

**Impacto do “Maia Menu Saudável &
Os Super-Poderes do Teu Almoço”
na adesão ao almoço escolar -
consumo e conhecimentos**
***The Impact of “Maia Menu Saudável &
Os Super-Poderes do Teu Almoço”
regarding the adhesion in school lunch
– consumption and knowledge***

Maria Rita Mendes de Mansilha Branco

**ORIENTADO POR: PROF.ª DOUTORA CLÁUDIA AFONSO
COORIENTADO POR: DR.ª MARTA SAMPAIO**

CÂMARA MUNICIPAL DA MAIA

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

TC

PORTO, 2023



Resumo

Introdução: A escola apresenta-se como o local privilegiado para promoção de comportamentos e escolhas alimentares saudáveis por ser o local onde as crianças e jovens passam parte importante do seu dia. Neste contexto, a avaliação do desperdício alimentar nos estabelecimentos de ensino pode ser um bom indicador de satisfação com oferta alimentar, servindo de ponto de partida para a definição e priorização de projetos de educação alimentar.

Objetivo: Implementar e avaliar o impacto do Projeto MMS&SPA no aumento do consumo de alimentos habitualmente rejeitados pelas crianças, como o pescado, produtos hortícolas, leguminosas e fruta, sensibilizando para a redução do desperdício alimentar.

Métodos: Este trabalho de investigação insere-se no projeto MMS&SPA. As atividades deste trabalho desenrolam-se nos 2.º e 3.º Períodos do ano letivo 2022/2023 em 4 Escolas Básicas do Município da Maia, no qual participaram 22 turmas da Pré-Escolar ao 1.º Ciclo, contando com 429 crianças.

Resultados: Com a implementação deste projeto, verificou-se um aumento de consumo de Super-Poderes para a *Força* (proteína), *Proteção* (produtos hortícolas) e *Energia* (cereais, derivados e tubérculos) de **28%**, **31%** e **21** nos pratos de carne e um aumento de **8%**, **22%** e **58%** nos pratos de pescado, respetivamente. Para **91,7%** dos docentes e **81,9%** dos encarregados de educação o projeto contribuiu para a aquisição de novos conhecimentos por parte dos alunos.

Conclusão: O projeto teve impacto nas escolas intervenientes, apresentando-se como uma ferramenta importante de educação alimentar, promotora de conhecimentos sobre alimentação saudável, assim como na promoção do consumo dos alimentos mais rejeitados no almoço escolar.

Palavras-chave: Educação Alimentar; Consumo Alimentar; Desperdício Alimentar; Alimentação Saudável.

Abstract

Introduction: The school is the perfect place to promote healthy behaviours and nutritional choices once it is a place where children and youngsters spend much of their day. Having stated this, the evaluation of food waste in schools is highly relevant to collect data regarding satisfaction of the food offer, as it can contribute to define and prioritize projects in the field of nutritional education.

Objective: To implement and evaluate the impact of the project MMS&SPA in the increase of the consumption of food usually rejected by children, as fish, vegetables, legumes and fruits, contributing to reduce food waste.

Methods: This investigation study is inserted on the project MMS&SPA. The activities of this study happened during the 2.º and 3.º terms of the lective year 2022/2023 in four primary schools from the municipality of Maia, in which 22 classes were reached from pre-school to the first cycle, impacting 429 children.

Results: With the implementation of the project, we verified an increase in the consumption of the “Super-Powers” for *Strength* (protein), *Protection* (vegetables) and *Energy* (carbohydrates) from 28%, 31% and 21% on meat dishes, and a raise of 8%, 22% and 58 % in the fish dishes, respectively. For 91,7 % of the professors and 81,9% of the guardians, the project has contributed for the students to acquire a new knowledge.

Conclusion: The Project has had impact in the schools where it was implemented, proving to be a crucial tool of nutritional education, a way to promote knowledge about healthy food, and, thus, the promotion of the consumption of the food mostly rejected during the school lunch.

Keywords: Nutritional Education; Food Consumption; Food Waste; Healthy Food.

Lista de abreviaturas, siglas e acrónimos

EB - Escola Básica

FAO - Organização para a Alimentação e Agricultura

MMS&SPA - Maia Menu Saudável e os Super-Poderes do Teu Almoço!

ONU - Organização das Nações Unidas

Sumário

Resumo	i
Abstract	iii
Lista de abreviaturas, siglas e acrónimos	iv
1. Introdução	1
2. Objetivos.....	3
3. Metodologia	3
4. Resultados	10
5. Discussão.....	11
6. Conclusões	15
Referências	16

1. Introdução

A infância e a adolescência são períodos de desenvolvimento cruciais para o estabelecimento de hábitos de vida saudáveis, sendo cruciais para o seu crescimento e desenvolvimento^(1, 2). A escola é o ambiente ideal para a promoção de comportamentos e escolhas alimentares saudáveis, por ser o local onde as crianças e jovens passam parte importante do seu dia, podendo consumir pelo menos uma refeição principal nos estabelecimentos de ensino⁽¹⁾.

A alimentação é também um importante condicionante do desenvolvimento cognitivo e do rendimento escolar das crianças, devendo a cantina escolar disponibilizar uma oferta alimentar saudável e segura. Por sua vez, os alunos devem ter uma atitude de respeito para com os alimentos disponibilizados no almoço escolar, demonstrado através da redução do desperdício alimentar, sendo fundamental encontrar estratégias que promovam a diminuição deste⁽³⁾. Por outro lado, o desperdício alimentar é um indicador importante de insatisfação com a refeição, devendo ser, por isso, monitorizado no sentido da sua diminuição⁽³⁻⁵⁾.

O desperdício alimentar é um problema mundial, que se tornou, nos últimos anos, uma prioridade pública e política, pela necessidade de alimentar uma população em crescimento⁽⁶⁾, correspondendo a cerca de 8% da emissão global dos gases de efeito de estufa anualmente^(6, 7). A Organização para a Alimentação e Agricultura (FAO), estima que 1.3 toneladas de alimentos comestíveis são perdidos ou desperdiçados todos os anos, isto é, 1/3 de todos os alimentos destinados ao consumo humano é desperdiçado^(6, 8-11). Este tem consequências éticas, económicas, sociais e nutricionais, mas também, ambientais e sanitárias, uma vez que o desperdício de alimentos produz metano, tendo efeitos de estufa 21 vezes

mais potentes que o dióxido de carbono (CO₂)⁽¹²⁾. Do mesmo modo, o desperdício de alimentos resulta num desperdício de recursos equivalente a 250,000 biliões de litros de água, 1.4 biliões de hectares de solo e 3.3 biliões de toneladas de CO₂ para atmosfera por ano⁽¹⁰⁾. A Organização da Nações Unidas (ONU), estima que a população mundial atingirá cerca de 9 mil milhões de habitantes em 2050, sendo que a produção de géneros alimentícios deverá aumentar cerca de 70%⁽⁶⁾. Além disso, o desperdício alimentar também representa um desperdício de energia e de nutrientes que poderiam trazer benefícios para a saúde dos consumidores^(9, 13). Desta forma, é fundamental adotar um padrão de consumo mais sustentável, incluindo a redução do desperdício alimentar⁽¹⁴⁾.

Os refeitórios escolares originam grandes quantidades de desperdício alimentar⁽¹⁵⁾, sendo importante realizar campanhas de educação e consciencialização para melhorar os comportamentos e hábitos alimentares, de forma a promover a sua diminuição^(11, 15).

Assim, a avaliação do desperdício alimentar nos estabelecimentos de ensino pode também ser um bom indicador de satisfação com a oferta alimentar, podendo servir de ponto de partida para a definição e priorização de projetos na educação alimentar de forma a promover a adoção de uma alimentação saudável e sustentável^(10, 14, 16).

Face ao exposto, o presente trabalho de investigação pretendeu perceber o impacto do Projeto “Maia Menu Saudável & Os Super-Poderes do Teu Almoço” (MMS&SPA). Este projeto iniciado no ano letivo transato, encontra-se inserido dentro do Programa de Saúde Escolar dinamizado pelo Gabinete de Saúde da Câmara Municipal da Maia e dirige-se aos alunos do Pré-Escolar ao 1ºCiclo.

2. Objetivos

Implementar e avaliar o impacto do Projeto MMS&SPA no aumento do consumo de alimentos habitualmente rejeitados pelas crianças, como o pescado, produtos hortícolas, leguminosas e fruta no almoço escolar e, conseqüentemente, promover uma redução do desperdício alimentar.

3. Metodologia

3.1. População e amostra

O Projeto MMS&SPA incluiu 22 turmas da Pré-Escolar ao 1.º Ciclo, contando ao todo com 429 crianças, tendo tido a participação de todas as crianças das escolas selecionadas, sendo que o projeto se encontra inserido no Programa de Saúde Escolar do Município da Maia que tem um protocolo com o Agrupamento das Escolas participantes.

3.2. Duração

O presente estudo foi realizado nos 2.º e 3.º Períodos do ano letivo 2022/2023 em 4 Escolas Básicas (EB) do Município da Maia (EB Frejufe, EB Monte das Cruzes, EB Santa Cristina e EB Folgosa)

3.3. Métodos

O Projeto MMS&SPA foi composto por 5 fases, tendo a estudante participado em todas as etapas do mesmo.

A. Fase de Diagnóstico

Foi realizado o registo fotográfico dos pratos da refeição escolar dos alunos do Pré-Escolar ao 1ºCiclo, no início da refeição e no fim da mesma (Apêndice A). As fotografias tiradas por duas estudantes estagiárias de

Ciências da Nutrição, devidamente treinadas para o efeito, não contêm qualquer elemento que possibilite a identificação do/a aluno/a, tendo sido utilizadas etiquetas numeradas aleatoriamente, para que houvesse a correspondência entre o início e o fim da refeição. Em cada escola o registo foi realizado a todos os alunos durante 2 dias consecutivos, um em que a ementa geral era constituída por prato de carne e outro em que era constituída por prato de pescado (ambos constituídos pela componente proteica, cereais derivados e tubérculos, hortícolas e sobremesa). No total dos 8 dias de diagnóstico, obtiveram-se 1364 fotografias.

