

Perspectivas dos Professores Coordenadores Face ao Desenvolvimento do Regime de Fruta Escolar nas Escolas do 1.º Ciclo do Ensino Básico do Município de Leiria

Perspectives of Teachers Coordinators Regarding to the Development of School Fruit Scheme in Schools in the 1st Cycle of Basic Education of the Municipality of Leiria

MÓNICA CLARO¹, SÓNIA MOURA², GORETI BOTELHO³

RESUMO

Introdução: O ambiente escolar é um meio privilegiado para o desenvolvimento de acções de educação alimentar, assumindo-se como um sector estratégico para o desenvolvimento de iniciativas conducentes à promoção de uma alimentação saudável.

O Regime de Fruta Escolar sobressai como um exemplo do disposto em epígrafe, consistindo num apoio à distribuição de frutas e produtos hortícolas, prosseguido através da veiculação de rotinas alimentares salutaras junto da população escolar.

Objectivos: O presente trabalho centrou-se na avaliação da percepção dos professores coordenadores relativamente à aplicação do Regime de Fruta Escolar e na avaliação do impacto do mesmo nos hábitos alimentares de alunos do 1.º Ciclo do Ensino Básico em ambiente escolar.

Metodologia: Realização de um questionário autoaplicado, direccionado aos professores coordenadores que acompanham os alunos supracitados, designadamente no momento de ingestão da fruta/hortícolas. O estudo reporta-se aos anos lectivos de 2009/10 a 2011/12, contemplando a população escolar de 90 estabelecimentos de ensino do 1.º Ciclo do Ensino Básico do Município de Leiria.

Resultados: Para os professores coordenadores dos 90 estabelecimentos de ensino do 1.º Ciclo do Ensino Básico participantes no estudo, os alunos encontram-se satisfeitos com o elenco e a qualidade de fruta/hortícolas cedidas. Além disso, a percepção de 88,76 % dos professores coordenadores é de que o RFE incrementou o consumo de fruta/hortícolas junto dos alunos, e 92,22 % consideram que o Regime de Fruta Escolar é um programa a manter.

Conclusões: Obtiveram-se resultados positivos relativamente à actuação do programa nas escolas do 1.º Ciclo do Ensino Básico do Município de Leiria, dado que os professores coordenadores percebiam um incremento do consumo de fruta/hortícolas por parte dos alunos envolvidos.

PALAVRAS-CHAVE: Educação alimentar, Hábitos alimentares saudáveis, Regime de fruta escolar

ABSTRACT

Introduction: The school environment is privileged for the development of activities in food education in order to promote healthy habits in children. This is therefore a strategic sector where to develop initiatives for healthy eating.

The School Fruit Scheme supports the distribution of fruits and vegetables, pursued by the introduction or reinforcement of healthy eating routines within the school population.

Objectives: The present study was focused on the evaluation of perceptions of teachers coordinators regarding the application of the SFS and to assess the impact of the same on the eating habits of students of the 1st Cycle of Basic Education in school environment.

Methodology: A self-administered questionnaire was filled out by coordinator teachers of the 90 schools of the 1st cycle of basic education in Municipality of Leiria, who followed the children during the time the time of their fruit/vegetables intake. The study is referred to the 2009/10 to 2011/12 academic years.

Results: For the 90 coordinator teachers participating in the study, their students are satisfied with the variety and quality of fruit/vegetables provided. Furthermore, the perception of 88.76 % of coordinator professors is that the School Fruit Scheme increased the consumption of fruit/vegetables within schoolchildren, and 92.22 % consider that the School Fruit Scheme must continue.

Conclusions: It was yielded positive results regarding the performance of the program in schools of the 1st Cycle of Basic Education in the Municipality of Leiria, therefore the coordinator teachers perceived an increase in fruit/vegetables consumption by the schoolchildren involved.

