

**EDUCAÇÃO AMBIENTAL E ALIMENTAR: DIAGNÓSTICO E  
CARACTERIZAÇÃO ALIMENTAR DAS CRIANÇAS DA ESCOLA RURAL  
E.M.E.I.E.F. IVAN INACIO DE OLIVEIRA ZURITA**

MAGRI, G.G.<sup>1</sup>  
SALGADO, G.C.<sup>2</sup>  
OLIVEIRA, J.L.E.A.<sup>3</sup>  
FIGUEIREDO, R.A.<sup>4</sup>

## **RESUMO**

O consumo de alimentos industrializados acarreta má alimentação e geração de resíduos, sendo um problema nutricional e ambiental, e a diversidade e o aumento da oferta destes alimentos influenciam os padrões alimentares da população. Mas estas mudanças não ocorrem apenas em centros urbanos, a dieta dos moradores e produtores rurais vem sofrendo grandes mudanças, que também influenciam a alimentação de suas crianças. Este projeto teve objetivo de diagnosticar e caracterizar a rotina alimentar das crianças moradoras dos assentamentos rurais de Araras/SP, sendo desenvolvido com alunos da 4 série da escola rural E.M.E.I.E.F. Ivan Inácio de Oliveira Zurita. O projeto teve quatro intervenções diretas com as crianças, oferecendo atividades como colagem, pintura e brincadeiras populares adaptadas, que possibilitaram o diagnóstico alimentar e a conclusão de que a alimentação rural vem sendo substituídos pela alimentação industrial, repleta de gorduras, açúcares e produtos artificiais, e que a rotina alimentar dos participantes não possui uma complementação nutricional, devido a falta de consumo de alimentos naturais ricos em vitaminas, proteínas e sais minerais, fortalecendo a hipótese de que a rotina alimentar urbana vem modificando a cultura alimentar das comunidades rurais. Foi constatado que a Educação ambiental popular pode trabalhar vários assuntos nos temas ambientais, como a alimentação, que é ligada aos problemas de degradação ambiental, pelas práticas agrícolas degradantes e do consumismo exacerbado, que atinge todas as comunidades e níveis econômicos.

---

<sup>1</sup> Bióloga e mestrande do Programa de Pós-Graduação em Agroecologia e Desenvolvimento Rural Universidade Federal de São Carlos - UFSCar / *Campus* de Araras, [geisy\\_bortolucci@hotmail.com](mailto:geisy_bortolucci@hotmail.com)

<sup>2</sup> Estudante de Agroecologia da Universidade Federal de São Carlos - UFSCar / *Campus* de Araras, [gabriela\\_bia@hotmail.com](mailto:gabriela_bia@hotmail.com)

<sup>3</sup> Estudante de Agronomia da Universidade Federal de São Carlos - UFSCar / *Campus* de Araras, [jemmylee\\_agro@hotmail.com](mailto:jemmylee_agro@hotmail.com)

<sup>4</sup> Professor do centro de ciências agrárias da Universidade Federal de São Carlos - UFSCar / *Campus* de Araras, [raf@cca.ufscar.br](mailto:raf@cca.ufscar.br)

**Palavras-chave:** dieta, comunidade rural; atividades educativas.

## **ABSTRACT**

The consumption of processed foods leads to poor nutrition and waste generation, and environmental and a nutritional problem, and the diversity and increasing the supply of these foods influence eating patterns of the population. But these changes do not occur only in urban centers, the diet of residents and farmers has been undergoing major changes, which also influence the feeding of their children. This project was aimed to diagnose and characterize the routine feeding of children living in rural settlements of Araras / SP, being developed with students from the fourth series of the rural school EMEIEF Inacio de Oliveira Ivan Zurita. The project had four direct interventions with children, offering activities such as collage, painting and adapted popular games, which enabled the diagnosis and the conclusion that food to rural food has been replaced by the food service industry, filled with fats, sugars and artificial products, and that the routine feeding of participants do not have a nutritional supplement, due to lack of consumption of foods rich in vitamins, proteins and minerals, supporting the hypothesis that the routine urban food has been changing the food culture of rural communities. It was noted that environmental education can work more popular subjects in environmental issues such as food, which is linked to problems of environmental degradation, agricultural practices degrading and conspicuous consumption, which affects all communities and economic levels.

