

## **ALIMENTAÇÃO ESCOLAR E EDUCAÇÃO NUTRICIONAL: CAMINHOS PARA A CRIAÇÃO DE HÁBITOS ALIMENTARES SAUDÁVEIS EM CRIANÇAS**

### **ODS 3 e 4**

Ana Júlia Pessanha da Silva (Universidade de Taubaté)  
Prof.<sup>a</sup> Ma. Juliana Guimarães dos Santos (Universidade de Taubaté)

A promoção da alimentação saudável no ambiente escolar representa uma estratégia fundamental para o desenvolvimento integral das crianças, visto que a escola exerce papel formador não apenas no campo cognitivo, mas também na construção de hábitos alimentares. Em Taubaté, as escolas municipais seguem as diretrizes do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), que busca garantir refeições nutricionalmente equilibradas e adequadas às necessidades de cada faixa etária. Entretanto, ainda são identificados desafios relacionados a aceitação das preparações pelos alunos, a inserção de alimentos ultraprocessados em ambientes externos ao escolar e a necessidade de maior envolvimento da comunidade pedagógica. O objetivo deste estudo foi relatar a experiência e analisar a relevância das práticas de promoção da alimentação saudável em três escolas municipais de Taubaté, destacando ações, dificuldades e oportunidades de melhoria. O método consistiu em atividades realizadas em três escolas municipais de educação infantil do município de Taubaté-SP envolvendo conversas orientadas com os alunos e gincanas educativas voltadas à temática da alimentação saudável, realizada pelas bolsistas do Projeto Educando em Saúde com Amor: Hospital do Ursinho da Universidade de Taubaté. As observações de campo foram complementadas por estudos sobre políticas públicas de nutrição escolar. Os resultados mostraram que, embora os cardápios oferecidos estejam alinhados ao Guia Alimentar para a População Brasileira e às recomendações do PNAE, persiste uma dificuldade significativa na aceitação de alimentos in natura, especialmente frutas, legumes e hortaliças. Em contrapartida, atividades lúdicas como gincanas e oficinas mostraram-se estratégias eficazes para estimular a experimentação e o interesse das crianças por esses alimentos. Como conclusão, destaca-se a importância de integrar ações pedagógicas contínuas de educação alimentar ao currículo escolar, de promover a participação da família e da comunidade no processo de conscientização e de fortalecer a atuação do nutricionista escolar como mediador entre saúde, educação e cultura alimentar. Tais estratégias contribuem para consolidar a escola como espaço de formação de hábitos saudáveis e de prevenção de doenças crônicas a longo prazo, além de colaborar para o alcance dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável, especialmente aqueles relacionados à saúde e à educação de qualidade.

**Palavras-chave:** Alimentação Escolar; PNAE; Educação Alimentar e Nutricional; Taubaté.