KEYWORDS: Food education, Healthy eating habits, School fruit scheme

INTRODUÇÃO

A fruta é um alimento essencial numa alimentação saudável. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (1) e a nova Roda dos Alimentos (2), devem

consumir-se diariamente entre três a cinco porções de fruta, dependendo das necessidades de cada pessoa. É importante diversificar a ingestão de fruta, pois

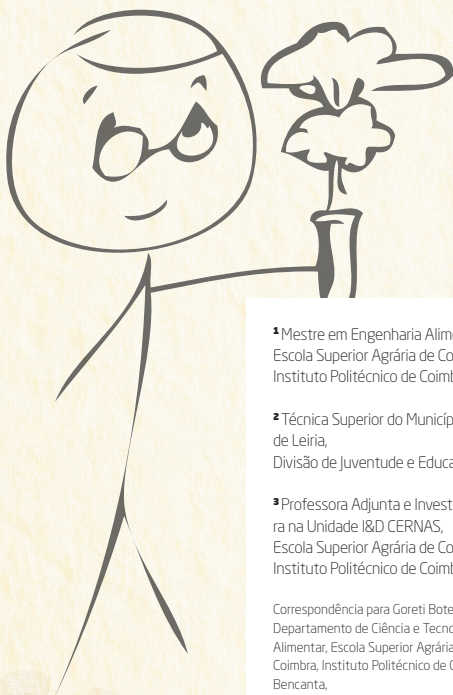
¹Mestre em Engenharia Alimentar, Escola Superior Agrária de Coimbra, Instituto Politécnico de Coimbra

²Técnica Superior do Município de Leiria, Divisão de Juventude e Educação

³Professora Adjunta e Investigadora na Unidade I&D CERNAS, Escola Superior Agrária de Coimbra, Instituto Politécnico de Coimbra

Correspondência para Goreti Botelho: Departamento de Ciência e Tecnologia Alimentar, Escola Superior Agrária de Coimbra, Instituto Politécnico de Coimbra, Bencanta, 3040-316 Coimbra goretib@esac.pt

Recebido a 13 de Fevereiro de 2013
Aceite a 30 de Abril de 2013



esta fornece vitaminas, minerais e fibras alimentares. Não obstante, os portugueses apresentam, ainda, uma dieta alimentar a compensar, com uma alimentação deficiente em frutos e produtos hortícolas (3). Este contexto, associado a estilos de vida pouco salutar, resulta num incremento da obesidade entre as crianças e os jovens, com o consequente desenvolvimento de doenças cardiovasculares junto da população adulta.

O papel da escola é fundamental, uma vez que poderá proporcionar às crianças uma educação alimentar que os orientará para hábitos alimentares saudáveis (4). De modo a mitigar este problema, dinamizou-se uma iniciativa de cariz europeu: "Regime de Fruta Escolar". A implementação do Regime de Fruta Escolar em Portugal, segundo a Portaria n.º 1242/2009, tem como objectivo principal a promoção de hábitos alimentares saudáveis, prosseguido através da introdução, ou reforço, de hábitos positivos nas crianças, perspectivando a disseminação de comportamentos salutar na população (5). São também objectivos deste programa, um melhor conhecimento, por parte dos municípios mais jovens, dos produtos produzidos local ou regionalmente, da sua biodiversidade e a dinamização, sempre que possível, da comunidade produtora local.

O Regime da Fruta Escolar (RFE) é uma iniciativa coordenada pelo Ministério da Agricultura, do Desenvolvimento Rural e das Pescas, Ministério da Saúde e Ministério da Educação, traduzindo-se num apoio à distribuição de frutas e produtos hortícolas aos alunos do 1.º Ciclo do Ensino Básico dos estabelecimentos de ensino público (6). O consumo de fruta/hortícolas no domínio em causa, e de acordo com suporte legal, ocorre duas vezes por semana, com semblante autónomo dos itens que compõem a refeição escolar.

Para o sucesso do RFE é fundamental o apoio e a participação das autarquias, estabelecendo relações institucionais em sectores como a educação, saúde e estruturas de produção local. Assim, o progresso deste programa terá um enorme contributo por intermédio dos conhecimentos e sensibilidade dos coordenadores adstritos a autarquias, designadamente na área da saúde e da intervenção comunitária em alimentação.

OBJECTIVOS

Este estudo teve como objectivo avaliar a percepção dos professores coordenadores dos estabelecimentos do 1.º Ciclo do Ensino Básico (1.º CEB), dos Agrupamentos de Escolas do Município de Leiria, sobre o Regime de Fruta Escolar (RFE), bem como avaliar as interpretações subjacentes sobre o impacto do mesmo nos hábitos alimentares daqueles alunos.

