

O papel do Nutricionista nas Escolas: perceção da Comunidade Escolar

The role of the Nutritionist in Schools: perception of the School Community

Joana Micaela Reis Afonso

**ORIENTADO POR: PROF.ª DOUTORA CECÍLIA MEDEIROS DE MORAIS
COORIENTADO POR: DR.ª ISABEL MARIA PEREIRA ANTUNES MORGADO**

TRABALHO DE INVESTIGAÇÃO

**I.º CICLO EM CIÊNCIAS DA NUTRIÇÃO | UNIDADE CURRICULAR ESTÁGIO
FACULDADE DE CIÊNCIAS DA NUTRIÇÃO E ALIMENTAÇÃO DA UNIVERSIDADE DO PORTO**

TC

Porto, 2022



Resumo

O nutricionista é um elemento essencial para a promoção da saúde de crianças e jovens nas escolas. Neste trabalho pretendeu-se averiguar a perceção de elementos da comunidade escolar acerca do papel do nutricionista nas escolas.

Realizou-se um estudo epidemiológico observacional descritivo, de desenho transversal no Agrupamento de Escolas de Padrão da Légua (AEPL), para o qual foi elaborado um questionário online de administração direta que foi disseminado via email. A amostra foi estratificada em: alunos, docentes e pais/EE e analisaram-se as respostas quanto a: (1) problemas relacionados com a alimentação, (2) áreas prioritárias de intervenção do nutricionista e (3) temas relevantes em contexto escolar.

Obtiveram-se 493 respostas e após análise estatística foram identificados: (1) “más escolhas alimentares”, “obesidade infantil” e “desperdício alimentar” como problemas percecionados como mais prevalentes; (2) “promoção de hábitos de alimentação saudável”, “prevenção da obesidade infantil” e “aconselhamento alimentar” as áreas de intervenção prioritárias; e quanto aos temas destacaram-se (3) “alimentação como determinante de saúde”, “importância da alimentação na prevenção e desenvolvimento das principais doenças crónicas”, “escolhas alimentares” e “comportamentos alimentares de risco”.

O potencial de ação do nutricionista na escola é percecionado principalmente no que se refere à intervenção em educação para a saúde, sendo o seu papel, no que se refere às mudanças na oferta alimentar, pouco percecionado pela comunidade escolar.

Palavras-chave:

Nutricionista; Escolas; Alimentação e nutrição; Educação alimentar.

Abstract

The nutritionist has an essential role in promoting the health of children and young people in schools. In this work it was intended to investigate the perception of members of the school community about the role of the nutritionist in schools.

A descriptive, observational, cross-sectional epidemiological study was carried out at the “Agrupamento de Escolas de Padrão da Légua” (AEPL), for which an online questionnaire design for direct administration was prepared and disseminated via email. The sample was stratified into: students, teachers and parents/EE and the answers were analysed regarding: (1) problems related to food, (2) priority areas for intervention by the nutritionist and (3) relevant topics in the school context.

493 answers were obtained and, after statistical analysis, we found: (1) “bad food choices”, “child obesity” and “food waste” as the most prevalent problems; (2) “promotion of healthy eating habits”, “prevention of childhood obesity” and “dietary advice” as the priority intervention areas; and in terms of topics, the most reported were (3) “food as a health determinant”, “importance of food in the prevention and development of the main chronic diseases”, “food choices” and “risk eating behaviors”.

The nutritionist's potential for action in school is perceived mainly in terms of intervention in health education, and its role in terms of changes in food supply is little perceived by the school community.

Key words

Nutritionist; Schools; Food and nutrition; Nutrition education.

Lista de abreviaturas, siglas e acrónimos

AEPL - Agrupamento de Escolas de Padrão da Légua

CE - Comunidade Escolar

PES - Projeto de Educação para a Saúde

Pais/EE - Pais e/ou Encarregados de Educação

RES - Referencial de Educação para a Saúde

Sumário

Resumo.....	i
Abstract.....	ii
Lista de abreviaturas, siglas e acrónimos.....	iii
Sumário	iv
Introdução.....	1
Objetivos	3
Metodologia	3
Resultados.....	5
Discussão	8
Conclusões e considerações finais	15
Referências.....	16

Introdução

O Global Burden of Disease (GBD, 2019) estima que mais de 60% da carga de doença a nível mundial se deva a doenças crónicas não transmissíveis, sendo a alimentação um dos principais fatores de risco⁽¹⁾. São necessárias intervenções multicomponentes, abrangendo a educação e a atividade física, além da alimentação^(2, 3) e envolvendo intervenções políticas dirigidas à oferta alimentar a nível populacional⁽⁴⁾ para o sucesso das mesmas.

