

ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NA ESCOLA; UMA REVISÃO DE LITERATURA.

Marina Maria Alves Dantas ¹
Júlia Eduarda de Oliveira Tomaz ²
Jessica Girlaine Guimarães Leal ³
Artur Maciel de Oliveira Neto ⁴

RESUMO

Alimentação saudável na vida de uma criança é de muita importância para o desenvolvimento do seu corpo como também está diretamente ligada ao desenvolvimento de cérebro, é certo que na realidade de muitos pais ainda faltam informações e por falta dessa assistência vejo a importância de que na escola tenham mais acesso e que estejam mais presentes fazendo palestras e também na sala de aula ensinando as crianças de forma lúdica sobre os alimentos, Ensinando os diversos tipos alimentos que são e os que não são tão necessários para nosso corpo humano. A escola como espaço formativo de hábitos e costumes, oferta serviços básicos, principalmente se tratando das instituições públicas. As escolas públicas, por exemplo, ofertam o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), o programa visa o repasse de recursos financeiros para atender as necessidades alimentares das escolas, o PNAE tem o objetivo de contribuir para o desenvolvimento, e rendimento escolar e também contribui diretamente na formação de hábitos alimentares saudáveis dos alunos através de ações nutricionais na oferta de refeições cuja necessidades nutricionais dos estudantes durante o ciclo letivo das escolas. O público infantil é facilmente persuadido por alimentos pouco nutritivos, pois além de não terem uma total capacidade de discernir a realidade da fantasia se tornam mais suscetíveis a influência de comerciais de produtos ultraprocessados, nisto objetivo de estudo foi realizada uma pesquisa bibliográfica com materiais já elaborados e publicados um levantamento sobre essa temática, constamos a escola como um espaço ideal para a formação de hábitos saudáveis.

Palavras-chave: Alimentação Saudável, Doenças, Contexto Escolar.

¹Graduando do Curso de Letras Libras da Universidade Federal Rural do Semi-Árido – UFERSA marina-apodi@hotmail.com;

² Graduado pelo Curso de Letras Libras da Universidade Federal Rural do Semi-Árido - UFERSA, juliaatomaz@gmail.com;

³ Mestre em Ciências da Linguagem pela Universidade do Estado do Rio Grande do Norte, Professora na Universidade Federal Rural do Semi-Árido- UFERSA, jessicaleal@ufersa.edu.com;

⁴ Professor Orientador: Mestre em Educação Inclusiva, pela Universidade Paulista- SP, oliveira.neto@unesp.br.

Segundo Monteiro et al. (2018), a escola é um ambiente propício para a promoção de hábitos alimentares saudáveis. Além disso, a escola pode ter um papel importante na prevenção da obesidade infantil, uma vez que as crianças passam boa parte do tempo na escola e consomem a maior parte das suas refeições nesse ambiente. Já a importância de uma alimentação saudável para a saúde é destacada por autores como Slater et al. (2015), que afirmam que a alimentação saudável é fundamental para a prevenção de doenças crônicas.

No entanto, apesar da importância da alimentação saudável, sabe-se que nem sempre é fácil promover esse hábito entre os jovens. Costa et al. (2013), a alimentação saudável tem sido alvo de pouca atenção nas escolas brasileiras, o que pode levar a hábitos alimentares inadequados e, conseqüentemente, a problemas de saúde. Por isso, é importante que sejam desenvolvidas estratégias eficazes para a promoção da alimentação saudável na escola.

A participação da família é outro tema importante na promoção da alimentação saudável nas escolas. Segundo Silva e colaboradores (2018), dado que as famílias têm um impacto significativo nos hábitos alimentares das crianças, o envolvimento dos pais e cuidadores nas escolas pode ser benéfico na promoção de hábitos alimentares saudáveis entre os estudantes.

De acordo com Bezerra et al. (2017) a escola é um ambiente propício para a promoção da alimentação saudável, uma vez que é um local onde os alunos passam grande parte do tempo e consomem boa parte de suas refeições. Além disso, segundo Stevens et al. (2016), a escola pode desempenhar um papel importante na redução do consumo de alimentos não saudáveis, por meio da oferta de opções alimentares mais saudáveis e da educação nutricional.

