

## AVALIAÇÃO DE UMA PROPOSTA DE EDUCAÇÃO NUTRICIONAL EM INSTITUIÇÃO DE CRIANÇAS VÍTIMAS DE VIOLÊNCIA FAMILIAR: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

*Débora Cristina da Cunha<sup>1</sup>  
Débora Piola Pereira<sup>2</sup>  
Marcos Coelho Bissoli<sup>3</sup>*

### RESUMO

A seleção de alimentos é parte de um sistema comportamental complexo, determinado primeiramente pelos pais. Dessa forma, crianças criadas em instituições podem apresentar uma alimentação pouco variada, além da insatisfação em se alimentar. Sabendo-se que a educação nutricional é importante para formar um comportamento alimentar saudável e prazeroso, por meio de estratégias lúdicas realizaram-se intervenções alimentares com crianças da Casa do Menor Dom Bosco, destacando-se com a alimentação normal e temática o consumo de alimentos de alto valor nutritivo. Exploraram-se o carnaval das frutas, o teatro dos super heróis, o dia da Páscoa, o dia da salada de frutas, exposição de filme sobre o excesso do consumo de gorduras, o dia da música e o dia do casamento do arroz e do feijão. Por meio da observação participante, percebeu-se que, em relação à alimentação, as crianças apresentaram grandes diferenças ao se comunicar, mostrando o quanto assimilaram das informações que receberam por meio das atividades de que participaram. A intervenção nutricional gerou, pois, resultados notáveis: a partir do momento que a criança sabe orientar o consumo alimentar daqueles que a rodeiam, sabe também explicar as razões do consumo de alimentos saudáveis e a importância de evitar excessos.

**Palavras-chave:** Violência familiar. Comportamento familiar. Educação nutricional.

### EVALUATION OF A PROPOSAL FOR NUTRITION EDUCATION IN AN INSTITUTION OF CHILD VICTIMS OF FAMILY VIOLENCE: AN EXPERIENCE REPORT

### ABSTRACT

The food selection is part of a complex behavioral, determined primarily by the parents. Thus, children raised in institutions may have a somewhat varied diet, and feeding of dissatisfaction. Thus, nutrition education is important to build a healthy and enjoyable eating. Thus, dietary interventions were performed through strategies play with children in the Lower House of Don Bosco, highlighting through the normal power consumption and

<sup>1</sup> Mestranda em Biociências Aplicadas à Saúde. Departamento de Nutrição. Universidade Federal de Alfenas, Alfenas, MG. Correspondência: [deboracristina\\_cunha@hotmail.com](mailto:deboracristina_cunha@hotmail.com).

<sup>2</sup> Acadêmica em Nutrição. Departamento de Nutrição. Universidade Federal de Alfenas, Alfenas, MG.

<sup>3</sup> Mestre em Ciência Animal. Departamento de Nutrição. Universidade Federal de Alfenas, Alfenas, MG.

thematic food of high nutritional value. We carried out the carnival of fruit, the theater of superheroes, the day of Easter, the day of fruit salad, film exposure on the excess consumption of fats, the days of music, the wedding day of rice and beans. Through participant observation we can notice that the children showed significant differences when communicating with regard to food, showing how they have been assimilated by past activities. It was concluded therefore that nutritional intervention has generated remarkable results, from the time the child able to direct food consumption of those around him, knowing explain why consuming healthy foods, and the importance of avoiding excess.