B. Fase de Intervenção

A segunda fase foi realizada durante 4 dias consecutivos em cada escola. Nos primeiros 2 dias, foi dinamizada uma Sessão de Educação Alimentar, em contexto de sala de aula realizada às turmas, adaptadas às diferentes faixas etárias (Pré-Escolar; 1.º e 2.º ano; 3.º e 4.º anos). Esta sessão tinha o objetivo de apresentar do projeto, as suas mensagens-chave e as atividades que iriam ser realizadas tanto no refeitório como no recreio. Assim, foi utilizada uma apresentação em *PowerPoint®* para as turmas do 1.º Ciclo e foi realizado um jogo com os alunos do Pré-Escolar, com um tabuleiro semelhante ao da cantina em formato A3, onde colocavam os constituintes da refeição nos respetivos Super-Poderes (Apêndice B).

Nesta sessão foi abordada a temática dos Super-Poderes, demonstrando a importância do consumo integral do almoço escolar. Assim, foi explicado que cada componente da refeição escolar está associado a um Super-Poder, estando a *Força* associada ao consumo de carne, pescado e ovo; a *Proteção* ao consumo de sopa, salada, hortícolas do prato e fruta; a *Energia* ao

consumo de arroz, batata, massa e pão e o *Reforço* ao consumo de leguminosas. Este último, como tendo a capacidade de fornecer os 3 Super-Poderes principais. Além disso, os alunos foram sensibilizados para a problemática do desperdício alimentar, tendo sido dada uma breve explicação das atividades que seriam realizadas em contexto de refeitório. No final de cada sessão, foi fornecido ao respetivo Docente, panfletos informativos sobre o Projeto para serem entregues aos Encarregados de Educação para que, assim, ficassem informados sobre o MMS&SPA (Apêndice C).

Após a Sessão de Educação Alimentar, foram realizadas, durante 3 dias, atividades no refeitório escolar. Assim, foi atribuído a cada aluno um carimbo com o Super-Poder correspondente aos componentes da refeição que tinha ingerido na totalidade. Por norma, se um aluno consumisse a refeição na totalidade ganharia 5 carimbos (3 da *Proteção*, para a sopa, salada, hortícolas no prato e fruta; 1 da *Força* para o componente proteico da refeição; 1 da *Energia* para os hidratos de carbono presentes no almoço). No entanto, se o almoço fosse constituído por leguminosas ganhariam mais 3 carimbos (1 da *Proteção*, 1 da *Força* e 1 da *Energia*), uma vez que o *Reforço* fornece os 3 Super-Poderes. Neste caso, poderiam ganhar no máximo 8 carimbos.

Foram também colocados 3 baldes de resíduos do projeto na cantina escolar com identificação dos diferentes Super-Poderes (*Força*, *Proteção* e *Energia*) pela mascote do MMS&SPA, onde os alunos do 1ºCiclo tinham que colocar as sobras dos alimentos no Super-Poder correspondente (Apêndice D). Logo,

os alunos tinham a percepção que ao desperdiçar alimentos estariam a desperdiçar e a perder Super-Poderes essenciais para a nossa saúde e bem-estar. Para além destes materiais, em cada mesa da cantina encontravam-se sinaléticas com informações sobre os Super-Poderes e as monitoras do projeto tinham pins nas batas com símbolos do projeto.

Após cada hora de almoço, foi realizada a análise de resultados desta competição entre turmas, através do *Microsoft Office Excel*®, e divulgação dos mesmos às turmas através da colocação de uma sinalização na maçaneta da porta de cada sala, informando se a turma tinha vencido ou não. Também eram colocadas as pontuações num placar de pontuações localizada, normalmente, no refeitório para que todos tivessem acesso às mesma (Apêndice E).

No final de cada semana, era anunciado no *Facebook*® do Gabinete de Saúde do Município qual era a turma vencedora da respetiva escola.

O projeto era ainda dinamizado durante os intervalos através de um jogo para reforço da mensagem, trabalhado individualmente com cada turma. Desta forma, Os alunos tinham à sua disposição diferentes sacos com representações de alimentos e 4 tabuleiros, em que cada um estava associado a um Super-Poder. O objetivo do jogo era que os alunos associassem os saquinhos com representações de alimentos ao Super-Poder correspondente, tendo de ir a saltar, de costas ou ao pé-coxinho colocar o saquinho no tabuleiro correto (Apêndice F).

C. Capacitação da Escola para a Continuidade do Projeto

A terceira fase do Projeto consistia no desafio de as mesmas participarem numa ação de formação de capacitação para a continuidade do projeto na

Escola, sendo que a adesão foi acima das expectativas com a totalidade das escolas a responderem positivamente este desafio. Este era destinada aos docentes e não docentes de cada estabelecimento de ensino e foi constituído por uma breve sessão de formação e pela entrega de materiais do projeto.

Nesta formação, foi explicada a importância de intervirmos nestas faixas etárias, para que haja a implementação de hábitos alimentares saudáveis e, conseqüentemente, a prevenção de doenças no futuro. Além disso, foi abordada a temática do desperdício alimentar e o porquê de ser importante combater este fenómeno. Também foram dadas algumas dicas para fazermos escolhas alimentares mais conscientes e saudáveis, dando a sugestão de utilizarem o decodificador de rótulos. Por fim, foi dada uma explicação do projeto, dando informação de como a Escola poderia proceder à sua continuação de forma autónoma sem o necessário envolvimento do município. Desta forma, foram fornecidos materiais do MMS&SPA, como carimbos, sinaléticas e imagens explicativas para que, assim, conseguissem dar continuidade ao mesmo.

Além disso, para avaliar eficácia da formação, foi realizado no início e no fim da mesma, o mesmo exercício, onde os intervenientes tinham que, analisando 2 fotografias de pratos de alunos, atribuir os Super-Poderes que consideravam que mereciam após terem consumido os elementos da refeição (Apêndice G).

D. Fase de Avaliação

À semelhança da fase de diagnóstico, foi realizado o registo fotográfico dos pratos da refeição escolar dos alunos do Pré-Escolar ao 1ºCiclo, no início da refeição e no fim da mesma, seguindo a mesma metodologia. No total dos 8 dias de diagnóstico, obtiveram-se 1292 fotografias.

Além disso, para avaliar se o MMS&SPA atingiu os objetivos, procedeu-se à avaliação da influência do projeto nos hábitos alimentares, relativamente ao aumento ou diminuição de consumos dos alimentos que integram a refeição escolar por parte dos alunos, se é pertinente continuar no próximo ano letivo, assim como, investir na sua melhoria. Para tal foram desenvolvidos e aplicados questionários dirigidos aos encarregados de educação (Apêndice H), não docentes (Apêndice I), docentes e respetivas turmas (Apêndice J) que procederam à sua resposta de forma coletiva, tendo cada professor procedido à recolha dos contributos da turma.

E. Encerramento

A última fase do projeto contou com o encerramento do mesmo, agradecimentos às turmas e escolas participantes, entregas de prémios e despedida da equipa do projeto em cada escola. Assim, procedeu-se à entrega de prémios às turmas vencedoras e participantes, bem como à escola vencedora (EB Santa Cristina) e às 3 escolas participantes. Para a definição das turmas vencedoras, foram contabilizados, durante os 3 dias de intervenção no refeitório e em cada uma das Escolas, o número de carimbos dos Super-Poderes angariados por cada turma.

Assim, à escola vencedora foi atribuído um troféu de vencedora do projeto e um jogo de alimentação saudável. Para as restantes 3, foi atribuído a cada uma um troféu de participação do projeto e um livro.

Todas as turmas receberam um certificado de participação do projeto (Apêndice K).

Para as turmas participantes do 1ºCiclo, para além do certificado, receberam pins de participação e um cartão. O cartão tem informação sobre os Super-Poderes, bem como dos alimentos correspondentes. Além disso, poderá ser uma mais valia para os alunos, já que permite o registo diário do consumo dos Super-Poderes e é reutilizável.

As turmas vencedoras do 1ºCiclo receberam pins de vencedores e os mesmos cartões, mas com fitas para colocarem ao pescoço.

Para a Pré-Escolar, foram atribuídas pulseiras, sendo que as turmas vencedoras receberam pulseiras a dizer “turma vencedora” e as restantes receberam pulseiras de participação (Apêndice L).

3.4. Considerações éticas

Este estudo foi desenvolvido de acordo com as diretrizes da Convenção de Oviedo fazendo parte do Programa de Saúde Escolar do Município da Maia estando protocolado com todos os Agrupamentos Escolares do Município. Para o preenchimento do questionário, foi enviado um termo de consentimento informado para os encarregados de educação, docentes e não docentes

3.5. Análise estatística

Para a análise destes resultados foi utilizado o *IBM® SPSS® Statistics 26*.
Procedeu-se a análise da estatística descritiva dos resultados referentes à implementação e avaliação do projeto, tendo-se verificado se as variáveis dos questionários se relacionavam entre si através do coeficiente de correlação de Pearson.

4. Resultados

Os resultados do projeto foram efetuados através da comparação dos resultados globais da fase de diagnóstico e da fase de avaliação, para as refeições que incluíam pratos de carne e para as que incluíam pratos de pescado (Apêndice D), de lembrar que ambos os pratos incluíam também os produtos hortícolas do prato, bem como os cereais e seus derivados e tubérculos.

Para além dos resultados observados nas fases de diagnóstico e de avaliação, foram também analisados os resultados dos questionários aplicados aos diferentes intervenientes do projeto.

