



ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR

Embu-Guaçu, 19 de fevereiro de 2025

EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL

1

A Educação Alimentar e Nutricional é uma das diretrizes do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), política pública gerenciada pelo Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE).

No processo de execução do PNAE há uma articulação entre a Nutrição e Educação, que transcende a mera oferta de alimentação para mudanças de hábitos alimentares entre estudantes, familiares e a comunidade escolar.

O Nutricionista, profissional da saúde é inserido no universo da Educação, apropriando-se dos conceitos daquela área e enriquecendo sua prática para a alimentação escolar. Da mesma forma, contribui para que os profissionais da educação compreendam as razões das escolhas técnicas dos nutricionistas para compor os cardápios escolares, respeitando as necessidades nutricionais dos estudantes e suas particularidades culturais.

Além da família, a escola também é um meio que interfere na escolha alimentar dos escolares. É na escola que o aluno desenvolve seu processo de habilidades e onde se deve destacar a promoção de hábitos alimentares e estilo de vida saudável. A escola é um ambiente que pode promover uma alimentação adequada, inserindo conceitos de alimentação e nutrição nos diferentes níveis de ensino, aliados ao conteúdo programático.

A escola aparece como espaço privilegiado para o desenvolvimento de ações de melhoria das condições de saúde e do estado nutricional dos escolares, sendo um setor estratégico para a concretização de iniciativas de programas de educação em saúde em larga escola, incluindo programas de educação alimentar e nutricional. Estes devem consistir em processos ativos, lúdicos e interativos, que favoreçam mudanças de atitudes e das práticas alimentares.

A EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL (EAN) se configura como um campo de conhecimento e prática contínua e permanente, intersetorial e multiprofissional, que utiliza diferentes abordagens educacionais.

A EAN como prática está inserida na ação estratégica da Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN) de incentivo à Promoção da Saúde e da Alimentação Adequada e Saudável (BRASIL, 2013).



ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR

Visando hábitos alimentares saudáveis a EAN passa valer os diferentes saberes e temas relacionados à alimentação nos campos específicos da cultura, história, geografia, ciências, entre outros.

Objetivos da EAN

- Contribuir para o direito humano à alimentação adequada e saudável;
- Garantir a segurança alimentar e nutricional;
- Valorizar a cultura alimentar;
- Promover a sustentabilidade;
- Reduzir o desperdício;
- Prevenir e controlar doenças crônicas não transmissíveis;
- Prevenir e controlar deficiências nutricionais.

Princípios da EAN

- Sustentabilidade social, ambiental e econômica;
- Valorização da cultura alimentar local;
- Respeito à diversidade de opiniões e perspectivas;

Ações da EAN

- Ações que envolvem indivíduos ao longo de todo o curso da vida;
- Ações que envolvem grupos populacionais e comunidades;
- Ações que envolvem diferentes abordagens educacionais.

Conforme a Resolução Nº 06 de 08/05/2020 – FNDE/PNAE – CAPÍTULO III – DAS AÇÕES DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL

“Art. 14 É de responsabilidade da Seduc, da Prefeitura Municipal e da escola federal, no âmbito de sua respectiva jurisdição administrativa, mediante atuação coordenada dos profissionais de educação e do responsável técnico e demais nutricionistas, a inclusão da educação alimentar e nutricional – EAN no processo de ensino e aprendizagem, que perpassa de maneira transversal o currículo escolar, abordando o tema alimentação e nutrição e o desenvolvimento de práticas e habilidades que promovam modos de vida saudáveis, na perspectiva da segurança alimentar e nutricional.

§ 1º Para fins do Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE, considera-se EAN o conjunto de ações formativas, de prática contínua e permanente, transdisciplinar, intersetorial e multiprofissional, que objetiva



ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR

estimular a adoção voluntária de práticas e escolhas alimentares saudáveis que colaborem para a aprendizagem, o estado de saúde do escolar e a qualidade de vida do indivíduo.

§ 2º Em termos de transversalidade curricular e de transdisciplinaridade, as ações de EAN podem se valer dos diferentes saberes e temas relacionados à alimentação, nos campos da cultura, da história, da geografia, dentre outros, para que os alimentos e a alimentação sejam conteúdo de aprendizado específico e recurso para aprendizagem de diferentes temas. Assim, as ações de EAN devem utilizar o alimento, a alimentação escolar e/ou a horta escolar como ferramenta pedagógica, quando couber.