**Keywords:** Family violence. Family behavior. Nutrition education.

## EVALUACIÓN DE UNA PROPUESTA DE EDUCACIÓN NUTRICIONAL EN INSTITUCIÓN DE NIÑOS VÍCTIMAS DE VIOLENCIA FAMILIAR: UN RELATO DE EXPERIENCIA

### RESUMEN

La selección de los alimentos es parte de un complejo de comportamiento, determinado principalmente por los padres. De este modo, los niños criados en instituciones pueden tener una dieta un poco variada, y la alimentación de la insatisfacción. Por lo tanto, la educación nutricional es importante para construir una alimentación saludable y agradable. Por lo tanto, las intervenciones dietéticas se realiza a través de estrategias de jugar con los niños en la Cámara de Diputados de Don Bosco, poniendo de relieve a través del consumo normal de energía y los alimentos temática de alto valor nutritivo. Se llevó a cabo el carnaval de la fruta, el teatro de los superhéroes, el día de la Pascua, el día de la ensalada de frutas, exposición de la película en el consumo excesivo de grasas, los días de la música, el día de la boda de arroz y frijoles. A través de la observación participante se puede notar que los niños mostraron diferencias significativas en la comunicación con respecto a los alimentos, que muestra cómo han sido asimilados por las actividades pasadas. Por ello se concluyó que la intervención nutricional ha generado excelentes resultados, desde el momento en que el niño es capaz de consumo humano directo de los que le rodean, sabiendo explicar por qué los consumidores de alimentos saludables, y la importancia de evitar el exceso.

**Palabras clave:** Violencia familiar. El comportamiento de la familia. La educación nutricional.

### INTRODUÇÃO

Apesar de a violência familiar ser descrita desde a Antiguidade, somente há cerca de 30 anos o tema vem sendo sistematicamente discutido por pesquisadores da área de



saúde ([STRAUS; GELLES, 1995](#); [GELLES, 1997](#)). A importância dada ao problema, não só no meio acadêmico como também na imprensa e no restante da sociedade civil, é consequência direta das estatísticas alarmantes encontradas ao longo dos últimos anos. No Brasil, a magnitude da violência familiar ainda não pode ser bem dimensionada. O reconhecimento recente do problema, a utilização de diferentes definições do fenômeno pelas instituições e pesquisadores responsáveis pelas estatísticas disponíveis, a diversidade das fontes de informações existentes e a inexistência de inquéritos populacionais nacionais são alguns dos fatores que dificultam estimativas mais acuradas. Iniciando uma descrição das linhas de investigação na área de violência familiar, vale ressaltar que a complexidade do fenômeno impõe que o conhecimento a ser produzido seja necessariamente construído por profissionais de diferentes áreas, destacando-se, entre outros, os profissionais de saúde, os cientistas sociais e os antropólogos. Embora reconhecendo que essa transdisciplinaridade implique vasto campo de estudo, dar-se-á ênfase aos estudos do âmbito direto da saúde coletiva. ([REICHENHEIM; MORAES, 1998](#)).

Outro fator importante no âmbito da saúde coletiva é a seleção de alimentos, parte de um sistema comportamental complexo. Na criança, esse comportamento é determinado primeiramente pelos pais, como resultado das práticas culturais e éticas de seu grupo. Experiências precoces e interação contínua com o alimento determinam as preferências alimentares, hábitos e atitudes exibidas pelos adultos ([HOLLI; CALABRESE, 1991](#)).

Na literatura, os dados sobre o consumo alimentar como fenômeno psicossocial são fragmentados e discutidos por várias áreas da ciência. ([RAPPOPORT \*et al.\*, 1992](#)). Além disso, o caráter simbólico do alimento também se diferencia com a idade, situação social e outras variáveis. ([DANIEL; CRAVO, 1989](#)). Dessa forma, considerando-se que é na infância que o hábito alimentar se forma, é necessário o entendimento dos seus fatores determinantes para que seja possível propor processos educativos efetivos para a mudança do padrão alimentar da criança. ([ANGELIS, 1995](#)).

Os fatores psicossociais influenciam as experiências alimentares desde o momento do nascimento da criança, proporcionando a aprendizagem inicial para a sensação da fome e da saciedade e para a percepção dos sabores. Em termos psicossociais, o padrão de alimentação envolve a participação efetiva dos pais como educadores nutricionais por meio das interações familiares que afetam o comportamento alimentar das crianças. (GILLESPIE, 1989 apud [RAMOS; STEIN, 2000](#)).

