



Comida de Verdade: Estímulo ao Consumo de Plantas Alimentícias Não Convencionais – PANC – na Alimentação Escolar

Real Food: Stimulating the Consumption of Unconventional Food Plants - PANC - in School Nutrition

COSTA, Fernanda Maciel Mendes da¹; FABRINI, Ana Paula Leite¹; PERASSOLO, Tatiana¹; COSTA, Aline Neves¹; VITAL, Tânia²; BORGHEZAN, Rodrigo²

¹Superintendência de Alimentação Escolar, fer_nutri@hotmail.com; fabrini_nutri@hotmail.com; tatiperassolo@yahoo.com.br; alinencosta@hotmail.com; ²Escola Municipal Professor Fauze Scaff Gattass Filho, tania.anjugomes@gmail.com, rodrigo_borghezan@hotmail.com.

Resumo: O presente relato de experiência foi originado a partir da segunda edição da Jornada de Educação Alimentar e Nutricional, promovida pelo Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE), realizada na Escola Municipal Professor Fauze Scaff Gattass Filho, Campo Grande - MS. A Jornada tem como objetivo o incentivo ao debate e a prática de ações de educação alimentar e nutricional no ambiente escolar e dar visibilidade àquelas já desenvolvidas nas escolas públicas, tendo como tema norteador a promoção da alimentação saudável e a prevenção de doenças crônicas não transmissíveis. Considerando que as PANC são alimentos altamente nutritivos e de fácil acesso e cultivo, além da unicidade que confere ao paladar, buscamos introduzir o termo, assim como as PANC, no ambiente escolar, através de oficinas culinárias para direção, professores, nutricionistas, merendeiras, funcionários da escola, além de agricultores familiares e demais interessados. Com os alunos, o tema foi desenvolvido através de uma palestra expositiva dessas plantas na horta da escola, com posterior degustação na refeição. Dentre os resultados alcançados, destaca-se a aprovação da refeição com PANC pelos estudantes, funcionários e professores, assim como a inclusão de Taioba (*Xanthosoma sagittifolium*) no Edital da Chamada Pública de 2019 para fornecimento às escolas urbanas integrais municipais, garantindo o consumo frequente de PANC através da alimentação escolar para aproximadamente 1100 alunos.

Palavras-chave: PANC, PNAE, Educação Alimentar e Nutricional, Escola Pública, Saúde.

Abstract: The present experience report was originated from the second edition of the Conference on Food and Nutrition Education, promoted by the National Fund for the Development of Education (FNDE), held at the Municipal School Professor Fauze Scaff Gattass Filho, Campo Grande - MS. The aim of the Journey is to encourage the debate and practice of food and nutritional education actions in the school environment and give visibility to those already developed in public schools, with the guiding theme being the promotion of healthy eating and the prevention of chronic non-communicable diseases. Considering that PANC are highly nutritious and easily accessible and cultivated foods, besides the uniqueness that it gives to the palate, we seek to introduce the term, as well as the PANC, in the school environment, through culinary workshops for teachers, nutritionists, school employees, family farmers, and other stakeholders. With the students, the theme was



developed through an expositive lecture of these plants in the school garden, with later tasting in the meal. The results achieved were the inclusion of Taioba (*Xanthosoma sagittifolium*) in the Call for Public Call for supply to municipal schools, guaranteeing the frequent consumption of PANC through school feeding for approximately 1100 students.

Keywords: PANC, PNAE, Food and Nutrition Education, Public School, Health.

Contexto

O aumento das taxas de sobrepeso e obesidade em todas as faixas etárias e camadas sociais no Brasil, tem sido bastante observado nas últimas décadas (ARAÚJO, 2017). Dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) confirmam a prevalência do excesso de peso a partir dos 5 anos de idade em toda a população (IBGE, 2010). Tal fato é de suma importância para a saúde pública do país, uma vez que o estado nutricional de sobrepeso é considerado um expressivo fator de risco para o desenvolvimento de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), como por exemplo doenças cardiovasculares e diabetes mellitus tipo 2 (DUNCAN et al., 2012).

A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) torna-se, dessa forma, muito relevante por auxiliar na formação e conhecimento de hábitos alimentares saudáveis da população além de criar condições para que haja o aprendizado e a valorização da saúde e da qualidade de vida, melhorando suas práticas alimentares. Por esse motivo políticas públicas surgiram no Brasil no decorrer dos últimos anos, fundamentadas e/ou abrangendo a EAN no contexto da garantia do Direito Humano à Alimentação Adequada (DHAA), como por exemplo o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), entre outros.

O Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE) é uma autarquia federal responsável pela execução de políticas educacionais do Ministério da Educação (MEC) que gerencia o PNAE há mais de 60 anos. O Programa é regido pela Lei nº 11.947/2009/FNDE e Resolução nº 26/2013/FNDE e tem como objetivo contribuir para o crescimento, o desenvolvimento, a aprendizagem, o rendimento escolar dos estudantes e a formação de hábitos alimentares saudáveis, por meio da oferta de refeições e de ações de educação alimentar e nutricional. Alunos de toda a rede pública da educação básica, entidades comunitárias e filantrópicas são atendidas por esse Programa (BRASIL, 2013)

A EAN é considerada pelo PNAE como o conjunto de ações formativas, de prática contínua e permanente, transdisciplinar, intersetorial e multiprofissional, que objetiva estimular a adoção voluntária de práticas e escolhas alimentares saudáveis colaborando com a aprendizagem, o estado de saúde do escolar e a qualidade de vida do indivíduo. Uma das diretrizes do Programa é a inclusão da educação alimentar e nutricional no processo de ensino e aprendizagem, que perpassa pelo



currículo escolar, abordando o tema alimentação e nutrição e o desenvolvimento de práticas saudáveis na perspectiva da segurança alimentar e nutricional (BRASIL, 2012).

Ressaltamos a importância de que as crianças atuam como agentes multiplicadores, visto que levam para dentro de suas residências todo conhecimento adquirido nas atividades escolares, podendo assim, influenciar para melhorar os hábitos alimentares de toda a família.

Diante deste contexto, o FNDE lançou em 2017 a primeira edição da Jornada de Educação Alimentar e Nutricional (Jornada), que tem como objetivo incentivar o debate e a prática dessas ações no ambiente escolar e dar visibilidade àquelas já desenvolvidas nas escolas públicas, tendo como tema norteador a promoção da alimentação saudável e a prevenção da obesidade infantil no ambiente escolar.

Entendendo que a EAN é uma prática contínua e permanente, em 2018 foi divulgada a segunda edição da Jornada, onde as atividades foram divididas em quatro etapas sendo as 20 melhores divulgadas em uma publicação do FNDE. A publicação reunirá as principais experiências exitosas realizadas nas unidades escolares atendidas pelo PNAE, com o intuito de compartilhar tais descrições e assim inspirar novos caminhos para a EAN em todo o Brasil.

Convictas da importância da realização deste trabalho, a equipe técnica de nutricionistas da Secretaria Municipal de Educação (SEMED) lotadas na Superintendência de Alimentação Escolar (SUALE) do município de Campo Grande/MS, promoveram a primeira etapa da Jornada na Escola Municipal Professor Fauze Scaff Gattass Filho, no Brasil.

Descrição da Experiência

A escolha desta unidade educacional foi influenciada pelo trabalho permanente que é desenvolvido relacionado ao tema de alimentação saudável através da horta pedagógica, que teve início da sua construção há cerca de 10 anos e atualmente é considerada modelo municipal no desenvolvimento de atividades relacionadas ao incentivo à alimentação saudável, agroecologia, segurança alimentar e recebeu premiações por tais iniciativas.

Foi trabalhado o tema “Comida de verdade na escola” e a atividade intitulada como “Nossa merenda é PANC”, com o intuito de propor e incentivar o consumo de alimentos saudáveis através do que a natureza oferece de melhor representado pelas Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC).



As PANC assim foram denominadas pois estão fora da cadeia atual de produção de alimentos, porém possuem valores nutricionais potenciais além de grande importância ecológica, econômica e cultural. Destas plantas utilizam-se as flores, raízes, folhas, frutos, palmitos, brotos e sementes, são espécies de plantas nativas, espontâneas e de fácil cultivo.

Tratando-se que a escola está localizada em uma comunidade carente e de periferia, surgiu a necessidade de oferecer alternativas alimentares facilmente encontradas em seus quintais, porém desconhecidas e, sendo a PANC, a tradução de uma riqueza natural ainda pouco explorada na alimentação popular e na refeição escolar. Para desenvolvimento da atividade, selecionamos algumas PANC presentes em nossa horta pedagógica para trabalhar, sendo elas: taioba (*Xanthosoma taioba*), moringa (*Moringa oleifera*) e ora-pro-nóbis (*Pereskia aculeata*).

