

A atuação do professor de educação física na promoção da alimentação saudável¹

Bruno Luís de Oliveira Brito²

Dr. Júlia Aparecida Devidé Nogueira (Orientadora)³

Resumo:

O estudo avaliou o nível de conhecimento sobre recomendações nutricionais em professores de educação física, quantificou a frequência de abordagem do tema nas aulas e atividades pedagógicas da disciplina e listou os métodos e estratégias mais frequentes utilizados para abordar o tema. Participaram da pesquisa 16 professores de educação física do ensino fundamental II (6º ao 9º ano) de 11 escolas da rede privada de ensino de Brasília-DF, respondendo questionário com questões fechadas sobre dados demográficos, recomendações alimentares e abordagem do tema em sala. Notou-se elevado conhecimento destes professores em aspectos básicos relacionados a alimentação saudável e frequente abordagem do tema, com uso de palestras e aulas expositivas. No entanto, desconhecem, ao menos em parte, questões normativas e da realidade que o cerca sobre o tema.

Palavras-chaves: Alimentação saudável. Educação física escolar.

1. INTRODUÇÃO

No Brasil é possível identificar que nos últimos anos houve alteração do padrão de alimentação da população. Os brasileiros passaram consumir maior quantidade de alimentos, sendo maior parte deles alimentos ricos em gorduras e carboidrato simples. Houve a diminuição da aquisição de alimentos *in natura* e aumento na preferência por alimentos industrializados e processados. Soma-se a isso o aumento da realização de refeições fora de casa, muitas vezes em *fast-foods*. Tudo isso contribui para o aumento da ingestão calórica e conseqüentemente a

¹ Trabalho de Conclusão de Curso, apresentado à Universidade de Brasília, como parte das exigências para a obtenção do título de licenciatura em Educação Física.

² Bruno Luís de Oliveira Brito, licenciando do curso de Educação Física na Universidade de Brasília – UnB.

³ Júlia Aparecida Devidé Nogueira, graduada em Educação Física pela Universidade de Brasília (1995), com Mestrado em Ciências da Saúde pela Universidade de Brasília (2001), Doutorado em Ciências da Saúde pela Universidade de Brasília (2005) e Pós-Doutorado em Saúde Coletiva pela Universidade Federal do Ceará (2013).

dificuldade de manter a massa corporal em níveis considerados saudáveis (MENDONÇA; ANJOS, 2004).

A prevalência do sobrepeso e obesidade é crescente no país. Tendência que antes era percebida apenas nas regiões mais ricas, agora se estende também para as camadas sociais de baixa renda. Há, nos últimos anos, a redução do problema da desnutrição e o aparecimento de outro problema: a obesidade e o sobrepeso (BATISTA FILHO; RISSIN, 2003).

O excesso de peso pode prejudicar gravemente a funcionalidade do organismo humano, favorecendo o aparecimento de disfunções metabólicas, como por exemplo, a diabetes mellitus. Também pode ter como consequência: doenças cardiovasculares, disfunções pulmonares e alguns tipos de câncer. Aspectos estes que diminuem a qualidade de vida e podem levar a morte prematura do indivíduo (SALVE, 2006).

Em razão do aumento da prevalência e das graves consequências da obesidade e do sobrepeso, e devido às mudanças no comportamento alimentar, é recomendado pela Organização Mundial da Saúde (OMS) que a escola seja um local de aprendizagem sobre educação, alimentação e demais assuntos relacionados à saúde já que tem a capacidade de influir na vida de maior parte das crianças (OMS, 2004).

O Distrito Federal possui recente legislação (lei 5146/2013) que estabelece diretrizes para a promoção da alimentação saudável nas escolas de sua rede ensino e indicam que ações relativas à promoção da alimentação saudável devem envolver toda a comunidade escolar, alunos e suas famílias, professores, funcionários da escola, proprietários e funcionários de cantinas escolares (DISTRITO FEDERAL, 2013).

Também há previsão nos Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN) de que o tema da alimentação seja transversal às disciplinas, e que os alunos devam ser capazes de adotar hábitos alimentares que visem manter e melhorar sua saúde, o que depende diretamente das ações adotadas nas escolas (BRASIL, 1998).