METODOLOGIA

O método utilizado consistiu na realização de um questionário auto-aplicado intitulado "Diagnóstico de execução na óptica da promoção de hábitos alimentares saudáveis". O questionário foi alvo de resposta por parte do professor coordenador de cada um dos 90 estabelecimentos de ensino do 1.º CEB. O questionário pretendia fazer um diagnóstico da aplicação do RFE, em três anos lectivos consecutivos, entre 2009/10 e 2011/12, e foi aplicado entre Fevereiro e Março de 2012 (o questionário pode ser dispo-

nibilizado, caso solicitado, via e-mail). O questionário apresentava seis questões, cinco das quais fechadas e uma aberta, abrangendo os seguintes tópicos:

1. Avaliar a percepção dos professores coordenadores sobre o grau de satisfação dos alunos relativamente à qualidade de fruta/hortícolas cedidos no âmbito do RFE.
2. Avaliar a percepção dos professores coordenadores sobre a receptividade dos alunos perante o elenco de frutas/hortícolas elegíveis cedidos no âmbito do RFE.
3. Avaliar a percepção dos professores coordenadores sobre o incremento do consumo de fruta/hortícolas junto dos alunos após a implementação do RFE.
4. Avaliar a percepção dos professores coordenadores sobre as medidas de acompanhamento implementadas junto dos alunos.
5. Avaliar a percepção dos professores coordenadores sobre o impacto das medidas de acompanhamento implementadas.
6. Avaliar a percepção dos professores coordenadores sobre a manutenção do programa RFE.

No final do questionário foi disponibilizado um campo para observações/sugestões. A avaliação qualitativa a que se refere a pergunta 1 encontra-se fundamentada nos critérios definidos na Portaria 1242/2009, bem como, na Estratégia Nacional para o Regime de Fruta Escolar 2010-2013. As medidas de acompanhamento a que se refere a pergunta 4 encontram-se listadas na Portaria n.º 1242/2009.

Remetido aos professores coordenadores em Fevereiro de 2012, ao longo das quatro semanas subsequentes, estes enviaram as suas respostas ao questionário para a Câmara Municipal de Leiria, local onde o trabalho analítico foi então concretizado.

A análise estatística descritiva dos resultados foi realizada utilizando dois recursos informáticos, o *software* SPSS 19.0 (SPSS Inc., IBM Company, EUA) e o *Microsoft Office Excel 2007* (Microsoft Corporation, EUA). Após uma leitura global dos 90 questionários, codificaram-se todos os itens e procedeu-se à sua inclusão numa base de dados. Devido a lapsos humanos no preenchimento dos questionários surgem itens não respondidos, tendo estes sido considerados *missing values* de forma a não afectar a qualidade dos resultados.

RESULTADOS

Um agrupamento de escolas é uma unidade organizacional, dotada de órgãos próprios de administração e gestão, constituída por estabelecimentos de educação que desenvolvem projectos pedagógicos análogos.

No Município de Leiria existiam, no período dos três anos lectivos a que se reporta este estudo, nove Agrupamentos de Escolas. No total, consideraram-se os 90 estabelecimentos de ensino do 1.º CEB que integravam os 9 Agrupamentos de Escolas. A Tabela 1 apresenta a caracterização dos Agrupamentos de Escolas do Município de Leiria que pertencem à rede pública. Classificando os 9 Agrupamentos de acordo com a sua localização geográfica, obtiveram-se duas zonas distintas, uma zona urbana e outra zona periférica (Tabela 1). Esta nomenclatura e divisão realizou-se para tentar verificar se existem diferenças notórias no nível de atitude das crianças entre as duas zonas, uma vez que, teoricamente, as crianças dessas duas zonas, podem praticar estilos de vida relativamente diferentes. Constatou-se que ambas as zonas tive-

ram um comportamento semelhante, uma vez que os professores apresentaram respostas à questão sobre o "grau de satisfação dos alunos relativamente à qualidade de fruta/hortícolas cedidos no âmbito do RFE" de 57,89 % (zona urbana) e de 59,62 % (zona periférica) no nível de resposta "satisfeito" (Gráfico 1). Adicionalmente, em ambos os casos, nenhum professor seleccionou as opções "insatisfeito" ou "totalmente insatisfeito".