Foram obtidas 171 respostas ao questionário aplicado aos encarregados de educação, 12 respostas ao aplicado aos docentes e respetivas turmas e 22 respostas ao questionário aplicado aos não docentes, tendo uma taxa de resposta de **39,9%**, **56,5%** e **81,5%**, respetivamente.

Através destes, foi possível analisar a perceção dos mesmos há existência ou não de alterações relativas ao consumo alimentar dos alunos (Apêndice E).

Além disso, **91,7%** dos docentes considera que o projeto contribuiu para a aquisição de novos conhecimentos por parte dos alunos da sua turma. Do mesmo modo **81,9%** dos encarregados de educação considera que através do projeto

houve a aquisição de novos conhecimentos sobre hábitos alimentares saudáveis por parte do/a seu/sua educando/a, sendo que **66,1%** considera o projeto muito importante na promoção de hábitos alimentares saudáveis. Do mesmo modo, **83,3%** dos docentes e **81,8%** dos não docentes, também considera o projeto uma mais valia.

Do questionário aplicado às turmas participantes, foram obtidas 12 respostas. Através destas, verificamos que a maioria dos alunos considera que houve um aumento do consumo de “Super-Poderes” após o projeto (**66,7%**). Além disso, **41,7%** dos alunos afirma que com o projeto aprendeu “a importância dos Super-Poderes, uma alimentação variada e que não devemos desperdiçar alimentos”. Do mesmo modo, **16,7%** aprendeu com o MMS&SPA que “temos que comer o que está na roda dos alimentos, não podemos desperdiçar e ter uma alimentação saudável”.

Para além disso, verificou-se através do coeficiente de correlação de Pearson, que não há nenhuma relação entre as seguintes variáveis nos 3 questionários: grau de aceitação geral das crianças, impacto no consumo de alimentos após projeto e importância do projeto (Apêndice O). Do mesmo modo, através do coeficiente de correlação de Pearson, não se verificou nenhuma relação para as seguintes variáveis no questionário aplicado às turmas: conhecimentos sobre o projeto, consumo de Super-Poderes e se gostavam que o projeto continuasse no próximo ano letivo (Apêndice P).

5. Discussão

Através dos resultados, percebemos que o projeto, apesar de ter uma intervenção pequena em cada escola (4 dias), revelou um impacto positivo ao nível do

aumento do consumo integral dos elementos do almoço escolar. Desta forma, verificou-se um aumento global em de **28%** para a *Força*, **31%** para a *Proteção* e **21%** para a *Energia*, no caso dos pratos de carne. Nos pratos de pescado, verificou-se um aumento de **8%** para a *Força*, **22%** para a *Proteção* e **58%** para a *Energia*. Consequentemente, verificou-se uma diminuição na percentagem de alunos que desperdiçaram 100% da refeição, tendo-se observado uma diminuição de **3,79%** para a *Força*, **38%** para a *Proteção* e uma manutenção da percentagem de *Energia* desperdiçada (**6%**), nos pratos de carne. Nos pratos de pescado, observou-se um aumento de **1%** para a *Força* (de **4%** para **5%**), uma diminuição de **19%** para a *Proteção* e de uma diminuição de **5%** para a *Energia*. O uso de fotografias digitais para a avaliação do consumo de alimentos pelos alunos, é um método comprovado, sendo preciso e confiável, para medir o consumo real do almoço escolar⁽¹⁷⁾.

Além disso, dos 171 encarregados de educação que responderam ao questionário, **23,4%** considera que, através do projeto, os seus educandos aumentaram o consumo de salada, **17,5%** considera que aumentaram o consumo de hortícolas no prato, **15,8%** de leguminosas e **18,1%** de fruta. Na perspetiva de **33,3%** dos docentes houve um aumento do consumo de pescado por parte dos seus alunos, de **83,3%** para o consumo de salada e um aumento de **75%** tanto no consumo de hortícolas no prato como de leguminosas. Já na perspetiva dos não docentes, houve um aumento de **45,5%** no consumo de salada, **31,8%** no consumo de hortícolas no prato e de **18,2%** no consumo de fruta. Assim, o desperdício de alimentos nas cantinas escolares pode ser reduzido através da educação dos alunos e dos funcionários da escola^(14, 18), revelando-se ao nível da mudança de comportamentos causadores deste desperdício, sendo hábitos, que se trabalhados, permanecerão na idade adulta destas crianças⁽¹⁸⁾.

Apesar de alguns encarregados de educação terem verificado que houve o aumento do consumo de alguns alimentos, a maioria considera que o consumo se manteve. Isto pode ser verificado, uma vez que o ambiente alimentar durante o almoço e jantar em casa não foi alterado. Desta forma, em alunos que por norma em casa não comem certos elementos da refeição não foi possível verificar esse aumento por parte dos encarregados de educação, sendo que não há garantia de que estejam também presentes.

Ao longo da implementação do projeto foram identificadas limitações. Este projeto destina-se apenas a uma escola, tendo assim uma intervenção mais prolongada no tempo, contudo o Agrupamento escolar inscreveu quatro escolas. Isto levou a menor tempo de intervenção e atividades em cada escola, nomeadamente aquelas de interação com a família. As mesmas eram também bastante distantes geograficamente do Município, e entre si, levando a menor tempo disponível para a realização de atividades. Além disso, este teve início a março de 2023, sendo que durante este mês foi realizada a intervenção a 3 escolas (EB Frejufe, EB Monte das Cruzes e EB Santa Cristina). A última escola (EB de Folgosa) só teve a intervenção após as férias da Páscoa, na terceira semana de abril. A fase de avaliação foi realizada durante o mês de maio em todas as escolas. Assim, passou um período grande entre a intervenção e a avaliação para as 3 primeiras escolas em relação à última, podendo ter influenciado os resultados, uma vez que as que tiveram a intervenção em março não tinham o projeto tão presente como as da EB de Folgosa. Desta forma, é importante existir um espaçamento semelhante entre as fases de intervenção e de avaliação em todas as escolas para que os métodos de avaliação sigam os mesmos critérios. Para além

disso, durante avaliação do MMS&SPA, observamos que em quase todas as escolas estavam alunos novos podendo influenciar, de certa forma, os resultados finais, já que não conheciam o projeto.

A família é uma base importante para a adoção de hábitos alimentares saudáveis pelas crianças, sendo que os progenitores desempenham o papel de promotores de saúde, influenciando as escolhas alimentares dos seus filhos⁽¹⁹⁾. Assim, para que haja a mudança de comportamentos a longo prazo, será importante incluir os pais e/ou encarregados de educação, encontrando formas presenciais e/ou outras de chegar a estes.

Por fim, o projeto apresenta também pontos fortes, já que, foi possível verificar um aumento do consumo integral do almoço escolar e, conseqüentemente, uma diminuição do desperdício alimentar. O aumento do consumo de alimentos, como a fruta e produtos hortícolas, na infância poderá estar associado a um menor risco de diversas doenças crónicas como o cancro, doenças cardiovasculares e até doença de Crohn na infância⁽²⁰⁾. Os maus hábitos alimentares, como um baixo consumo de frutas, produtos hortícolas e de peixe, estão associados de forma positiva ao aumento de doenças, nomeadamente da obesidade⁽²¹⁾, que tem vindo a aumentar nesta faixa etária em Portugal. Desta forma, este projeto contribui para o aumento do consumo destes alimentos que são fundamentais para o desenvolvimento das crianças, contribuindo, ao mesmo tempo, para uma manutenção da saúde e prevenção de doenças. Isto é importante, uma vez que os hábitos alimentares se formam na infância, não sendo alterados, por norma, na vida adulta^(19, 22). Do mesmo modo, contribui para o aumento de conhecimentos sobre nutrição e alimentação saudável, aumentando a literacia em saúde da população-alvo, contribuindo, para que no futuro, consigam fazer escolhas

conscientes e informadas. Se realizado de forma periódica e com um tempo de intervenção superior, poderá ter mudanças permanentes no comportamento alimentar das crianças durante o almoço escolar.

Além disso, pode definir-se comportamento alimentar como o “ato que envolve a ingestão de alimentos, bem como todos os aspetos psicossociais relacionados com a seleção de alimentos que pretende consumir”⁽²²⁾. Assim, o facto de a intervenção ter sido feita através de um jogo, onde as turmas competiram entre si e que estava a ser realizado por pessoas de fora da escola, influência a mudança de comportamentos porque é algo novo. Do mesmo modo, a criação de uma relação de proximidade, carinho e amizade com os alunos por parte das monitoras responsáveis também é um ponto forte deste estudo, já que pode ter facilitado a mudança de comportamentos, fazendo com que os alunos olhassem para os constituintes da refeição com mais respeito e curiosidade para os experimentar.

6. Conclusões

Podemos concluir que o MMS&SPA teve um impacto positivo no aumento do consumo do almoço escolar e, conseqüentemente, na redução do desperdício alimentar à hora do almoço, tendo atingido os seus objetivos.

Em suma, o projeto teve impacto nas escolas intervenientes, sendo uma ferramenta importante de educação alimentar para que haja o aumento de conhecimentos sobre alimentação saudável, bem como o aumento do consumo dos componentes mais rejeitados do almoço escolar e, conseqüentemente, uma diminuição do desperdício alimentar.