É relevante destacar que quando o tema da alimentação saudável é abordado, seja em documentos ou normativas escolares ou na literatura científica, muito frequentemente ele vem atrelado à discussão das atividades físicas ou práticas corporais, numa perspectiva complementar de hábitos saudáveis

(FERNANDES et al., 2009; DAVANÇO; TADDEI; GAGLIANONE, 2004; SOUSA; NOGUEIRA; REZENDE, 2012), inclusive no currículo escolar (BRASIL, 1998).

Levando em conta a orientação do PCN, as recomendações da OMS e os dispostos na lei distrital 5146/2013, percebemos a relevância de se abordar o tema da alimentação saudável nas escolas. Em adição, identificando o professor de Educação Física como um ator chave na promoção de estilos de vida saudáveis na escola, sendo responsável por abordar de forma associada os fatores relacionados à saúde, especialmente as atividades físicas ou práticas corporais, juntamente com alimentação saudável, higiene e prevenção de doenças, entre outros (BARBOSA, 2012).

Assim sendo, é interessante identificar se tais professores possuem conhecimentos básicos em nutrição e se atuam com esse tema no decorrer de suas aulas e atividades escolares. O objetivo central do presente estudo foi avaliar o nível de conhecimento sobre recomendações nutricionais em professores de Educação Física, quantificar a frequência de abordagem desse tema nas aulas e atividades pedagógicas da disciplina Educação Física, e listar os métodos e estratégias mais frequentemente utilizados para abordar esse tema. Em adição, buscou-se informações sobre a ciência de normas e diretrizes político pedagógicas (lei distrital e projeto pedagógico) e ações escolares (cardápio da cantina e estrutura para aulas) por parte desses professores.

2. METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo e transversal realizado com professores de Educação Física de escolas de ensino fundamental II (do 6º ao 9º ano) da rede particular de ensino de Brasília, Distrito federal.

A Região Administrativa de Brasília, também conhecida como Plano Piloto, é composta pelos bairros da Asa Norte; Asa Sul; Setor Militar Urbano, Setor Noroeste e os Setores de Oficinas, Armazenagem e Abastecimento, e Indústrias Gráficas; e as Vilas Planalto, Telebrasília e Weslian Roriz (CODEPLAN, 2016).

Ao todo, essa região administrativa possui 43 escolas particulares que atendem o ensino fundamental II. Destas, 13 escolas, representando 30% do total, foram selecionadas por conveniência para participar do presente estudo.

Após selecionar as escolas, o pesquisador procurou o diretor de cada escola para apresentação do projeto e obtenção da autorização para realização da

pesquisa. Duas escolas não permitiram a realização da pesquisa alegando que a escola não estava aberta para esse tipo de atividade científica externa.

Após a autorização pelos diretores de 11 escolas, o pesquisador visitou cada uma buscando identificar os professores de Educação Física presentes na escola. Foram identificados 16 professores nos momentos das visitas. Todos receberam uma breve explicação da pesquisa e foram convidados a participar; não houve nenhuma recusa.

As visitas e coleta de dados ocorreram entre os dias 24 e 27 de outubro de 2016. Após a breve explanação sobre a pesquisa cada professor recebeu um termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE), informando os objetivos e procedimentos da pesquisa, e garantindo o sigilo quanto a identidade dos participantes. Após a leitura e assinatura do TCLE, os professores receberam um questionário com questões fechadas sobre dados demográficos (sexo, idade, tempo de formação e trabalho), sobre recomendações alimentares (frequência de ingestão de alguns alimentos, alimentos prejudiciais à saúde, e prevenção de doenças por alimentação) e sobre a abordagem do tema da alimentação nas aulas. O questionário de conhecimento sobre alimentação saudável foi desenvolvido com base no Guia alimentar: como ter uma alimentação saudável, desenvolvido pelo Ministério da Saúde (2012).

Os questionários foram aplicados individualmente no período regular de trabalho. Cada professor teve a liberdade de responder ao questionário no momento que julgasse mais oportuno; alguns responderam em quadra durante a própria aula enquanto outros responderam na sala de professores.

Os 16 professores de educação física participantes foram avaliados quanto ao nível de conhecimento sobre alimentação saudável e sobre as formas de abordagem desse tema nas aulas de educação física. Para as respostas a cada uma das 17 questões de conhecimento nutricional foi atribuída uma pontuação (errado = 0; parcialmente correto = 5; e correto = 10), sendo possível alcançar pontuação máxima de 170 pontos. Para facilitar a compreensão dos resultados, a pontuação do questionário de conhecimento foi transformada para uma escala de zero a 100 pontos através de uma regra de três simples. Os resultados foram apresentados de forma descritiva utilizando-se os valores de média e desvio padrão (DP).

