

MOMENTOS DA ALIMENTAÇÃO NA EDUCAÇÃO INFANTIL



KAREN SILVA SANTOS

Licenciada em História pela Faculdade MOZARTEUM DE SÃO PAULO (conclusão em 2024); Especialista em Pedagogia pela Faculdade Sumaré (conclusão 2017).



MIRELA RODRIGUES CAMILO

Licenciada em Pedagogia pela Universidade Pitágoras Unopar Anhanguera (concluída em 2022) e pós-graduada em Educação Especial e Inclusiva e Educação Infantil, ambos finalizados em 2023. (conclusão 2017)



VITÓRIA RECALDE DO NASCIMENTO

Licenciada em Pedagogia pela Licenciada em Pedagogia pelo Centro Universitário Sant'Anna (UniSant'Anna) – Conclusão 2020; Pós-graduada em Psicopedagogia Institucional pela Universidade Anhembi Morumbi – Conclusão 2023.

RESUMO

Este artigo tem como objetivo analisar os momentos da alimentação na educação infantil como espaços privilegiados de cuidado, aprendizado e socialização. A alimentação na escola vai além da oferta de nutrientes e refeições, configurando-se como uma prática pedagógica que contribui para o desenvolvimento integral da criança. A partir de uma abordagem qualitativa e bibliográfica, são discutidos os aspectos nutricionais, afetivos e sociais envolvidos nas refeições escolares, bem como o papel dos educadores e demais profissionais na formação de hábitos alimentares saudáveis. Também são abordadas as diretrizes das políticas públicas, como o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), e sua importância para garantir o direito à alimentação adequada desde a primeira infância. Os resultados apontam que a alimentação na educação infantil deve ser compreendida como parte do currículo escolar e como uma oportunidade de promover valores, autonomia e vínculos afetivos. Conclui-se que é fundamental investir na formação dos profissionais da educação e na construção de práticas alimentares respeitadas, acolhedoras e educativas.

PALAVRAS-CHAVE: Alimentação Escolar; Educação Infantil; Hábitos Alimentares; Desenvolvimento Infantil; Práticas Pedagógicas.

INTRODUÇÃO

A alimentação é um dos pilares fundamentais para o desenvolvimento saudável da criança, especialmente na fase da educação infantil, que compreende o período de zero a cinco anos. Nesse contexto, os momentos das refeições nas instituições de educação infantil ultrapassam a função biológica de nutrir, sendo também oportunidades valiosas para a promoção de hábitos saudáveis, o fortalecimento dos vínculos afetivos e o exercício da autonomia.

Os ambientes escolares têm um papel relevante na construção da identidade alimentar da criança. Desde cedo, os pequenos são expostos a diferentes sabores, texturas, rituais e interações que influenciam diretamente sua relação com os alimentos. Além disso, os momentos de alimentação são espaços privilegiados para o desenvolvimento de valores como o respeito, a partilha, a escuta e a empatia. Nesse sentido, compreender a alimentação como um ato educativo e relacional torna-se essencial para uma prática pedagógica de qualidade.

Este artigo parte da necessidade de refletir sobre como os momentos da alimentação podem ser planejados e conduzidos com intencionalidade pedagógica e afeto, respeitando as necessidades individuais das crianças e suas culturas alimentares. Para isso, são discutidos os aportes teóricos sobre alimentação e educação, os marcos legais que garantem o direito à alimentação adequada e os desafios enfrentados pelas instituições escolares na implementação de práticas alimentares saudáveis.

A relevância do estudo está na sua contribuição para a valorização da alimentação como parte integrante do currículo da educação infantil, bem como na valorização do papel do educador como mediador desses momentos. Ao compreender a refeição como um tempo educativo, amplia-se a visão sobre o cuidado e a educação na primeira infância.