Em especial, as estratégias que os pais utilizam na hora da refeição para ensinar as crianças sobre o que e o quanto comer, desempenham papel preponderante no desenvolvimento do comportamento alimentar infantil. Alimentos saudáveis em ambiente alimentar agradável permite à criança iniciar a aquisição das preferências alimentares responsáveis pela determinação do seu padrão de consumo. ([BIRCH, 1998](#)).

Assim, no caso de crianças criadas em instituições ou em famílias mal estruturadas, sua educação cultural-alimentar provém dos ambientes que elas



frequentam, o que resulta numa alimentação pobre em nutrientes e pouco variada, além da insatisfação e desprazer pelo ato de se alimentar. A educação nutricional é de extrema relevância para a aproximação das crianças aos alimentos desconhecido se para a formação de um comportamento alimentar saudável e prazeroso.

## OBJETIVO

O objetivo do trabalho foi descrever a implantação de atividades lúdicas para o desenvolvimento de educação nutricional em uma casa de apoio a crianças vítimas de violência familiar.

## METODOLOGIA

Optou-se por uma pesquisa de caráter qualitativo, uma vez que mudanças no comportamento alimentar são frutos de complexo fenômeno antropológico. Por isso, adotou-se a observação participante, por meio da qual pesquisadores e população em estudo interagem provocando transformações nas formas dos sujeitos compreenderem e agir sobre o mundo e permitindo avaliar processos educativos com uma propriedade maior que a obtida a partir de métodos quantitativos ([BORDA, 1985](#); [LUDKE, 1996](#)). O estudo foi realizado em uma casa de apoio a crianças vítimas de violência doméstica, localizada no interior de São Paulo. Como essa casa é a moradia dessas crianças, é ali que realizam todas as refeições, exceto quando estão na escola. É uma instituição sem fins lucrativos, que sobrevive por meio de doações da sociedade e, durante a execução do presente trabalho, abrigava 14 crianças, em média, contando com o auxílio de 3 funcionários.

As estratégias de educação nutricional basearam-se em atividades lúdicas, com o objetivo de desenvolver nas crianças atitudes adequadas em relação ao alimento. Essa atitude é composta por elementos cognitivos, comportamentais e emocionais. Dentre esses três elementos, quando se executa atividades junto a crianças, o motivacional destaca-se, ratificando como prioridade a utilização de materiais coloridos e audiovisuais ([LANZILLOTTI, 1987](#)).

Dentre as atividades propostas encontram-se as seguintes:

- *Carnaval das frutas*: por meio de uma típica festa de carnaval, com serpentinas, confetes e máscaras, tudo decorado com desenhos de frutas e legumes, objetiva-se, de forma divertida, não somente diagnosticar aspectos relacionados ao consumo de frutas e legumes pelas crianças, como também estimular o seu consumo. Durante o evento, realizaram-se jogos em que as crianças eram estimuladas a informar a natureza da fruta que decorava uma máscara para poder usá-la. As atividades de distribuição das máscaras ocorriam concomitantemente a diálogos sobre importância das frutas e legumes

desenhados, observando-se, inclusive, um debate sobre as aversões em relação aos mesmos.