§ 3º Deve-se observar os seguintes princípios no processo de ensino e aprendizagem das ações de EAN:

I – Sustentabilidade social, ambiental e econômica;

II – Abordagem do sistema alimentar, na sua integralidade;

III – Valorização da cultura alimentar local e respeito à diversidade de opiniões e perspectivas, considerando a legitimidade dos saberes de diferentes naturezas;

IV – A comida e o alimento como referências; valorização da culinária enquanto prática emancipatória;

V – A promoção do autocuidado e da autonomia;

VI – A educação enquanto processo permanente e gerador de autonomia e participação ativa e informada dos sujeitos;

VII – A diversidade nos cenários de prática;

VIII – Intersetorialidade;

IX – Planejamento, avaliação e monitoramento das ações.

§ 4º As ações de educação alimentar e nutricional devem ser planejadas, executadas e documentadas.”

As ações de EAN devem utilizar a horta escolar como ferramenta pedagógica, em conformidade com o § 2º do art. 14 da Resolução/CD/FNDE nº 6/2020. Recomenda-se, entre outras ações de EAN:

01. O cultivo de legumes, hortaliças, temperos e ervas medicinais, inclusive de Plantas Alimentícias Não-Convencionais - PANCS, a fim de levar os estudantes a perceberem a horta como um espaço vivo, onde todos os organismos juntos formam uma cadeia, proporcionando uma produção sustentável e fonte de alimentação saudável, assim como proporcionar aos estudantes a descoberta das técnicas de plantio, manejo do solo, cuidado com as plantas e técnicas de proteção da estrutura do solo.



ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR

Indica-se o seguinte material didático do projeto “Educando com a Horta Escolar” (ação obrigatória):

- Caderno 1: A horta escolar dinamizando o currículo da escola. Disponível em:

http://www.educacao.go.gov.br/documentos/nucleomeioambiente/Caderno_horta.pdf

f.

- Caderno 2: Orientações para implantação e implementação da horta escolar. Disponível em:

http://www.educacao.go.gov.br/documentos/nucleomeioambiente/horta_escolarcaderno_2.pdf.

- Caderno 3: Alimentação e nutrição – Caminhos para uma vida saudável. Disponível em:

<http://redesans.com.br/rede/wp-content/uploads/2012/10/horta-caderno3.pdf>.

- Caderno 4 – De 6 a 10 anos: Aprendendo com a Horta – Volume 1. Disponível em:

<http://www4.planalto.gov.br/consea/publicacoes/metodologia-de-ean/a-horta-escolar-dinamizando-o-curriculo-da-escola-caderno-4-vol-1/3-a-horta-escolar-dinamizando-o-curriculo-da-escola-caderno-4-vol-1.pdf>.

- Caderno 4 – De 11 a 14 anos: Aprendendo com a Horta – Volume 2. Disponível em:

<http://redesans.com.br/rede/wp-content/uploads/2012/10/horta-caderno4-2.pdf>.

DOCUMENTOS DE REFERÊNCIA PARA CONSTRUÇÃO DA EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL

<https://www.eanescolar.com.br/refer%C3%Aancias>

Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas

https://www.eanescolar.com.br/files/ugd/f5a69d_dbf4ab2044c74b5f98e84c46427c1ba5.pdf

O Direito Humano à Alimentação Adequada e o SISAN

https://www.eanescolar.com.br/files/ugd/f5a69d_bb998ccc8039496a8c007e4fac9d1196.pdf

Guia Alimentar para a população Brasileira – 2014

https://www.eanescolar.com.br/files/ugd/f5a69d_f5e932d38879413895b6dda08f25b596.pdf



ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR

Princípios e Práticas para Educação Alimentar e Nutricional – 2018

https://www.eanescolar.com.br/files/ugd/f5a69d_f248f9995797474d996ef48136faa298.pdf

Educação Alimentar e Nutricional: Articulações e sabores – 2018

https://www.eanescolar.com.br/files/ugd/f5a69d_8a3cfa83f7714f528de3df976f291483.pdf

Guia Alimentar para Crianças Brasileiras menores de 02 anos – 2019

https://www.eanescolar.com.br/files/ugd/f5a69d_f1cf644f7a914adebea2309c0b3d84bb.pdf

Nota Técnica Nº 2.810.740/2022 – Educação alimentar e Nutricional no PNAE: Atores Sociais e Possibilidades de Atuação – 2022

https://www.eanescolar.com.br/files/ugd/f5a69d_5272d7dc3cc647c398642bb15a6f6f58.pdf

Extensão e Pesquisa e alimentação Escolar no Brasil – 2022

https://www.eanescolar.com.br/files/ugd/f5a69d_bad07d4f1df74f69979066f3c1fd60f4.pdf

Caderno de Legislação – PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 2023

https://www.gov.br/fnde/pt-br/acesso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/manuais-e-cartilhas/copy_of_Cadernodelegislao_PNAE_2023.pdf