Iniciamos o projeto em parceria com um restaurante localizado no município (Restaurante Recanto das Ervas) através de uma formação teórica e prática sobre PANC, destinada aos professores, nutricionistas da rede municipal de educação e merendeiras da escola. Foi ministrado por profissional da área que explanou sobre os benefícios e aplicação de cada planta seguida de uma oficina culinária (Figura 1A). Em outro momento, realizamos uma oficina de técnicas dietéticas com o cozinheiro da Secretaria Municipal de Assistência Social, para merendeiras de outras 17 unidades educativas, afim de fomentar a utilização e cultivo destes alimentos altamente nutritivos, e inserir as PANC no cardápio escolar (Figura 2A). Na oficina esteve presente também uma agricultora familiar que além de participante, contribui com a doação de algumas das PANC utilizadas. As preparações executadas foram: feijoada mexicana, feijão tropeiro, salada de macarrão com moringa, galinhada enriquecida, farofa de taioba e ora-pro-nóbis, polenta *mix* de PANC, *eggs* ao molho.

O tema também foi desenvolvido com os alunos apresentando os conceitos, benefícios e cultivo das PANC em aula prática na horta da escola, de modo a incentivá-los a atuarem como propagadores desse conhecimento. Os educandos também realizaram a degustação da refeição com PANC (galinhada com taioba, moringa e ora-pro-nóbis).

Resultados

A formação com a comunidade escolar causou impacto positivo aos profissionais, onde puderam agregar novos conhecimentos e assim atualizar a didática que é trabalhada no currículo escolar, podendo aliar a teoria com o cotidiano dos alunos.

No dia em que os alunos degustaram a galinhada enriquecida com *mix* de PANC (moringa, ora-pro-nóbis e taioba) observou-se que não houve sobras na panela,



ocorreu aumento do número de repetições e a diminuição dos restos, sinal da aprovação na inovação da refeição.

Na oficina culinária realizada com as merendeiras, estas se mostraram interessadas e motivadas a utilizarem as PANC na produção da alimentação das escolas e ficaram surpresas com as técnicas ensinadas na oficina diante das possibilidades de uso que lhes foram apresentadas. Porém, houve argumentações quanto a dificuldade da manipulação para o preparo dessas plantas.

Ao final, notou-se que o maior desafio é a conscientização das merendeiras de que o benefício das PANC na alimentação escolar é maior que o esforço para preparar comidas de verdade.

A realização destas atividades desencadeou importante inovação para o município, sendo incluso a Taioba no Edital da Chamada Pública de 2019 para fornecimento às escolas urbanas integrais municipais, garantindo o consumo frequente de PANC através da alimentação escolar para aproximadamente 1100 alunos, algo inédito em nosso município.



Figura 1: A- Plantas Alimentícias Não Convencionais – PANC estudadas durante a Oficina na E.M Fauze S.G. Filho; B: Alunas durante degustação de refeição com PANC.

Referências

BRASIL. Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. **Resolução/CD/FNDE nº 26**, de 17 de junho de 2013. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. **Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas**. Brasília, DF: MDS; Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, 2012.



ARAÚJO, A. L., FERREIRA, V. A., NEUMANN, D. B., MIRANDA, L. S., & PIRES, I. S. C. O impacto da educação alimentar e nutricional na prevenção do excesso de peso em escolares: uma revisão bibliográfica. **RBONE - Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, São Paulo, v.11, n.62, p. 94-10, Mar./Abr. 2017.

DUNCAN, B. B.; CHOR, D.; AQUINO, E. M. L.; BESENOR, I. M.; MILL, J. G.; SCHMIDT, M. I.; LOTUFO, P. A.; VIGO, A.; BARRETO, S. M. Doenças crônicas não transmissíveis no Brasil: prioridade para enfrentamento e investigação. **Revista de Saúde Pública**, v. 46, p.126-134, 2012.

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Pesquisa de orçamentos familiares 2008-2009**: antropometria e estado nutricional de crianças, adolescentes e adultos no Brasil. Rio de Janeiro: IBGE, 2010.