- *Teatro dos super-heróis dos alimentos:* a apresentação contava a história de uma menina chamada Mariazinha, que não gostava de comer e, por isso, passou a ser acompanhada pela Bruxa da Fraqueza. Num dado momento, a menina conheceu os Super-Heróis dos Alimentos: Super Cálcio, Super Ferro e Super Energia. O Super Cálcio, que mora no leite, no queijo e em vários outros alimentos, ajuda a construir os dentes e os ossos. O Super Ferro, por sua vez, mora nas carnes e no feijão, e ajuda a espantar a Bruxa da Fraqueza e a Bruxa da Anemia. Por fim, a Super Energia, que mora em todos os alimentos, ajuda os outros super-heróis a combater a Bruxa da Fraqueza, dando à Mariazinha força para brincar e estudar. Com essa história, objetivou-se iniciar, junto às crianças, uma construção de saberes acerca da composição de alimentos e das funções dos nutrientes.
- *Dia da páscoa:* nesse dia, quando cada uma das crianças ganhou um ovo de chocolate explicou-se sobre a origem histórica da utilização dele como valorização cultural por meio da alimentação. Entretanto, alguns cuidados foram estimulados em relação ao consumo excessivo de alimentos industrializados e açucarados. Com essa atividade, objetivou-se ampliar a discussão do binômio preconceito alimentar x consumo inconsequente, que envolve determinados alimentos, ou seja, que radicalismos dietéticos voltados para a proibição ou estímulo à ingestão devem ser mais bem ponderados. O chocolate, portanto, apresentou-se muito pertinentemente para estes propósitos por suas características antropológicas e dietéticas.
- *Dia da salada de frutas:* essa atividade teve o intuito de motivar o paladar das crianças em relação a frutas, além de sua utilização em diversas preparações e do conhecimento de uma maior variedade desses alimentos. Nela, as crianças experimentavam frutas como kiwi, banana, maçã, uva, manga, mamão, abacaxi e morango individualmente. Posteriormente preparou-se uma salada com as mesmas frutas, para que se observasse o sabor da mistura, destacando-se o quanto esse prato é saboroso e nutritivo. Durante a degustação, comentou-se a importância da ingestão de frutas, além de seus benefícios para a saúde.
- *Dia do desenho animado:* nesse dia, apresentou-se um desenho animado que contrasta dois padrões de alimentação humana. O desenho conta a história de duas pessoas que vão ao supermercado. Uma delas é acompanhada de um “anjinho”, que a estimula a ingerir alimentos saudáveis, *in natura* e integrais, dizendo sempre qual o benefício da ingestão daquele alimento. A outra vai acompanhada de um “diabinho”, sendo incentivada a consumir alimentos industrializados, cheios de gorduras e açúcares, que fazem com que essa pessoa desenvolva excesso de peso. Ao fim do desenho o



“anjinho” diz ao “diabinho” que a alimentação saudável é melhor para todos, pois seu protegido está bem e disposto para as atividades do dia a dia, enquanto o protegido do “diabinho” encontra-se com excesso de gordura e dificuldade de realizar suas atividades diárias. Dessa forma, destacou-se que nossa saúde está completamente relacionada com o que comemos.

- *Dia da música:* nesse dia, as crianças puderam ouvir, dançando e brincando, canções relacionadas aos alimentos. Após a diversão, cada música foi comentada, sempre estimulando-se o senso crítico das crianças em relação à letra da música. Essa atividade teve como objetivo estimular, além do senso crítico e perceptivo, o interesse e o conhecimento de questões relacionadas aos alimentos. As músicas falavam, entre outras coisas, sobre o excesso de sal e de peso, e estimulavam uma alimentação diversificada e colorida ([BICALHO, 2010](#)).

- *Dia do casamento do arroz e do feijão:* o objetivo desta atividade foi mostrar às crianças a importância da ingestão dessa mistura e de onde vêm os alimentos que compramos. Tocou-se uma música ([BICALHO, 2010](#)) que contava a história do dia da festa do casamento do arroz com o feijão. Mostraram-se todas as etapas do processamento desses alimentos: o arroz pós colheita (arroz com casca), após o primeiro processamento (arroz integral), após o processamento final (arroz polido) e o produto final empacotado; o mesmo deu-se com o feijão, que foi apresentado desde a forma dentro da vagem, passando pela forma limpa e chegando à empacotada. Durante essa atividade, comentaram-se aspectos da origem dos alimentos, como a origem da carne, do leite e dos ovos. Por fim, discutiu-se acerca dos processos de produção de queijo, iogurte, entre outros laticínios.

