

CAPACITAÇÃO EM NUTRIÇÃO E ALIMENTAÇÃO PARA MERENDEIRAS DA REDE MUNICIPAL DE ENSINO DE SANTA MARIA – RS¹

TRAINING FOR THE COOKS OF THE CITY SCHOOLS OF SANTA MARIA – RS

Simone Marisa Strahl² e Eliziane Nicolodi Francescato Ruiz³

RESUMO

Neste trabalho, tem-se como objetivo discutir uma estratégia educativa desenvolvida para as merendeiras da rede municipal de ensino da cidade de Santa Maria, RS. A atividade educativa foi desenvolvida enfocando os seguintes tópicos: as relações interpessoais no trabalho, alimentação saudável, higiene na preparação e na manipulação dos alimentos, elaboração e preparo de receitas com o integral aproveitamento dos alimentos. Este trabalho foi desenvolvido por meio de dinâmicas de grupo, possibilitando aos participantes aprimorarem seus conhecimentos e trocarem experiências. Tal estratégia contribui para o desenvolvimento de práticas educativas contínuas, dentro do ambiente escolar pelas merendeiras. A partir do entendimento de que as merendeiras possuem o conhecimento, mas não o praticam, torna-se importante realizar este tipo de capacitação, para conscientizá-las e propiciar um espaço para reflexão de suas atribuições e responsabilidade em preparar e oferecer aos escolares uma alimentação equilibrada e com segurança.

Palavras-chave: escola, alimentação escolar, educação.

ABSTRACT

In this work it was aimed to discuss an educative strategy developed for the cooks of the city schools of Santa Maria, RS, in which were worked the following topics: the interpersonal relations at work, healthy feeding, hygiene on preparation and manipulation of foods, elaboration and preparation of recipes with the integral exploitation of foods. This task was carried out through group dynamics, in which the participants could improve their knowledge, to exchange some experiences and have the chance to discuss the conditions of the workplace. Such strategy contributed for the development of continuous educative practices, within the school environment, by the cooks. Since they have the know how but do not practice

¹ Trabalho Final de Graduação - TFG.

² Acadêmica do Curso de Nutrição - UNIFRA.

³ Orientadora - UNIFRA.

it, it became interesting to offer continuous trainings, in which they could become aware of their responsibilities of offering a balanced feeding with hygiene.

Key words: school, school feeding, education.

INTRODUÇÃO

A nutrição é um componente essencial no processo de crescimento e desenvolvimento de crianças e adolescentes, apresentando importante papel na manutenção da qualidade de vida dos mesmos. Desta maneira, a alimentação oferecida, no ambiente escolar, auxilia no crescimento e desenvolvimento físico, psíquico, profissional e social dos escolares. Destaca-se ainda que, cada vez mais, tem sido aceito que crianças saudáveis aprendam melhor, aumentam a capacidade intelectual e física, melhorando o rendimento escolar (CALIL; AGUIAR, 1999).

A escola é, indiscutivelmente, o melhor ambiente para promover a educação nutricional, uma vez que é na infância que se fixam atitudes e práticas alimentares difíceis de modificar na idade adulta. O efeito da educação nutricional estende-se além da criança, atingindo a família e toda a comunidade envolvida. Por tudo isso, o tipo de alimento oferecido na escola, a apresentação da refeição e o ambiente em que é produzido o alimento devem ser levados em conta, além da segurança alimentar em seu aspecto higiênico-sanitário (COSTA et al., 2001).

Como, na maioria das vezes, a merenda escolar se torna a principal refeição do escolar, cabe à comunidade escolar sensibilizar-se sobre a necessidade de uma boa nutrição, por meio de uma alimentação equilibrada. Nesse sentido, é imprescindível a colaboração de todos; os educadores, enfatizando a importância e a necessidade de uma alimentação balanceada, que proporcione a melhoria do aprendizado da criança e do adolescente; as merendeiras, trabalhando no preparo de refeições saudáveis, atrativas e apetitosas e os próprios alunos, sensibilizados da necessidade de uma alimentação de qualidade, para a preservação de sua saúde e manutenção de seu crescimento e desenvolvimento (DAVANÇO et al., 2004).

A merendeira contribui decisivamente na aceitação do alimento pelo aluno, com preparos saborosos. De grande importância, também, é o modo como a refeição é apresentada à criança: atitude de atenção e carinho torna a merenda agradável, favorecendo a boa aceitação do alimento.