Com o objetivo de melhorar o estado nutricional e de saúde da população portuguesa, foram implementadas, nos últimos anos, variadas medidas, coordenadas, orientadas e implementadas pelo Programa Nacional para Promoção de uma alimentação Saudável (PNPAS) e pela Estratégia Integrada para Promoção de uma alimentação Saudável (EIPAS). Entre estas medidas encontra-se a modificação da oferta alimentar em contexto escolar⁽⁵⁾. No entanto, continuam a existir deficiências ao nível do cumprimento e fiscalização das orientações emitidas pelo Estado acerca das refeições escolares, disponibilizadas em cantinas, e dos bufetes e máquinas de venda automática^(6, 7). O relatório FOOD-EPI define como ação prioritária, garantir a efetiva implementação das orientações existentes para a oferta alimentar em meio escolar através da definição de um modelo para a supervisão do cumprimento das normas ou orientações em vigor⁽⁸⁾. A escola continua a ser um ambiente privilegiado para a promoção e implementação de medidas que visem a melhoria da saúde da população. Nela devem ser desenvolvidas intervenções custo-efetivas que otimizem sinergias entre a educação, nutrição, saúde e sistemas alimentares⁽²⁾. Em Portugal conteúdos relacionados com a alimentação e a nutrição estão explanados nas aprendizagens

essenciais desde o 1.º ciclo até ao 12.º ano, facilitando o desenvolvimento de projetos nesta área⁽⁹⁾, no entanto, a informação é necessária mas não é suficiente para a adoção de comportamentos alimentares adequados^(10, 11). A forma como este tema é abordado depende da perceção do professor sobre a sua relevância ficando a ação circunscrita à sala de aula. De um modo geral, em Portugal as intervenções em educação alimentar são pouco abrangentes e demasiado curtas para permitir uma avaliação consistente do impacto das mesmas⁽⁶⁾. A evidência demonstra que intervenções com uma duração superior a um ano, integradas em atividades escolares regulares, que envolvam os pais e com introdução dos conteúdos de educação alimentar no currículo, demonstram ser mais efetivas. Estas, devem ser combinadas com mudanças positivas na oferta alimentar da escola^(2, 7). No Japão existe o “Diet and Nutrition Teacher” como uma das especialidades dos cursos de Nutrição que, além de supervisionar a preparação da comida e planeamento de refeições, tem responsabilidades na educação alimentar, quer em turma, como individualmente ou, fora da escola, a pais e associações⁽¹²⁾. Também nos Estados Unidos⁽¹¹⁾ e no Brasil^(13, 14), os nutricionistas se têm revelado elementos essenciais nas escolas. Em Portugal, a figura do nutricionista escolar, proposta em 2012⁽¹⁵⁾, com capacidade técnica e científica nesta área, colmataria as áreas deficitárias, quer ao nível das intervenções em educação alimentar como na oferta alimentar e criação de ambientes alimentares saudáveis, garantindo ainda o direito e o acesso aos alimentos de uma forma equitativa^(7, 16). Para além disso, estes profissionais teriam maior capacidade de realizar intervenções de educação alimentar onde se privilegia a ligação com as motivações dos participantes, a resposta às influências sociais e aos ambientes materiais e físicos, e o potencial de adaptação ao contexto, condições desejáveis

para que as mesmas sejam bem sucedidas⁽²⁾. É importante perceber se os alvos da nossa intervenção têm interesse nos temas que vamos abordar⁽¹¹⁾ e/ou, que haja capacidade de gerar interesse nesses temas.

A escola é fundamental na formação dos hábitos alimentares, quer através daquilo que é transmitido diretamente dentro da sala de aula, quer através da influência exercida pelos pares, pelos professores, pelos assistentes operacionais e ainda pelos produtos disponíveis no bufete e na cantina⁽¹⁰⁾. Apesar da relevância atribuída estes temas, não é claro que a comunidade escolar (CE) reconheça o nutricionista escolar como uma prioridade. Neste trabalho pretendeu-se averiguar a perceção da CE, sobre o papel de um nutricionista escolar, em particular, no que diz respeito às áreas percecionadas como prioritárias, aos principais problemas de saúde relacionados com alimentação e nutrição e aos temas de maior relevância na implementação de ações em contexto escolar.

Objetivos

O objetivo deste trabalho foi averiguar a perceção de elementos da comunidade escolar acerca do papel do nutricionista na escola.

Metodologia

O presente trabalho é um estudo epidemiológico observacional descritivo, de desenho transversal, foi realizado numa amostra de conveniência, constituída por diferentes elementos da CE do AEPL.

Para cumprir com o objetivo estipulado neste trabalho foi construído um questionário online, de administração direta no *Google forms*, tendo por base o Referencial de Educação para a Saúde (RES)⁽¹⁷⁾, o E-book “O nutricionista na escola” do CEIDSS⁽¹⁸⁾ e as funções inerentes ao nutricionista escolar enumeradas

por Faria R, 2020⁽⁶⁾. Esteve disponível entre 22 de novembro e 17 de dezembro. Este instrumento de recolha de dados foi aprovado pela diretora do AEPL tendo sido, posteriormente, divulgado via email, pela direção do agrupamento, aos docentes e não docentes, tendo o seu encaminhamento para os alunos e pais/EE ficado a cargo dos professores titulares da turma, no 1.º ciclo, e dos diretores de turma, dos 2.º e 3.º ciclos e ensino secundário. O questionário foi previamente revisto por um nutricionista que não pertencia à equipa de investigação, testado pela coordenadora do Projeto de Educação para a Saúde (PES) e por uma turma piloto do 7.º ano. Uma vez que não foram reportadas dificuldades no seu preenchimento foi mantida a estrutura e formulação das questões da versão original. No âmbito deste trabalho foram analisadas 3 questões relacionadas com o papel do nutricionista em contexto escolar: (1) “Selecione os três problemas relacionados com a alimentação, que considera mais prevalentes no AEPL”, (2) “Enquanto membro da comunidade escolar do AEPL, indique as três áreas que considera prioritárias para a intervenção de um nutricionista em contexto escolar” e (3) “Classifique cada um dos seguintes temas de acordo com a sua relevância no que diz respeito à implementação em contexto escolar”. Nesta última questão era solicitado que classificassem cada tema em “Nada relevante”, “Pouco relevante”, “Relevante” e “Muito relevante”. Das respostas recebidas optou-se por não incluir no estudo as respostas dos alunos do 1.º ciclo, devido ao preenchimento ter sido realizado pelos pais e/ou encarregados de educação (pais/EE), e as dos não docentes, devido ao reduzido número (n= 20) e elevada heterogeneidade deste grupo.