Referências

1. Caldeira S BS, Bakogianni I, Gauci C, Calleja A, Furtado A. Public Procurement Of Food for Health: Technical Report on the school setting. JRC Publications Repository. 2017
2. Al-Jawaldeh A TM, Nasreddine L. Food Consumption Patterns and Nutrient Intakes of Children and Adolescents in the Eastern Mediterranean Region: A Call for Policy Action. *Nutrients* 2020; MDPI
3. RM. L. Orientações sobre Ementas e Refeitórios Escolares. Ministério da Educação - Direção-Geral da Educação; 2018.
4. Silva F. Beatriz TB, Ávila Helena, Afonso Cláudia Avaliação do desperdício alimentar da refeição almoço em duas escolas públicas do distrito de Aveiro. *Acta Portuguesa de Nutrição* 23. 2020:30-35.
5. Ferigollo MC BM. Desperdício de alimentos em unidades de alimentação e nutrição: Uma revisão integrativa da literatura. *HOLOS*. 2018
6. CNCDA. Estratégia Nacional e Plano de Ação de Combate ao Desperdício Alimentar. *Diário da República*; 2018.
7. Albizzati PF RP, Cai M, Tonini D, Astrup TF. Rebound effects of food waste prevention: Environmental impacts. *Waste Management*. 2022; 153:138-46.
8. Steen H MC, Rööös E, Eriksson M. Identification and modelling of risk factors for food waste generation in school and pre-school catering units. . *Waste Manag*. 2018
9. Conrad Z BN. Identifying the links between consumer food waste, nutrition, and environmental sustainability: a narrative review. *Nutrition Reviews*. 2021; Volume 79:301-31.
10. Favuzzi N TP, Forte MG, Bartolomeo N, Serio G, Lagravinese D, Vito F. Evaluation of an Alimentary Education Intervention on School Canteen Waste at a Primary School in Bari, Italy. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2020
11. Nicewicz R BB. The Impact of the Nutritional Knowledge of Polish Students Living Outside the Family Home on Consumer Behavior and Food Waste. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2022
12. Europeu. P. Resolução do Parlamento Europeu de 30 de Novembro de 2011, sobre como evitar o desperdício de alimentos: estratégias para melhorar a eficiência da cadeia alimentar na UE. 2011
13. Stern AL LS, Richardson S, Blackstone NT, Economos C, Griffin TS. Improving school lunch menus with multi-objective optimization: nutrition, cost, consumption, and environmental impacts. *Public Health Nutrition*; 2023.
14. Pedrosa AS EF, Silva M, Ribeiro V, Lima JPM. Desperdício alimentar em contexto escolar: análise de metodologias de avaliação para uma avaliação contínua. *Acta Portuguesa de Nutrição*. 2021:30-37.
15. Derqui Belén FV, Fayos Teresa. Towards more sustainable food systems. Addressing food waste at school canteens. *Appetite*. 2018; 129:1-11.
16. Giboreau Agnes SC, Morizet David, Meiselman L. Herbert. Measuring Food Waste and Consumption by Children Using Photography. *Nutrients*. 2019
17. Rodríguez Tadeo A PVB, Periago Castón MJ, Ros Berrueto G, González Martínez-Lacuesta E. Evaluando la aceptación de alimentos en escolares: registro

visual cualitativo frente a análisis de residuos de alimentos [Assessing food acceptance in scholar children; qualitative visual record versus food waste analysis]. *Nutrición Hospitalaria*. 2014

18. Derqui B FV. The opportunity of tracking food waste in school canteens: Guidelines for self-assessment. *Waste Management*. 2017; 69:431-44.

19. Yee Andrew LM, Ho Shirley. The influence of parental practices on child promotive and preventive food consumption behaviors: a systematic review and meta-analysis. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*. 2017

20. Ang IYH WR, Koch PA, Gray HL, Trent R, Tipton E, Contento IR. School Lunch Environmental Factors Impacting Fruit and Vegetable Consumption. *Journal of Nutrition Education and Behavior*. 2019; 51:68-79.

21. Eustachio Colombo P PE, Elinder LS, Lindroos AK. The importance of school lunches to the overall dietary intake of children in Sweden: a nationally representative study. *Public Health Nutrition*. 2020; 23(10): 1705-15.

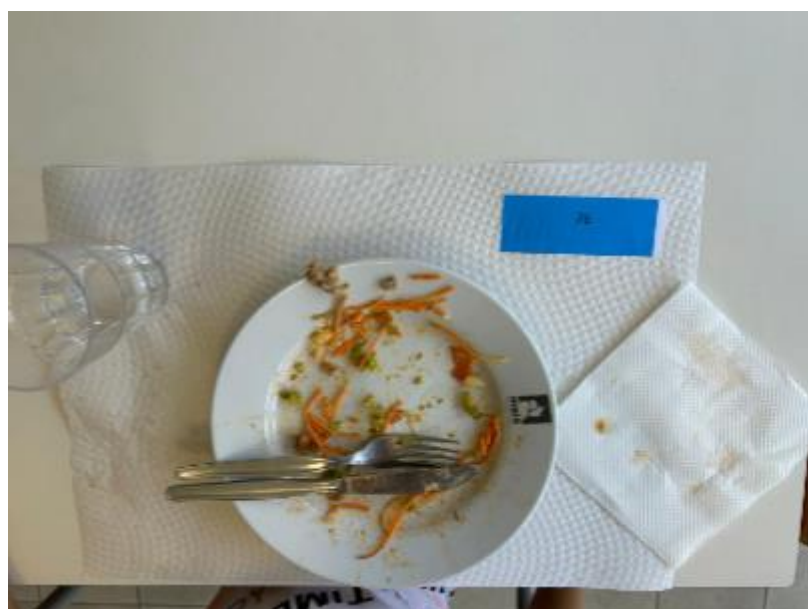
22. Cátia R. Relação entre o comportamento alimentar e variáveis motivacionais em crianças e adolescentes. Universidade da Beira Interior Ciências Sociais e Humanas 2018

Apêndices

Índice de apêndices

Apêndice A - Exemplo de Registo Fotográfico para Quantificação do Desperdício	19
Apêndice B - Sessões de Educação Alimentar MMS&SPA	20
Apêndice C - Panfleto Informativo sobre o MMS&SPA	21
Apêndice D - Atividades de Refeitório	22
Apêndice E - Anúncio das turmas vencedoras nas Escolas	23
Apêndice F - Atividades de Recreio	24
Apêndice G - Fase de Capacitação da Escola para a Continuidade do Projeto	25
Apêndice H - Questionário aplicado aos encarregados de educação	26
Apêndice I - Questionário aplicado aos não docentes	32
Apêndice J - Questionário aplicado aos docentes e respetivas turma	38
Apêndice K - Certificado de participação no MMS&SPA	47
Apêndice L - Prémios desenvolvidos para o Projeto	48
Apêndice M - Tabelas de comparação dos resultados globais da fase de diagnóstico e de avaliação	49
Apêndice N - Tabelas sobre o impacto do projeto no consumo de alimentos pelos alunos na perspetiva dos encarregados de educação docentes e não docentes	50
Apêndice O - Estudo da relação entre as variáveis impacto do consumo de alimentos após o projeto, grau de importância do projeto e grau de aceitação geral das crianças	52
Apêndice P - Estudo da relação entre as variáveis conhecimentos sobre os Super-Poderes, consumo de Super-Poderes e se gostavam que o projeto continuasse no próximo ano	54

Apêndice A - Exemplo de Registo Fotográfico para Quantificação do Desperdício



Apêndice B - Sessões de Educação Alimentar MMS&SPA



Apêndice C - Panfleto Informativo sobre o MMS&SPA

Metodologia

FASE 1: Diagnóstico e Apresentação

- Avaliação de desperdício alimentar no refeitório, através do registo fotográfico dos **tabuleiros** dos Alunos, sem identificação dos mesmos.
- Apresentação do projeto** em sala de aula com a duração de 20 a 30 minutos;

FASE 2: Intervenção

- Dinamização de atividades durante o almoço escolar dos alunos, em contexto de refeitório: registo dos elementos da refeição consumidos através de **carimbos com os Super-Poderes e separação, em baldes próprios**, dos componentes não consumidos;
- Eleição da turma que menor desperdício alimentar produz**, com base na ingestão dos diferentes componentes da refeição.



FASE 3: Avaliação Final

- Avaliação de desperdício alimentar no refeitório, através do registo fotográfico dos **tabuleiros** à semelhança do diagnóstico.

O nosso Objetivo

O projeto "Maia Menu Saudável & Os Super-Poderes do teu Almoço" pretende promover o consumo de alguns alimentos habitualmente rejeitados pelas Crianças, mas que são fundamentais para um crescimento saudável e harmonioso.

O mote "100% Super-Poderes, 0% Desperdício" procura relacionar a aceitação desses alimentos com a sustentabilidade alimentar, através da sensibilização para a redução do desperdício alimentar nos almoços escolares.



Ajude-nos a implementar este projeto, para que juntos possamos **promover gerações futuras mais saudáveis e responsáveis**, e combater o desperdício alimentar no almoço escolar.

Sugerimos que acompanhe o projeto em:

<https://www.facebook.com/maia.menu.saudavel>



MAIA SAÚDE
PROGRAMA DE SAÚDE ESCOLAR 2022/2023
Educação Alimentar
Contacto: marta.sampaio@cm-maia.pt



MAIA MENU SAUDÁVEL & Os SUPER-PODERES do teu Almoço!




Estratégias para Combater o Desperdício Alimentar

MAIA SAÚDE

Contextualização

Desperdício Alimentar em Portugal

O Instituto Nacional de Estatística (INE) concluiu, que em 2020, foram desperdiçados, em Portugal, 1,89 milhões de toneladas de alimentos.



Estima-se assim que **cada português desperdiçou**, em média, 183,6 kg de alimentos.

Porquê Super-Poderes?

A temática "Superpoderes" **suscita interesse e participação** das Crianças.

O objetivo é incentivar a uma **mudança de comportamentos** para um estilo de vida mais sustentável e uma alimentação mais equilibrada.



MAIA SAÚDE

Como são atribuídos os Super-Poderes?

> Os alimentos apresentam, na sua maioria, mais do que um nutriente, podendo assim, em boa verdade, contribuir para mais do que uma função ("Super-Poder") no organismo. Contudo, habitualmente são destacados pelo(s) seu(s) nutriente(s) predominante(s), sendo esta forma, mais fácil de compreender pelas Crianças.