**Keywords:** diet, rural community; educative activities.

## **INTRODUÇÃO**

O consumo de alimentos industrializados vem acarretando má alimentação, geração de resíduos e é a principal causa de problemas nutricionais e ambientais no mundo. Segundo dados da ABIA - Associação Brasileira das Indústrias da Alimentação (1997) e do Instituto de Pesquisa AC Nielsen (1997), a demanda de alimentos

industrializados no país aumentou consideravelmente após a abertura econômica. Os alimentos que apresentaram maior crescimento de vendas a partir de 1994 foram as preparações prontas para o consumo, as sopas desidratadas e o macarrão instantâneo, demonstrando uma forte tendência à escolha de produtos mais elaborados (AQUINO & PHILIPPI, 2002). Isso se deve também a entrada de mulheres no mercado de trabalho, que acabam tendo pouco tempo para preparar as refeições da família e acabam escolhendo produtos semi-prontos.

A cada dia que passa, a rotina alimentar das pessoas vem sofrendo alterações e estas acabam afetando indivíduos de todas as idades, principalmente as crianças, que crescem se alimentando erroneamente devido a influencia de seus pais e que, possivelmente, podem acabar desenvolvendo doenças relacionadas a má alimentação, como a diabetes, obesidade e transtornos alimentares. O pior é que muitos adultos se esquecem de que a alimentação da criança deve ser preparada com a presença de vários tipos de alimentos naturais que contenham todos os tipos de vitaminas, minerais, fibras e proteínas de que elas necessitam.

Atualmente, os indivíduos vêm perdendo a cultura de preparar e de cultivar seus alimentos de forma natural, devido a grande correria que vem sendo enfrentada no dia a dia dos centros urbanos (GARCIA, 1997).

A rotina alimentar dos centros urbanos atualmente, é adaptada para refeições rápidas e de fácil preparo, sem conservar os valores nutricionais dos alimentos, pois em sua maioria são alimentos industrializados, com altos valores de gorduras e conservantes, podendo levar riscos à saúde dos indivíduos.

Segundo Aquino & Philippi (2002), o poder aquisitivo das famílias está fortemente relacionado com as práticas de alimentação, importantes determinantes das condições de saúde na infância, as quais dependem da disponibilidade, quantidade e a qualidade dos alimentos consumidos. Quanto maior a renda das famílias maior será a procura por alimentos industrializados. Sendo assim, há uma diminuição de matéria orgânica nos lixões como foi citado no trabalho de Motta & Sayago (2009). Segundo o IPT/Cempre, os lixões de São Paulo diminuiram em 29% a quantidade de matéria orgânica do ano de 1965 a 1990.

A diversidade e o aumento da oferta de alimentos industrializados podem influenciar os padrões alimentares da população, principalmente a população infantil, que a partir desta fase já se caracteriza por um estabelecimento de hábitos. O consumo inadequado, em excesso e muito freqüente destes alimentos, pode comprometer a saúde

nesta fase e na idade adulta (AQUINO & PHILIPPI, 2002). Isto ocorre devido os alimentos processados apresentarem um alto teor de conservantes, como o sódio, e possuírem alto valor energético, como gorduras e açúcares.

A alimentação infantil está se transformando cada vez mais, passando de uma alimentação saudável para uma alimentação repleta de gorduras e açúcares, presentes principalmente em lanches, doces e refrigerantes, que acabam causando danos a saúde da criança, como a diabete e a obesidade.