Martinelli e Cavalli (2017) em seu artigo "Alimentação saudável e sustentável: uma revisão narrativa sobre desafios e perspectivas", o processamento de alimentos refere-se aos métodos empregados pelos fabricantes para transformar produtos primários. Esse processo pode ter benefícios, como aumentar a variedade de alimentos consumidos, possibilitar a preservação, o armazenamento prolongado, a segurança, a palatabilidade e a conveniência.

Outro ponto destacado pelos autores é que o processamento excessivo também não é sustentável do ponto de vista social, uma vez que geralmente é realizado por grandes indústrias em detrimento dos pequenos produtores locais. Isso resulta na comercialização desses alimentos a preços reduzidos, amplamente consumidos pela população.

Martinelli e Cavalli (2017) sugerem que, além de a população evitar esses produtos, é necessária a implementação de políticas públicas que incentivem e facilitem escolhas alimentares saudáveis, uma vez que mudanças estruturais no sistema agroalimentar não

ocorrerão apenas por iniciativas do setor produtivo. Políticas alimentares que promovam uma alimentação equilibrada têm o potencial de contribuir para o desenvolvimento sustentável, mas são necessárias regulamentações para o processamento, rotulagem e publicidade, bem como fiscalização para garantir o cumprimento das obrigações. No entanto, as negociações entre a indústria de alimentos e o Estado podem criar tensões, dificultando o fornecimento de alimentos saudáveis e sustentáveis à população.

Diante de tudo isso, o objetivo deste artigo é realizar uma revisão de literatura sobre a alimentação saudável na escola, abordando os principais desafios e as estratégias mais eficazes para a promoção de hábitos alimentares saudáveis entre os alunos.

REFERENCIAL TEÓRICO

O referencial deste artigo se baseia em uma revisão da literatura científica que aborda a relevância da alimentação saudável na escola. Este tema tem sido amplamente explorado na literatura acadêmica, com diversos autores enfatizando sua importância como uma estratégia de prevenção de doenças crônicas não transmissíveis e promoção da saúde entre os alunos.

Um dos principais desafios identificados na promoção da alimentação saudável na escola diz respeito à oferta de refeições saudáveis e nutritivas. Conforme ressaltado por Bezerra et al. (2017), a escassez de recursos financeiros e humanos emerge como um obstáculo significativo para a disponibilização de refeições saudáveis nas escolas. Adicionalmente, a oferta de alimentos saudáveis muitas vezes é limitada pela falta de conhecimento sobre nutrição por parte dos profissionais envolvidos na preparação das refeições escolares.

Apesar desses desafios, há evidências na literatura de que várias estratégias têm se mostrado eficazes na promoção da alimentação saudável nas escolas. Um exemplo é destacado por Silva et al. (2018), que enfatizam a relevância da participação ativa dos pais e responsáveis na escola como um fator crucial para a promoção de hábitos alimentares saudáveis entre os alunos. Além disso, os autores enfatizam a importância da implementação de programas de educação nutricional que envolvam ativamente os pais e responsáveis.

Outra estratégia eficaz ressaltada na literatura é a oferta de opções alimentares mais saudáveis e nutritivas nas escolas. Conforme apontado por Stevens et al. (2016), as instituições escolares têm a capacidade de desempenhar um papel relevante na redução do consumo de alimentos não saudáveis, através da disponibilização de alternativas alimentares mais saudáveis

e da promoção da educação nutricional. Especificamente, a inclusão de frutas, legumes e verduras nas refeições escolares é enfatizada, ao passo que a oferta de alimentos ricos em açúcares e gorduras é desencorajada.

Além dessas estratégias, a literatura científica ressalta a importância da formação de parcerias colaborativas entre escolas, famílias e comunidades locais na promoção da alimentação saudável no ambiente escolar. De acordo com Bezerra et al. (2017), a formação de parcerias pode desempenhar um papel fundamental na promoção de hábitos alimentares saudáveis entre os alunos, pois permite a participação de diversos atores sociais na discussão e implementação de políticas que visam promover uma alimentação saudável na escola.