As questões sobre opinião dos professores sobre a relevância do tema e de como aborda a temática da alimentação em suas aulas foram descritas em frequências relativas (%). Informações da percepção do professor sobre a infraestrutura da escola para sua atuação como educador físico; sobre saber se o projeto pedagógico da escola contempla o tema da alimentação saudável; se ele conhece a lei distrital que estabelece diretrizes para a promoção da alimentação saudável; e se ele conhece o cardápio da cantina da escola também foram expressas em frequências.

Buscou-se ainda associações entre os dados demográficos (sexo, idade, tempo de formação e trabalho) e as variáveis de desfecho (percepções, atitudes e conhecimentos sobre alimentação saudável) através do teste do qui-quadrado. Utilizou-se o programa Excel para tabulação dos dados e realização da análise estatística. O nível de significância adotado foi de $p < 0,05$.

3. RESULTADOS

Responderam ao questionário 16 professores de educação física, 31,3% do sexo feminino e 68,7% do sexo masculino, com idade média (DP) de 39,3 (7,3) anos. A maioria (62,5%) tinha entre 30 e 39 anos de idade e 37,5% estavam acima dessa faixa etária; 75,0% dos participantes tinham mais de 10 anos de formado em Educação Física; e 87,5% trabalham na escola em que foram entrevistados a mais de 2 anos.

Quanto aos conhecimentos sobre as recomendações alimentares, a pontuação média (DP) foi de 89,5 (4,5) de um total de 100 pontos; sendo a pontuação mínima de 82,4 e a máxima de 97,1 pontos.

Quanto à percepção dos professores sobre a infraestrutura da escola para sua plena atuação como educador físico, apenas um participante (6,7%) relatou que esta era inadequada. Apenas um professor (6,7%) não soube responder se o projeto pedagógico da escola contempla temas sobre alimentação saudável; todos os demais responderam que sim. Sobre a lei distrital que estabelece diretrizes para a promoção da alimentação saudável, 50% dos professores relataram conhece-la; e 31,3% informou que desconhece o cardápio da cantina da escola em que trabalha.

Quando questionados sobre sua opinião se o professor, seja qual for a disciplina que leciona, é capaz de exercer influência sobre a alimentação dos alunos,

75% dos professores afirmaram exercer muita influência, 25% acredita ter pouca influência e nenhum participante marcou a opção “nenhuma influência”.

Por fim, a maioria dos professores (87,5%) afirmou abordar o tema da alimentação em suas aulas; e 12,5% informaram nunca ter abordado esse tema. Dos 14 professores que abordam o tema alimentação em suas aulas, 50% relataram abordar o tema em mais de seis aulas no decorrer do ano letivo; 28,6% abordam em quatro a seis aulas; e 21,4% abordaram em uma a três aulas. Para tal, as metodologias adotadas foram variadas: 78,5% usam palestras e/ou aulas expositivas; 57,1% usam debates e/ou trabalhos em grupo; 21,4% usam apresentação de vídeos e filmes; e 14,3% usam pesquisas em livros, revistas e internet.

Ao investigar associações das respostas por sexo (Tabela 1), tempo de formado (Tabela 2) e tempo de trabalho (Tabela 3) identificamos algumas diferenças nos padrões de respostas conforme pode ser visto a seguir.

Tabela 1- Idade e padrões de respostas de professores de educação física separados por sexo; Brasília, 2017.

Questões	Feminino (n=5)	Masculino (n=11)
Idade média (DP) em anos	40,0 (4,2)	39,0 (8,5)
Conhecimentos sobre recomendações alimentares média (DP) em pontos	90,0 (3,9)	89,3 (4,6)
Formado a mais de 10 anos (%)	100%	63,6% *
Trabalha a mais de 10 anos (%)	60%	27,3% *
O professor exerce muita influência sobre a alimentação dos alunos (%)	100%	63,6% *
Aborda o tema da alimentação em suas aulas (%)	100%	81,8%

* $p < 0,05$; diferença estatisticamente significativa pelo teste do Qui-quadrado.