## RESULTADOS

Durante a realização das atividades, vários aspectos do comportamento das crianças foram observados:

- *Atitude das crianças:* percebeu-se que as atividades lúdicas auxiliaram na transmissão de informações, de modo que as crianças assimilaram conceitos e conteúdos de forma divertida e prazerosa. Observou-se também que as crianças apresentaram evolução ao se comunicar no que diz respeito à alimentação, ampliando o interesse por aspectos cognitivos relacionados aos alimentos. Durante os encontros, as crianças sempre apresentavam comentários sobre as atividades já realizadas. Estes comentários podem ser classificados inicialmente em conclusões e dúvidas sobre os temas abordados.

- *Aspectos Cognitivos:* correspondem à capacidade da criança de construir conhecimento por intermédio de suas vivências. Nesse sentido, a educação nutricional

mostrou-se eficaz, pois, em sua comunicação, as crianças passaram a comentar mais sobre os aspectos teóricos propostos durante as atividades, articulando frases como:

- “- Tia! A carne tem ferro porque tem o Super Ferro, né?”;
- “- O arroz e o feijão são casados, por isso tem que comer os dois!”;
- “- Salgadinho é gostoso. Mas só posso comer pouquinho, né? E bolacha? Também?”;
- “- Tia! Quero a máscara daquela fruta vermelhinha! É a maçã, não é?”;

● *Aspectos comportamentais:* certos aspectos das ações praticadas pelas crianças avaliaram-se como transformações positivas, pois alguns de seus relatos aparentaram ter tomado nova direção, motivados pela proposta de educação nutricional desenvolvida:

- “- Chocolate tem que comer bem pouquinho né?”;
- “- Tem que comer tudo pra Bruxa da Fraqueza não chegar!”;
- “- Se comer certo fica bem forte e bonitão?”;
- “- Tia! Se a gente comer errado a gente engorda igual o moço do desenho, né!”;

● *Aspectos emocionais:* a educação nutricional parece ter sido motivadora de aspectos ligados ao prazer, satisfação e preferência da criança em relação à alimentação, pois algumas comunicações sugerem que as crianças experimentaram transformações na satisfação e diversão do ato de se alimentar. Também, certos relatos traduzem aspectos motivacionais, que nada mais são que a tradução de aversões e preferências alimentares:

- “- Tia! Eu gosto de salada de fruta!”;
- “- Tia! Eu gosto de carne!”;
- “- Eu não gostava daquele legume verde que parece uma árvore. É o brócolis, não é?”.

## DISCUSSÃO

Hábitos alimentares são influenciados por diversos fatores como o ambiente familiar, que inclui os exemplos dados pelos pais e as demais pessoas do convívio familiar, além do ambiente e atmosfera ao redor do alimento na hora da refeição ([MAHAN; ESCOTT-STUMP, 2002](#)). Segundo o mesmo autor, é a infância o período em que se estabelece o padrão alimentar, sendo, portanto, o momento ideal para se criarem hábitos saudáveis. Nesse contexto, a educação em saúde é de extrema importância e ocupa o mesmo universo da pesquisa qualitativa, com áreas de conhecimento articulados às ciências sociais, antropologia médica, psicologia, educação e pedagogia, pois todas procuram nos indivíduos, inseridos em seus contextos, a solução para seus problemas ([LIMA; COSTA, 2005](#)). Portanto, a observação participante possibilita ao observador, inserido no contexto da criança “olhar” para as apropriações reais e potenciais que acontecem, criando a possibilidade de se construir um conhecimento que permite uma relação mais real com os processos que se dão no dia a dia da criança. Assim, o observador toma proveito dos momentos “informais” como a oportunidade para conhecer a realidade da criança como um espaço de intervenção junto ao universo das



representações daqueles que ali se inserem e se expressam ([MARTINS, 1996](#)). Definida como um conjunto de ações formativas que objetivam estimular a adoção voluntária de práticas e escolhas alimentares saudáveis, que colaborem para a aprendizagem, o estado de saúde e a qualidade de vida do indivíduo ([BRASIL, 2009](#)), realizada de forma lúdica, a educação nutricional mostrou-se, dessa forma, segundo dados obtidos por meio de observação participante, como um método eficiente para melhora do comportamento alimentar de crianças ([LANZILLOTTI; BISSOLI, 1988](#)).