Com base nessas evidências, torna-se notório a importância de políticas públicas que incentivem a oferta de refeições saudáveis nas escolas, bem como a realização de ações de educação nutricional com a participação ativa da família e de todos os membros da comunidade escolar. Essas abordagens são fundamentais para a prevenção de doenças e a promoção da saúde entre os alunos, contribuindo assim para um ambiente escolar mais saudável e sustentável.

METODOLOGIA

Este estudo é uma revisão de literatura, uma abordagem que busca compilar e analisar informações relevantes sobre a promoção da alimentação saudável nas escolas a partir de uma variedade de fontes acadêmicas, artigos científicos, relatórios de pesquisa, diretrizes governamentais e outras fontes de literatura científica. A metodologia adotada nesta revisão de literatura foi cuidadosamente planejada em várias etapas.

A pesquisa foi iniciada por meio de uma busca em bases de dados acadêmicas relevantes, incluindo SCielo e Google Scholar. Termos de pesquisa abrangentes foram identificados e utilizados, tais como "alimentação saudável na escola", "promoção da alimentação saudável", "educação nutricional", entre outros. Esses termos foram combinados de maneira estratégica para abranger amplamente o campo de estudo.

Para garantir a qualidade e relevância das fontes selecionadas, foram estabelecidos critérios rigorosos de inclusão. Os artigos e fontes considerados foram: Artigos publicados em revistas acadêmicas revisadas por pares, garantindo a confiabilidade e validação do conteúdo. Artigos escritos em inglês ou português, idiomas predominantes na literatura científica. Artigos diretamente relacionados à promoção da alimentação saudável nas escolas, abordando estratégias, desafios, impactos e políticas.

Os dados coletados foram então submetidos a uma síntese organizada de acordo com os temas emergentes e relevantes. Essa abordagem permitiu uma análise sistemática das informações, possibilitando a identificação de tendências, padrões e lacunas na literatura. Os dados foram organizados de forma clara e lógica para facilitar a análise crítica subsequente.

É crucial mencionar que esta revisão de literatura enfrenta algumas limitações inerentes ao processo. A qualidade da revisão depende da disponibilidade de fontes de alta qualidade e da exclusão de artigos em idiomas diferentes do inglês e do português. Além disso, a análise dos dados está sujeita à interpretação dos autores, o que pode influenciar os resultados.

ALIMENTAÇÃO NO AMBIENTE ESCOLAR

No artigo "A escola como promotora da alimentação saudável" de Elizabeth Accioly (2009), a autora explora a relação entre a escola e a promoção da alimentação saudável, enfatizando a importância desse ambiente como espaço de convivência e integração social para as crianças. Além disso, ela destaca o papel crucial da merenda escolar como um componente vital na promoção de escolhas alimentares mais saudáveis e sustentáveis.

A autora também aborda a evolução do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), desde seus primórdios em 1955 até os dias atuais, destacando sua relevância como uma das maiores políticas públicas relacionadas à alimentação escolar no mundo. Ela ressalta que o PNAE não apenas tem um caráter assistencial, mas também é uma iniciativa de educação alimentar que envolve diversos atores da comunidade escolar, incluindo alunos, merendeiras, professores, gestores e famílias.

No entanto, a autora reconhece desafios no ambiente escolar, como a presença de cantinas e vendedores ambulantes que oferecem alimentos com baixo valor nutricional, muitas vezes ricos em energia, gorduras, açúcares e sal. Ela menciona iniciativas, como a Portaria 02/2004 no Rio de Janeiro, que buscavam coibir a comercialização de alimentos não saudáveis nas escolas, inspirando outras ações de promoção da alimentação saudável.

A partir disso, fica evidente que a escola é um espaço de convivência e troca de vivências. A experiência alimentar na escola pode ser levada ao núcleo familiar e, nesse aspecto, destaca-se o papel da merenda escolar. Uma escola promotora de saúde estimula, através do programa de alimentação escolar, boas práticas de alimentação e estimula na comunidade a busca por escolhas alimentares mais saudáveis e sustentáveis. O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), implantado em 1955 durante a era Vargas, é gerenciado pelo Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE) e é considerado

um dos maiores programas na área de alimentação escolar no mundo, sendo o único com atendimento universalizado.