Cerca de 58,89 % dos professores consideraram que os seus alunos (idades entre os 6 e 10 anos de idade) se encontram satisfeitos com a qualidade de fruta/hortícolas cedidas no âmbito do RFE (Gráfico 2).

Constata-se ainda que 66,67 % dos professores das escolas do 1.º CEB do Município consideram-se satisfeitos relativamente à receptividade dos alunos perante o elenco de frutas/hortícolas disponibilizados (Gráfico 3).

Segundo 88,76 % dos professores, houve de facto um incremento do consumo de fruta/hortícolas por parte dos alunos (Gráfico 4).

No que diz respeito às medidas de acompanhamento (Tabela 2) implementadas nas escolas, medidas estas que complementam o estímulo ao consumo de frutas/hortícolas, constata-se que 48,86 % dos professores optam pela realização de actividades lúdicas, tais como, confecção e consumo de saladas/espetadas/batidos/compotas de fruta e elaboração de cartazes, desdobráveis, poemas e jogos alusivos ao tema. Seguidamente, a instalação de canteiros nas escolas e as iniciativas que visam potenciar o RFE junto dos agregados familiares são mais duas medidas de acompanhamento implementadas nas escolas que apresentam igual percentagem, 17,05% (Tabela 2).

Após a determinação das medidas de acompanhamento implementadas, foi avaliado o respectivo impacto, constatando-se que 70,0 % dos professores estão satisfeitos com o impacto das medidas de acompanhamento implementadas pelos mesmos (Gráfico 5). A avaliação do impacto das medidas de acompanhamento foi aferida pela receptividade demonstrada pelos alunos perante as mesmas, traduzindo-se numa alteração do padrão alimentar, observado pelos professores. Relativamente à manutenção do programa RFE, 92,22 % dos professores referem que o programa em apreço deve ser mantido (Gráfico 6).

Cerca de 21,4 % das observações/sugestões dos professores face ao programa RFE são relativas à concepção/implementação de actividades pedagógicas junto da comunidade escolar, e 78,6 % são relativas ao aumento da variedade de fruta/hortícolas disponibilizados (Gráfico 7). No entanto, é importante referir que dos 90 professores, apenas 25 se manifestaram neste campo do questionário.

DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Os hábitos alimentares incorrectos aliados a acen-tuados níveis de sedentarismo são os factores mais determinantes para o aumento da incidência da obesidade em idade pediátrica (7).

O questionário diagnóstico permitiu recolher informação sobre a percepção dos 90 professores coordenadores envolvidos directamente na implementação do RFE, conduzindo à obtenção de resultados muito positivos relativamente à actuação do programa RFE nas escolas públicas do 1.º CEB do Município de Leiria.

TABELA 1: Caracterização dos Agrupamentos de Escolas do Município de Leiria, da rede pública e distribuição de escolas do 1.º CEB pelos Agrupamentos de escolas (2009/10 a 2011/12)

Zonas	Agrupamentos de escolas	Freguesias	Nº de escolas
Zona Periférica	Rainha Santa Isabel	8	6
	Colmeias	5	13
	Maceira	1	9
	Dr. Correia Alexandre	2	20
	Escolas e Jardins da Serra	2	4
Zona Urbana	Marrazes	3	6
	José Saraiva	4	9
	Dr. Correia Mateus	2	10
	D. Dinis	2	13
Total		29	90

GRÁFICO 1: Respostas à questão da percepção dos professores coordenadores sobre o "grau de satisfação dos alunos relativamente à qualidade de fruta/hortícolas cedidas no âmbito do RFE", relativa aos Agrupamentos de Escolas da zona urbana e da zona periférica