> Existem **3 Superpoderes** que correspondem às **3 principais funções** dos nutrientes no organismo. Estes encontram-se num ou mais grupos de alimentos, a saber:

- Para conquistar **ENERGIA** precisamos de ingerir **massa, arroz, batata ou pão**, fornecedores de hidratos de carbono complexos;
- Para conquistar **PROTEÇÃO** precisamos de ingerir **fruta e hortalícolas**, fontes de vitaminas, minerais, fibras e compostos bioativos;
- Para conquistar **FORÇA** precisamos de ingerir **carne, pescado ou ovo**, que fornecem proteína.

> Um destaque para as **leguminosas** (grão, feijão,...), que ao serem ricas quer em proteínas, hidratos de carbono, fibras, vitaminas e minerais, "merecem" o título **"Reforço dos Super-Poderes"**.



Como são atribuídos os Super-Poderes?

Comer na totalidade?	Vale 1 carimbo de:		
	ENERGIA	FORÇA	PROTEÇÃO
SOPA			✓
PRATO - Carne, pescado e/ou ovos		✓	
PRATO - arroz, massa, batata	✓		
PRATO - hortalícolas que acompanham (contam os incorporados e os que acompanham, como a salada ou salteados)			✓
PRATO* - leguminosas (quando presentes)	REFORÇO! ✓		
SOBREMESA - Fruta			✓ ou
TOTAL	1 ou 2	1 ou 2	3 e 4

IMPORTANTE:

* Aplicável apenas se leguminosas presentes no Prato.

** A sobremesa doce não recebe super-poderes. Neste dia, não há super-poder atribuído sobremesa, quer os Alunos consumam sobremesa doce ou fruta, uma vez que não pretendemos que regnem a sobremesa doce.

> Para ganharmos todos os Superpoderes, devemos assim realizar uma **refeição completa**, através da **sopa**, dos alimentos constituintes do **prato principal**, e sem esquecer a **fruta** à sobremesa. Conseguimos, assim, os nutrientes necessários diariamente e ainda trabalhamos para **minimizar o desperdício alimentar**.

Apêndice D - Atividades de Refeitório



Apêndice E- Anúncio das turmas vencedoras nas Escolas



Apêndice F - Atividade de Recreio



Apêndice G - Fase de Capacitação da Escola para a Continuidade do Projeto



Apêndice H - Questionários aplicados aos encarregados de educação



Consentimento informado, livre e esclarecido para participação em investigação

(de acordo com a Convenção de Oviedo ⁽¹⁾)

Por favor, leia com atenção a seguinte informação. Se achar que algo está incorreto ou que não está claro, não hesite em solicitar mais informações. Se concorda com a proposta que lhe foi feita, queira assinar este documento.

Título do trabalho de investigação: Impacto do “Maia Menu Saudável & Os Super-Poderes do teu Almoço” na adesão ao almoço escolar - consumo e conhecimentos.

O “Maia Menu Saudável & Os Super-Poderes do teu Almoço! (MMS&SPA)” é um projeto de educação alimentar a que a escola do/a seu/seu educando/a aderiu, juntamente com mais 3 escolas do Agrupamento de Escolas do Levante da Maia. O mesmo faz parte do Programa de Saúde Escolar 2022/2023 e foi desenvolvido pelo Gabinete de Saúde do Município da Maia, contando com a colaboração da Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade de Porto (FCNAUP).

O MMS&SPA tem como principais objetivos:

- Promover os alimentos do almoço escolar essenciais a um crescimento saudável, mas que os alunos tendem a rejeitar, como os hortícolas, o peixe, as leguminosas e a fruta;
- Sensibilizar os alunos para a diminuição do desperdício alimentar no almoço escolar.

Para alcança-los, são implementadas diferentes atividades na escola e entregues materiais lúdico-educativos com as mensagens-chave do projeto. É ainda avaliado o desperdício alimentar gerado no refeitório por cada uma das turmas, antes e após a implementação do projeto, e estabelecida uma dinâmica de competição salutar entre turmas e escolas, com entrega de prémios simbólicos aos vencedores e a todos os participantes.

Para que possamos avaliar se o MMS&SPA atingiu os objetivos, se é pertinente continuar no próximo ano letivo, bem como investir na sua melhoria contínua, é importante avaliarmos o impacto do mesmo. O presente questionário procura assim efetuar essa avaliação.

Todos os dados serão analisados por uma estudante da licenciatura em Ciências da Nutrição da FCNAUP a estagiar no município e que, por este facto, colaborou na implementação do projeto. Por forma a reconhecer o seu trabalho, constituirá ainda tema da sua tese de licenciatura.

¹<https://dre.pt/application/dir/pdf1sdip/2001/01/002A00/00140036.pdf>



Em suma, os resultados do presente questionário serão usados para avaliação e melhoria contínua do projeto “Maia Menu Saudável & Os Super Poderes do teu Almoço!”, bem como para fins académicos.

Desta forma, solicitamos a sua melhor colaboração para o seu preenchimento, assegurando-se a privacidade e confidencialidade da informação. O tratamento dos resultados será anónimo e confidencial, não sendo, em momento algum, solicitada qualquer identificação do/a seu/sua Educando/a.

Assim, deve ser preenchido pelo/a Encarregado/a de Educação do/a Aluno/a e ser entregue ao Docente até ao dia 5 de junho de 2023.

Para esclarecimentos adicionais relativos ao estudo, pode contactar-nos através de e-mail, para o endereço: up201906979@fcna.up.pt.

A sua colaboração reveste-se de grande importância, pelo que, desde já agradecemos toda a atenção disponibilizada.

Com os melhores cumprimentos.

Declaro ter compreendido as informações descritas neste documento, que li na íntegra. Foi-me garantida a possibilidade de, em qualquer altura, recusar participar neste estudo sem qualquer tipo de consequências. Assim, aceito participar e permito a utilização dos dados que de forma voluntária forneço, confiando em que apenas serão utilizados para fins estatísticos e nas garantias de confidencialidade e anonimato dadas.

Nome: _____

Assinatura: _____

Data: __/__/2023

Projeto Maia Menu Saudável & Os Super-Poderes do Teu Almoço (MMS&SPA)

Questionário aos Encarregados de Educação

I. Grau de conhecimento do Projeto

1. Teve conhecimento deste projeto?

- ☐ Sim
- ☐ Não (obrigada pela sua colaboração, terminou o questionário)

2. Se assinalou a opção "Sim" à questão anterior:

(selecione p.f. com uma cruz "X", uma ou mais opções)

2.1. De que modo teve conhecimento deste projeto?

- ☐ Através do/a meu/minha Educando/a
- ☐ Pela Escola
- ☐ No panfleto do projeto
- ☐ Outra. Qual? _____

2.2. Durante o decorrer do Projeto, teve conhecimento de que atividades e/ou materiais do mesmo?

(selecione p.f. com uma cruz "X", uma ou mais opções)

- ☐ Sessões de Educação Alimentar em sala de aula
- ☐ Atividades/jogos durante o intervalo
- ☐ Atividades/ jogos no refeitório
- ☐ Carimbos dos Super-Poderes
- ☐ Baldes do lixo dos Super-Poderes
- ☐ Dispensador na porta da sala
- ☐ Tabela de pontuações
- ☐ Sinalética nas mesas de refeição
- ☐ Outra/s. Qual/Quais? _____

3. Por favor, selecione "Verdadeiro" ou "Falso" para as seguintes questões, sobre algumas das mensagens do MMS&SPA:

3.1. "São 4 os "Super-Poderes" trabalhados neste projeto: a FORÇA, a ENERGIA, a PROTEÇÃO e a

IMUNIDADE:

- ☐ Verdadeiro
- ☐ Falso
- ☐ Não sabe/ não responde

3.2. Para conquistar **FORÇA** precisamos de ingerir **massa, arroz, batata ou pão**, fornecedores de hidratos de carbono complexos.

- ☐ Verdadeiro
☐ Falso
☐ Não sabe/ não responde

3.3. As leguminosas (feijão, grão, ervilhas, ...) ao serem ricas quer em proteínas, hidratos de carbono, fibras, vitaminas e minerais recebem, neste projeto, o título "**Reforço dos Super-Poderes**".

- ☐ Verdadeiro
☐ Falso
☐ Não sabe/ não responde

II. Autoperceção do impacto na aceitação alimentar

4. De um modo geral, qual considera ser o **grau de aceitação** dos seguintes elementos de refeição pelo/a seu/sua Educando/a? (selecione p.f. com uma cruz "X" uma ou mais opções)

	Rejeita comer	Aceita mas é necessário insistir para que coma	Aceita e come bem	Não sabe/ não responde
Sopa	☐	☐	☐	☐
Carne	☐	☐	☐	☐
Pescado	☐	☐	☐	☐
Arroz	☐	☐	☐	☐
Massa	☐	☐	☐	☐
Batata	☐	☐	☐	☐
Salada	☐	☐	☐	☐
Hortícolas no prato (ex: brócolos, cenoura,...)	☐	☐	☐	☐
Leguminosas (ex: feijão, grão, ervilhas,...)	☐	☐	☐	☐
Fruta	☐	☐	☐	☐

5. Qual considera ter sido o **impacto deste projeto no consumo** dos seguintes elementos de refeição, pelo/a seu/sua Educando/a? (selecione p.f. com uma cruz "X" uma ou mais opções)

	Diminuiu o consumo	Manteve o consumo	Aumentou o consumo	Não sabe/ não responde
Sopa	☐	☐	☐	☐
Carne	☐	☐	☐	☐
Pescado	☐	☐	☐	☐
Arroz	☐	☐	☐	☐
Massa	☐	☐	☐	☐
Batata	☐	☐	☐	☐
Salada	☐	☐	☐	☐
Hortícolas no prato (ex: brócolos, cenoura,...)	☐	☐	☐	☐
Leguminosas (ex: feijão, grão, ervilhas,...)	☐	☐	☐	☐
Fruta	☐	☐	☐	☐

III. Avaliação do Projeto

6. Na sua opinião, o Projeto contribuiu para a **aquisição de novos conhecimentos** sobre hábitos alimentares saudáveis, por parte do/a seu/sua Educando/a?