A análise estatística foi realizada no programa IBM SPSS® versão 27.0 para Windows®. A estatística descritiva consistiu no cálculo de frequências absolutas (n) e relativas (%). Usou-se o teste exato de Fisher para avaliar a independência entre pares de variáveis e o teste de Kruskal-Wallis para comparar ordens médias de 3 amostras

independentes. Quando se verificaram diferenças entre os 3 grupos foram realizados os respetivos testes *post-hoc*. Rejeitou-se a hipótese nula quando $p < 0,05$.

Resultados

Foram analisadas 493 respostas ao questionário, as quais correspondem a um total de 179 alunos dos 2.º e 3.º ciclo e ensino secundário, 61 docentes e 253 pais/EE.

No gráfico da figura 1 estão explanadas as respostas obtidas na questão (1). Os três problemas mais percecionados como prevalentes no AEPL, em todos os grupos, foram as “más escolhas alimentares” (71,0%), a “obesidade infantil” (56,4%) e o “desperdício alimentar” (49,1%).

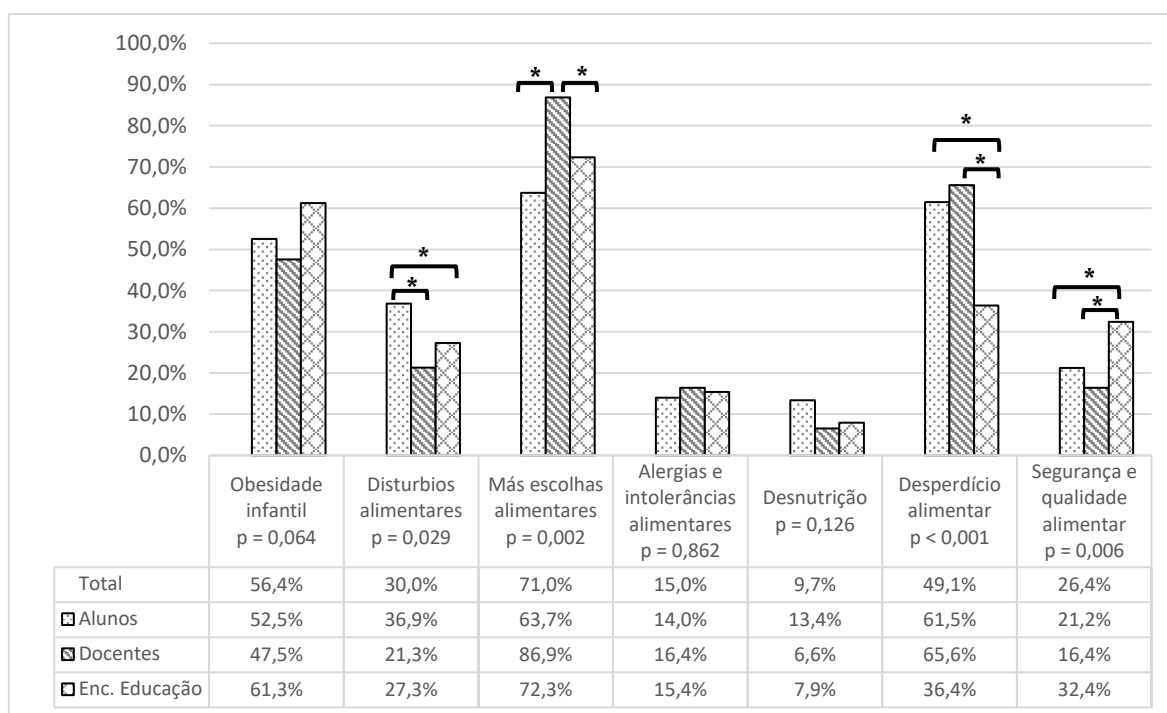


Figura 1: Perceção de alunos, docentes e pais/EE acerca dos principais problemas relacionados com a alimentação, na CE do AEPL. Assinalou-se com * os pares de grupos em que $p < 0,05$ nos testes *post-hoc*.

Os professores percecionam mais “as más escolhas alimentares” como um problema, do que alunos e que pais/EE. Os alunos percecionam mais que os docentes e que os pais/EE os “distúrbios alimentares”. Os pais/EE percecionam menos que docentes e alunos o problema do “desperdício alimentar”, no entanto,

têm maior preocupação com a “segurança e qualidade alimentar”. A “obesidade infantil” é um dos problemas mais identificado, sem diferenças significativas entre os grupos.

Relativamente à questão (2), áreas de intervenção do nutricionista, as percecionadas como prioritárias foram a “promoção de hábitos de alimentação saudável” (76,7%), a “prevenção da obesidade infantil” (51,3%) e o “aconselhamento alimentar” (52,7%). Esta perceção é comum aos alunos, pais/EE e professores (Figura 2).

