



**UNILEÃO – CENTRO UNIVERSITÁRIO DR LEÃO SAMPAIO  
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

**JESSÉ JORGE ALVES DOS SANTOS**

**A INFLUÊNCIA DA MERENDA ESCOLAR NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
NA REDE PÚBLICA.**

**JUAZEIRO DO NORTE**

**2020**

JESSÉ JORGE ALVES DOS SANTOS

**A INFLUÊNCIA DA MERENDA ESCOLAR NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
NA REDE PÚBLICA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Licenciatura em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio (Campus Saúde), como requisito para obtenção de nota para a disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso II, Artigo Científico.

Orientadora: Prof. Me. Karina Morais Borges

JUAZEIRO DO NORTE

2020

JESSÉ JORGE ALVES DOS SANTOS

**A INFLUÊNCIA DA MERENDA ESCOLAR NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
NA REDE PÚBLICA.**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao  
Curso de Licenciatura em Educação Física do  
Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, Campus  
Saúde, como requisito para obtenção do Grau de  
Licenciado em Educação Física.

Aprovada em \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de  
\_\_\_\_\_.

**BANCA EXAMINADORA:**

---

Orientador: Prof. Ma. Karina Morais Borges  
Orientadora

---

Profº Me José Hildemar Teles Gadelha  
Examinador (a)

JUAZEIRO DO NORTE  
2020

*Dedico esse trabalho primeiramente a Deus, assim como a minha orientadora Prof. Karina por todo incentivo e apoio na construção desse projeto que certamente me auxiliará na trajetória da vida.*

# A INFLUÊNCIA DA MERENDA ESCOLAR NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA REDE PÚBLICA.

<sup>1</sup> Jessé Jorge Alves dos SANTOS

<sup>2</sup> Prof. Me. Karina Morais Borges

<sup>1</sup> Discente do Curso de Licenciatura em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, Juazeiro do Norte, Ceará, Brasil.

<sup>2</sup> Docente do Curso de Licenciatura em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, Juazeiro do Norte, Ceará, Brasil.

## RESUMO

A Nutrição é um conjunto de processos que envolve a ingestão, digestão, absorção, tendo como finalidade a produção de energia para mantimento das funções do organismo. É de suma importância que a merenda escolar seja disponibilizada nas escolas da rede pública com eficiência, mas é perceptível observar certa dificuldade com relação aos hábitos alimentares dos alunos em relação aos alimentos fornecidos pelas mesmas (governo), por isso que muitos alunos alimentam-se mal e muitos outros decidem nem comer, isso pode findar afetando diretamente no desempenho dos mesmos nas aulas, o presente estudo contém informações quanto à interferência nutricional dos escolares nas aulas de Educação Física. Estudar a relação da influência da merenda escolar com o desempenho dos alunos nas aulas de Educação Física. Trata-se de uma revisão de literatura, pois, por meio de artigos e livros foi possível elaborar o mesmo. Os critérios de inclusão foram artigos de revistas e capítulos de livros com foco em estudos publicados nos últimos dez anos; em relação ao idioma dos artigos e livros foram incluídos apenas o português e o inglês, cujas palavras-chaves utilizadas nas pesquisas foram: nutrição, merenda escolar. A busca resultou em 9 artigos e após o critérios de exclusão restaram 5 artigos. Durante as aulas de Educação Física percebe-se baixo desempenho dos alunos, e isso pode estar relacionado à má alimentação dos mesmos, visto que as escolas públicas ainda apresentam fragilidade na merenda dos escolares. A alimentação saudável dos escolares é importante, pois, afeta diretamente no desempenho dos mesmos, com isso as necessidades vitais e cerebrais serão um fator inevitável para o resultado do desenvolvimento dos alunos. A relação da Educação Física com a Nutrição no estudo é de fato importante, pois, contém um público alvo que são os alunos. Entende-se que há influência quanto à questão da alimentação dos escolares durante as aulas de Educação Física, para isso, leituras a respeito do tema esclarecem que existem programas voltados para suprir a necessidades dos escolares. A relação entre a Nutrição Escolar e a Educação Física é de suma importância, pois, ambas andam em conjunto, com isso o resultado final dessa relação foi dos melhores, transparecendo uma melhora no desempenho dos indivíduos. Havendo também a possibilidade de que a merenda escolar não interfira no processo nutricional dos mesmos, assim como no desempenho dos alunos nas aulas de Educação Física.