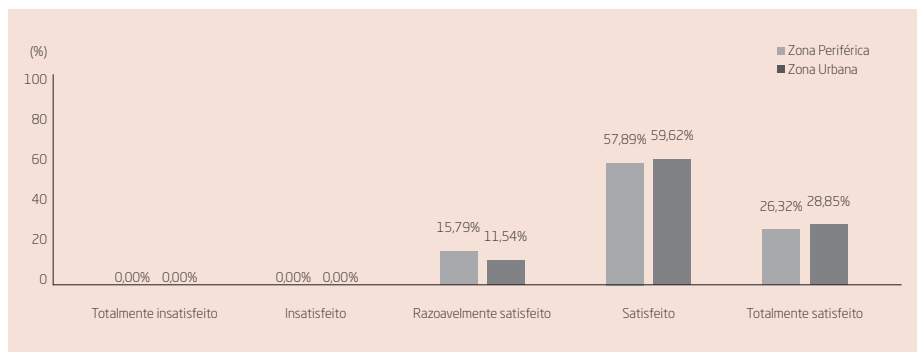


GRÁFICO 2: Resposta à questão da percepção dos professores coordenadores sobre o "grau de satisfação dos alunos relativamente à qualidade de frutas/hortícolas cedidas no âmbito do RFE"

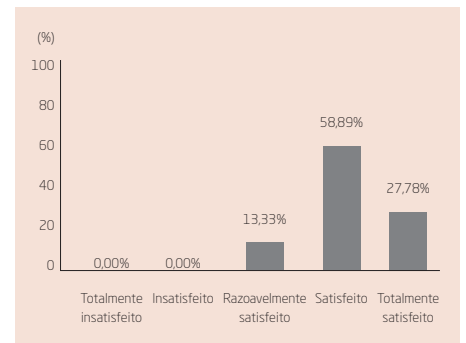


GRÁFICO 3: Resposta à questão da percepção dos professores coordenadores sobre a "receptividade dos alunos perante o elenco de frutas/hortícolas elegíveis"

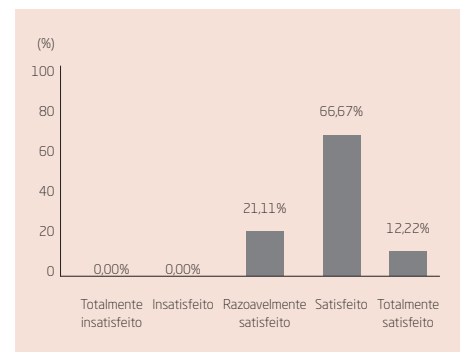


GRÁFICO 4: Resposta à questão da percepção dos professores coordenadores sobre o "incremento do consumo de frutas/hortícolas elegíveis junto dos alunos"

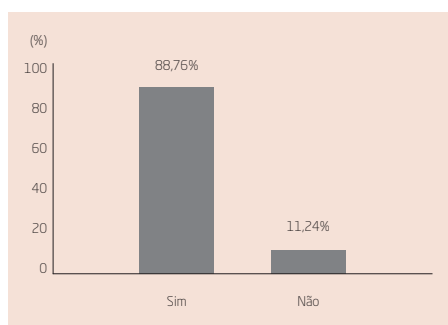


GRÁFICO 5: Resposta à questão da percepção dos professores coordenadores sobre o "impacto das medidas de acompanhamento implementadas junto dos alunos"

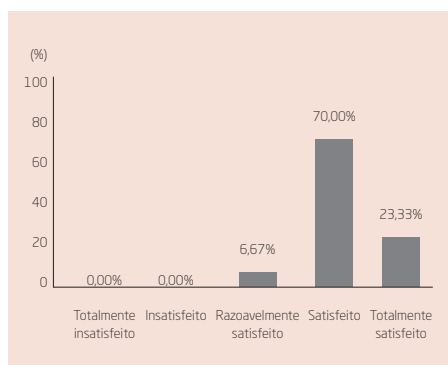


TABELA 2: Resposta à questão sobre as medidas de acompanhamento (dispostas no Anexo II da Portaria n.º 1242/2009 de 12 de Outubro de 2009) implementadas nos Agrupamentos de Escolas do Município de Leiria