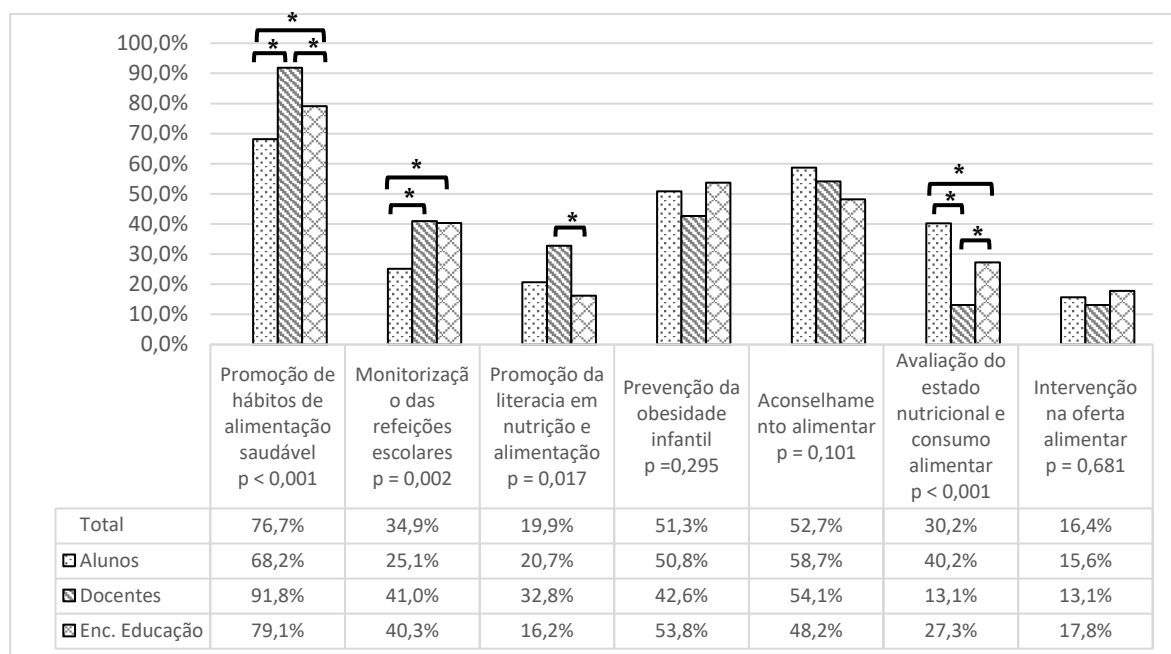


Figura 2: Perceção de alunos, docentes e pais/EE acerca das áreas prioritárias de intervenção de um nutricionista em contexto escolar. Assinalou-se com * os pares de grupos em que $p < 0,05$ nos testes *post-hoc*.

Os docentes dão maior relevância à intervenção do nutricionista em contexto escolar, ao nível da “promoção de hábitos de alimentação saudável”, que os alunos e os pais/EE e mais importância que os pais/EE ao nível da “promoção da literacia em nutrição e alimentação”. Os alunos dão menos importância, que os docentes e que os pais/EE, ao papel do nutricionista no âmbito da monitorização das refeições escolares. Os alunos consideram mais importante a intervenção do nutricionista no contexto de “avaliação do estado nutricional e consumo

alimentar” do que os pais/EE, e estes, mais do que os docentes. A área percebida como menos prioritária para a intervenção do nutricionista em contexto escolar foi a “intervenção na oferta alimentar” (16,4%).

Na tabela 1 estão elencados os temas baseados no RES da questão (3).

Tabela 1: Percepção da relevância de temas propostos no Referencial de Educação para a Saúde para a implementação em contexto escolar. NR - nada relevante, PR - pouco relevante, R - Relevante e MR - muito relevante. A presença da mesma letra indica a ausência de diferenças significativas nos testes *post-hoc*.

