da criança. Acredita-se que o conteúdo deve ser processado em um processo educativo e deliberado, de modo que, como a alimentação faz parte do conhecimento científico e da riqueza cultural da humanidade, deve ser tratada com o objetivo de nutrir uma criança.

A forma de comer, os hábitos, o conhecimento alimentar são, entre outras coisas, fruto da adoção das pessoas, portanto, um produto histórico. A criança tem o direito de aprender esses e outros conteúdos na escola, até porque eles fazem parte de tudo que é produzido de geração em geração.

2. DESENVOLVIMENTO

Hoje, os alimentos estão cada vez disponíveis de forma fácil e rápida, ao contrário de algumas décadas atrás, quando você tinha que plantar os alimentos, esperar que eles crescessem e depois colhê-los e prepará-los, o que levava tempo. Com a Revolução Industrial, as famílias também se mudaram para as grandes cidades, o que alterou a disponibilidade de alimentos. Quando uma mulher entrava no mercado de trabalho, apenas o tempo relacionado aos afazeres domésticos ou familiares era substituído pelo trabalho fora de casa, e isso também acabava com as compras de alimentos.

Atualmente, temos visto muitas mudanças na forma como as pessoas encaram a comida. Um fator importante que se tornou principalmente irresistível de destacar está relacionado à simplicidade e praticidade que os alimentos prontos ou preparados oferecem justamente porque os alimentos precisariam de pouco tempo para serem preparados. Como resultado, a alimentação oferecida às crianças tornou-se nutricionalmente pobre, com a maioria dos alimentos ou produtos contendo pouco ou nenhum nutriente. É importante ressaltar que com essa constante mudança por meio da alimentação, presenciamos também a mudança do paladar da criança, que se modificou ao longo da história. Essa mudança no sabor de certos tipos de alimentos era considerada natural, como se pertencesse à criança desde o nascimento.

De acordo com a perspectiva sócio-histórica, vivemos num mundo humano onde vamos nos tornando humanos através das relações estabelecidas com os sujeitos, que tem consigo apropriações das criações humanas as mais elaboradas, desde o nascimento somos expostos à cultura, logo, nosso paladar também é influenciado por essa vida em sociedade, pois é com os outros que aprendemos a ser homens e com isso nosso modo de viver, agir, pensar, sentir vai sendo aos poucos modificados.

Todas as suas (trata-se do homem – A. L.) relações humanas com o mundo, a visão, a audição, o olfacto, o gosto, o tacto, o pensamento, a contemplação, o sentimento, a vontade, a atividade, o amor, em resumo, todos os órgãos da sua individualidade que, na sua forma, são imediatamente órgãos sociais, são no seu comportamento objectivo ou na sua relação com o objecto a apropriação deste, a apropriação da realidade humana (MARX apud LEONTIEV, 1978, p. 267- 268).

A Teoria Histórico Cultural baseada na filosofia marxista, tem como um de seus princípios a concepção de que o homem não nasce humano, é preciso se apropriar da cultura que foi acumulada historicamente pela humanidade para que se desenvolvam as características tipicamente humanas. Para isso, por meio do trabalho o homem transforma a natureza de forma intencional, criando seus próprios objetos, cristalizando assim suas habilidades nos mesmos. Nessa relação com o trabalho o homem também transforma a si mesmo, bem como sua natureza. Neves e Damiani (2006, p. 6) evidenciam na concepção vygotskiana: “o homem é um ser histórico e produto de um conjunto de relações sociais”.

A alimentação é parte importante dessa cultura que foi acumulada historicamente e foi se alterando com o decorrer do tempo por meio do trabalho do homem como ser histórico e social. Vivemos num momento cercados por programas culinários de televisão, para todos os gostos, tanto adulto, quanto infantil, propagandas de dietas ou produtos miraculosos, subsidiados pela indústria alimentícia, e com isso estamos abrindo mão de escolher e preparar o alimento que iremos comer (ARCE, 2018).

A alimentação é algo que vai muito além do ato de se alimentar, envolve nossa relação com o outro, com a nossa família, com a sociedade, dessa forma podemos salientar que a alimentação traz memórias, envolve emoções, afetividade, sentimentos e prazer. Atualmente essa relação com a comida tem se perdido, devido o aumento do consumo de produtos industrializados, e em consequência disso temos nos distanciado do ato de cozinhar, de compartilhar o momento do preparo e a refeição em família.

A refeição compartilhada não é algo insignificante. Trata-se de um dos fundamentos da vida em família, o lugar onde as crianças aprendem a arte de conversação e adquirem os hábitos que caracterizam a civilização: repartir, ouvir, ceder a vez, administrar diferenças, discutir sem ofender. O que tem sido chamado de “as contradições do capitalismo” – sua tendência a minar as formas de estabilização social das quais ele depende – está hoje à mostra de forma gritante na mesa de jantar moderna, junto dos pacotes multicoloridos que a indústria de alimentos conseguiu plantar ali. (POLLAN, 2013 apud ARCE, 2018, p. 27).

A mudança na forma de se alimentar nós temos deixado de educar nossas crianças, tanto nutricionalmente devido a perda do contato com os alimentos *in natura* e o alto consumo de alimentos ricos em gordura e açúcar como viver em sociedade, relacionar-se com as diferenças, respeitar o tempo do outro, dividir e compartilhar com o que não tem.