Pode-se perceber que os professores do sexo masculino são menos experientes profissionalmente que as mulheres e acreditam menos em sua influência na alimentação dos alunos. Entre os professores homens, 36,4% possuem menos que 10 anos de formado e 72,7% trabalha entre 2 e 10 anos. Entre as mulheres, 40% trabalham a menos de 2 anos. Quanto àqueles que abordam o tema

da alimentação em suas aulas, 60% das mulheres o faz em mais de seis aulas no ano versus 44% dos homens.

Tabela 2- Idade e padrões de respostas de professores de educação física separados por tempo de formação; Brasília, 2017.

Questões	Formado <10 anos (n=4)	Formado ≥10 anos (n=12)
Idade média (DP) em anos	32,3 (2,8)	41,7 (6,5)
Conhecimentos sobre recomendações alimentares média (DP) em pontos	90,4 (3,8)	89,2 (4,5)
O professor exerce muita influência sobre a alimentação dos alunos (%)	25,0% *	91,7%
Aborda o tema da alimentação em suas aulas (%)	75,0%	91,7%

* $p < 0,05$; diferença estatisticamente significativa pelo teste do Qui-quadrado.

A despeito de não haver diferença no nível de conhecimentos sobre o tema, o tempo de formado influenciou significativamente a percepção da influência do professor na alimentação dos alunos; resultando também em menor abordagem desse tema em suas aulas. No entanto, entre os formados a menos de 10 anos que abordam o tema em suas aulas, 66,7% o faz em mais de seis aulas no ano versus 45,4% entre os formados a mais de 10 anos.

Tabela 3- Idade e padrões de respostas de professores de educação física separados por tempo de trabalho; Brasília, 2017.

Questões	Até 2 anos (n=2)	Entre 2 e 10 anos (n=8)	Mais de 10 anos (n=6)
Idade média (DP) em anos	39,0 (1,0)	34,9 (3,9)	45,3 (7,1)
Conhecimentos sobre recomendações alimentares média (DP) em pontos	86,8 (2,1)	90,8 (4,6)	88,7 (5,1)
O professor exerce muita influência sobre a alimentação dos alunos (%)	100%	62,5% *	83,4%
Aborda o tema da alimentação em suas aulas (%)	100%	75%	100%

* $p < 0,05$; diferença estatisticamente significativa pelo teste do Qui-quadrado.

A experiência prévia, em anos de trabalho, não afetou significativamente os conhecimentos sobre alimentação. Mas parece haver uma tendência, com o passar do tempo, de que os professores minimizem sua influência sobre a alimentação dos alunos. Entre os que abordam o tema em suas aulas, 50% o faz em mais de seis aulas no ano para os que trabalham até 2 anos e também entre os que trabalham a mais de 10 anos; enquanto 66,6% dos que trabalham entre 2 e 10 anos o fazem nessa frequência.

4. DISCUSSÃO

O presente estudo identificou um nível de conhecimento elevado sobre aspectos básicos da alimentação saudável em professores de educação física do ensino fundamental. A pontuação média foi de 89,5 de um total de 100 pontos, sem diferença significativa entre os sexos, tempo de formado e experiência profissional. Tais resultados indicam que os professores de Educação Física entrevistados possuem conhecimento básico para serem promotores de conhecimentos e hábitos de alimentação saudável. É importante destacar que a amostra foi composta predominantemente por professores com relativa experiência profissional. Contudo, não foi investigado se o professor realizou cursos ou formações sobre o tema. Independente disso, é relevante que o professor busque se capacitar permanentemente pois esta ação é parte da profissão de um educador (BRASIL, 2008).

Um estudo realizado em São Paulo com professores de diversas áreas mostrou que, quando expostos a um curso teórico-prático sobre nutrição, atividade física e saúde, que tinha como base “a exploração do universo das escolhas alimentares por meio de jogos educativos”, os professores apresentaram maior conhecimento e habilidade para trabalhar o tema (DAVANÇO; TADDEI; GAGLIANONE, 2004). Dois outros estudos realizados no Distrito Federal (SCHMITZ et al., 2008; SOUSA; NOGUEIRA; REZENDE, 2012) usando intervenções educativas relacionadas à alimentação e nutrição com professores, identificaram o aumento do conhecimento dos educadores sobre o tema.

