



UNISUL

UNIVERSIDADE DO SUL DE SANTA CATARINA

KELLY DOS SANTOS

**HORTA ESCOLAR: HÁBITOS ALIMENTARES SAUDÁVEIS EM CRIANÇAS DA
EDUCAÇÃO INFANTIL**

Palhoça

2017

KELLY DOS SANTOS

**HORTA ESCOLAR: HÁBITOS ALIMENTARES SAUDÁVEIS EM CRIANÇAS DA
EDUCAÇÃO INFANTIL**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Curso de Nutrição da
Universidade do Sul de Santa Catarina
como requisito parcial à obtenção do título
de Bacharel em Nutrição.

Orientador: Profa. Ana Paula Ferreira da Silva, Msc.

Palhoça

2017

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO.....	7
MÉTODOS.....	8
RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	10
CONCLUSÃO	17
REFERÊNCIAS	18

**HORTA ESCOLAR: HÁBITOS ALIMENTARES SAUDÁVEIS EM CRIANÇAS DA
EDUCAÇÃO INFANTIL**

SCHOOL GARDEN: HEALTHY FOOD HABITS IN CHILDREN OF CHILDREN
EDUCATION

Kelly dos Santos

Discente do curso de graduação em Nutrição da Universidade do Sul de Santa Catarina (UNISUL), Palhoça – SC, Brasil. Kelly_salla@hotmail.com (e – mail para correspondência).

Francine Francisco Viana

Discente do curso de graduação em Nutrição da Universidade do Sul de Santa Catarina (UNISUL), Palhoça – SC, Brasil. Francyne_b.c@hotmail.com. Participou da coleta de dados da pesquisa.

Ana Paula Ferreira da Silva

Docente e Coordenadora do curso de graduação em Nutrição da Universidade do Sul de Santa Catarina (UNISUL), Palhoça – SC, Brasil. ana.pferreira@gmail.com. Participou de todas as etapas desde a concepção do estudo até a revisão da versão final do artigo.

HORTA ESCOLAR: HÁBITOS ALIMENTARES SAUDÁVEIS EM CRIANÇAS DA EDUCAÇÃO INFANTIL

SCHOOL GARDEN: HEALTHY FOOD HABITS IN CHILDREN OF CHILDREN
EDUCATION

RESUMO

Introdução: A alimentação adequada e hábitos de vida saudáveis são indiscutíveis em qualquer idade, em especial na infância onde está ocorrendo transformações e mudanças nos hábitos alimentares que serão levados para o resto da vida. Sendo a escola é um ambiente propício para promover hábitos alimentares saudáveis, a horta escolar é uma das ferramentas que pode auxiliar nesse processo, pois por meio dela incentiva-se o consumo de alimentos saudáveis, além do envolvimento de toda a comunidade escolar nas atividades de alimentação e saúde. **Objetivo:** avaliar o papel da horta escolar como ferramenta de educação alimentar e nutricional com alunos do Ensino Fundamental no ano de 2017, em uma escola Filantrópica do município de Palhoça – SC. **Metodologia:** A população foi composta por 12 crianças em fase pré-escolar, de ambos os sexos com idade entre 4 e 5 anos. Na atividade 1: foi realizado atividades para identificar as preferências e conhecimentos alimentares das crianças utilizando os alimentos *in natura*, por meio de perguntas para saber se sabiam de onde vinham os alimentos, se conheciam uma horta e como ela era feita. Entregou-se desenhos com imagens para colorir para que as crianças pintassem aqueles que elas gostavam de comer e circulassem aqueles que elas conheciam. Atividade 2: realizado a colheita dos alimentos já existentes na horta, plantio de novos alimentos, degustação dos alimentos colhidos por elas na horta e por fim entregue novamente o mesmo desenho para colorir para saber se após essa vivência seus conhecimentos

mudaram. **Resultados:** Após toda essa vivência observou-se poucas mudanças nos conhecimentos das crianças, se sabiam de onde vinham os alimentos antes da intervenção muitas crianças falaram que “vem da verdureira”, “vem do mercado Kauan perto de casa” e após a vivencia com a horta as crianças passaram a entender que o alimento antes de chegar à verdureira ou no mercado precisam ser antes plantados em locais destinados a essa atividade sendo a horta um exemplo disso, em relação se conheciam uma horta e como ela era feitas antes da intervenção muitas crianças não sabiam o que era uma horta e como ela era feita e após a intervenção todas passaram a conhecer uma hora e como ela era feita. **Conclusão:** Obtiveram-se poucos resultados devido ao fato da intervenção ter sido realizada em um curto tempo e de forma isolada, não sendo incorporada ao projeto pedagógico e também por ter sido uma amostra muito pequena devido à falta de interesse dos familiares na devolutiva do termo de consentimento livre esclarecido e também pelo baixo envolvimento dos educadores.