É necessário resplandecer quanto a família tem um papel indispensável na educação alimentar, no neste meio tempo a escola também faz peça dessa formação educativo da criança uma vez quanto é considerada altura único em qual lugar a alimentação deve ser apresentada e apropriada pela criança quanto elemento indispensável para o seu ampliação conversável e cultural de forma intencional e sistematizada. É, pois, na escola quanto a criança aprende comportamento de tomar socialmente aceitos e organizados, título dos instrumentos utilizados no

quotidianamente da alimentação, denominação de alimentos, benefícios dentre outros aspectos quão se relacionam.

O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), tem por objetivo oferecer alimentação escolar e educação alimentar e nutricional, no Artigo 2º da Lei n. 11947, de 16 de junho de 2009, que trata das diretrizes da alimentação escolar, evidencia que:

[...] II – a inclusão da educação alimentar e nutricional no processo de ensino e aprendizagem, que perpassa pelo currículo escolar, abordando o tema alimentação e nutrição e o desenvolvimento de práticas saudáveis de vida, na perspectiva da segurança alimentar e nutricional (BRASIL, 2009).

A escola tem o papel de auxiliar as crianças a se apropriarem da importância de ter uma alimentação saudável. Ter uma alimentação rica nutricionalmente é importante em todas as fases da vida, mas principalmente nos primeiros anos de vida, de acordo com Zorzetto (2011, s/p) existe uma relação entre a alimentação nos primeiros anos de vida e a obesidade na vida adulta, começando pela amamentação, que segundo ele, de acordo com estudos feitos com ratos, a substituição do leite materno por outros leites ou alimentos “nessa fase do desenvolvimento altera o paladar e instala no organismo um desequilíbrio hormonal que pode durar a vida toda e favorecer o ganho de peso”.

Para a criança o conceito de alimentação saudável, pode ser algo abstrato, difícil de compreender, por isso é indispensável a atuação do professor como mediador desse processo visando a aprendizagem e desenvolvimento da criança. Neves e Damiani (2006) ao discutir diferentes teorias da aprendizagem, aquele que defende a ideia de que a aprendizagem precede o desenvolvimento enfatiza uma perspectiva sócio-histórica. Nesse sentido, é importante que o professor adquira conteúdos relacionados ao que é uma alimentação saudável, rica em nutrientes e de onde vem na formação continuada, para que possa desenvolver o ensino e a aprendizagem. dessas crianças.. E como um professor pode fazer isso?

Pensando nas crianças da educação infantil, onde o cuidado é muito presente, não podemos esquecer o quanto é importante reconhecer esse cuidado como parte do trabalho pedagógico. Isso porque enfermagem e enfermagem são dois elementos que

não podem ser separados um do outro, e a alimentação faz parte desse processo, que envolve não apenas alimentação e enfermagem, mas também ensinar a pensar e agir como parte integrante da alimentação. Educação uma criança dos primeiros anos de vida. Para isso, é necessário apresentar alimentos frescos, para que as crianças possam escolher, observar, cheirar, saborear, despertar a curiosidade e o desejo de explorar novos alimentos.

Arce (2018) em primeiro lugar, diz que é recomendável fazer com que as crianças se sintam sensuais, para que possam realmente aproveitar a experiência, e como fazer isso? O referido autor cita a: “famosa caixa com vários temperos aromáticos”, onde primeiro são introduzidos os sabores, depois os aromas, permitindo que a criança experimente esses alimentos no seu tempo, ajudando a comparar e a conhecer gradualmente esses sabores. eles, alimentos. Em seguida, ocorre o preparo desses alimentos, permitindo que a criança participe do momento ajudando no preparo dos alimentos.

A atividade do professor aliada às estratégias de ensino podem fazer com que a criança se interesse em provar e comer determinados alimentos. Nesse sentido, é preciso dar tempo à criança para comer, deixá-la comer, alimentar-se sozinha, tudo isso permite que os sentidos (visão, olfato, audição, tato, paladar) e a percepção se desenvolvam. se ele está cheio e come apenas a quantidade necessária.

CONCLUSÃO

Com base nisso, vemos a importância da escola na formação dos hábitos saudáveis das crianças. Para isso, é importante envolver todos os responsáveis pela alimentação da criança na escola nesse entendimento para oferecer alimentos frescos, preparados de forma saudável e que retenham nutrientes, respeitando as preferências e horários das refeições da criança. Entenda que dessa forma ajudamos a formar hábitos alimentares saudáveis que dão às crianças a oportunidade de escolher alimentos mais saudáveis e desenvolver a independência.

REFERÊNCIAS

ARCE, Alessandra. **Educação Infantil: alimentação, neurociência e tecnologia**. Campinas: Alinea, 2018.

BRASIL. **Ministério da Educação. Fundo Nacional do Desenvolvimento da Educação. Programa Nacional de Alimentação Escolar**. Brasília, DF, 2019.

LEONTIEV, Alexis. **O desenvolvimento do psiquismo**. Lisboa: Livros Horizonte, 1978.

MARTINS, Lígia Márcia. **As aparências enganam: divergências entre o materialismo histórico-dialético e as abordagens qualitativas de pesquisa**. Anais... Reunião Anual da ANPED, 29, p. 1-17, 2006.

NEVES, Rita de Araujo; DAMIANI, Magda Floriana. **Vygotsky e as teorias da aprendizagem**. UNIrevista - vol. 1, n° 2, p. 1-10, abril 2006. Disponível em <http://www.miniweb.com.br>. Acesso em 25/09/2022.

SAVIANI, Dermeval. **Pedagogia Histórico-crítica: primeiras aproximações**. 6ª ed. Campinas, SP: Editora Autores Associados, 1994. ISBN 85-85701-09-9 (Coleção polêmicas do nosso tempo; v. 40).

ZORZETTO, Ricardo. **Mil dias que valem uma vida**. Pesquisa FAPESP, jan. 2011.