Mas, esta mudança de cardápio não vem ocorrendo apenas em centros urbanos; a dieta dos moradores e produtores rurais vem sofrendo grandes mudanças, de acordo com a classe econômica e a cultura alimentar. A correria de produção dos trabalhadores para suprirem a demanda de mercado que vem aumentando, faz com que a alimentação dos moradores dos centros rurais, que era energeticamente mais equilibrada e natural, sofra modificações que ocorrem tanto no preparo, cultivo e no ato de comer (SILVA, 2008). Devido a grande necessidade de aumentar sua renda, os agricultores estão cada vez produzindo para comercializar, sendo que sua alimentação acaba sendo complementada por produtos, na maioria das vezes, industrializados e de fácil preparo. Observa-se, portanto, a modificação de uma alimentação que era rica em vitaminas naturais para uma alimentação rica em gorduras e açúcares, desencadeando vários problemas de saúde. E, este tipo de mudança alimentar acaba influenciando na alimentação das crianças das comunidades rurais.

O que acaba preocupando ainda mais, é que não é apenas a alimentação dos adultos que vem sofrendo uma drástica mudança, as crianças já estão sob a influência desta rotina alimentar que é enfrentada hoje pelos centros urbanos e rurais, que é notada no alto índice de crianças com transtornos alimentares, diabetes, e principalmente a obesidade, que são causados pela alimentação errada dos alimentos.

Essa é a preocupação que orienta nosso projeto. O tema foi abordado através de um diagnóstico e de uma caracterização, a fim de melhor compreender esta mudança alimentar e seus prejuízos ao meio ambiente devido o consumismo, desencadeado por esta tendência de alimentação rápida e supercalórica.

Este projeto foi desenvolvido através de atividades com crianças da 4º série da escola rural E.M.E.I.E.F. Ivan Inacio de Oliveira Zurita, município de Araras (SP), dentro de um contexto escolar, onde foi abordados assuntos nutricionais, gastronômicos e ambientais.

Nossos valores são evitar que as mudanças nos padrões dietéticos não propiciem o aparecimento de hábitos alimentares incorretos e a preservação do meio ambiente através da diminuição do consumismo, independentemente do estrato socioeconômico da família e valorizando os produtos caseiros e a área em que moram.

## **OBJETIVOS**

O objetivo geral deste projeto foi diagnosticar e caracterizar a rotina alimentar das crianças que estudam em uma escola rural, através de atividades escolares, para analisar a mudança da rotina alimentar dos moradores rurais.

Os objetivos específicos deste projeto foram:

- diagnosticar que tipo de alimento existe na casa das crianças, cultivado e comprado;
- diagnosticar quais alimentos faz parte da alimentação das crianças participantes;
- avaliar conhecimentos de grupos de alimentos, carboidratos, gorduras, óleos, açúcares, leite e derivados, hortaliças, frutas, legumes e carnes;
- trabalhar conceituação de alimentação natural e industrializada; e
- caracterizar a alimentação das crianças participantes, através das atividades citadas acima.

## **MATERIAIS E MÉTODOS**

Este projeto foi desenvolvido na E.M.E.I.E.F. Ivan Inácio de Oliveira Zurita, conhecida como “Escola Rural”, presente em Araras, estado de São Paulo. A escola atende cerca de 300 crianças, do maternal ao 9º ano da educação básica, provenientes de vários bairros rurais e assentamentos da região, atendendo famílias de moradores de chácaras, sítiantes e trabalhadores de fazendas. As crianças permanecem na escola por todo o dia, participando de aulas regulares em um dos períodos (manhã ou tarde) e de oficinas no outro período. A Prefeitura Municipal de Araras e o Centro de Ciências Agrárias (CCA/UFSCar) assinaram em 2009 um convênio de cooperação, no qual está indicada a atuação do CCA na Escola Rural.