	Alunos (%)				Docentes (%)				Enc. Educação (%)				P
	NR	PR	R	MR	NR	PR	R	MR	NR	PR	R	MR	
Questões sociais, culturais e económicas que influenciam os consumos alimentares.	3,0	12,5	51,2	33,3 (b)	0,0	3,3	41,7	55,0 (a)	2,1	7,4	50,8	39,7 (b)	0,003
Dieta Mediterrânica.	1,8	18,5	44,0	35,7 (ab)	3,4	6,9	43,1	46,6 (a)	4,2	20,1	44,4	31,4 (b)	0,028
Alimentação como determinante de saúde.	0,6	5,8	30,6	63,0	0,0	3,4	20,3	76,3	0,4	0,8	34,2	64,6	0,160
Importância da alimentação na prevenção e desenvolvimento das principais doenças crónicas.	0,6	4,7	26,7	68,0	0,0	3,4	28,8	67,8	0,4	1,7	33,8	64,2	0,819
Escolhas alimentares.	1,1	4,6	35,6	58,6 (b)	0,0	1,7	18,3	80,0 (a)	0,4	3,3	36,4	59,9 (b)	0,008
Comportamentos alimentares de risco.	1,2	5,4	32,1	61,3	0,0	3,4	33,9	62,7	0,8	1,3	34,7	63,2	0,781
Interpretação de rótulos de produtos alimentares.	1,7	12,1	46,0	40,2	0,0	5,1	40,7	54,2	1,2	9,4	44,3	45,1	0,084
Origem dos alimentos.	1,7	16,0	48,0	34,3	0,0	10,3	60,3	29,3	0,8	11,9	50,8	36,5	0,574
Produção alimentar, transformação industrial e distribuição dos alimentos.	2,9	18,5	42,2	36,4	0,0	8,5	64,4	27,1	0,8	14,0	54,1	31,0	0,987
Sustentabilidade alimentar.	1,8	5,3	47,6	45,3 (b)	0,0	1,7	39,7	58,6 (a)	0,8	9,6	47,5	42,1 (b)	0,031
Consequências dos padrões alimentares no ambiente.	1,8	6,6	40,1	51,5 (a)	0,0	1,7	34,5	63,8 (a)	0,8	9,9	48,3	40,9 (b)	0,002
Compra e preparação de alimentos.	2,9	10,4	39,9	46,8	1,7	3,4	46,6	48,3	0,8	8,6	48,6	42,0	0,585
Direito à alimentação e segurança alimentar.	1,2	4,6	35,8	58,4	0,0	3,4	48,3	48,3	0,8	2,9	42,7	53,6	0,509
Escola como espaço para a promoção da alimentação saudável.	3,4	7,5	40,2	48,9 (b)	0,0	1,8	23,2	75,0 (a)	0,8	2,5	34,9	61,8 (a)	<0,001

Os temas considerados mais relevantes no que diz respeito à implementação em contexto escolar, por todos os grupos incluídos no estudo, foram: a “alimentação como determinante de saúde” (65,5%), a “importância da alimentação na prevenção e desenvolvimento das principais doenças crónicas” (66,0%), “escolhas

alimentares” (62,0%) e “comportamentos alimentares de risco” (62,4%). Aqueles que foram considerados menos relevantes foram a “Dieta mediterrânica” (34,8%), a “Origem dos alimentos” (34,8%) e a “Produção alimentar, transformação industrial e distribuição dos alimentos” (32,5%). Os professores consideram os temas “Questões sociais, culturais e económicas que influenciam os consumos alimentares”, “Escolhas alimentares” e “Sustentabilidade alimentar” mais relevantes que os alunos ou os pais/EE e percecionam ainda o tema “Dieta Mediterrânica” mais que os pais/EE. Docentes e alunos dão mais importância ao tema “Consequências dos padrões alimentares no ambiente” que os pais/EE. Docentes e pais/EE consideram o tema “Escola como espaço para a promoção da alimentação saudável” mais pertinente que os alunos.

Discussão

Os estudos sobre a pertinência do trabalho de um nutricionista nas escolas, do ponto de vista dos diferentes intervenientes da CE, são escassos ou inexistentes, avaliando-se mais a perceção da importância de determinados temas na área da educação alimentar, o que dificulta uma análise comparativa.

O problema identificado como mais prevalente no AEPL foi as “más escolhas alimentares”, pelos três grupos, alunos (63,7%), docentes (86,9%) e pais/EE (72,3%). Se por um lado, indicam a necessidade de intervenção efetiva a este nível, por outro, o reconhecimento deste problema pode indicar que se assumem essas escolhas na alimentação, mesmo havendo o conhecimento de que são erradas, indo ao encontro do preconizado no trabalho *Food and me* da UNICEF⁽¹⁹⁾. De facto, no relatório do estudo do *Health Behaviour in School-aged Children* (HBSC, 2018), para jovens portugueses, 70,3% considera estar bem informado sobre os assuntos de saúde, no entanto, apenas 45,3% consome fruta e 33,2%

consome hortícolas pelo menos uma vez por dia. Apesar de a maioria tomar o pequeno-almoço diariamente, este valor tem vindo a diminuir (81% em 2014 para 72% em 2018), 15,9% bebe colas ou outros refrigerantes pelo menos uma vez por dia, e apenas 24% admite comer doces raramente ou nunca. 34,6% dos jovens refere gostar de comida com muito sal, 29,7% junta sal a quase todos os pratos e 67,3% gosta de petiscar coisas salgadas⁽²⁰⁾. Fazendo ainda uma relação com os temas do RES, os “comportamentos alimentares de risco” e as “escolhas alimentares” foram percecionados como mais relevantes a abordar em sessões de educação alimentar em contexto escolar principalmente pelos docentes (62,7% e 80,0%), mas também por alunos (61,3 e 58,6%) e pais/EE (63,2 e 59,9%), respetivamente. Existe uma perceção quanto à importância deste tema. Ainda trabalho da UNICEF os adolescentes referem o facto de existirem ofertas exteriores junto às escolas e de o acesso a alimentos saudáveis na escola ser difícil e mais caro como determinantes das suas escolhas alimentares⁽¹⁹⁾. Um outro estudo aponta ainda como razão a baixa perceção dos adolescentes das suas capacidades de confeccionar os alimentos⁽²¹⁾. Assim, reforça-se a necessidade de uma intervenção na qual sejam abordadas as escolhas alimentares erradas e diferentes alternativas para a realização de escolhas mais saudáveis, baratas, disponíveis e fáceis de adquirir.