Assim, capacitações e treinamentos constantes com merendeiras podem auxiliar na melhoria do hábito alimentar das crianças, pois contribuem para que essas façam escolhas corretas em relação aos alimentos, repassando à sua família o hábito adquirido na escola (CALIL; AGUIAR, 1999).

Ainda, programas e ações de capacitação com merendeiras, além de beneficiar as crianças, também beneficiam as próprias merendeiras, pelo fato de que, por meio de orientação sobre adequada ingestão energética e de micronutrientes, poderá ocorrer o favorecimento da sua saúde e bem-estar.

Dessa maneira, o objetivo deste trabalho foi desenvolver um programa de educação em nutrição e alimentação com merendeiras da rede municipal de ensino de Santa Maria-RS.

MATERIAL E MÉTODOS

Foi realizada uma pesquisa transversal de intervenção educativa, nos dias 26, 27 e 28 de setembro de 2006, com o objetivo de realizar uma ação educativa para merendeiras, bem como avaliar a eficácia do programa de educação em nutrição e alimentação. Foram convidadas todas as merendeiras⁴ da rede municipal de educação para participar deste estudo, sendo que, em cada um dos três dias de encontros, estiveram presentes merendeiras que trabalham em escolas de diferentes regiões do município. Os encontros tiveram a duração de, aproximadamente, três horas em cada dia, sendo que a cada dia eram desenvolvidas as mesmas temáticas, porém com grupos diferentes.

Os temas propostos para a capacitação foram: relações interpessoais no trabalho; alimentação saudável; higiene no preparo e manipulação dos alimentos e elaboração e preparo de receitas com aproveitamento integral dos alimentos. E, para desenvolvê-los foram utilizadas atividades lúdicas de descontração, criadas ou adaptadas pelas pesquisadoras para cada situação, como dinâmicas de grupo e teatro, sendo que em todos os momentos a participação do grupo foi uma constante e a troca de experiências foi sempre estimulada.

Para avaliar a eficácia da capacitação foi aplicado um questionário semi-estruturado com as merendeiras no início do encontro e, posteriormente, no final do encontro, para que assim as comparações e considerações pudessem ser realizadas. As questões enfatizaram a higiene dos alimentos e alimentação saudável.

Ainda, para avaliar o impacto do programa educativo foram acrescentadas ao questionário respondido no final do encontro, algumas perguntas abertas em que as merendeiras puderam avaliar o trabalho desenvolvido.

⁴ Usa-se aqui o feminino, pois a grande maioria das pessoas que realizam essa atividade é de mulheres.

Este trabalho foi encaminhado para o comitê de ética em pesquisa do Centro Universitário Franciscano, tendo aprovação para sua realização. Ainda, todos os participantes assinaram o termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Participaram da atividade 54 indivíduos de um total de 79 convidados, sendo que desses, apenas 32 responderam ao questionário. Dos participantes que responderam ao questionário, a maioria foi mulheres (96,87%), a faixa etária mais freqüente foi de 40 a 49 anos e ainda, a maior parte dos respondentes tem menos de cinco anos.

Ao avaliar, através dos questionários, o programa educativo desenvolvido observou-se que a maior parte das respostas dos questionários estavam corretas, tanto no primeiro questionário como no segundo e, a partir disso, entendeu-se que as merendeiras possuem um bom conhecimento a respeito da higiene e boas práticas de manipulação dos alimentos, sendo por isso importante realizar capacitações como esta, em que é explorado o conhecimento já existente de cada um, trazendo-o para a prática.

Isto pôde ficar claramente elucidado nas respostas de uma questão a respeito das condições de que os microorganismos patogênicos necessitam para se multiplicar, verificando-se que 75% tiveram acertos no primeiro questionário, aplicado antes da capacitação e 85,7% tiveram acertos no segundo questionário, realizado após a capacitação, assim a alta freqüência de acertos se destaca tanto antes quanto depois da capacitação.

As merendeiras possuem conhecimento a respeito das boas práticas de manipulação, mas não praticam, por isso é interessante realizar treinamentos contínuos, para que, com o tempo, ela possa se conscientizar de sua responsabilidade em oferecer uma alimentação equilibrada e com higiene (DAVANÇO et al., 2004). A melhor forma então de trabalhar tudo isso com as merendeiras é a partir de capacitações fazendo uso de metodologias participativas, com dinâmicas de grupo, que também despertem a auto-estima, a aprovação social e a segurança, através da transmissão de orientações que contribuam para o seu desempenho e para que se sintam importantes no trabalho, dentro do serviço de alimentação (CALIL; AGUIAR, 1999).

