

Merenda saudável tem resistência nas escolas, dizem nutricionistas

Preferência por comida industrializada provoca obesidade de alunos; promoção da alimentação saudável é função pedagógica, diz MEC

Paulo Guilherme
Do G1, em São Paulo

Não bastassem os casos de suspeita de desvio de verbas, o programa da merenda escolar encontra um desafio importante na avaliação de especialistas em nutrição ouvidos pelo G1: como promover a alimentação saudável nas escolas se as crianças são bombardeadas por promoção de comidas com gordura saturada, doces e refrigerantes o tempo todo.

E, muitas vezes, este tipo de alimentação pouco recomendável lhe é oferecida em casa? Alimentação saudável na escola é dever do estado. Ensinar a criança a comer corretamente é uma missão que deve envolver pais e professores, segundo as nutricionistas.

O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), do Fundo Nacional do Desenvolvimento da Educação (FNDE), órgão ligado ao Ministério da Educação, tem até uma campanha para tentar evita a venda de balas e doces nos arredores das escolas.

Entre várias ações promovidas, o programa estuda a inserção de peixe na comida oferecida nas escolas, em um projeto criado em parceria com o Ministério da Pesca. Estabelecer a logística de armazenamento e conservação dos pescados é um primeiro passo a ser dado. Fazer a criança comer o peixe, assim como aceitar frutas e legumes na merenda, é outro grande desafio.

"As escolas oferecem a alimentação saudável e muitas vezes as crianças não querem, às vezes tem que forçar mesmo", avalia Albaneide Peixinho, coordenador do PNAE. "A campanha que se tem na mídia de alimentos calóricos é muito forte. Os alunos adoram pastel, pizza e cachorro quente. Teve escola que ofereceu mexerica e os alunos transformaram a fruta em bola."

Fazer a criança comer uma comida saudável deve ser encarado como parte do processo pedagógico na avaliação da coordenadora. "Não dá para ofertar qualquer coisa, a oferta do alimento tem que se um processo educativo", diz Albaneide. "O professor tem que saber por que está oferecendo aquela comida para a criança, a merendeira tem que saber por que está preparando aquele cardápio para poder estar construindo o hábito alimentar saudável."

A alimentação escolar é uma atividade integrante do processo de aprendizagem e que como qualquer outra atividade pedagógica deve ser valorizada, no contexto da escola. Ensinar o que é uma alimentação saudável e adequada é tão importante quanto ensinar todas as outras disciplinas. Estas conclusões do Fórum Brasileiro de Segurança Alimentar e Nutricional nem sempre funcionam em sala de aula.

Nutricionista há mais de 30 anos, a professora Sônia Lucena de Andrade, do curso de nutrição da Universidade Federal de Pernambuco, diz que existe uma resistência grande dos gestores e dos professores em promover a alimentação saudável nas escolas.

"A escola virou depositário de tudo, campanhas de prevenção de Aids, DST, dengue, e os professores dizem que não tem espaço para tanta demanda. E na formação deles

difícilmente é abordada a nutrição." Ela acha que o governo deveria cobrar dos pais um acompanhamento maior das políticas públicas que estão sendo aplicadas em benefício dos filhos. "Ainda um tempo será preciso para que a população entenda que a política pública é uma política dela."

Geração de 'gordinhos'

O outro lado da moeda também pode preocupar. Muitas crianças, especialmente no Sul e Sudeste, acabam tendo uma sobrecarga nutricional ao combinar a merenda escolar com uma alimentação pouco saudável em casa. Por isso, a proposta da alimentação saudável nas escolas deve envolver também as famílias.

A doutora Angela Spinola, presidente do departamento de endocrinologia pediátrica da Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia, recebe no ambulatório da Escola Paulista de Medicina muitas crianças com problemas de obesidade e hipertensão.

"Percebemos que temos que insistir para que as crianças almocem uma vez só, ou come a comida de casa ou come a merenda", destaca. "A merenda escolar é calórica, rica em carboidratos, importante do ponto de vista energético. Se ela é a única refeição forte que a criança recebe no dia, sem dúvida é muito importante, mas nem sempre isso acontece."

Para Mônica Dalmácio mestre em nutrição pela Faculdade de Medicina da Universidade Federal Fluminense, as mudanças nas rotinas das famílias está criando uma "geração gordinha".

Segundo ela, o perfil nutricional mudou muito, as pessoas estão se alimentando mal em casa. Refrigerante, macarrão instantâneo, biscoitos, frango e salsicha entraram para o cardápio diário das famílias, principalmente nas classes C e D.

"A mulher trabalha fora, não tem tempo para preparar a comida", afirma a nutricionista. "O brasileiro não come mais arroz com feijão e cada vez come menos frutas. Para as crianças, isto é um problema. Se não se cuidar do meio da infância ao final da adolescência, vai ter mais propensão a envelhecer doente."