O problema da “obesidade infantil” foi o 2.º mais percecionado, globalmente, pelos grupos e, a “prevenção da obesidade infantil”, percecionada como a 3ª área prioritária de intervenção, não havendo diferenças significativas entre os grupos em qualquer destes aspetos. 28,3% dos jovens portugueses tem perceção de ter excesso de peso, no entanto, apenas 18,9% têm um IMC correspondente a excesso

de peso ou obesidade, 12,1% admite fazer dieta e 24,2% refere precisar de perder peso⁽²⁰⁾. A imagem que os jovens têm de si mesmos assume grande importância na adolescência. De facto, mais de 1/3 dos alunos percecionam, como principal problema relacionado com a alimentação, os “distúrbios alimentares”, com diferenças significativas relativamente aos pais/EE e aos docentes. O facto de mais de ¼ dos jovens ter a percepção de ter excesso de peso e cerca de ¼ sentir que precisa de perder peso, poderá estar na base da maior percepção dos alunos, do “aconselhamento alimentar” e da “avaliação do estado nutricional e consumo alimentar”, como área prioritária de intervenção de um nutricionista, relativamente aos pais/EE e docentes. A diferença de resultados obtidos para pais/EE do problema do “desperdício alimentar” é muito significativa. O reconhecimento crescente das preocupações ambientais relacionadas com a sustentabilidade alimentar, incluindo o desperdício alimentar⁽²²⁾ parece atingir mais os alunos (61,5%) e os docentes (65,6%) que os pais/EE (36,4%). Assim, no planeamento de uma intervenção, quer alunos, quer docentes, podem e devem ser veículos para a promoção da relevância deste tema. Juntando à menor percepção do problema “Desperdício alimentar” o facto de os pais mostrarem maior preocupação com o problema “Segurança e qualidade alimentar” e terem maior percepção, como área de intervenção do nutricionista, a “Monitorização das refeições escolares” que os alunos, seria interessante aumentar a sua participação a este nível, nomeadamente, promovendo visitas aos refeitórios escolares.

Este trabalho teve por base as áreas de trabalho do nutricionista em contexto escolar as sugeridas por Faria R, que mais se relacionavam diretamente com a CE: avaliação do estado nutricional e do consumo alimentar, melhoria da qualidade nutricional das refeições das cantinas, a adequação da oferta alimentar nos

bufetes, sessões de educação alimentar que visem a promoção de saúde e melhoria dos hábitos alimentares e consultas de nutrição dentro do espaço escolar⁽⁶⁾. Perante as áreas menos percebidas pela CE, sugerem-se alguns aspectos a ter em conta no desenho de intervenções que visem ou a melhoria da percepção quanto à intervenção do nutricionista na escola, ou prioridade de intervenção no contexto escolar. No contexto das intervenções supracitadas, um aspecto a priorizar, em todos os grupos, alunos, docentes e pais/EE é o que se refere ao papel na adequação dos produtos disponibilizados nos bufetes e nas máquinas de venda automática, uma vez que, quando questionados acerca da intervenção na oferta alimentar, foi pouco valorizado, pelos três grupos e de forma consensual. Os docentes devem ser agentes na implementação de ações na área da “promoção da literacia em nutrição e alimentação” uma vez que são os que mais a valorizam. Pais/EE (40%) e professores (41%) consideram importante a intervenção do nutricionista na área da “monitorização das refeições escolares”. É importante promover ações no sentido de elucidar os alunos do papel fundamental que um nutricionista pode ter ao nível da melhoria da qualidade nutricional das refeições das cantinas e de como isso pode ter impacto na sua saúde. Os alunos valorizaram mais a área da “avaliação do estado nutricional e consumo alimentar”, devendo o seu interesse ser potenciado em ações de sensibilização direcionadas para os docentes e pais/EE, que menos valorizaram esta área. Considerando o desenvolvimento de sessões de educação alimentar para crianças e respetivos educadores que visem a promoção de saúde e de melhores hábitos alimentares, verifica-se que esta é a área mais percebida como prioritária pelos três grupos deste estudo. Os docentes são os que consideram esta

área mais prioritária (92%), seguido dos pais/EE (79%) e por último os alunos (68%).

O facto destas percentagens serem elevadas, indica que há, nesta CE, a perceção de importância do nutricionista em contexto escolar, o que pode constituir uma vantagem no desenvolvimento de ações no âmbito da nutrição e alimentação.

No que diz respeito aos temas propostos no RES verifica-se, na generalidade dos casos, que os professores consideram mais como “muito relevante” os temas preconizados neste âmbito. Não se pode negar a importância dos professores na educação alimentar e nutricional nas escolas. Um estudo realizado com professores australianos, pretendeu avaliar a perceção destes na sua capacidade de desenvolver ações específicas na área da alimentação e nutrição. Os resultados destacam que os professores tinham uma crença elevada de autoeficácia no ensino de educação alimentar e nutricional. No entanto, referem existir lacunas na adequação do processo de ensino às diversas necessidades dos alunos e em ensinar temas mais amplos relacionados com a alimentação, como o sistema alimentar⁽²³⁾. Seria interessante, no futuro, avaliar a perceção de competência bem como a disponibilidade dos professores para a implementação de projetos sobre os temas de alimentação e nutrição em contexto escolar. Motivando-os para desenvolver intervenções efetivas, reforçando formas de dar apoio e formação⁽¹¹⁾.