A alimentação é um ato não somente fisiológico, mas também de integração social, e, portanto, é fortemente influenciada pelas experiências a que são submetidos as crianças e os exemplos em seu círculo de convivência. Considerando a escola como espaço de convivência e de troca de vivências, a experiência alimentar na escola pode ser levada ao núcleo familiar e, nesse aspecto, destaca-se o papel da merenda escolar.

Ainda de acordo com Accioly, a merenda escolar é uma iniciativa de educação alimentar que envolve vários atores da comunidade escolar, desde o sujeito principal - a criança - até merendeiras, professores, gestores e família. Além do caráter assistencial, o PNAE é um programa de educação alimentar e nutricional que objetiva garantir o fornecimento de parte das necessidades nutricionais diárias do escolar, obedecendo aos princípios da boa alimentação.

Entretanto, é importante destacar que apesar das ideias discutidas à luz do artigo da autora, ainda há desafios a serem enfrentados na implementação do programa de alimentação escolar e na promoção da alimentação saudável na escola. É importante considerar que a qualidade da merenda escolar pode variar de acordo com a região e a gestão da escola. Além disso, a influência de fatores econômicos e culturais no consumo alimentar pode ser um obstáculo para a promoção da alimentação saudável na escola. Portanto, é necessário abordar esses desafios e discutir estratégias para superá-los.

DESAFIOS NA IMPLEMENTAÇÃO DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NAS ESCOLAS

No artigo "Programa Saúde na Escola: desafios e possibilidades para promover saúde na perspectiva da alimentação saudável" de Marcia DallaCosta, Rosa Maria Rodrigues, Gabriel Schütz e Solange Conterno (2022), o foco recai sobre o crescente problema de excesso de peso e obesidade, especialmente entre crianças e adolescentes no Brasil e em todo o mundo. Isso serve como pano de fundo para a discussão das políticas públicas de promoção da saúde, em particular, aquelas relacionadas à alimentação saudável nas escolas.

Os autores destacam as mudanças nos padrões de consumo alimentar nas últimas décadas, com o aumento do consumo de alimentos ultraprocessados, que estão associados a diversas doenças crônicas não transmissíveis. Ele ressalta a necessidade de políticas governamentais que priorizem a saúde da população, promovendo hábitos alimentares

saudáveis e respeitando o direito à alimentação como garantido pela Constituição Federal Brasileira.

O Programa Saúde na Escola (PSE) é apresentado como uma estratégia intersetorial e interdisciplinar para abordar questões de saúde em crianças e adolescentes, com foco na atenção integral à saúde. É enfatizado a importância da Promoção da Alimentação Saudável (PAS) como parte do PSE, seguindo as diretrizes do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) e promovendo a Educação Alimentar e Nutricional (EAN).

A promoção da alimentação saudável nas escolas é destacada como uma estratégia fundamental para abordar esse problema. O PSE é apresentado como uma oportunidade para desenvolver ações de promoção da saúde nas escolas, incluindo a PAS e a EAN, e a legislação relacionada a isso é mencionada como um marco importante.

Em suma, o artigo de Marcia DallaCosta e colaboradores destaca a importância da promoção da alimentação saudável e da saúde para combater as doenças crônicas não transmissíveis, especialmente o excesso de peso em crianças e adolescentes. O estudo também destaca a relevância do PSE e da PAS como estratégias interdisciplinares e intersetoriais para promover atenção integral à saúde para escolares da rede pública de ensino. No entanto, é fundamental reconhecer os desafios na implementação de políticas públicas e na promoção da alimentação saudável, especialmente no que se refere à qualidade da merenda escolar e à influência de fatores econômicos e culturais no consumo alimentar.

É crucial reconhecer que a nutrição adequada na infância desempenha um papel fundamental no crescimento e desenvolvimento infantil, influenciando a formação de hábitos alimentares saudáveis que podem perdurar ao longo da vida (Henriques et al., 2022). No entanto, vários fatores condicionantes relacionados ao ambiente físico e social impactam nas escolhas alimentares das crianças, o que pode ter consequências significativas para a saúde (Henriques et al., 2022).

O ambiente alimentar, definido como o espaço onde as pessoas fazem suas escolhas alimentares, incluindo escolas, bairros e áreas adjacentes, exerce uma influência substancial nas decisões de consumo (Henriques et al., 2022). No contexto escolar, as crianças passam grande parte de seu tempo, tornando esse ambiente um local privilegiado para promover práticas alimentares saudáveis (Henriques et al., 2022).

