Pesquisa

Para incentivar o consumo de alimentos variados para uma dieta nutritiva e saudável no ambiente escolar do Distrito Federal, foram feitas tentativas de uma melhor apresentação dos alimentos conforme a Agência Brasília informou no boletim informativo “Merenda na rede pública é incrementada com novas combinações”. Neste boletim, o que nos é informado diz respeito a tentativa dos nutricionistas da educação em buscar apresentar os alimentos que costumam ser rejeitados, como abóbora, batata-doce e beterrabas, de uma maneira criativa para incentivar o consumo. 78 nutricionistas da Secretaria de Educação participaram desta iniciativa, e segundo a pesquisa, são feitas avaliações trimestrais para ver a aceitação dos alimentos, o que é importante para analisar sempre a condição da alimentação dos alunos. A iniciativa foi feita na época de 2017, e a recepção dos alimentos estava sendo positiva, porém, não sabemos se a iniciativa foi ou não continuada, pois não se tem registros dessa continuidade, um ponto negativo.

Também sobre o boletim anterior, uma tentativa de melhorar a alimentação na Escola Parque da 308 Sul foi a implementação de relatórios diários sobre a alimentação dos alunos, que era enviado aos pais para acompanhar a alimentação dos seus filhos. Assim, a iniciativa buscou trazer a importância da alimentação completa e inclusive chamavam os pais para uma conversa quando seus filhos não estavam se alimentando corretamente recorrentemente. Alguns resultados foram bem interessantes, como por exemplo, quando a criança não tinha o hábito de comer certo alimento em casa e após a alimentação da escola a crianças passava a se alimentar melhor também casa, passando em vários casos a comer o alimento que antes não comia. O que nos impressiona neste fato é em como o incentivo a alimentação na escola pode trazer benefícios para a alimentação no ambiente familiar.

E agora, cabe a nós falarmos de um tema muito importante, a Alimentação no ambiente familiar. Segundo o artigo feito por uma estudante, Mariana Milani Pereira, e uma professora, Regina Maria Ferreira Lang, “Influência do Ambiente Familiar no Desenvolvimento do Comportamento Alimentar”, o que se sabe é que principalmente a experiencia nos primeiros anos de vida são primordiais para o gosto por alimentos dos mais variados. O que torna a família, o principal influenciador da alimentação de uma pessoa, por isto, a alimentação familiar é tão importante. Segundo o artigo também, a fase pré-escolar é tão decisiva que os hábitos criados vão se estender para o resto da vida.

Ainda sobre o artigo citado acima, a formação do comportamento alimentar humano depende de experiências com os alimentos e começam desde a gestação, passam para a lactação e depois a introdução de alimentos durante toda a vida. Ademais, as experiências dependem de entre 2 principais categorias: externas e ambientais, e compõem a família, cultura, renda, regionalismo, tabus, mídia; e os internos ou fisiológicos, como motivação, aprendizagem, emoção, genética. Note o quanto a promoção da saúde tem influência sobre os motivos que são citados no artigo como os principais formadores de hábitos de alimentação saudáveis, e não atoa, a atuação para a promoção da saúde deve se preocupar muito com as condições e influência que se deseja para um comportamento geral da população relacionado a alimentação.

Podemos neste momento associar às condições de obesidade da população em que citamos acima. O primeiro aspecto que podemos associar é que, se em algum momento houveram experiências não saudáveis, e que tenham virado hábito, independe da causa: condição financeira, disponibilidade, ou qualquer outra, significa que não houve uma condição de vida para que esta tivesse uma alimentação digna. Assim, como esta é uma realidade para grande parte da população, que no caso estão acima do peso, houveram falhas que podem ser corrigidas com ações da promoção da saúde, proporcionando uma qualidade de vida melhor e influenciando no ambiente familiar para uma alimentação saudável e nutritiva.

Proposições de melhoria

Uma melhoria que pode ser implementada no programa seria a continuidade da iniciativa de influenciar por meio de comidas criativas a alimentação mais diversificada e completa dos alunos nas escolas públicas. Pode ser que acarretem custos, porém, como visto no artigo, isso contribuirá para a melhora das condições de vida e obesidade da população no futuro, servindo de exemplo para o país.