Por sua vez, também a família tem um papel fundamental na educação alimentar das crianças e jovens contribuindo de forma definitiva na adoção de hábitos alimentares que se mantêm na vida adulta. Estes devem ser exemplos positivos na adoção e promoção de escolhas saudáveis ⁽²⁴⁾. Um estudo avaliou a perspetiva dos pais de crianças do 1.º ciclo relativamente ao currículo de nutrição e alimentação na Austrália⁽²⁵⁾. Os tópicos que os pais/EE percecionaram como mais importantes foram o “efeito da alimentação na saúde”, a “higiene alimentar” e o “conteúdo

nutricional dos alimentos e as suas funções”, “a origem dos alimentos e a produção alimentar” e o “desperdício alimentar”. Comparando estes resultados com os obtidos para os pais/EE, salientam-se as mesmas preocupações com o efeito da alimentação na saúde, no entanto, o desperdício alimentar, que podemos associar ao tema “consequências dos padrões alimentares no ambiente”, mas também a um dos problemas identificado no AEPL, é menos percecionado por pais/EE nesta amostra. Outra diferença está nos temas: “origem, produção, transformação e distribuição dos alimentos, que foi dos temas menos referidos como “muito relevante” por pais/EE mas também por docentes e por alunos. O despertar do interesse por estes assuntos deverá ser privilegiado em ações futuras, para melhorar a perceção de que é necessário intervir na oferta alimentar, que isso implica conhecer o sistema alimentar como um todo e que o nutricionista tem um papel fundamental na atuação a este nível. Este tipo de estudos é muito pertinente quando se delineiam as atividades a desenvolver com as crianças e jovens porque, considerando as vantagens de uma intervenção multicomponente, o envolvimento dos pais/EE é de extrema importância no sucesso das intervenções. No exemplo australiano citado, a maioria dos pais concorda que os alimentos fornecidos na escola devem ser consistentes com as mensagens ensinadas nas aulas, muitos criticam os alimentos servidos nas cantinas e referem que se deve assegurar um ambiente alimentar saudável e restringir o consumo de alguns géneros alimentícios na escola⁽²⁵⁾. Em Portugal, com a publicação do despacho n.º 8127/2021, foi alterada a oferta alimentar nos bufetes escolares, e foram estabelecidas normas a ter em conta na elaboração das ementas, não havendo ainda assim, proibição do consumo de qualquer género alimentício dentro

da escola. Seria interessante perceber se, tal como os pais australianos, os portugueses também concordam com as medidas tomadas ou se percecionam que as medidas deveriam ficar ao nível da sensibilização e educação.

Apesar das diversas funções explanadas anteriormente sobre o papel do nutricionista na escola, nesta pequena amostra, a sua intervenção é relevante, mas ainda é muito percecionada ao nível da educação para a saúde, em particular, na promoção de hábitos de alimentação saudável e pouco percecionada ao nível da intervenção na oferta alimentar. A perceção limitada quanto ao papel do nutricionista pode dever-se ao facto de estes não existirem, efetivamente, nas escolas. Um reconhecimento claro da importância do nutricionista escolar, já valorizada em outros países⁽¹¹⁻¹³⁾, foi a abertura, em janeiro de 2022, pela Direção-Geral dos Estabelecimentos Escolares (DGEsTe), de um concurso para contratação de 9 nutricionistas/dietistas para o Ministério da Educação¹. Estes irão fazer a ponte entre os nutricionistas das autarquias, das empresas de restauração coletiva e do Serviço Nacional de Saúde. É curioso destacar que as funções descritas no procedimento concursal se relacionam, principalmente, com a higiene e segurança alimentar e a modificação do ambiente alimentar escolar.

Os resultados deste estudo podem ter um viés de seleção, uma vez que o questionário foi divulgado por email para os vários grupos da CE e, provavelmente, terão respondido ao questionário apenas as pessoas mais motivadas para estes assuntos. Outra limitação é o facto de não terem sido analisadas as respostas dos não docentes nem dos alunos do 1.º ciclo.

¹ https://www.dgeste.mec.pt/wp-content/uploads/2022/01/ofertaBEP_OE202201_0505.pdf

Conclusões e considerações finais

Neste trabalho pretendeu-se averiguar as percepções quanto ao papel de um nutricionista escolar, em particular, no que diz respeito às áreas percecionadas como prioritárias, aos principais problemas de saúde relacionados com alimentação e nutrição e aos temas de maior relevância na implementação de ações em contexto escolar. Tendo em conta a elevada % de relevância atribuída a diferentes áreas de intervenção, a percepção dos elementos da CE é bastante positiva mas pouco abrangente tendo em consideração a diversidade e potencial de atuação de um nutricionista em contexto escolar. Acrescenta-se ainda que os temas indicados como mais relevantes deixam de fora algumas das preocupações mais prementes na atualidade como seja a produção sustentável e amiga do ambiente sendo fundamental despertar a CE para a pertinência deste tema.

Seria importante levar a cabo um estudo mais abrangente sobre a percepção da CE acerca da relevância da implementação de intervenções, em meio escolar, sobre alimentação e nutrição bem como avaliar aspetos sociais, económicos e culturais que determinam essa percepção. Este estudo poderá ajudar na elaboração de recursos e formação relevantes a desenvolver e adequar as intervenções às características particulares da população. Para que haja uma melhor percepção do trabalho do nutricionista escolar é necessário que o mesmo esteja no terreno, com as diferentes CE, envolvido nos seus projetos e comprometido no sucesso das suas intervenções.