Tanto escolas públicas quanto privadas têm um papel significativo nesse cenário. No Brasil, a alimentação nas escolas públicas é regulamentada pelo Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), que visa garantir refeições saudáveis e diretrizes para a Educação Alimentar e Nutricional (EAN) (Henriques et al., 2022). Além disso, existem dispositivos legais

que buscam promover a alimentação saudável nas escolas, incluindo a regulação da venda de alimentos nas cantinas escolares (Henriques et al., 2022).

Portanto, os desafios na implementação da alimentação saudável nas escolas, sejam elas públicas ou privadas, incluem a necessidade de abordar o ambiente alimentar como um todo, abrangendo não apenas a oferta de refeições escolares, mas também o entorno das escolas, onde muitas vezes prevalecem alimentos não saudáveis. É essencial promover uma abordagem integrada que envolva não apenas as escolas, mas também a comunidade, as autoridades regulatórias e a indústria alimentícia para criar um ambiente favorável à alimentação saudável (Henriques et al., 2022).

ESTRATÉGIAS PARA A PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NAS ESCOLAS

O desafio de promover a alimentação saudável nas escolas é complexo e multifacetado. Diversos são os fatores que contribuem para o consumo de alimentos não saudáveis, como a disponibilidade inadequada, a falta de educação nutricional e a influência da publicidade e marketing de alimentos não saudáveis. Melhorar a saúde e o bem-estar das crianças é uma responsabilidade emergencial e diversas estratégias podem ser utilizadas para incentivar a alimentação saudável nas escolas.

A regulamentação da oferta de alimentos nas escolas é uma estratégia crucial. Já discutimos acima em reflexões de outros autores sobre o assunto, que o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) é um exemplo de política pública que regula a disponibilidade de alimentos nas escolas com o objetivo de garantir uma alimentação saudável e adequada aos alunos. Além disso, regulamentar a promoção de alimentos não saudáveis pode ajudar a reduzir a exposição das crianças a alimentos não saudáveis e encorajar escolhas alimentares mais saudáveis.

Alguns autores que defendem essas estratégias incluem Drehmer et al. (2019), que destacam a importância da educação alimentar como uma estratégia para promover a alimentação saudável nas escolas, e Barroso et al. (2017), que enfatizam a importância da regulamentação da oferta de alimentos nas escolas como uma política pública para promover a alimentação saudável.

Além disso, uma estratégia que pode ser eficaz é a promoção de ambientes alimentares saudáveis nas escolas. Isso pode incluir a disponibilidade de alimentos saudáveis nas cantinas escolares, a criação de hortas escolares para promover o consumo de alimentos frescos e a

organização de atividades e eventos que promovam a alimentação saudável. Autores como Minatto et al. (2018) defendem a promoção de ambientes alimentares saudáveis nas escolas como uma estratégia para melhorar a qualidade da alimentação escolar e promover escolhas alimentares saudáveis.

Outras estratégias que podem ser elaboradas é a participação da comunidade escolar no processo de promoção da alimentação saudável. Autores como Alves et al. (2018) destacam a importância da mobilização da comunidade escolar, incluindo pais, professores, merendeiras e alunos, para a promoção da alimentação saudável. Essa participação pode ser incentivada através de atividades educativas, como oficinas de culinária saudável e palestras sobre alimentação saudável.

Uma outra alternativa de prevenção desses riscos é a de oferta de alimentos orgânicos e de origem local na alimentação escolar. Autores como Rezende et al. (2018) defendem a importância da produção e consumo de alimentos orgânicos e de origem local para a promoção da alimentação saudável e a proteção do meio ambiente. Essa estratégia pode ser implementada através da inclusão de alimentos orgânicos e de origem local na merenda escolar e da criação de hortas escolares.

Além disso, a implementação de políticas públicas mais abrangentes pode ser uma estratégia para a promoção da alimentação saudável na escola. Autores como Bandoni et al. (2015) destacam a importância da regulamentação da publicidade de alimentos não saudáveis e da promoção de políticas públicas que incentivem a produção e consumo de alimentos saudáveis. Essas políticas podem incluir incentivos fiscais para a produção de alimentos orgânicos e a criação de programas de educação alimentar e nutricional.