Medidas de acompanhamento	Percentagem (%)
a) Organização de visitas a quintas, mercados e centrais hortofrutícolas	3,41
b) Instalação de canteiros nas escolas, para estabelecimento de uma ligação à origem do produto	17,05
c) Fornecimento de materiais didácticos (livros, cadernos de atividades, concursos, jogos, cartões ou fichas técnicas com as designações dos frutos ou hortícolas, CDROM informativo)	5,68
d) Fornecimento de folhetos para as crianças, cativando a sua curiosidade pelo tema	4,55
e) Fornecimento de pequeno saco de sementes para a sementeira da criança	1,14
f) Realização ou visualização pelas crianças de vídeos ou filmes alusivos ao programa	2,27
g) Realização de actividades lúdicas: teatros, danças, canções, poemas, alusivos ao programa	48,86
h) Realização de actividades que dependam e contribuam para o sítio institucional na Internet do RFE	0,00
i) Fornecimento aos professores de livros e outro material didáctico, para ensino às crianças de hábitos de alimentação saudáveis	0,00
j) Atribuição de prémios ou recompensas incentivadores do consumo dos produtos	0,00
l) Iniciativas que visem potenciar o RFE junto dos agregados familiares das crianças	17,04

Não foram encontradas diferenças relevantes entre as percepções dos professores dos agrupamentos da zona urbana e dos agrupamentos da zona periférica designadamente no que respeita à questão que incidiu sobre o grau de satisfação dos alunos relativamente à qualidade de fruta/hortícolas cedidas no âmbito do RFE. Segundo 88,76 % dos professores, houve de facto

um incremento do consumo de fruta/hortícolas por parte dos alunos. Adicionalmente, 92,22 % dos professores respondentes, considera que o programa RFE deve ser mantido. Estes resultados mostram que este tipo de intervenções de educação alimentar são eficazes na mudança dos hábitos alimentares das crianças. De facto, está descrito na literatura que a prática de uma alimentação saudável na infância é

GRÁFICO 6: Resposta à questão da percepção dos professores coordenadores sobre a "manutenção do programa RFE", nos Agrupamentos de Escolas do Município de Leiria

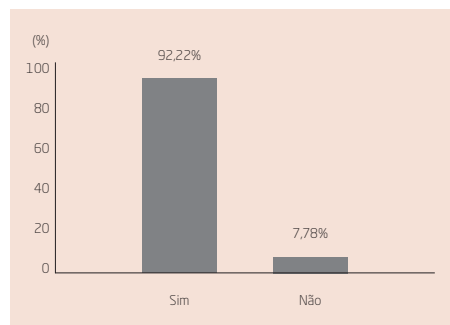
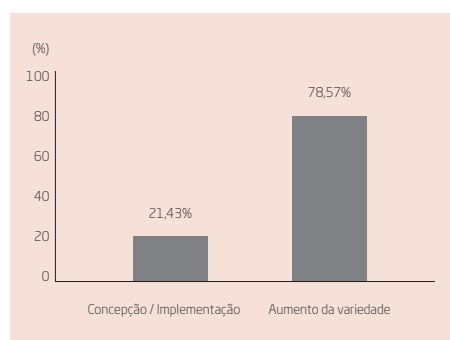


GRÁFICO 7: Resultados das observações/sugestões dos professores coordenadores inquiridos



fundamental, dadas as necessidades nutricionais específicas deste grupo etário. A escolha alimentar é uma área na qual a criança, desde cedo começa a demonstrar a sua independência e autonomia, na qual uma educação alimentar virá a revelar-se importante, visto que precocemente esta contribui para reverter a prevalência de doenças crónicas, nomeadamente a obesidade infantil, e desta forma garantir a preferência por comportamentos alimentares saudáveis que persistem na vida adulta (8, 9).

A implementação contínua de medidas de acompanhamento é também um meio muito importante para consolidar os bons hábitos de consumo. Cerca de 48,9% dos professores realizavam actividades lúdicas, outros 17,0 % recorriam à instalação de canteiros nas escolas, entre outros, de forma a estimular a aprendizagem das crianças de forma criativa e estratégica.