O desenvolvimento deste projeto foi dividido em etapas, desenvolvidas semanalmente:

- primeira semana: discussão e formulação do projeto;

- segunda semana: visita à escola E.M.E.I.E.F. Ivan Inácio de Oliveira Zurita, para acertar o desenvolvimento do projeto com a diretoria da escola;
- terceira semana: envio da documentação do projeto a Secretaria Municipal de Educação para sua autorização;
- quarta semana: visita de apresentação, dinâmica de apresentação, pintura e posicionamento das caixas para coleta de resíduos e confecção do painel de diagnóstico alimentar das famílias das crianças participantes;
- quinta semana: aplicação da atividade de diagnóstico de rotina alimentar individual e diálogo sobre a importância de se alimentar bem e de comer alimentos saudáveis e naturais;
- sexta semana: aplicação de atividades físicas com brincadeiras populares adaptadas com os alimentos, para analisar o conhecimento das crianças sobre a pirâmides e os grupos alimentares;
- sétima semana: aplicação de atividade de avaliação dos grupos alimentares com jogo da velha com grupos alimentares, atividade gastronômica com distribuição para as(os) estudantes de suco de laranja e salada de frutas naturais e avaliação final de fixação de conhecimentos e de eficiência do diagnóstico e caracterização da rotina alimentar das crianças participantes; e
- oitava semana: finalização do diagnóstico e da caracterização da rotina alimentar avaliada das crianças participantes e preparo do resumo para entrega da avaliação e finalização do projeto.

Os materiais utilizados no desenvolvimento deste projeto foram papel sulfite, caixa de papelão, papel pardo, guache, tesoura, cola, jornais de propaganda de supermercados, papelão, canetas hidrocores, lápis e caneta, suco natural de laranja e frutas variadas da época.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Através das atividades aplicadas, foi possível diagnosticar que cada vez mais a alimentação da população rural vem sendo substituída pela alimentação industrial de fácil preparo, tornando uma alimentação que era saudável em uma alimentação

conturbada, cheia de gorduras, açúcares e produtos enlatados e artificiais, que possivelmente acarretam problemas de saúde.

Através das atividades aplicadas, foi possível diagnosticar a rotina alimentar das crianças participantes, que se caracteriza por uma alimentação sem complementações nutricionais, devido a falta de consumo constante de legumes, hortaliças, frutas, entre outros alimentos naturais que são ricos em vitaminas, afirmando ainda mais a hipótese de que a rotina urbana de alimentação vem invadindo a cultura alimentar dos centros rurais.

Após a aplicação, desenvolvimento e avaliação deste projeto conclui-se que a alimentação natural, levada a nível geral dos moradores rurais, deve ser incentivada através da implantação de vários projeto de cunho alimentar e nutricional, para que a saúde das crianças seja reintegrada combatendo vários problemas alimentares.

Enfim, com a implantação e avaliação deste projeto, vê-se que a educação ambiental popular pode trabalhar vários assuntos e não somente a educação do meio ambiente, pois a alimentação esta intimamente ligada aos problemas de degradação ambiental, através de práticas agrícolas insustentáveis e do consumismo, que atinge todas as comunidades e níveis econômicos.

## **REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

AQUINO, R. C; PHILIPPI, S. T. **Consumo infantil de alimentos industrializados e renda familiar na cidade de São Paulo.** 2002. Disponível em [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-89102002000700001&lng=pt&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89102002000700001&lng=pt&nrm=iso). Acesso em 09 set. 2009.

ABIA - Associação Brasileira das Indústrias da Alimentação. **Consumo de alimentos em novo patamar.** São Paulo; 1997. (ABIA Informa, 272).

GARCIA, R. W. D. **Práticas e comportamentos alimentar no meio urbano: um estudo no centro da cidade de São Paulo.** CAD Saúde Pública: Rio de Janeiro, 1997.

INSTITUTO DE PESQUISA AC NIELSEN. **Tendências 97.** São Paulo; 1997.

MOTTA, R. S; SAYAGO, D. E. **Propostas de instrumentos econômicos ambientais para a redução do lixo urbano e o reaproveitamento de sucatas no Brasil.** Disponível em: [http://getinternet.ipea.gov.br/pub/td/1998/td\\_0608.pdf](http://getinternet.ipea.gov.br/pub/td/1998/td_0608.pdf). Acesso em: 09 set. 2009.

SILVA, C.A. **Transformação na provisão alimentar no espaço rural.** Universidade Federal de Santa Catarina: Santa Catarina, 2008.