A promoção da alimentação saudável nas escolas é uma questão desafiadora e inclui diversos fatores. Mas há uma série de estratégias que podem ser postas em prática para elevar o padrão da alimentação escolar e incentivar escolhas alimentares saudáveis. A participação da comunidade escolar, o fornecimento de alimentos cultivados localmente e a implementação de políticas públicas mais abrangentes são algumas das estratégias que podem ser eficazes na promoção da alimentação saudável nas escolas.

Portanto, incentivar a alimentação saudável nas escolas é uma tarefa difícil, mas existem diversas estratégias que podem ser utilizadas para melhorar a qualidade da alimentação escolar e incentivar escolhas alimentares saudáveis. Algumas das estratégias que podem ser eficazes na promoção da alimentação saudável nas escolas incluem regular a disponibilidade de alimentos, promover a educação nutricional e criar ambientes propícios à boa alimentação.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

A alimentação saudável no ambiente escolar é uma questão de suma importância para a promoção da saúde e prevenção de doenças, especialmente entre crianças e adolescentes. Neste estudo, exploramos diversas fontes de literatura científica para compreender os desafios e estratégias relacionados à promoção da alimentação saudável nas escolas, tanto públicas quanto privadas.

Os resultados destacam que o ambiente escolar desempenha um papel crucial na formação dos hábitos alimentares das crianças e adolescentes. Tanto as escolas públicas quanto as privadas representam locais onde os estudantes passam boa parte do seu tempo e estão expostos a influências que podem moldar suas escolhas alimentares. Este achado ressalta a necessidade de abordar a alimentação saudável de forma abrangente, considerando não apenas a oferta de refeições escolares, mas também o ambiente ao redor das escolas.

Os dados também destacam os desafios enfrentados na implementação da alimentação saudável nas escolas, independentemente de serem públicas ou privadas. Um desafio significativo é a influência do ambiente ao redor das escolas, onde frequentemente são comercializados alimentos ultraprocessados e não saudáveis. A falta de regulamentação e fiscalização eficazes contribui para essa situação. Além disso, a presença de alimentos não saudáveis nas cantinas escolares, mesmo em escolas que aderiram a programas de alimentação saudável, representa um obstáculo importante.

Finalmente, os resultados ressaltam a necessidade de uma abordagem intersetorial na promoção da alimentação saudável nas escolas. Isso implica a colaboração entre diferentes atores, incluindo escolas, comunidade, autoridades regulatórias e a indústria alimentícia. Somente através de esforços coordenados e políticas eficazes será possível criar um ambiente favorável à alimentação saudável nas escolas.

Este estudo reconhece que a promoção da alimentação saudável nas escolas é um desafio complexo e multifacetado. As estratégias bem-sucedidas devem ser adaptadas às realidades específicas de cada escola e comunidade. Além disso, é essencial avaliar continuamente o impacto das políticas e programas implementados, a fim de ajustá-los conforme necessário.

Sendo assim, a promoção da alimentação saudável nas escolas é uma questão crítica de saúde pública que exige ação imediata e coordenação entre diversos setores. Através da implementação eficaz de políticas, regulamentações e programas de EAN, podemos contribuir significativamente para a promoção da saúde e o bem-estar das gerações futuras.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O ambiente escolar desempenha um papel preponderante na formação dos hábitos alimentares das crianças e adolescentes. Escolas, tanto públicas quanto privadas, representam locais significativos onde os estudantes são expostos a influências que moldam suas escolhas alimentares.

As políticas públicas, com destaque para o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), desempenham um papel crucial na promoção da alimentação saudável nas escolas. No entanto, persistem desafios na efetiva implementação dessas políticas, incluindo a regulamentação da venda de alimentos nas cantinas escolares.

Um dos principais desafios que persiste é a influência do ambiente circundante das escolas, onde alimentos não saudáveis são amplamente comercializados. A presença desses alimentos nas cantinas escolares, mesmo em escolas que adotam programas de alimentação saudável, continua sendo uma barreira significativa.