**Palavras-chave:** Educação Física, Merenda Escolar, PNAE, Nutrição.

## **ABSTRACT**

Nutrition is a set of processes that involves ingestion, digestion, absorption, with the purpose of producing energy to maintain the body's functions. It is of utmost importance that school lunches are made available in public schools efficiently, but it is noticeable to observe some difficulty in relation to students' eating habits in relation to the food provided by them (government), which is why many students eat badly and many others decide not to even eat, this can end up directly affecting their performance in class, the present study contains information about the nutritional interference of students in Physical Education classes. To study the relationship between the influence of school meals and student performance in Physical Education classes. It is a literature review, because through articles and books it was possible to elaborate the same. The inclusion criteria were magazine articles and book chapters with a focus on studies published in the last ten years; in relation to the language of the articles and books, only Portuguese and English were included, whose keywords used in the research were: nutrition, school meals. The search resulted in 9 articles and after the exclusion criteria 5 articles remained. During Physical Education classes, students' low performance is perceived, and this may be related to their poor diet, since public schools still have fragility in schoolchildren's lunches. The healthy diet of schoolchildren is important because it directly affects their performance, thus vital and brain needs will be an inevitable factor in the outcome of the students' development. The relationship between Physical Education and Nutrition in the study is indeed important, as it contains target audiences that are students. It is understood that there is an influence on the issue of schoolchildren's food during Physical Education classes, for this, readings on the theme clarify that there are programs aimed at meeting the needs of students. The relationship between School Nutrition and Physical Education is of paramount importance, as both go together, with that the final result of this relationship was one of the best, showing an improvement in the performance of individuals. There is also the possibility that school meals do not interfere with their nutritional process, as well as with the performance of students in Physical Education classes.

**Keywords:** Physical Education, School Lunch, PNAE, Nutrition.

## INTRODUÇÃO

O Plano Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), tem como principal objetivo, contribuir no desenvolvimento e crescimento do indivíduo.

O mesmo visou suprir as necessidades em termos nutricionais de alunos durante a permanência em sala de aula, auxiliando para o crescimento, desenvolvimento, aprendizagem e rendimento escolar desses alunos, e ainda promover hábitos alimentares saudáveis (BRASIL, 2012).

A relação da Educação Física com a Nutrição é de suma importância, pois, o público alvo é o mesmo. O desempenho dos mesmos nas aulas de Educação Física se dá muito aos aspectos nutricionais. Os problemas relacionados à má nutrição dos alunos estão ligados com a região considerada e a população, urbana ou rural, comunidades e ainda entre pessoas de uma mesma família (GUIMARÃES & BARROS, 2001).

O PNAE é o mais antigo programa do governo brasileiro na área de alimentação escolar e de Segurança Alimentar e Nutricional (SAN), sendo considerado um dos maiores e mais abrangentes do mundo no que se refere ao atendimento universal aos escolares e de garantia do direito humano à alimentação adequada e saudável. (BRASIL, 2014).

Dados importantes são apresentados no Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), onde o mesmo é gerenciado pelo Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE) com isso toda a logística é bem elaborada, onde os recursos financeiros são direcionados aos Estados e Municípios para ser revertido através de investimentos na alimentação dos escolares.

A alimentação saudável dos escolares de fato é muito importante no desenvolvimento, pois, afeta diretamente no desempenho dos mesmos, com isso as necessidades vitais e cerebrais serão um fator inevitável para o resultado do desenvolvimento dos alunos. Se os mesmos não obtém esse suprimento da maneira adequada, certamente irá ter possíveis prejuízos.

Outro fator é o da família, pois, a grande maioria não possui uma situação socioeconômica alta, implica que a merenda dos escolares em casa não é eficiente, com isso a grande maioria das vezes a merenda escolar é a refeição principal do mesmo. Esta realidade é notória em todo o Brasil, e cabe

a nós hoje a tentativa de modificar ao menos a forma de ver o mundo desses indivíduos.

O ato dos hábitos alimentares dos escolares dificulta muito com relação de que os mesmos têm problemas com os alimentos fornecidos pelas escolas (governo), é perceptível ver que muitos indivíduos alimentam-se mal e muitos outros decidem nem comer, e com isso acaba afetando diretamente no desempenho dos mesmos em relação a diversos aspectos da vida. Um dos principais objetivos é o de observar se há interferência do desempenho físico a nutrição do escolar.

O presente projeto favoreceu para uma melhor compreensão com relação aos assuntos relacionados à merenda dos escolares, com isso o PNAE tem papel crucial quanto ao levantamento de dados. O mesmo é de suma importância, pois, é o mais antigo projeto do governo brasileiro, onde é gerenciado pelo FNDE.