## CONCLUSÃO

Assim proposta, a estratégia de educação nutricional apresentou-se satisfatória, pois levou à melhora da relação das crianças com os alimentos, fazendo com que não somente elas passassem a se interessar mais pelos mesmos, como também a modificar suas atitudes alimentares. Portanto, considera-se pertinente a realização, a longo prazo, de educação nutricional com crianças moradoras de instituições que abrigam crianças vítimas de violência doméstica, a fim de melhorar seu comportamento alimentar.

## REFERÊNCIAS

[ANGELIS, R. C.](#) Alimentação na infância vs conseqüências ulteriores na saúde. **Revista Paulista de Pediatria**. v. 13, p. 126-7, 1995.

[BICALHO, T.](#) **MPN: Música popular nutritiva**. Juiz de Fora: Produção Independente, 2010. 1 CD.

[BIRCH, L. L.](#) Psychological influences on the childhood diet. **Journal of Nutrition**, v. 128, p. 407-10, 1998.

[BORDA, O. F.](#) Aspectos teóricos da pesquisa participante: considerações sobre o significado e o papel da ciência na participação popular. In: BRANDÃO, C. R. (Org.). **Pesquisa participante**. 5. ed. São Paulo: Brasiliense, 1985. p. 42-62

[BRASIL](#). Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. 2009. Disponível em: <<http://www.fnde.gov.br/index.php/programas-alimentacao-escolar>>. Acesso em: 23 out. 2011.

[DANIEL, J. M. P.; CRAVO, V. Z.](#) O valor social e cultural da alimentação. **Boletim de Antropologia**, v. 2, n. 4, p. 70-83, 1989.

[GELLES, R. J.](#) **Intimate violence in families**. London: SAGE Publications, 1997.



[HOLLI, B. B.; CALABRESE, R. J.](#) **Communication and education skills: the dietitian 's guide.** 2 .ed. Pensylvania: Lea & Febiger, 1991.

[LANZILLOTTI, H. S.](#) **Crença na crença.** São Gonçalo: Sócrates Editorial, 1987.

[LANZILLOTTI, H. S.; BISSOLI, M. C.](#) Educação nutricional como forma de intervenção: avaliação de uma proposta para pré-escolares. **Revista de Nutrição da PUCAMP**, Campinas, v. 10, n. 2, p. 107-113, 1988.

[LIMA, K. A.; COSTA, F. N. A.](#) Educação em saúde e pesquisa qualitativa: relações possíveis. **Alimentação e Nutrição**, Araraquara, v.16, n.1, p. 33-38, 2005.

[LÜDKE, M. A. M.](#) **Pesquisa em educação: abordagens qualitativas.** São Paulo: EPU, 1996.

[MAHAN, L. K.; ESCOTT-STUMP, S.](#) **Krause: alimentos, nutrição e dietoterapia.** 10. ed. São Paulo: Roca, 2002.

[MARTINS, J. B.](#) Observação participante: uma abordagem metodológica para a psicologia escolar. **Semina: Ciências Sociais e Humanas**, Londrina, v. 17, n. 3, p. 266-273, 1996.

[RAMOS, M.; STEIN, L.](#) Desenvolvimento do comportamento alimentar infantil. **Jornal de Pediatria**, Rio de Janeiro, v. 76, p. 229-237, 2000.

[RAPPOPORT, L. H. et al.](#) Reasons for eating: an exploratory cognitive analysis. **Ecology of Food and Nutrition**, London, v.28, n.3, p.171-189, 1992.

[REICHENHEIM, M.; MORAES, C.](#) Alguns pilares para a apreciação da validade de estudos epidemiológicos. **Rev. bras. epidemiol.**, v.1, n.2, ago. 1998.

[STRAUS, M. A.; GELLES, R. J.](#) **Physical violence in american families: risk factors and adaptations to violence in 8,145 families.** New Brunswick: Transaction Publishers, 1995.