A EAN surge como uma estratégia crítica para enfrentar os desafios na promoção da alimentação saudável nas escolas. Ela não apenas fornece conhecimentos sobre nutrição, mas também desenvolve habilidades que capacitam os estudantes a fazer escolhas alimentares saudáveis ao longo de suas vidas.

Em um cenário onde o excesso de peso e a obesidade entre crianças e adolescentes são preocupantes, a promoção da alimentação saudável nas escolas se apresenta como uma prioridade incontestável. Através da implementação de políticas robustas, regulamentações eficazes, programas de EAN abrangentes e parcerias intersetoriais, podemos contribuir significativamente para a promoção da saúde e o bem-estar das gerações futuras. Ações imediatas são cruciais para garantir que nossas escolas se tornem ambientes onde escolhas alimentares saudáveis sejam a norma, preparando as crianças e adolescentes para vidas mais saudáveis e produtivas.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ACCIOLY, E. (2009). A escola como promotora da alimentação saudável. *Ciência em Tela*, 2(2). Instituto de Nutrição Josué de Castro - UFRJ. Disponível em: <http://www.cienciaemtela.nutes.ufrj.br/artigos/0209accioly.pdf>. Acesso em 2 de setembro de 2023.

ALVES, L. A. L., et al. A participação da comunidade escolar na promoção da alimentação saudável: revisão integrativa. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 23, n. 3, p. 919-928, 2018.

BALDONI et al. (2015). Alimentação do Trabalhador: uma avaliação em indústrias no nordeste do Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva*, 20(5), 2951-2958. DOI: 10.1590/1413-81232020205.29512018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/wHPNhwxCwRq64KZXwg5qnyc/?format=pdf>. Acesso em: 2 de setembro de 2023.

BARROSO, G. T., et al. A regulamentação da oferta de alimentos nas escolas como política pública para a promoção da alimentação saudável: uma revisão integrativa. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 22, n. 10, p. 3281-3292, 2017.

BEZERRA, J. et al. Alimentação escolar: desafios para a promoção da alimentação saudável e a prevenção da obesidade infantil. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 33, n. 10, p. e00114816, 2017.

COSTA, B. G. M. et al. Alimentação saudável na escola: uma revisão integrativa. *Revista Paulista de Pediatria*, v. 31, n. 2, p. 259-266, 2013.

DALLACOSTA, Marcia et al. Programa Saúde na Escola: desafios e possibilidades para promover saúde na perspectiva da alimentação saudável. *Saúde Debate*, v. 46, n. spe3, p. 244-260, 2022. DOI: 10.1590/0103-11042022E318. Disponível em: <https://scielosp.org/pdf/sdeb/2022.v46nspe3/244-260/pt>. Acesso em: 2 set. 2023.

DREHMER, Luciana, et al. Educação alimentar e nutricional: uma estratégia para promoção da alimentação saudável nas escolas. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 24, n. 1, p. 155-164, 2019.

HENRIQUES, Patrícia et al. Ambiente alimentar do entorno de escolas públicas e privadas: oportunidade ou desafio para alimentação saudável? *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 26, n. 8, p. 3135-3145, 2021. Disponível em: <https://scielosp.org/pdf/csc/2021.v26n8/3135-3145/pt>. Acesso em: 2 set. 2023.

MINATTO, G., et al. A importância dos ambientes alimentares saudáveis nas escolas: revisão sistemática da literatura. *Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*, v. 12, n. 68, p. 648-659, 2018.

MONTEIRO, M. A. S. et al. O papel da escola na promoção da alimentação saudável. *Revista de Nutrição*, v. 31, n. 4, p. 451-466, 2018.

REZENDE, D. C. D., et al. Alimentação saudável e produção orgânica de alimentos: uma revisão da literatura. *Revista Brasileira de Nutrição Esportiva*, v. 12, n. 68, p. 530-540, 2018.

SILVA, K. et al. Alimentação saudável na escola: promoção, desafios e perspectivas. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 23, n. 3, p. 915-926, 2018.

SLATER, B. et al. Promotion of healthy eating in schools: a literature review. *Journal of School Health*, v. 85, n. 1, p. 45-56, 2015.

STEVENS, L. et al. School-based interventions to promote fruit and vegetable consumption in children: a systematic review and meta-analysis. *Preventive Medicine*, v. 93, p. 232-242, 2016.