- ☐ Sim
- ☐ Não
- ☐ Não sabe / Não responde

7. Na sua opinião, e numa escala de 1 a 5 (em que 1 é pouco importante e 5 muito importante), qual considera ser o grau de importância deste projeto na promoção de hábitos alimentares saudáveis em contexto escolar? (assinale p.f. a opção mais adequada)

- ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5
 (pouco importante) (muito importante)



8. Considera importante que o Projeto continue a ser implementado no próximo ano letivo?

☐ Sim

☐ Não

☐ Não sabe / Não responde

Se desejar deixar algum **comentário/observação** ou **esclarecimento das suas respostas** ao presente questionário, por favor utilize a caixa em branco que se segue:

Agradecemos a sua colaboração.

Apêndice I - Questionário aplicado aos não docentes



Consentimento informado, livre e esclarecido para participação em investigação

(de acordo com a Convenção de Oviedo ⁽¹⁾)

Por favor, leia com atenção a seguinte informação. Se achar que algo está incorreto ou que não está claro, não hesite em solicitar mais informações. Se concorda com a proposta que lhe foi feita, queira assinar este documento.

Título do trabalho de investigação: Impacto do “Maia Menu Saudável & Os Super-Poderes do teu Almoço” na adesão ao almoço escolar - consumo e conhecimentos.

O “Maia Menu Saudável & Os Super-Poderes do teu Almoço! (MMS&SPA)” é um projeto de educação alimentar a que a sua escola aderiu, juntamente com mais 3 escolas do Agrupamento de Escolas do Levante da Maia. O mesmo faz parte do Programa de Saúde Escolar 2022/2023 e foi desenvolvido pelo Gabinete de Saúde do Município da Maia, contando com a colaboração da Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade de Porto (FCNAUP). O MMS&SPA tem como principais objetivos:

- Promover os alimentos do almoço escolar essenciais a um crescimento saudável, mas que os alunos tendem a rejeitar, como os hortícolas, o peixe, as leguminosas e a fruta;
- Sensibilizar os alunos de forma a diminuir o desperdício alimentar ao nível do almoço escolar.

Para alcançá-los, são implementadas diferentes atividades na escola e entregues materiais lúdico-educativos com as mensagens-chave do projeto. É ainda avaliado o desperdício alimentar gerado no refeitório por cada uma das turmas, antes e após a implementação do projeto, e estabelecida uma dinâmica de competição salutar entre turmas e escolas, com entrega de prémios simbólicos aos vencedores e a todos os participantes.

Para que possamos avaliar se o MMS&SPA atingiu os objetivos, se é pertinente continuar no próximo ano letivo, bem como investir na sua melhoria contínua, é importante avaliarmos o impacto do mesmo. O presente questionário procura assim efetuar essa avaliação.

Todos os dados serão analisados por uma estudante da licenciatura em Ciências da Nutrição da FCNAUP, a estagiar no município e que, por este facto, colaborou na implementação do projeto. Por forma a reconhecer o seu trabalho, constituirá ainda tema da sua tese de licenciatura.

¹<https://dre.pt/application/dir/pdf1sdip/2001/01/002A00/00140036.pdf>.



Em suma, os resultados do presente questionário serão usados para avaliação e melhoria contínua do projeto “Maia Menu Saudável & Os Super Poderes do teu Almoço!” bem como para fins académicos.

Desta forma, solicitamos a melhor colaboração para o seu preenchimento, assegurando-se a privacidade e confidencialidade da informação. O tratamento dos resultados será anónimo e confidencial, não sendo, em momento algum, solicitada qualquer identificação dos alunos da escola.

Assim, deve ser preenchido pelo/a não Docente, de modo a que possamos recolher os questionários junto da Coordenação da Escola, até ao dia 5 de junho de 2023.

Para esclarecimentos adicionais relativos ao estudo, pode contactar-nos através de e-mail, para o endereço: up201906979@fcna.up.pt.

A sua colaboração reveste-se de grande importância, pelo que, desde já agradecemos toda a atenção disponibilizada.

Com os melhores cumprimentos.

Declaro ter compreendido as informações descritas neste documento, que li na íntegra. Foi-me garantida a possibilidade de, em qualquer altura, recusar participar neste estudo sem qualquer tipo de consequências. Assim, aceito participar e permito a utilização dos dados que de forma voluntária forneço, confiando em que apenas serão utilizados para fins estatísticos e nas garantias de confidencialidade e anonimato dadas.

Nome: _____

Assinatura: _____

Data: ____/____/2023

Projeto Maia Menu Saudável & Os Super-Poderes do Teu Almoço

Avaliação do Projeto pelos não Docentes

I. Autoperceção do impacto na aceitação alimentar

1. Antes do Projeto se iniciar, considera que, de um modo geral, os alunos da sua escola:

- ☐ Rejeitavam grande parte dos alimentos/componentes do almoço escolar (ex: *sopa, hortícolas, peixe, leguminosas,...*)
- ☐ Consumiam os alimentos/componentes do almoço escolar, mas com rejeição de alguns
- ☐ Consumiam na totalidade os alimentos/componentes do almoço escolar
- ☐ Não sabe/ não responde

2. De um modo geral, como avalia o grau de aceitação dos seguintes elementos de refeição, pelos alunos sua escola? (selecione p.f. com uma cruz "X" uma ou mais opções)

	Rejeitam comer	Aceitam mas é necessário insistir para que comam	Aceitam e comem bem	Não sabe/ não responde
Sopa	☐	☐	☐	☐
Carne	☐	☐	☐	☐
Pescado	☐	☐	☐	☐
Arroz	☐	☐	☐	☐
Massa	☐	☐	☐	☐
Batata	☐	☐	☐	☐
Salada	☐	☐	☐	☐
Hortícolas no prato (ex: brócolos, cenoura,...)	☐	☐	☐	☐
Leguminosas (ex: feijão, grão, ervilhas,...)	☐	☐	☐	☐
Fruta	☐	☐	☐	☐

3. Na sua opinião, qual considera ter sido o **impacto deste projeto no consumo** dos seguintes elementos da refeição, pelos alunos da sua escola? (selecione p.f. com uma cruz "X" uma ou mais opções)

	Diminuíram o consumo	Mantiveram o consumo	Aumentaram o consumo	Não sabe/ não responde
Sopa	☐	☐	☐	☐
Carne	☐	☐	☐	☐
Pescado	☐	☐	☐	☐
Arroz	☐	☐	☐	☐
Massa	☐	☐	☐	☐
Batata	☐	☐	☐	☐
Salada	☐	☐	☐	☐
Hortícolas no prato (ex: brócolos, cenoura,...)	☐	☐	☐	☐
Leguminosas (ex: feijão, grão, ervilhas,...)	☐	☐	☐	☐
Fruta	☐	☐	☐	☐

II. Avaliação do Projeto

4. Quando o Projeto se iniciou, quais eram as suas expectativas sobre o mesmo?

- ☐ Muito baixas
☐ Baixas
☐ Sem expectativa
☐ Altas
☐ Muito altas

5. Terminado o mesmo, considera que o Projeto correspondeu às suas expectativas?

- ☐ Não
☐ Sim
☐ Excedeu as expectativas iniciais
☐ Não sabe/Não responde

5.1 Se assinalou “Não correspondeu” à questão anterior, por favor justifique:

6. Na sua opinião, quais as atividades do Projeto mais apreciadas pelos alunos da sua escola?

(selecione p.f. com uma cruz “X” uma ou mais opções)

- ☐ Sessões de Educação Alimentar em sala de aula
- ☐ Atividades/jogos durante o intervalo
- ☐ Atividades/ jogos no refeitório
- ☐ Carimbos dos Super-Poderes
- ☐ Baldes do lixo dos Super-Poderes
- ☐ Competição entre turmas
- ☐ Não sabe/ Não responde
- ☐ Outra/s. Qual/Quais? _____

7. Na sua opinião, numa escala de 1 a 5 (em que 1 é pouco importante e 5 muito importante) qual considera ser o grau de importância deste projeto na promoção de hábitos alimentares saudáveis, em contexto escolar (assinale p.f. a opção mais adequada):

- ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5
- (pouco importante) (muito importante)

III. Continuidade do Projeto

9. Após a sessão de capacitação para a continuidade do Projeto, para Docentes e não Docentes, foi implementada alguma atividade de dinamização do MMS&SPA pela sua Escola?

- ☐ Sim (se assinalou esta resposta, p.f. passe à questão 9.1)
- ☐ Não (se assinalou esta resposta, p.f. passe à questão 9.2)
- ☐ Não sabe / Não responde (se assinalou esta resposta, p.f. passe à questão 10)



9.1 Se assinalou “**Sim**” à questão anterior, por favor diga, de forma breve, que atividades foram implementadas, e os maiores desafios encontrados:

9.2 Se assinalou “**Não**”, por favor indique-nos quais considera terem sido as razões:

10. Se tiver alguma sugestão sobre o projeto ou observação a alguma das respostas dadas no presente questionário, por favor utilize o espaço seguinte para as registar:

Agradecemos a *sua* colaboração.

Apêndice J - Questionário aplicado aos docentes e respetivas turmas



Consentimento informado, livre e esclarecido para participação em investigação (de acordo com a Convenção de Oviedo ⁽¹⁾)

Por favor, leia com atenção a seguinte informação. Se achar que algo está incorreto ou que não está claro, não hesite em solicitar mais informações. Se concorda com a proposta que lhe foi feita, queira assinar este documento.