O Programa tem sua origem no início da década de 40, quando o então Instituto de Nutrição defendia a proposta de o Governo Federal oferecer alimentação ao escolar. Entretanto, não foi possível concretizá-la, por indisponibilidade de recursos financeiros (FNDE, 2017). Na década de 50, foi elaborado um abrangente Plano Nacional de Alimentação e Nutrição, denominado Conjuntura Alimentar e o Problema da Nutrição no Brasil. É nele que, pela primeira vez, se estrutura um programa de merenda escolar em âmbito nacional, sob a responsabilidade pública (FNDE, 2017)

Com esse intuito e com o passar dos anos o projeto vem se atualizando, onde tem participação importante de programas que visam uma melhor qualidade na alimentação dos escolares, proporcionando um melhor desempenho. E em 2006 houve grande avanço com a aprovação de nutricionistas como responsáveis pelo mesmo podem notar que a presença desse profissional é de suma importância para o bom andamento do mesmo.

A relação da Educação Física com a Nutrição é de suma importância, pois, o público alvo é o mesmo. O desempenho dos mesmos nas aulas de Educação Física se dá muito aos aspectos nutricionais.

Costa e Ribeiro (2001) acreditam em uma função maior para a merenda escolar, no estudo: Programa de Alimentação escolar: Espaços para Aprendizagem e Produção de Conhecimento colocam:

*"As atividades práticas executadas no serviço de alimentação escolar podem ser objeto das atividades pedagógicas executadas pelos professores e intermediadas pelo Nutricionista".*

Os autores salientam também a possibilidade de inclusão da: "[...] aprendizagem em saúde e nutrição como parte da cultura do serviço de alimentação escolar, produzindo conhecimento significativo". (COSTA E RIBEIRO 2001)

Ainda falam a respeito do PNAE, classificando o mesmo como uma área importante para a saúde dos escolares visando novos conhecimentos e percepções. Para Abreu (1995), Castro & Peliano (1985), Moyses & Collares (1995), e Pipitone (1995), as atividades educativas em nutrição desenvolvidas no ambiente escolar não têm conseguido atingir esse objetivo.

*"(...) professores, merendeiras e pais de alunos, em discussões que mostrem a função social e o significado dado à merenda escolar e ao atendimento das necessidades nutricionais das crianças durante a jornada escolar (...) valem mais do que aulas tradicionais apoiadas em cartazes coloridos sobre noções de boa alimentação" (PIPITONE,1995).*

O PNAE tem suas ramificações em diversas áreas e competências, um de seus projetos é o *bolsas e auxílios*, favorecendo os gestores, professores e funcionários da rede pública. Existem outros projetos que têm regência do FNDE, tais como: Escola da Terra; Escola de Gestores; E-tec Brasil; Formação pela Escola; Formação de Tutores; Pacto Nacional pela Alfabetização na Idade Certa (PNAIC); Pacto Nacional pelo Fortalecimento do Ensino Médio; Rede Nacional de Formação de Profissionais da Educação (Renafor); e Saberes Indígenas na Escola.

## **MATERIAIS E MÉTODOS**

O método utilizado na elaboração deste projeto foi o de revisão de literatura, pois, por meio de artigos e livros foi possível elaborar o mesmo. No entanto, é muito importante entender a respeito do tema devido a constante mudança a respeito do assunto.

O projeto teve por característica uma pesquisa sistemática, onde foi possível perceber em diversos artigos uma única linha de raciocínio. Com isso, caracterizando-o como estudo qualitativo, pois, as ideias foram postas por meio da leitura dos mesmos.

O foco do projeto por meio de estudos e leituras relacionados ao ponto de vista dos professores e gestores da rede pública se há interferência na merenda escolar dos escolares com as aulas de Educação Física, portanto, uma das finalidades do projeto foi o de entender a respeito do desempenho dos alunos durante as aulas.

Os critérios de inclusão foram artigos de revistas e capítulo de livros com foco em estudos publicados nos últimos dez anos; em relação ao idioma dos artigos e livros foram incluídos apenas o português e o inglês. Já os critérios de exclusão foram artigos sobre o tema que não se encontram dispostos na integra.

A busca de dados ocorreu por meio das bases de dados MEDLINE (Medical Literature Analysis and Retrieval System online/ PubMed) SciELO (Scientific Eletronic Library Online) e serão utilizados as palavras-chave.

**Tabela 1. Estudos Inclusos na revisão.**

<b>Variáveis estudadas/ artigos</b>	Alunos da Unidade Integrada Padre Newton Pereira	Entrevista com coordenadores e diretores.	Alunos do 5º e 6º ano	Estudantes, funcionários, gestores.
<b>Título do artigo</b>	Merenda Escolar: Um Estudo Exploratório sobre a Implementação Do Programa Nacional De Alimentação	O papel da alimentação escolar na formação dos hábitos alimentares	A Influência Da Escola na Alimentação e na Atividade Física da Criança.	O Programa AlimentaÇÃO Escolar e a Qualidade Merenda Escolar e Uberlândia (MG)
<b>Autores</b>	Fonseca, A.N.G CARLOS, J.	MANCUSO A. M. C.; WESTPHAL, M. F.;	MAYER, A.P.F; WEBER, L.D.;	MARIA, J. B. L.; REZENDE, M.T.N.F.
<b>Ano de publicação</b>	2015	2013	2013	2014
<b>Principais achados (Nutrição dos Escolares e seu desempenho)</b>	Permanência do Programa na Escola.	Identificar as percepções dos gestores quanto ao hábito nutricional	Prevalência de sobrepeso e obesidade em escolares do 5º e 6ºano.	Destaque da merenda escolar devido adequação administração escolar.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