Ainda, segundo Costa (2002), a capacitação das merendeiras, ao trabalhar com temas ligados à alimentação saudável é também muito importante, devido ao seu papel como multiplicador de práticas e informações, perpassando a idéia de que ampliando o conhecimento das

merendeiras, por meio de capacitações, se tornaria possível o seu repasse para os escolares através do próprio alimento como meio pedagógico.

Pensando nisso, questionou-se as merendeiras quanto a sua influência no hábito alimentar das crianças e, tanto na primeira quanto na segunda avaliação, pode-se dizer que, na totalidade das respostas, a afirmativa foi positiva, ou seja, elas foram conscientes da sua responsabilidade na formação dos hábitos alimentares das crianças, da importância do preparo de refeições equilibradas, saudáveis e, ao mesmo tempo, em adequadas condições higiênico-sanitárias.

Apesar de bem estabelecidas às vantagens da educação nutricional para a promoção da saúde individual e coletiva, promover a adoção de hábitos alimentares saudáveis representa um grande desafio para as merendeiras. Sabe-se que aspectos da alimentação e da nutrição são difíceis de serem mudados, pois além de tentar mudar antigos padrões, estes são considerados como componentes da história individual, da família ou do grupo social. Por outro lado, a infância representa o período no qual estão sendo estabelecidas as bases para comportamentos, incluindo os relativos à alimentação. Intervir precocemente neste processo de formação por meio de ações educativas pode influir positivamente na formação de hábitos alimentares, contribuindo para o estabelecimento de comportamento alimentar saudável e, ainda, para uma atitude positiva diante da adoção do mesmo (DAVANÇO et al., 2004).

O último aspecto a ser aqui relatado é quanto à avaliação que as merendeiras fizeram da capacitação recebida, sendo que a partir de algumas falas percebeu-se que o objetivo do trabalho foi alcançado com grande êxito:

- “Excelente! Atividades criativas, e pessoas cheias de conhecimento que nos ajudam a entender melhor nosso trabalho” (L.M., 42 anos).

- “Achei super importante a troca de idéias, o aprendizado acredito que foi mútuo” (S.A., 38 anos)” .

- “Muito bom, diferente e prático ” (B.R., 47 anos).

- “Ótimo, muito criativo, nada cansativo, muito proveitoso ” (B.R., 47 anos).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Enfim, as merendeiras participaram ativamente da capacitação, demonstraram ter apreciado a metodologia e assimilado favoravelmente os conteúdos, segundo as avaliações, mas mesmo assim, são necessários treinamentos e capacitações contínuas. E, nessas atividades, a partir da experiência aqui praticada, o profissional que trabalha com merendeiras

e/ou manipuladores de alimentos deve usar uma linguagem compreensível, adequada à realidade e que tenha como ponto fundamental o indivíduo, para conhecer suas necessidades e relação com o trabalho. Essa linguagem possibilita ao profissional exercer uma prática educativa e realizar intervenções, sempre que se fizer necessário.

Ainda, destaca-se que um aspecto muito importante no treinamento é deixar o grupo participar e expressar suas próprias opiniões, pois todo o funcionário sente-se valorizado com isso. Assim, as dinâmicas de grupo, como forma de estimular a participação, podem ser úteis na valorização de comportamentos, facilitando também a síntese, reflexão e troca de experiências.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CALIL, Ricardo; AGUIAR, Jeanice. **Nutrição e administração nos serviços de alimentação escolar**. São Paulo: Marco Markovitch, 1999.

COSTA, Ester de Queirós; RIBEIRO, Victoria Maria Brant; RIBEIRO, Eliana Claudia de Otero. Programa de alimentação escolar: espaço de aprendizagem e produção de conhecimento. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 14, n. 3, p. 225-229, 2001.

COSTA, Ester de Queirós; LIMA, Eronides da Silva; RIBEIRO, Victória Maria Brant. O treinamento de merendeiras: análise do material instrucional do Instituto de Nutrição Annes Dias. **História, Ciências, Saúde – Manguinhos**, Rio de Janeiro, v. 9, n. 3, p. 535-560, 2002.

DAVANÇO, Giovana Mochi; TADDE, José Augusto de Aguiar Carrazedo; GANGLIANONE, Cristina Pereira. Conhecimentos, atitudes e práticas de professores de ciclo básico, expostos e não expostos a curso de educação nutricional. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 17, n. 2, p. 177-184, 2004.