Título do trabalho de investigação: Impacto do “Maia Menu Saudável & Os Super-Poderes do teu Almoço” na adesão ao almoço escolar - consumo e conhecimentos.

O “Maia Menu Saudável & Os Super-Poderes do teu Almoço! (MMS&SPA)” é um projeto de educação alimentar a que a sua escola aderiu, juntamente com mais 3 escolas do Agrupamento de Escolas do Levante da Maia. O mesmo faz parte do Programa de Saúde Escolar 2022/2023 e foi desenvolvido pelo Gabinete de Saúde do Município da Maia, contando com a colaboração da Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto (FCNAUP). O **MMS&SPA** tem como principais objetivos:

- Promover os alimentos do almoço escolar essenciais a um crescimento saudável, mas que os alunos tendem a rejeitar, como os hortícolas, o peixe, as leguminosas e a fruta;
- Sensibilizar os alunos para a diminuição do desperdício alimentar no almoço escolar.

Para alcançá-los, são implementadas diferentes atividades na escola e entregues materiais lúdico-educativos com as mensagens-chave do projeto. É ainda avaliado o desperdício alimentar gerado no refeitório por cada uma das turmas, antes e após a implementação do projeto, e estabelecida uma dinâmica de competição salutar entre turmas e escolas, com entrega de prémios simbólicos aos vencedores e a todos os participantes.

Para que possamos avaliar se o **MMS&SPA** atingiu os objetivos, se é pertinente continuar no próximo ano letivo, bem como investir na sua melhoria contínua, é importante avaliarmos o impacto do mesmo. Os presentes questionários procuram assim efetuar essa avaliação.

Todos os dados serão analisados por uma estudante da licenciatura em Ciências da Nutrição da FCNAUP, a estagiar no município e que, por este facto, colaborou na implementação do projeto. Por forma a reconhecer o seu trabalho, constituirá ainda tema da sua tese de licenciatura.

¹<https://dre.pt/application/dir/pdf1sdip/2001/01/002A00/00140036.pdf>.



Em suma, os resultados dos presentes questionários serão usados para avaliação e melhoria contínua do projeto “Maia Menu Saudável & Os Super Poderes do teu Almoço!” bem como para fins académicos.

Desta forma, solicitamos a melhor colaboração para o seu preenchimento, assegurando-se a privacidade e confidencialidade da informação. O tratamento dos resultados será anónimo e confidencial, não sendo, em momento algum, solicitada qualquer identificação dos alunos da escola.

Assim, deve ser preenchido pelo/a Docente, de modo a que possamos recolher os questionários junto da Coordenação da Escola, até ao dia 5 de junho de 2023.

Para esclarecimentos adicionais relativos ao estudo, pode contactar-nos através de e-mail, para o endereço: up201906979@fcna.up.pt.

A sua colaboração reveste-se de grande importância, pelo que, desde já agradecemos toda a atenção disponibilizada.

Com os melhores cumprimentos.

Declaro ter compreendido as informações descritas neste documento, que li na íntegra. Foi-me garantida a possibilidade de, em qualquer altura, recusar participar neste estudo sem qualquer tipo de consequências. Assim, aceito participar e permito a utilização dos dados que de forma voluntária forneço, confiando em que apenas serão utilizados para fins estatísticos e nas garantias de confidencialidade e anonimato dadas.

Nome: _____

Assinatura: _____

Data: __/__/2023

Projeto Maia Menu Saudável & Os Super-Poderes do Teu Almoço
Avaliação do Projeto pelos Docentes
I. Autoperceção do impacto na aceitação alimentar

1. Antes do Projeto se iniciar, considera que, de um modo geral, os alunos da sua turma:

- ☐ Rejeitavam grande parte dos alimentos/componentes do almoço escolar alguns (ex: sopa, hortícolas, peixe, leguminosas,...)
- ☐ Consumiam os alimentos/componentes do almoço escolar, mas com rejeição de alguns
- ☐ Consumiam na totalidade os alimentos/componentes do almoço escolar
- ☐ Não sabe/ não responde

2. De um modo geral, como avalia o grau de aceitação dos seguintes elementos de refeição, pelos alunos da sua turma? (selecione p.f. com uma cruz "X" uma ou mais opções)

	Rejeitam comer	Aceitam mas é necessário insistir para que comam	Aceitam e comem bem	Não sabe/ não responde
Sopa	☐	☐	☐	☐
Carne	☐	☐	☐	☐
Pescado	☐	☐	☐	☐
Arroz	☐	☐	☐	☐
Massa	☐	☐	☐	☐
Batata	☐	☐	☐	☐
Salada	☐	☐	☐	☐
Hortícolas no prato (ex: brócolos, cenoura,...)	☐	☐	☐	☐
Leguminosas (ex: feijão, grão, ervilhas,...)	☐	☐	☐	☐
Fruta	☐	☐	☐	☐

3. Na sua opinião, qual considera ter sido o **impacto deste projeto no consumo** dos seguintes elementos da refeição, pelos alunos da sua turma? *(selecione p.f. com uma cruz "X" uma ou mais opções)*

	Diminuíram o consumo	Mantiveram o consumo	Aumentaram o consumo	Não sabe/ não responde
Sopa	☐	☐	☐	☐
Carne	☐	☐	☐	☐
Pescado	☐	☐	☐	☐
Arroz	☐	☐	☐	☐
Massa	☐	☐	☐	☐
Batata	☐	☐	☐	☐
Salada	☐	☐	☐	☐
Hortícolas no prato <i>(ex: brócolos, cenoura,...)</i>	☐	☐	☐	☐
Leguminosas <i>(ex: feijão, grão, ervilhas,...)</i>	☐	☐	☐	☐
Fruta	☐	☐	☐	☐

II. Avaliação do Projeto

4. Quando o Projeto se iniciou, quais eram as suas expectativas sobre o mesmo?

- ☐ Muito baixas
☐ Baixas
☐ Sem expectativa
☐ Altas
☐ Muito altas

5. Terminado o mesmo, considera que o Projeto correspondeu às suas expectativas?

- ☐ Não
☐ Sim
☐ Excedeu as expectativas iniciais
☐ Não sabe/Não responde

5.1 Se assinalou “Não correspondeu” à questão anterior, por favor justifique:

6. Na sua opinião, quais as atividades do Projeto mais apreciadas pelos seus alunos?

(selecione p.f. com uma cruz “X” uma ou mais opções)

- ☐ Sessões de Educação Alimentar em sala de aula
- ☐ Atividades/jogos durante o intervalo
- ☐ Atividades/ jogos no refeitório
- ☐ Carimbos dos Super-Poderes
- ☐ Baldes do lixo dos Super-Poderes
- ☐ Competição entre turmas
- ☐ Não sabe/ Não responde
- ☐ Outra/s. Qual/Quais? _____

7. Na sua opinião, o Projeto contribuiu para a aquisição de novos conhecimentos por parte dos alunos da sua turma?

- ☐ Sim
- ☐ Não
- ☐ Não sabe / Não responde

8. Na sua opinião, numa escala de 1 a 5 (em que 1 é pouco importante e 5 muito importante) qual considera ser o grau de importância deste projeto na promoção de hábitos alimentares saudáveis, em contexto escolar (assinale p.f. a opção mais adequada):

- ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5
- (pouco importante) (muito importante)

III. Continuidade do Projeto

9. Após a sessão de capacitação para a continuidade do Projeto, para Docentes e não Docentes, foi implementada alguma atividade de dinamização do MMS&SPA pela sua Escola?

- ☐ **Sim** (se assinalou esta resposta, p.f. passe à questão 9.1)
- ☐ **Não** (se assinalou esta resposta, p.f. passe à questão 9.2)
- ☐ **Não sabe / Não responde** (se assinalou esta resposta, p.f. passe à questão 10)

9.1 Se assinalou “**Sim**” à questão anterior, por favor diga, de forma breve, que atividades foram implementadas, e os maiores desafios encontrados:

9.2 Se assinalou “**Não**”, por favor indique-nos quais considera terem sido as razões:



10. Se tiver alguma sugestão sobre o projeto ou observação a alguma das respostas dadas no presente questionário, por favor utilize o espaço seguinte para as registar:

Agradecemos a *sua* colaboração.

Projeto Maia Menu Saudável & Os Super-Poderes do Teu Almoço**Avaliação do Projeto pelos Alunos (a registar pelo/a Docente)**

Por favor registe agora a avaliação dos seus alunos sobre o projeto, colocando-lhes as questões que de seguida apresentamos. Pretende-se que seja registada a opinião/ resposta geral da turma, correspondente à maioria dos alunos, sem particularizar a resposta de nenhum aluno individualmente.

1. Por favor, digam 3 coisas que aprenderam com o projeto? (P.f., se for Educador/a do Pré-escolar avance para a questão seguinte, esta questão não se aplica à sua turma)

2. Quais foram as atividades que mais gostaram?

3. Vamos testar os vossos conhecimentos sobre os Super-Poderes!

3.1. O peixe dá-nos o Super-Poder da:

- ☐ A maioria dos alunos respondeu **força**
- ☐ A maioria dos alunos respondeu **energia**
- ☐ A maioria dos alunos respondeu **proteção**
- ☐ Não foi possível concluir uma resposta da turma

3.2 A salada dá-nos o Super-Poder da:

- ☐ A maioria dos alunos respondeu **força**
- ☐ A maioria dos alunos respondeu **energia**
- ☐ A maioria dos alunos respondeu **proteção**
- ☐ Não foi possível concluir uma resposta da turma

3.3. A batata dá-nos o Super-Poder da:

- ☐ A maioria dos alunos respondeu **força**
- ☐ A maioria dos alunos respondeu **energia**
- ☐ A maioria dos alunos respondeu **proteção**
- ☐ Não foi possível concluir uma resposta da turma

4. Desde que o projeto começou, acham que consomem mais Super-Poderes? (P.f., se for

Educador/a do Pré-escolar avance para a questão seguinte, esta questão não se aplica à sua turma)

- ☐ Todos os alunos responderam que **não**
- ☐ A maioria dos alunos respondeu que **não**
- ☐ A mesma proporção de alunos respondeu que **sim** e que **não**
- ☐ A maioria dos alunos respondeu que **sim**
- ☐ Todos os alunos responderam que **sim**
- ☐ Não foi possível concluir uma resposta da turma

5. Gostavam que o projeto continuasse na vossa escola?

- ☐ Todos os alunos responderam que **não**
- ☐ A maioria dos alunos respondeu que **não**
- ☐ A mesma proporção de alunos respondeu que **sim** e que **não**
- ☐ A maioria dos alunos respondeu que **sim**
- ☐ Todos os alunos responderam que **sim**
- ☐ Não foi possível concluir uma resposta da turma

Agradecemos a vossa colaboração.