De um modo geral, os professores sugeriram o aumento da variedade de fruta/hortícolas disponibilizadas, pois devido à sazonalidade dos produtos, nem sempre se revela exequível a abrangência de todos os produtos elegíveis e constantes de suporte legal. Os professores consideram ainda que devem ser implementadas mais actividades pedagógicas junto da comunidade escolar, uma vez que, os hábitos alimentares no seio familiar influenciam consideravelmente

as crianças. Desta forma é importante incluir activamente o agregado familiar neste programa através da veiculação informativa e formativa dos mesmos. Os resultados encontrados neste trabalho são completamente concordantes com outros anteriormente realizados, segundo os quais existe uma forte necessidade em estabelecer uma ligação e coordenação entre a escola e a família da criança, de modo a que a acção levada a cabo por uma delas não encontre uma actuação contraproducente na outra (10). A possibilidade de intervenção no contexto escolar é crucial para a promoção de conhecimentos aprofundados e de bons hábitos alimentares, atendendo a que as crianças que adoptam precocemente na vida uma alimentação saudável têm mais probabilidade de a manter durante toda a vida (11, 12).

Esta avaliação foi realizada, apenas com base na percepção dos professores. No entanto, considera-se que será uma mais valia abordar directamente as crianças e os encarregados de educação de modo a obter a percepção de todos os intervenientes do programa RFE e demais projectos de educação alimentar.

CONCLUSÕES

Após a avaliação da percepção dos professores coordenadores do 1.º CEB do Município de Leiria sobre o programa RFE, com base nos resultados da aplicação de um questionário aos mesmos, concluiu-se que o programa está a ser executado com sucesso, tendo originado um incremento do consumo de fruta/hortícolas por parte dos alunos.

Este estudo sugere que os projectos de educação alimentar implementados em ambiente escolar, de forma contínua e precoce, assumem um impacto relevante na alteração e melhoria dos hábitos alimentares das crianças.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. WHO, World Health Organization - Global strategy on diet, physical activity and health, 2004. [Acedido em 12 de janeiro de 2013]. Disponível em: http://apps.who.int/gb/ebwha/pdf_files/WHA57/A57_R17-en.pdf
2. FCNUP, Faculdade de ciências da Nutrição e Alimentação da Faculdade do Porto - A nova roda dos alimentos, um guia para a escolha alimentar diária, 2003. [Acedido em 12 de janeiro de 2013]. Disponível em: http://escolovar.org/alimenta_roda_dgs.pdf
3. INE, Instituto Nacional de Estatística - Balança Alimentar Portuguesa (2003-2008): Dieta portuguesa afasta-se das boas práticas nutricionais, 2010. [Acedido em 13 de janeiro de 2013]. Disponível em: http://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_destaques&DESTAQUESdest_boui=83386467&DESTAQUESmodo=2&xlang=pt
4. DSE, Promoção de uma alimentação saudável - Orientações para a elaboração de Projectos no âmbito do Programa Nacional de Saúde Escolar. Escolar DdS. Lisboa: Direcção Geral da Saúde; 2006. 24
5. Diário da República, 1.ª série — N.º 197, página 7479 —

Portaria n.º 1242/2009 - Ministérios da Agricultura do Desenvolvimento Rural e das Pescas, da Saúde e da Educação, 12 de Outubro de 2009

6. SANTOS, Nina - O Regime da Fruta Escolar em Portugal: Uma Estratégia Europeia de promoção do consumo de frutos e Hortícolas. [Acedido em 12 de janeiro de 2013]. Disponível em: <http://frutanaescola.min.edu.pt/estrategiaEuropeia.pdf>

7. Silva D, Rego C. Prevenção da obesidade da criança e do adolescente: algumas regras simples. Revista de Alimentação Humana. Porto: Sociedade Portuguesa da Nutrição e Alimentação; 2005; 91-92

8. Cunha S, Sinde S, Bento A. Hábitos alimentares de adolescentes, Meio rural/urbano - Que contrastes? Nutricías. Porto: Associação Portuguesa de Nutricionistas 2006; 26-31

9. Story M, Neumark-Sztainer D, French S. Individual and environmental influences on adolescents eating behaviours. Journal of American Dietetic Association. 2002; 102(3 (Supl)):S40-S51

10. Ramos M, Stein LM. Desenvolvimento do comportamento alimentar infantil. Jornal de Pediatria. 2000; 76(3): S229-S237

11. FAO, WHO. Diet, nutrition and the prevention of chronic diseases. In: Organization WH, editor. Report of a joint WHO/FAO Expert Consultation; 2003; Geneva

12. OMS. Global Strategy on Diet, Physical Activity and Health. Geneva: Organização Mundial da Saúde. 2004