A busca resultou em 9 artigos e após o critérios de exclusão restaram 5 artigos. Durante as aulas de Educação Física percebe-se baixo desempenho dos alunos, e isso pode estar relacionado à má alimentação dos mesmos, visto que as escolas públicas ainda apresentam fragilidade na merenda dos escolares.

A alimentação saudável dos escolares é importante, pois, afeta diretamente no desempenho dos mesmos, com isso as necessidades vitais e cerebrais serão um fator inevitável para o resultado do desenvolvimento dos alunos.

A relação da Educação Física com a Nutrição no estudo é de fato importante, pois, contém um público alvo que são os alunos. Entende-se que há influência quanto à questão da alimentação dos escolares durante as aulas de Educação Física, para isso, leituras a respeito do tema esclarecem que existem programas voltados para suprir a necessidades dos escolares.

Quanto à nutrição e desempenho dos escolares foi possível observar o perigo do uso das gorduras trans., assim como um déficit de vitaminas e por fim baixo consumo de proteínas sendo que a alimentação escolar ligada ao aprendizado tem relação direta com o desenvolvimento dos mesmos.

Os resultados apontam que 13% das crianças estão com sobrepeso e 5%, com obesidade. Para isso segundo pesquisas constatou-se que as escolas não tinham ligação direta com os meios ao qual ocorreram tais fenômenos com os alunos examinados das séries 5º e 6º ano.

Um dos principais achados tem relação com a permanência do PNAE, onde há pontos positivos para adquirir uma rotina alimentar saudável dos escolares. Com isso, um dos programas é a merenda escolar, cujo seu objetivo é o de proporcionar aos alunos uma reeducação em sua forma de alimentar-se.

Para identificar hábitos nutricionais é interessante observar atualmente os alimentos distribuídos nas escolas. Essas distribuições ocorrem em nível nacional, por exemplo, Fundo Nacional da Educação (FNDE) assim como Plano Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), são de extrema importância na aquisição de produtos básicos, favorecendo o aumento da quantidade de alimentos tais como, arroz, feijão, verduras, legumes entre outros.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A relação entre a Nutrição Escolar e a Educação Física é de suma importância, pois, ambas andam em conjunto, com isso o resultado final dessa relação foi dos melhores, transparecendo uma melhora no desempenho dos indivíduos.

Havendo também a possibilidade de que a merenda escolar não interfira no processo nutricional dos mesmos, assim como no aprendizado e desempenho dos alunos nas aulas de Educação Física.

Salienta-se a importância quanto ao envolvimento dos pais no processo orientação sobre a educação alimentar dos filhos. Para tanto é de suma importância a conscientização dos mesmos, informando-os sobre o que pode acontecer com seus filhos caso não obtenham alimentação com qualidade .

Durante as aulas de Educação Física, faz-se necessário que o professor/orientador tenha em vista o déficit quanto ao desempenho do aluno, para isso, é necessário envolvimento dos mesmos durante as aulas, pois, ao ser participativo o aluno irá expressar comportamentos perceptíveis para melhor compreensão do que acontece em seu contexto social.

Portanto, o fato de que o professor/orientador ter contato com os alunos em consonância é extremamente importante também manter uma relação direta com os pais, para que haja facilidade na resolução dos casos demonstrados pelos alunos, seja comportamental ou de sociabilização.

## REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Educação. Coordenação geral do programa nacional de alimentação escolar, **Cartilha Nacional da Alimentação escolar**. Brasília: 2014

COSTA, E.Q.; RIBEIRO, V.M.B.; RIBEIRO, E. C. O. **programa de alimentação de escolar: espaço de aprendizagem e produção de conhecimento**. Rev. Nutr., set/dez. 2001, vol. 14, no.3 p.225-229. ISSN 1415-5273

DIGIX, **Como a alimentação escolar pode melhorar de verdade?** Disponível em: <https://www.digix.com.br/alimentacao-escolar-pode-melhorar/>

MACUSO, A. M. C.; WESTPHALz, M. F.; ARAKI, E. L.; BÓGUS, C. M. **O papel da alimentação escolar na formação dos hábitos alimentares**, *Rev Paul Pediatr* 2013;31(3):324-30.

MARIA, J. B.; REZENDE, M. T. N. P. **O programa de alimentação escolar e a qualidade da merenda escolar em Uberlândia (MG)**