Considerando que os educadores são atores fundamentais no processo de modificação de hábitos menos saudáveis (SCHMITZ et al., 2008), que estratégias de educação nutricional nas escolas são capazes de melhorar atitudes e práticas alimentares dos alunos (TRICHES; GIUGLIANE, 2005; FERNANDES et al., 2009;

GABRIEL; SANTOS; VASCONCELOS, 2008), e ciente das diversas evidências entre hábitos de vida menos saudáveis e obesidade (PINHEIRO; FREITAS; CORSO 2004; MENDONÇA; ANJOS, 2004 COUTINHO, 2007), é fundamental estimular que professores de Educação Física assumam uma liderança na discussão de tais temas.

Outro aspecto relevante refere-se ao conhecimento de aspectos normativos e estruturais do contexto em que estão inseridos. Apesar de quase todos os professores saberem do tema alimentação no projeto pedagógico da escola, apenas 50% dos professores relataram conhecer a lei distrital que estabelece diretrizes para a promoção da alimentação saudável e 31,3% informou que desconhece o cardápio da cantina da escola em que trabalha. Esses conhecimentos são fundamentais para nortear as ações pedagógicas e administrativas sobre o tema em questão.

A lei distrital traz restrições para comercialização de determinados alimentos dentro das escolas e indicam conteúdos pedagógicos sobre a alimentação saudável que devem ser abordados (DISTRITO FEDERAL, 2013). Já o conhecimento sobre o cardápio da cantina escolar é um ponto de partida para a problematização do tema, de forma a manter as atividades pedagógicas e ações educativas relacionadas à promoção da alimentação saudável alinhadas com toda a comunidade escolar. A "escola e a cantina escolar devem ser polos irradiadores de conhecimentos, atitudes e práticas que promovam e que estimulem a prática alimentar saudável" (AMORIM et al., 2012).

Quanto à atuação pedagógica dos professores de educação física no campo da alimentação saudável, merece destaque que 87,5% dos professores entrevistados afirmaram abordar o tema em suas aulas do ensino fundamental II. Destes, metade relatou abordar em mais de seis aulas ao decorrer do ano letivo. Tais resultados se contrapõem ao que apresenta o estudo de Bezerra, Capuchinho e Pinho (2015), realizado em Minas Gerais, que diz ser restrita a atuação de professores de diversas matérias do ensino fundamental no tema da alimentação.

A atuação dos professores do presente estudo está em consonância com o que determina o artigo 8º da lei distrital nº 5146/2013, que indica conteúdos pedagógicos relacionados à alimentação saudável a serem abordados na escola. E também aponta a tentativa de alcançar um dos objetivos gerais para o ensino fundamental propostos pelos PCN, onde

espera-se que, ao final do ensino fundamental, os alunos sejam capazes de: reconhecer-se como elemento integrante do ambiente, adotando hábitos saudáveis de higiene, alimentação e atividades corporais, relacionando-os com os efeitos sobre a própria saúde e de melhoria da saúde coletiva (BRASIL,1998, p.63).

O ambiente escolar é tido como um espaço privilegiado para ações de promoção da alimentação saudável (BRASIL, 2008).

Destaca-se aqui que a maioria dos professores apresenta opinião favorável à sua capacidade de exercer influência na alimentação dos alunos. Respaldados por normas e leis e dotados de uma percepção subjetiva de efetividade de suas ações, é coerente encontrarmos a abordagem frequente do tema no decorrer das aulas de Educação Física. Em adição, é importante apontar que 93,3% dos professores participantes responderam ser adequada a infraestrutura da escola para sua plena atuação como educador; um aspecto fundamental para o bom andamento das atividades pedagógicas (CANESTRARO; ZULAI; KOGUT, 2008; DAMAZIO; SILVA, 2008).

É necessário ressaltar que a opinião dos professores quanto a exercer influência sobre a alimentação dos alunos sofre influência significativa em relação ao sexo e ao tempo de trabalho. Professores mais experientes e os professores do sexo masculino tendem a acreditar exercem menos influência sobre a alimentação dos alunos do que os professores menos experientes e dos professores do sexo feminino. Não foram investigados aspectos que podem estar por trás dessas tendências, mas uma hipótese se relaciona à complexidade dos processos de mudanças de hábito e ao fortalecimento de hábitos não saudáveis nas sociedades contemporâneas (BLEIL, 1998), que podem desestimular os professores com o passar do tempo.