Apêndice K - Certificado de Participação no MMS&SPA



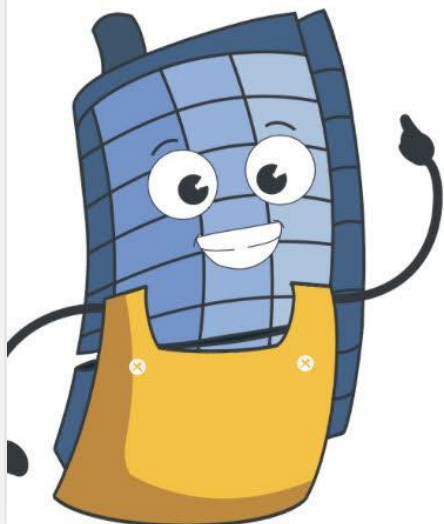
MAIA MENU SAUDÁVEL
& os super-poderes do teu Almoço!

CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO

Este certificado é atribuído à turma:

Pré-escolar A
EB Frejufe

Por ter participado na iniciativa “**Maia Menu Saudável e os Super-Poderes do teu Almoço**” realizada durante o 2º e 3º período do ano letivo 2022/2023, dinamizada pelo Gabinete de Saúde da Câmara Municipal da Maia, no âmbito do Programa de Saúde Escolar.



MAIA  **SAÚDE**

Apêndice L - Prêmios desenvolvidos para o Projeto



Apêndice M - Tabelas de comparação dos resultados globais da fase de diagnóstico e de avaliação

Tabela 1. Comparação dos resultados globais da fase de diagnóstico e de avaliação para os pratos de carne

	0% (consumiu tudo)	< 50%	50%	> 50%	100% (desperdiçou tudo)
Força	↑ 28%	↓ 14,58%	↓ 10,15%	↓ 6,05%	↓ 3,79%
Proteção	↑ 31%	↑ 2%	↑ 5%	≡	↓ 38%
Energia	↑ 21%	↓ 19%	↓ 2%	≡	≡

Tabela 2. Comparação dos resultados globais da fase de diagnóstico de avaliação para os pratos pescado

	0% (consumiu tudo)	< 50%	50%	> 50%	100% (desperdiçou tudo)
Força	↑ 8%	↓ 8%	≡	↓ 1%	↑ 1%
Proteção	↑ 22%	↓ 3%	≡	≡	↓ 19%
Energia	↑ 58%	↓ 39%	↓ 8%	↓ 4%	↓ 5%

Legenda da Tabela 1 e 2:

↑ - Aumento do consumo/desperdício

↓ - Diminuição do consumo/desperdício

≡ - Manutenção do consumo/desperdício

Apêndice N - Tabelas sobre o impacto do projeto no consumo de alimentos pelos alunos na perspectiva dos encarregados de educação, docentes e não docentes

Tabela 3. Opinião dos encarregados de educação sobre o impacto do projeto no consumo dos seguintes elementos da refeição pelos seus filhos

	Diminuíram o consumo	Mantiveram o consumo	Aumentaram o consumo	Não sabe/ não responde
Sopa	0%	58,3%	33,3%	8,3%
Carne	0%	83,3%	8,3%	8,3%
Pescado	0%	58,3%	33,3%	8,3%
Arroz	0%	75,0%	16,7%	8,3%
Massa	0%	75,0%	16,7%	8,3%
Batata	0%	66,7%	25,0%	8,3%
Salada	0%	0%	83,3%	8,3%
Hortícolas no prato	0%	16,7%	75,0%	8,3%
Leguminosas	0%	16,7%	75,0%	8,3%
Fruta	0%	66,7%	16,7%	8,3%

Tabela 4. Opinião dos docentes sobre o impacto do projeto no consumo dos seguintes elementos da refeição pelos alunos da sua turma

	Diminuíram o consumo	Mantiveram o consumo	Aumentaram o consumo	Não sabe/ não responde
Sopa	0%	90,9%	9,1%	0%
Carne	0%	86,4%	13,6%	0%
Pescado	0%	72,7%	22,7%	0%
Arroz	0%	95,5%	4,5%	0%
Massa	0%	86,4%	13,6%	0%
Batata	0%	90,0%	9,1%	0%
Salada	0%	54,5%	45,5%	0%
Hortícolas no prato	0%	68,2%	31,8%	0%
Leguminosas	0%	86,4%	13,6%	0%
Fruta	0%	81,8%	18,2%	0%

Tabela 5. Opinião dos não docentes sobre o impacto do projeto no consumo dos seguintes elementos da refeição pelos alunos da escola

	Diminuíram o consumo	Mantiveram o consumo	Aumentaram o consumo	Não sabe/ não responde
Sopa	2,3%	70,2%	12,9%	0%
Carne	0%	80,1%	7,0%	0%
Pescado	1,2%	72,5%	12,9%	0%
Arroz	0,6%	81,9%	4,7%	0%
Massa	0,6%	80,1%	6,4%	0%
Batata	1,2%	78,4%	7,0%	0,6%
Salada	1,8%	58,5%	23,4%	2,3%
Hortícolas no prato	4,7%	61,4%	17,5%	2,9%
Leguminosas	3,5%	66,1%	15,8%	1,8%
Fruta	0,6%	68,4%	18,1%	0,6%

Apêndice O - Estudo da relação entre as variáveis impacto do consumo de alimentos após o projeto, grau de importância do projeto e grau de aceitação geral das crianças

Tabela 6. Relação entre as variáveis impacto do consumo de alimentos após o projeto, grau de importância do projeto e grau de aceitação geral das crianças do questionário aplicado aos encarregados de educação

		Conhecimentos sobre os Super-Poderes	Consumo de Super-Poderes	Gostavam que o projeto continuasse no próximo ano
Conhecimentos sobre os Super-Poderes	Coefficiente de Correlação	1	0,196	0,092
	Sig.(2 extremidades)		0,02	0,285
	N	155	155	155
Consumo de Super-Poderes	Coefficiente de Correlação	0,196	1	0,022
	Sig.(2 extremidades)	0,02		0,792
	N	155	155	155
Gostavam que o projeto continuasse no próximo ano	Coefficiente de Correlação	0,092	0,022	1
	Sig.(2 extremidades)	0,285	0,792	
	N	155	155	155

Tabela 7. Relação entre as variáveis impacto do consumo de alimentos após o projeto, grau de importância do projeto e grau de aceitação geral das crianças do questionário aplicado aos não docentes

		Impacto do consumo de alimentos após o projeto	Grau de importância do Projeto	Grau de aceitação geral das crianças
Impacto do consumo de alimentos após o projeto	Coefficiente de Correlação	1	0,096	-0,011
	Sig.(2 extremidades)		0,68	0,962
	N	21	21	20
Grau importância do Projeto	Coefficiente de Correlação	0,096	1	-0,343
	Sig.(2 extremidades)	0,68		0,139
	N	21	22	20
Grau de aceitação geral das crianças	Coefficiente de Correlação	0,096	-0,343	1
	Sig.(2 extremidades)	0,68	0,139	
	N	21	20	20

Tabela 8. Relação entre as variáveis impacto do consumo de alimentos após o projeto, grau de importância do projeto e grau de aceitação geral das crianças do questionário aplicado aos docentes

		Impacto do consumo de alimentos após o projeto	Grau de importância do Projeto	Grau de aceitação geral das crianças
Impacto do consumo de alimentos após o projeto	Coefficiente de Correlação	1	-0,12	-0,331
	Sig.(2 extremidades)		0,741	0,423
	N	10	10	8
Grau importância do Projeto	Coefficiente de Correlação	-0,12	1	0
	Sig.(2 extremidades)	0,741		1
	N	10	12	10
Grau de aceitação geral das crianças	Coefficiente de Correlação	-0,331	0	1
	Sig.(2 extremidades ⁹)	0,423	1	
	N	8	10	10

Apêndice P - Estudo da relação entre as variáveis conhecimentos sobre os Super-Poderes, consumo de Super-Poderes e se gostavam que o projeto continuasse no próximo ano

Tabela 9. Relação entre as variáveis conhecimentos sobre os Super-Poderes, consumo de Super-Poderes e se gostavam que o projeto continuasse no próximo ano do questionário aplicado às turmas

		Conhecimentos sobre os Super-Poderes	Consumo de Super-Poderes	Gostavam que o projeto continuasse no próximo ano
Conhecimentos sobre os Super-Poderes	Coefficiente de Correlação	1	-0,148	0,067
	Sig.(2 extremidades)		0,665	0,845
	N	11	11	11
Consumo de Super-Poderes	Coefficiente de Correlação	-0,148	1	0,184
	Sig.(2 extremidades)	0,665		0,589
	N	11	11	11
Gostavam que o projeto continuasse no próximo ano	Coefficiente de Correlação	0,067	0,184	1
	Sig.(2 extremidades)	0,845	0,589	
	N	11	11	11