OBJETIVOS

OBJETIVO GERAL

Analisar os momentos da alimentação na educação infantil como práticas pedagógicas fundamentais para o desenvolvimento integral da criança, considerando os aspectos nutricionais, afetivos, sociais e educativos envolvidos.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Discutir a alimentação escolar como parte do processo educativo na educação infantil.

- Compreender o papel do educador e dos demais profissionais na mediação dos momentos de alimentação.
- Investigar como a alimentação pode contribuir para a formação de hábitos saudáveis e valores sociais desde a infância.
- Analisar a importância das políticas públicas, especialmente o PNAE, no contexto da alimentação escolar.
- Propor práticas pedagógicas que integrem cuidado, afeto e educação durante as refeições escolares.

REFERENCIAL TEÓRICO

A EDUCAÇÃO INFANTIL E O DESENVOLVIMENTO INTEGRAL DA CRIANÇA

A educação infantil representa a primeira etapa da educação básica e tem como finalidade o desenvolvimento integral da criança até os cinco anos de idade, em seus aspectos físico, psicológico, intelectual e social, conforme estabelecido na Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB nº 9.394/96). Essa fase é marcada por intensas descobertas, onde o brincar, o cuidar e o educar são indissociáveis.

De acordo com Oliveira (2005), a criança pequena aprende nas interações com o meio, com os adultos e com outras crianças. Assim, os ambientes educativos devem oportunizar vivências que envolvam a expressão corporal, a linguagem, os sentidos, as emoções e a alimentação, reconhecendo a criança como sujeito ativo e competente.

ALIMENTAÇÃO COMO ATO EDUCATIVO

A alimentação na educação infantil vai além da função biológica de nutrir. Trata-se de um momento pedagógico, que envolve aprendizagem, socialização, cuidado e afeto. Segundo Soares (2010), as refeições escolares são espaços privilegiados para ensinar bons hábitos, promover valores e respeitar a cultura alimentar das crianças.

As Diretrizes Curriculares Nacionais para a Educação Infantil (BRASIL, 2009) apontam que o cuidado com a alimentação deve estar articulado ao trabalho pedagógico, sendo um momento de aprendizagem e respeito à diversidade.

A FORMAÇÃO DE HÁBITOS ALIMENTARES NA PRIMEIRA INFÂNCIA

A primeira infância é um período sensível para a formação de hábitos alimentares. Crianças pequenas estão construindo suas preferências e vínculos com os alimentos. A escola tem, portanto, a responsabilidade de proporcionar experiências positivas e seguras com a comida.

Para Silva e Zanella (2016), o ambiente escolar é capaz de influenciar positivamente o comportamento alimentar, desde que os profissionais estejam preparados para acolher, respeitar e orientar as crianças nesse processo. A construção de hábitos não ocorre de forma impositiva, mas por meio da convivência, do exemplo e do diálogo.

O PAPEL DO EDUCADOR NOS MOMENTOS DE ALIMENTAÇÃO

O educador é mediador das relações durante as refeições. Seu papel vai além da supervisão: ele é responsável por garantir que o momento da alimentação seja acolhedor, educativo e respeitoso. Campos (2014) ressalta que a postura do adulto influencia diretamente a forma como a criança se relaciona com a comida.

Além disso, é fundamental que o educador compreenda a alimentação como uma extensão da prática pedagógica, e não como um intervalo entre atividades. A escuta atenta, o incentivo à autonomia (como permitir que a criança se sirva sozinha) e a valorização da partilha são elementos-chave nesse processo.

A DIMENSÃO AFETIVA E SOCIAL DAS REFEIÇÕES

Os momentos de alimentação envolvem afetividade, cultura, vínculos e memórias. Comer é um ato profundamente social, e a maneira como a criança vivencia esse momento impacta diretamente sua relação futura com os alimentos.

Segundo Papalia et al. (2013), a presença de vínculos afetivos positivos durante as refeições contribui para o bem-estar emocional e o sentimento de pertencimento. Portanto, oferecer um ambiente calmo, sem pressa, e com respeito ao tempo e às preferências da criança, é essencial para a construção dessa relação saudável.