A abordagem frequente do tema alimentação saudável pelos professores de Educação Física em suas aulas ocorre a partir do uso de metodologias não tradicionais à área de conhecimento. As atividades práticas como jogos e brincadeiras, características da educação física escolar, foram frequentemente substituídas por palestras e aulas expositivas. Tal aspecto não é negativo, uma vez que este tema pode ser abordado com sucesso através de diversas formas, tais como aulas expositivas, trabalhos em grupos, apresentação de filmes e outras

(BEZERRA; CAPUCHINHO; PINHO apud PHILLIP, 2008). No entanto, pode-se ponderar que os professores não foram capazes de se apropriar dos conteúdos de forma a transformá-los em metodologias mais ativas e participativas.

Nesse sentido cabe também a reflexão sobre a responsabilidade de toda a comunidade escolar (pais, diretores, coordenadores, alunos, educadores, donos de cantina, merendeiros e demais funcionários) de promover a alimentação saudável (SCHMITZ, 2008). Embora o presente estudo não tenha investigado a existência de outras ações e disciplinas envolvidas com a alimentação, é fundamental destacar que o tema abordado sob diversas óticas, de forma interdisciplinar e integral, amplia o conhecimento dos envolvidos ajudando a tornar o aluno autônomo e capaz de fazer escolhas de forma consciente (THIENSE, 2008).

Outro aspecto que não foi investigado no presente estudo, mas que merece destaque refere-se à concepção de saúde e alimentação saudável empregada nas práxis educacionais. A compreensão de saúde não deve ser restringida à ausência de doenças, mas sim vista como um recurso necessário para a vida (OTTAWA, 1986). Já a promoção da alimentação saudável deve ser compreendida:

“como um conjunto de estratégias que proporcionem aos indivíduos e coletividades a realização de práticas alimentares apropriadas aos seus aspectos biológicos e socioculturais, bem como ao uso sustentável do meio ambiente” (BRASIL, 2013,p.31).

A alimentação saudável é requisito necessário para a promoção da saúde através de ações que visam capacitar determinada comunidade para que participe favoravelmente do manejo do ambiente que o rodeia, sendo instrumento de qualidade de vida para alcançar um estado de completo bem-estar físico, mental e social (OTTAWA, 1986).

Nessa perspectiva, a saúde extrapola os aspectos biológicos e a alimentação saudável deve ser trabalhada não somente como a simples ingestão de nutrientes, e sim como um conceito amplo que contemple a complexidade do ser humano e suas relações com o ambiente. O estímulo ao consumo de alimentos saudáveis não pode menosprezar os aspectos culturais e sócios antropológicos da comunidade (PINHEIRO, 2005).

É importante considerar o professor como um agente de transformação social que desenvolve as habilidades dos alunos tornando-os autônomos e

conscientes do autocuidado com o próprio corpo. Tampouco, não se deve desconsiderar que o aluno é um ser complexo e que precisa de desenvolvimento integral para, assim, se relacionar socialmente de modo que suas necessidades sejam supridas sem que haja a necessidade de desrespeitar a si mesmo, a sociedade, sua cultura, o meio ambiente ou qualquer outra dimensão do seu bem-estar.

Algumas outras limitações do presente estudo referem-se à utilização de um questionário não validado e de elaboração própria, o que inviabiliza a comparação direta com valores obtidos em outros estudos sobre os níveis de conhecimento nutricional em professores; à dificuldade de tratar profundamente temas relacionados à alimentação, abordando apenas questões de conhecimentos básicos; à não identificação dos conteúdos, sua organização e variedade no decorrer das aulas de Educação Física; e à não identificação dos desfechos em termos de conhecimentos nos alunos.

Em adição, não foi verificado a distribuição das atividades por ano letivo. É fundamental que os professores saibam nivelar o aprofundamento do conteúdo para cada ano de ensino, tendo em vista que os alunos adolescentes, que estão próximos de terminar o ensino fundamental, estão em uma fase de amadurecimento e ganho de autonomia, quando preferem ser independentes dos familiares e fazer escolhas próprias junto a seus pares, enquanto os alunos mais novos estão mais sujeitos a influência dos pais em suas escolhas (MENDONÇA; ANJOS, 2004; SOUSA; NOGUEIRA; REZENDE, 2012).