Educação Alimentar e Nutricional em Escolas Brasileiras - 2023

<https://centrodeexcelencia.org.br/wp-content/uploads/2019/08/PolicyBrief2PT-1.pdf>

Decreto Nº 11.821/2023. Orientação as Ações de Promoção da Alimentação Adequada e saudável no Ambiente Escolar – 2023

https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/ato2023-

[2026/2023/decreto/D11821.htm#:~:text=DECRETO%20N%C2%BA%2011.821%2C%20DE%2012,e%20saud%C3%A1vel%20no%20ambiente%20escolar.](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/ato2023-2026/2023/decreto/D11821.htm#:~:text=DECRETO%20N%C2%BA%2011.821%2C%20DE%2012,e%20saud%C3%A1vel%20no%20ambiente%20escolar.)



ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR

Educação Alimentar e Nutricional para a Saúde Planetária – 2024

https://www.eanescolar.com.br/files/ugd/f5a69d_20d9b9bc5f174601942b3b307fcaff03.pdf

REFERENCIAL PRÁTICO

Caderno de Ações de Educação Alimentar e Nutricional – 2018

https://www.eanescolar.com.br/files/ugd/f5a69d_d040cc6d4c924ee49e98c22f5eb10b45.pdf

Caderno de atividade – Promoção da Alimentação Adequada e Saudável – Ensino Fundamental II – 2018

https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/promocao_alimentacao_saudavel_ensino_fundamental_II.pdf

Caderno de atividade – Promoção da Alimentação Adequada e Saudável – Ensino Fundamental I – 2018

http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/caderno_atividades_ensino_fundamental_I.pdf

Caderno de atividade – Promoção da Alimentação Adequada e Saudável – Educação Infantil – 2018

http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/caderno_atividades_educacao_infantil.pdf

Comer Bem e Melhor, juntos. Caderno de Ferramentas para Promover a Alimentação Saudável entre Adolescentes – 2019

https://www.eanescolar.com.br/files/ugd/f5a69d_90b852abb42f4a9893aee731f00f369b.pdf

Comer bem e Melhor. Caderno de Ferramentas para Promover a Alimentação Saudável entre Adolescentes juntos às Suas Famílias e Comunidades – 2019

https://www.eanescolar.com.br/files/ugd/f5a69d_5ac562797d4047a8af5ba71c200330e3.pdf

Educação Alimentar e Nutricional para Crianças: Uma Abordagem Holística – 2020

https://www.eanescolar.com.br/files/ugd/f5a69d_2a63fd5e118d43dbabad05ece9cd091d.pdf



ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR

Cartilha Educação alimentar e Nutricional com Base no Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores de 02 anos – 2021

https://www.eanescolar.com.br/files/ugd/f5a69d_329cebbf13f04909ac0aa58e3e7c0491.pdf

Material Complementar à Cartilha Educação alimentar e Nutricional com Base no Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores de 02 anos – 2021

file:///D:/Motoda/EAN/Materiais_apoio_cartilha_EAN.pdf

Boas Práticas em Hortas Escolares e Alimentação Escolar – África, Ásia e América Latina – 2023

https://www.eanescolar.com.br/files/ugd/f5a69d_d3b688fa7c244c10b1709273babd3b43.pdf

Detetives da Comida: O que comemos e por que comemos? – 2023

https://www.eanescolar.com.br/files/ugd/f5a69d_5bd45789cdf947809806b5939da7df37.pdf

Material de Apoio do livro didático “Detetives da Comida: O que comemos e por que comemos? – 2023

https://www.eanescolar.com.br/files/ugd/f5a69d_385d7baf093a40c7b8b650a4eea657bb.pdf

Autismo: Seletividade alimentar no contexto escolar 2024

https://www.eanescolar.com.br/files/ugd/f5a69d_c412c2a1946a49ed965abf2955a50662.pdf

Cartilha de Atividades de EAN

<cartilha-de-atividades-de-ean.pdf>



ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR

SUGESTÃO DE OUTROS TEMAS PARA SEREM TRABALHADOS

01. DATAS COMEMORATIVAS DA ALIMENTAÇÃO

	Mês	Dia	Comemora-se
01	Março	20	Dia mundial sem carne; Dia Internacional da Felicidade (abordar sobre alimentação x prazer); Dia Mundial da Saúde Bucal.
		31	Dia Mundial da Saúde e Nutrição
02	Abril	22	Dia Mundial da Terra (abordar sobre sustentabilidade); Dia da mandioca;
		24	Dia internacional do milho.
03	Junho	07	Dia mundial da segurança dos alimentos;
		24	Dia internacional do leite.
04	Agosto	MÊS DO ALEITAMENTO MATERNO NO BRASIL	
		03	Dia da melancia;
		09	Dia internacional dos povos indígenas (abordar sobre a alimentação deles);
		31	Dia do Nutricionista.
05	Setembro	22	Dia da banana;
		29	Dia internacional de conscientização sobre perda e desperdício de alimentos.
06	Outubro	16	DIA MUNDIAL DA ALIMENTAÇÃO
		21	Dia nacional da alimentação escolar; Dia internacional da maçã.
		25	Dia mundial do macarrão.
07	Novembro	24	Dia mundial da ciência (Nutrição é ciência).