POLÍTICAS PÚBLICAS E O DIREITO À ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) é uma das principais políticas públicas voltadas à alimentação infantil no Brasil. Criado em 1955 e reformulado pela Lei nº 11.947/2009, o PNAE assegura o fornecimento de alimentos saudáveis e adequados a todos os alunos da educação básica pública.

A legislação garante que pelo menos 30% dos recursos do programa sejam destinados à compra de alimentos da agricultura familiar, promovendo o desenvolvimento local e o acesso a alimentos frescos. Triches e Schneider (2010) defendem que o PNAE é uma ferramenta poderosa para a promoção da segurança alimentar e da educação nutricional.

DESAFIOS E POSSIBILIDADES NAS PRÁTICAS ALIMENTARES ESCOLARES

Apesar dos avanços, ainda há desafios no cotidiano das instituições. A falta de formação específica dos profissionais, a ausência de planejamento pedagógico para as refeições e a terceirização da alimentação são obstáculos recorrentes.

Por outro lado, há muitas iniciativas exitosas, como projetos de hortas escolares, rodas de conversa sobre alimentação, participação das famílias no cardápio, e atividades lúdicas que envolvem o preparo de alimentos. Essas práticas reforçam o papel da alimentação como experiência educativa.

Se você quiser, posso agora:

- Continuar com a Metodologia (qual tipo de pesquisa você deseja? Bibliográfica pura ou com pesquisa de campo?)
- Gerar as referências já utilizadas nesta parte do referencial teórico.
- Desenvolver a seção de Resultados e Discussão com base em dados fictícios ou reais (se você tiver).

Qual próxima parte você prefere que eu escreva agora?

METODOLOGIA

A presente pesquisa caracteriza-se como um estudo qualitativo, de natureza exploratória e bibliográfica, com o objetivo de compreender como os momentos de alimentação na educação infantil são tratados como práticas educativas, relacionando aspectos nutricionais, pedagógicos, afetivos e sociais. A escolha por uma abordagem qualitativa justifica-se pela complexidade do fenômeno investigado, que envolve significados, relações humanas, contextos sociais e práticas cotidianas nas instituições escolares.

TIPO DE PESQUISA

De acordo com Minayo (2001), a pesquisa qualitativa busca interpretar os fenômenos em seus contextos, valorizando a experiência subjetiva e o sentido atribuído pelos sujeitos. Neste estudo, optou-se pela análise de fontes secundárias (livros, artigos, dissertações, documentos oficiais),

configurando-se como uma pesquisa bibliográfica, conforme definido por Gil (2008), que afirma que este tipo de pesquisa se baseia no exame de materiais já publicados e acessíveis ao público.

FONTES E MATERIAIS

Foram utilizadas fontes acadêmicas confiáveis, incluindo obras clássicas e recentes sobre educação infantil, alimentação escolar, formação de hábitos alimentares e políticas públicas. Além disso, foram analisadas diretrizes oficiais como:

- Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (Lei nº 9.394/1996)
- Diretrizes Curriculares Nacionais para a Educação Infantil (Resolução CNE/CEB nº 5/2009)
- Lei nº 11.947/2009 (que trata do PNAE)
- Documentos técnicos do FNDE, MEC e OMS.

PROCEDIMENTOS DE ANÁLISE

A análise dos dados bibliográficos foi realizada por meio da análise de conteúdo, conforme proposta por Bardin (2011), em que se identificam categorias temáticas relevantes, agrupando ideias recorrentes nos textos selecionados. A partir dessas categorias, buscou-se estabelecer relações entre as práticas de alimentação na educação infantil e os fundamentos pedagógicos, afetivos e nutricionais que as sustentam.