Não obstante, o presente estudo é de extrema relevância, pois se destina a investigar as ações do professor de Educação Física dentro da escola, um ambiente propício e privilegiado para desenvolvimento de atividades que promovam a saúde e transformem as atitudes e práticas alimentares (SCHMITZ et al., 2008). Essa primeira aproximação ao tema dá indícios da relevância do tema para a Educação Física e pode inspirar futuras pesquisas a aprofundar as questões aqui levantadas.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo aponta que os professores de Educação Física possuem conhecimentos básicos satisfatórios em relação ao tema da alimentação saudável, abordam frequentemente o tema em suas aulas e utilizam diversas abordagens, geralmente teóricas, em suas atividades. No entanto, desconhecem, ao menos em

parte, questões normativas e da realidade que o cerca sobre o tema. Em adição, é importante que os professores busquem manter uma capacitação continuada, independente de seu período na carreira, não se acomodando em uma zona de conforto. O professor de educação física, seja ele mais experiente ou não, deve atuar de forma continuada e transversal, com toda a comunidade escolar sobre os temas concernentes a saúde, tais como práticas corporais e alimentação saudável. Pesquisas futuras sobre o tema podem buscar identificar e refletir sobre as perspectivas pedagógicas adotadas e os impactos de tais ações nos hábitos alimentares dos alunos.

6. REFERÊNCIAS

1. AMORIM, Nina Flávia de Almeida et al. Implantação da cantina escolar saudável em escolas do Distrito Federal, Brasil. **Rev. Nutr.**, Campinas, v. 25, n. 2, p. 203-217, Abr. 2012. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-52732012000200003&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 12 Jun. 2017.
2. BATISTA FILHO, Malaquias; RISSIN, Anete. A transição nutricional no Brasil: tendências regionais e temporais. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 19, supl. 1, p. S181-S191, 2003. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2003000700019&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 14 Jun. 2017.
3. BARBOSA, Rita Maria dos Santos Puga. Resenha do livro "Atividade Física, Saúde e Qualidade de Vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo", de Markus Vinicius Nahas. **Rev. Bras. Ciênc. Esporte**, Porto Alegre, v. 34, n. 2, p. 513-518, jun. 2012. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-32892012000200018&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 13 Jun. 2017.
4. BEZERRA, Kátia Francielly, CAPUCHINHO, Laura Caroline Ferreira Mendes, Lucinéia. Conhecimento e abordagem sobre alimentação saudável por professores do ensino fundamental. DEMETRA: Alimentação, nutrição & saúde, 10, jan.2015. Disponível em: <http://www.e-publicações.uerj.br/index.php/demetra/article/view/13182>>. Acesso em: 24 mai. 2017.
5. BLEIL, S. I. O Padrão Alimentar Ocidental: Considerações Sobre a Mudança de Hábitos no Brasil. *Cadernos de Debate*; 1998. 6:1-25.
6. BRASIL. Ministério da Saúde. Guia alimentar: como ter uma alimentação saudável. Brasília: Ministério da Saúde, [s.d.]. (Guia de bolso); 2012
7. BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Manual operacional para profissionais de saúde e educação: promoção da alimentação saudável nas escolas / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – Brasília: Ministério da Saúde, 2008.

8. BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Política Nacional de Alimentação e Nutrição / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Básica. – 1. ed., 1. reimpr. – Brasília: Ministério da Saúde, 2013.
9. BRASIL. Secretaria de Educação Fundamental. Parâmetros curriculares nacionais: Educação Física / Secretaria de Educação Fundamental. Brasília: MEC / SEF, 1998.
10. CANESTRARO, Juliana de Félix; ZULAI, Luiz Cláudio; KOGUT, Maria Cristina. Principais dificuldades que o professor de educação física enfrenta no processo ensino-aprendizagem do ensino fundamental e sua influência no trabalho escolar. In: VIII Congresso Nacional de Educação-EDUCERE. 8., 2008., Curitiba.
11. CODEPLAN (2016). Pesquisa Distrital por Amostra de Domicílios – Plano Piloto – PDAD 2016. Companhia de Planejamento do Distrito Federal – CODEPLAN, GDF, 2016).
12. COUTINHO, W. Etiologia da obesidade. Rev ABESO [Internet]. 2007 7(30): [cerca de 14 p.]. Disponível em: <http://www.abeso.org.br/uploads/downloads/18/552fea46a6bb6.pdf>
13. DAMAZIO, Marcia Silva; SILVA, Maria Fatima Paiva. O ENSINO DA EDUCAÇÃO FÍSICA E O ESPAÇO FÍSICO EM QUESTÃO. **Pensar a Prática**, [S.l.], v. 11, n. 2, p. 189 - 196, ago. 2008. ISSN 1980-6183. Disponível em: <https://www.revistas.ufg.br/fef/article/view/3590/4066>>. Acesso em: 25 jun. 2017.
14. DAVANCO, Giovana Mochi; TADDEI, José Augusto de Aguiar Carrazedo; GAGLIANONE, Cristina Pereira. Conhecimentos, atitudes e práticas de professores de ciclo básico, expostos e não expostos a Curso de Educação Nutricional. **Rev. Nutr.**, Campinas, v. 17, n. 2, p. 177-184, jun. 2004. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-52732004000200004&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 12 jun. 2017.
15. DE OTTAWA, A. CARTA. "A Promoção da Saúde." 1-Conferência Internacional sobre a Promoção da Saúde, 1986.
16. DISTRITO FEDERAL. Lei nº 5146, de 19 de agosto de 2013.
17. DISTRITO FEDERAL. Lei nº 36900, de 23 de novembro de 2015.
18. FERNANDES, Patrícia S. et al. Avaliação do efeito da educação nutricional na prevalência de sobrepeso/obesidade e no consumo alimentar de escolares do