02. Porque uma alimentação adequada e saudável pode evitar doenças crônicas não transmissíveis, quais são elas?

03. Como alimentação inadequada pode contribuir para o surgimento dessas doenças?

04. Material para desenvolver ações para a Educação Alimentar e Nutricional:



ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR

- <https://idec.org.br/dicas-e-direitos/como-aproveitar-os-talos-e-folhas-dos-legumes>
- <https://idec.org.br/dicas-e-direitos/confraternizacoes-saudaveis>
- <https://idec.org.br/dicas-e-direitos/descubra-quais-sao-os-alimentos-de-cada-estacao>
- <https://idec.org.br/dicas-e-direitos/leite-vegetal>
- <https://idec.org.br/dicas-e-direitos/pao-biscoito-torrada-integrais>
- <https://idec.org.br/dicas-e-direitos/natal-sem-ultraprocessados-idec-da-dicas-para-festas-mais-saudaveis>
- <https://idec.org.br/dicas-e-direitos/tempero-natural>
- <https://idec.org.br/dicas-e-direitos/culinaria-acoriana>
- <https://idec.org.br/dicas-e-direitos/culinaria-norte-brasil>
- <https://idec.org.br/dicas-e-direitos/comida-caicara>
- <https://idec.org.br/dicas-e-direitos/milho>
- <https://idec.org.br/dicas-e-direitos/qual-e-verdadeira-historia-da-culinaria-caipira>
- <https://idec.org.br/dicas-e-direitos/arroz>
- <https://idec.org.br/dicas-e-direitos/preparo-leguminosas-remolho>
- <https://idec.org.br/dicas-e-direitos/plantas-medicinais>
- <https://idec.org.br/dicas-e-direitos/como-desvendar-os-rotulos-e-se-alimentar-melhor>
- <https://idec.org.br/dicas-e-direitos/nbcal-protege-amamentacao>
- <https://idec.org.br/dicas-e-direitos/agroecologia-pode-preservar-o-meio-ambiente>
- <https://idec.org.br/dicas-e-direitos/cacau-fruta-chocolate>
- <https://idec.org.br/dicas-e-direitos/cuscuz>
- <https://idec.org.br/dicas-e-direitos/abra-felicidade-de-comer-saudavel-em-meio-tanta-oferta-de-ultraprocessados>
- <https://idec.org.br/dicas-e-direitos/comida-sertaneja>
- <https://idec.org.br/dicas-e-direitos/5-bons-motivos-para-trocar-supermercados-por-feiras>
- <https://idec.org.br/dicas-e-direitos/confraternizacoes-saudaveis>
- <https://idec.org.br/dicas-e-direitos/cesta-basica>
- https://alimentandopoliticas.org.br/?utm_source=LP_Alimentando_Politicas_LP&utm_medium=site&utm_campaign=LP_Alimentando_Politicas_LP&utm_term=
- https://idec.org.br/dicas-e-direitos/influencia-da-culinaria-africana-no-brasil?utm_campaign=boletim_ta-na-mesa&utm_content=ta-na-mesa_2024-11-20&utm_medium=email&utm_source=dinamize&utm_term=texto-livre_confira-tudo-aqui
- https://arca.furg.br/images/stories/producao/orientacoes_para_implantacao_e_implementacao_da_horta_escolar.pdf
- https://mds.gov.br/webarquivos/MDS/2_Acoes_e_Programas/Acesso_a_Alimentos_e_a_Agua/Programa_a_Nacional_de_Agricultura_Urbana_e_Peri_Urbana/Arquivos/Hortas-Pedagogicas-Manual-Pratico-para-Instalacao.pdf
- <https://tutormundi.com/blog/projeto-horta-na-escola/>



ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR

A Educação Alimentar e Nutricional deve ser trabalhada ao longo do ano letivo e todas as atividades desenvolvidas na unidade escolar devem ser registradas para futuramente serem compartilhadas no site da Prefeitura, na página da Secretaria Municipal de Educação.

Elaine Witt Motoda
CRN-3 – RT – Nº 8490

Carlos A. F. Marques Junior
CRN-3 – Nº 68319