Referências

1. Organization WH. Global action plan for the prevention and control of noncommunicable diseases 2013-2020. World Health Organization; 2013.
2. FAO, editor. School-based food and nutrition education - A white paper on the current state, principles, challenges and recommendations for low- and middle-income countries. Roma, Itália; 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.4060/cb2064en>.
3. Storcksdieck genannt Bonsmann S. Comprehensive mapping of national school food policies across the European Union plus Norway and Switzerland. Nutrition bulletin. 2014; 39(4):369-73.
4. Organization WH. WHO European regional obesity report 2022. 2022
5. Gregório MJ SC, Bica M, Horgan R, Arriaga MT. The Healthy Food Environment Policy Index (Food-EPI): Evidence Document para Portugal. Lisboa: Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável, Direção-Geral da Saúde; 2021.
6. Faria R, Sousa B. A educação em meio escolar e a figura do nutricionista escolar. Acta portuguesa de Nutrição. Associação Portuguesa de nutrição. 2020.
7. Bento A, Frias A, Gonçalves C, Salvador C, Dias D, Amaro LF, et al. Estratégia para a Alimentação Escolar em Portugal-uma proposta. 2018
8. Gregório MJ SC, Graça P, Arriaga MT. The Healthy Food Environment Policy Index (Food-EPI): Relatório de resultados para Portugal. Lisboa: Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável, Direção Geral da Saúde; 2022.
9. Graça P LR, Gregório MJ,. A alimentação escolar em Portugal - uma visão estratégica. Ministério da Educação - Direção-Geral da Educação. 2021
10. Santos MBGd, Precioso JAG. Educação Alimentar na Escola: Avaliação de uma intervenção pedagógica dirigida a alunos do 8º ano de escolaridade. Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge, IP; 2012.
11. Hayes D, Contento IR, Weekly C. Position of the Academy of Nutrition and Dietetics, Society for Nutrition Education and Behavior, and School Nutrition Association: Comprehensive Nutrition Programs and Services in Schools. J Acad Nutr Diet. 2018; 118(5):913-19.
12. Nakamura T. The integration of school nutrition program into health promotion and prevention of lifestyle-related diseases in Japan. Asia Pac J Clin Nutr. 2008; 17 Suppl 1:349-51.
13. Sousa LM, Martins KA, de Araújo Souza BG, Alexandre VP, de Paula Marques T, Oliveira GAL. Atuação do nutricionista no Programa Nacional de Alimentação Escolar em municípios goianos. Revista da Associação Brasileira de Nutrição-RASBRAN. 2019; 10(1):66-71.
14. Leão PV, da Conceição Cabral B, Dias IA, Carneiro LMA, Frazão AdGF. Atribuições do nutricionista no Programa Nacional de Alimentação Escolar. Agricultura Familiar: Pesquisa, Formação e Desenvolvimento. 2021; 15(1):57-74.
15. Resolução da Assembleia da República n.º 67/2012 de 10 de maio. Diário da República; 2012. n.º 91. Disponível em: <https://files.dre.pt/gratuitos/1s/2012/05/09100.pdf>.
16. Queiroz A, Mota I, Cardoso S. O direito à alimentação saudável no contexto das políticas nutricionais. Acta Portuguesa de Nutrição. 2015; 2:34-37.
17. Carvalho ÁC, Matos C, Minderico C, Almeida CTd, Abrantes E, Mota EA, et al. Referencial de Educação para a Saúde. 2017

18. CEIDSS. O papel do nutricionista na escola. Centro de Estudos e Investigação em Dinâmicas Sociais e Saúde - Co-Create. Disponível em: <https://www.ceidss.com/wp-content/uploads/2020/06/Ebook-O-Papel-do-Nutricionista-na-Escola-1.pdf>
19. Fleming CA, De Oliveira JD, Hockey K, Lala G, Schmied V, Theakstone G, et al. Food and Me. How Adolescents Experience Nutrition Across the World. A Companion Report to The State of the World's Children 2019. 2020
20. Social MMEA. Relatório do estudo HBSC 2018: A Saúde dos Adolescentes Portugueses Após a Recessão - Dados nacionais do estudo HBSC 2018. 1.^a edição ed. Lisboa: Equipa Aventura Social, Faculdade de Motricidade Humana/Universidade de Lisboa; 2018.
21. Ronto R, Ball L, Pendergast D, Harris N. Adolescents' perspectives on food literacy and its impact on their dietary behaviours. *Appetite*. 2016; 107:549-57.
22. Willett W, Rockström J, Loken B, Springmann M, Lang T, Vermeulen S, et al. Food in the Anthropocene: the EAT-Lancet Commission on healthy diets from sustainable food systems. *Lancet*. 2019; 393(10170):447-92.
23. Nanayakkara J, Margerison C, Worsley A. Teachers' self-efficacy beliefs in teaching food and nutrition subjects in Australian secondary schools. *Health Education*. 2021
24. Scaglioni S, De Cosmi V, Ciappolino V, Parazzini F, Brambilla P, Agostoni C. Factors Influencing Children's Eating Behaviours. *Nutrients*. 2018; 10(6)
25. Aydin G, Margerison C, Worsley A, Booth A. Essential food and nutrition knowledge and skills for primary school children: Australian parents' opinions. *Health Education*. 2021