- ensino fundamental. **J. Pediatr. (Rio J.)**, Porto Alegre, v. 85, n. 4, p. 315-321, ago. 2009. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0021-75572009000400008&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 13 jun. 2017.
19. GABRIEL, C.G.; Santos, M.V. dos; Vasconcelos, F.A.G. Avaliação de um programa de promoção de hábitos alimentares saudáveis em escolares de Florianópolis, Santa Catarina, Brasil. *Ver. Bras. Saúde Mater. Infant.*, v. 8, n. 3, Recife, 2008.
20. MENDONÇA, Cristina Pinheiro; ANJOS, Luiz Antonio dos. Aspectos das práticas alimentares e da atividade física como determinantes do crescimento do sobrepeso/obesidade no Brasil. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 20, n. 3, p. 698-709, jun. 2004. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2004000300006&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 13 jun. 2017.
21. PINHEIRO, Anelise Rizzolo de Oliveira. "A alimentação saudável e a promoção da saúde no contexto da segurança alimentar e nutricional." *1. Saúde Pública, Periódico. I. Centro Brasileiro de Estudos de Saúde, CEBES CDD 362.1 29.70* (2005): 125-139.
22. PINHEIRO, Anelise Rizzolo de Oliveira; FREITAS, Sérgio Fernando Torres de; CORSO, Arlete Catarina Tittoni. Uma abordagem epidemiológica da obesidade. **Rev. Nutr.**, Campinas, v. 17, n. 4, p. 523-533, dez. 2004. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-52732004000400012&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 25 jun. 2017.
23. SALVE, Mariângela Gagliardi Caro. Obesidade e peso corporal: riscos e conseqüências. **Movimento & Percepção**, v. 6, n. 8, p. 29-48, 2006.
24. SCHMITZ, Bethsáida de Abreu Soares, et al. "A escola promovendo hábitos alimentares saudáveis: uma proposta metodológica de capacitação para educadores e donos de cantina escolar." (2008).
25. SOUSA, Arilson Fernandes Mendonça de; NOGUEIRA, Júlia Aparecida Devidé; REZENDE, Alexandre Luiz Gonçalves de. Estratégias de capacitação de professores do ensino fundamental em atividade física e alimentação saudável. **Motriz: rev. educ. fis.**, Rio Claro, v. 18, n. 3, p. 581-589, set. 2012. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1980-65742012000300018&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 12 jun. 2017.

26. THIESEN, Juarez da Silva. A interdisciplinaridade como um movimento articulador no processo ensino-aprendizagem. **Rev. Bras. Educ.**, Rio de Janeiro, v. 13, n. 39, p. 545-554, dez. 2008.. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-24782008000300010&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 25 jun. 2017.
27. TRICHES, Rozane Márcia; GIUGLIANI, Elsa Regina Justo. Obesidade, práticas alimentares e conhecimentos de nutrição em escolares. **Rev. Saúde Pública**, São Paulo, v. 39, n. 4, p. 541-547, ago. 2005. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89102005000400004&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 12 jun. 2017.
28. WHO. World Health Organization. Global strategy on diet, physical activity and health. Geneva: WHO, 2004.