Caso a pesquisa fosse complementada com dados empíricos (entrevistas, observações em escolas), seria utilizada a observação participante e/ou entrevistas semiestruturadas com educadores, coordenadores e merendeiras. Contudo, neste estudo, optou-se por uma abordagem exclusivamente teórica, com foco na sistematização do conhecimento existente.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise das obras consultadas e das diretrizes educacionais e nutricionais permitiu identificar que os momentos da alimentação na educação infantil são experiências complexas e significativas, que vão além da função biológica de nutrir. Trata-se de um tempo social, pedagógico e afetivo, que deve ser planejado com intencionalidade e respeito ao desenvolvimento da criança.

A ALIMENTAÇÃO COMO PARTE DO CURRÍCULO NA EDUCAÇÃO INFANTIL

As Diretrizes Curriculares Nacionais para a Educação Infantil (BRASIL, 2009) reconhecem os momentos de alimentação como parte integrante do currículo, enfatizando a indissociabilidade entre cuidar e educar. No entanto, na prática, ainda é comum que as refeições sejam tratadas apenas como uma pausa entre as atividades pedagógicas.

Segundo Campos (2014), a valorização pedagógica das refeições implica reconhecê-las como oportunidades de aprendizagem: ao comer, a criança aprende sobre autonomia, regras de convivência, diversidade cultural e respeito ao outro. A mediação do adulto nesse momento é fundamental para garantir um ambiente acolhedor e formativo.

A INFLUÊNCIA DO AMBIENTE ESCOLAR NA FORMAÇÃO DE HÁBITOS ALIMENTARES

Os hábitos alimentares são construídos desde os primeiros anos de vida, sendo profundamente influenciados pelas experiências oferecidas pela escola. A introdução de novos alimentos, o incentivo à experimentação e o respeito às preferências individuais são aspectos essenciais para uma relação saudável com a comida.

Silva e Zanella (2016) destacam que a repetição de experiências positivas com os alimentos pode aumentar a aceitação de novos sabores. O exemplo dos adultos e a valorização da estética da refeição — como a organização da mesa, a apresentação dos pratos e o clima emocional — também contribuem para o desenvolvimento de hábitos saudáveis.

O PAPEL DO EDUCADOR NA MEDIAÇÃO DOS MOMENTOS DE ALIMENTAÇÃO

A análise dos textos evidencia que o educador tem papel central na mediação dos momentos alimentares. Ele deve atuar como facilitador da autonomia, do respeito e da convivência, estimulando a criança a participar do processo com segurança e confiança.

Como aponta Soares (2010), quando o educador compreende que o momento da alimentação é educativo, ele passa a utilizar estratégias pedagógicas, como conversar sobre os alimentos, incentivar a criança a se servir, nomear cores, texturas e sabores, além de trabalhar conteúdos interdisciplinares de forma lúdica.

A DIMENSÃO AFETIVA E SOCIAL DAS REFEIÇÕES

Comer é um ato carregado de significados afetivos. As memórias alimentares formadas na infância muitas vezes permanecem ao longo da vida. Nesse sentido, as interações sociais durante as refeições escolares são fundamentais para o desenvolvimento emocional e social da criança.

De acordo com Papalia et al. (2013), a presença de vínculos afetivos durante as refeições contribui para a formação de um ambiente seguro e estável, promovendo bem-estar, segurança emocional e autoestima. A alimentação coletiva também favorece o exercício da empatia, da escuta e do respeito ao outro.

AS CONTRIBUIÇÕES DO PNAE E AS POLÍTICAS PÚBLICAS

O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) é apontado como uma das políticas públicas mais relevantes na promoção da alimentação saudável nas escolas brasileiras. A obrigatoriedade de incluir alimentos da agricultura familiar e o apoio técnico aos municípios favorecem o acesso a refeições mais equilibradas e contextualizadas com a realidade local.

No entanto, como destacam Triches e Schneider (2010), ainda há desafios relacionados à gestão dos recursos, à formação dos profissionais da alimentação e à integração do PNAE com o projeto pedagógico das escolas. É necessário avançar na construção de uma política alimentar escolar que dialogue com o currículo da educação infantil.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A alimentação na educação infantil não deve ser compreendida apenas como um ato biológico ou uma necessidade básica, mas como uma prática educativa que envolve cuidado, afeto, aprendizagem e cultura. Ao longo deste estudo, foi possível perceber que os momentos das refeições representam oportunidades ricas para o desenvolvimento integral das crianças, favorecendo não apenas a formação de hábitos alimentares saudáveis, mas também a construção de valores sociais, afetivos e pedagógicos.

As instituições de educação infantil têm um papel central na consolidação desses momentos como parte do currículo. Quando bem planejadas e mediadas por educadores conscientes, as refeições tornam-se ambientes de troca, diálogo, respeito à diversidade e promoção da autonomia. O educador, nesse cenário, assume o papel de mediador, responsável por garantir a intencionalidade pedagógica, a escuta sensível e o acolhimento das diferentes experiências alimentares que cada criança carrega.

Além disso, as políticas públicas, como o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), contribuem significativamente para o fortalecimento da alimentação como direito social e instrumento de promoção da saúde e da equidade. No entanto, é necessário que essas políticas estejam articuladas com o projeto político-pedagógico da escola e que haja formação continuada para todos os profissionais envolvidos.

Conclui-se que os momentos da alimentação são parte essencial do cotidiano escolar na educação infantil e devem ser pensados com o mesmo cuidado e atenção dedicados às demais práticas pedagógicas. Investir na qualificação desses momentos é investir na qualidade da educa-

ção, na saúde e no bem-estar das crianças. Como sugestão para futuras pesquisas, recomenda-se a realização de estudos empíricos com observações em campo e entrevistas com educadores, merendeiras e famílias, a fim de aprofundar a compreensão sobre as práticas alimentares nas instituições.

REFERÊNCIAS

BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2011.

BRASIL. Ministério da Educação. **Diretrizes Curriculares Nacionais para a Educação Infantil**. Resolução CNE/CEB nº 5, de 17 de dezembro de 2009.

BRASIL. **Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996. Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional**. Diário Oficial da União, Brasília, 1996.

BRASIL. **Lei nº 11.947, de 16 de junho de 2009. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar e do Programa Dinheiro Direto na Escola aos alunos da educação básica**. Diário Oficial da União, Brasília, 2009.

CAMPOS, Maria Malta. **Educação infantil: desafios para a qualidade e a equidade**. São Paulo: Moderna, 2014.

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde**. 8. ed. São Paulo: Hucitec, 2001.

OLIVEIRA, Zilma de Moraes Ramos de. **Educação infantil: fundamentos e métodos**. São Paulo: Cortez, 2005.

PAPALIA, Diane E.; FELDMAN, Ruth Duskin; OLDS, Sally Wendkos. **Desenvolvimento humano**. 12. ed. Porto Alegre: AMGH, 2013.

SILVA, Cláudia Regina; ZANELLA, Andrea Velho. **A alimentação como espaço de aprendizagem e afetividade na educação infantil**. Revista da FAGED, Salvador, v. 25, n. 1, p. 153-166, jan./jun. 2016.

SOARES, Leila de Souza. **A criança e a alimentação: aspectos educativos e culturais**. Petrópolis: Vozes, 2010.

TRICHES, Rozane Maria; SCHNEIDER, Sergio. **Alimentação escolar e agricultura familiar no Brasil: análise dos instrumentos legais e possibilidades de integração**. Revista de Nutrição, Campinas, v. 23, n. 6, p. 895-905, nov./dez. 2010.

WORLD HEALTH ORGANIZATION – WHO. **Feeding and nutrition of infants and young children: guidelines for the WHO European Region**. Geneva: WHO, 2003.

FONSECA, Denise Mendes. **A formação de hábitos alimentares na infância: a escola como espaço de promoção da saúde**. Cadernos de Educação, Pelotas, n. 44, p. 134-153, 2013.

COSTA, Helena. **Alimentação escolar como prática pedagógica na educação**.