Palavras-chave: Alimentação Saudável; Escolares; Hábitos saudáveis;

ABSTRACT

Introduction: Adequate food and healthy living habits are indisputable at any age, especially in infancy where changes and changes in eating habits are taking place for the rest of their lives. Since school is a propitious environment to promote healthy eating habits, the school vegetable garden is one of the tools that can help in this process, because it encourages the consumption of healthy foods, besides the involvement of the whole school community in the activities of Food and health. **Objective:** To evaluate the role of the school garden as a food and nutritional education tool with elementary school students in 2017, at a Philanthropic school in

the municipality of Palhoça - SC. **Methodology:** The population was composed of 12 pre-school children of both sexes between the ages of 4 and 5 years. In activity 1: activities were carried out to identify the food preferences and knowledge of the children using in natura foods, through questions to know if they knew where the food came from, if they knew a vegetable garden and how it was made. She gave out pictures with coloring pictures so the children would paint the ones they liked to eat and those they knew would circulate. Activity 2: Harvesting of existing foods in the garden, planting of new foods, tasting food harvested by them in the garden and finally give the same coloring again to know if after this experience their knowledge has changed. **Results:** After all this experience there were few changes in children's knowledge, if they knew where food came before the intervention, many children said that "it comes from the vegetable garden", "comes from the Kauan market near home" and after living with The children's garden came to understand that food before arriving at the greenhouse or in the market need to be previously planted in places intended for this activity being the garden an example of this, in relation to if they knew a vegetable garden and how it was made before the intervention many Children did not know what a vegetable garden was and how it was made and after the intervention they all came to know an hour and how it was made. **Conclusion:** There were few results due to the fact that the intervention was carried out in a short time and in isolation, not being incorporated into the pedagogical project and also because it was a very small sample due to the lack of interest of the relatives in the return of the consent term Free education and also because of the low involvement of educators.

Keywords: Healthy Eating; Schoolchildren; Healthy habits;

INTRODUÇÃO

A alimentação adequada e hábitos de vida saudáveis são indiscutíveis em qualquer idade, porém a infância precisa de atenção quando se diz respeito à nutrição do organismo, já que nessa etapa ocorrem grandes mudanças no desenvolvimento corporal e alimentar que serão decisivos ao longo da vida. Uma alimentação saudável e adequada é aquela baseada em alimentos que satisfazem as necessidades do organismo, mudam de acordo com a idade, sexo e com as atividades desempenhadas.¹

Segundo o Guia Alimentar para a População Brasileira a alimentação adequada e saudável deve ser equilibrada qualitativamente e quantitativamente em relação à variedade, equilíbrio, moderação e prazer e ao mesmo tempo segura no que diz respeito às técnicas produtivas adequadas e sustentáveis. A alimentação adequada e saudável é um direito de todos independente de gênero, raça, etnia e de condições financeiras.²

Como a escola é um ambiente propício para promover hábitos alimentares saudáveis, uma das ferramentas que pode auxiliar nesse processo é a horta escolar, pois por meio delas facilita-se o acesso a alimentos saudáveis, possibilitando ainda que toda a comunidade escolar se envolva nas atividades de alimentação e saúde.³

A horta inserida no ambiente escolar auxilia de forma eficaz na formação do aluno. Por meio da sua construção alcança objetivos como, por exemplo, melhorar a educação nutricional dos escolares proporcionando uma relação direta entre aluno e alimento possibilitando o aumento do consumo de frutas e hortaliças, a construção de hábitos alimentares saudáveis, o resgate dos hábitos regionais e locais e a redução

dos custos referentes à merenda escolar, além de estender benefícios aos familiares e à comunidade envolvida.^{2,4,5}

Neste contexto a pesquisa teve como objetivo avaliar o papel da horta escolar como ferramenta de educação alimentar e nutricional com alunos do Ensino Fundamental, em uma escola Filantrópica do município de Palhoça - SC.

MÉTODOS

O presente artigo é um relato de experiência realizada em uma Escola Filantrópica de ensino Fundamental do município de Palhoça – SC., com 12 crianças em fase pré-escolar, de ambos os sexos com idade entre 4 e 5 anos. Os escolares foram autorizados a participar da pesquisa por seus pais ou responsáveis, mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e as crianças assinaram o Termo de Assentimento Livre e Esclarecido. Eram duas turmas compostas por 25 alunos cada, totalizando 50 crianças. Foram enviadas as autorizações por meio da agenda escolar para todos os responsáveis autorizarem a participação das crianças, mas retornaram apenas 12, destas 5 eram da turma de 4 anos e 7 da turma de 5 anos. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade do Sul de Santa Catarina (UNISUL) sob o protocolo nº. 62702816.0.0000.5369.

O critério para a seleção da escola foi à presença da horta escolar em funcionamento. Após a escolha da escola a direção foi contatada para apresentar a pesquisa e explicar os seus objetivos.

Atividade 1: No dia 07 de abril de 2017 foi realizada com as crianças a atividade sobre seus conhecimentos e preferências alimentares, se sabiam de onde vinham os alimentos, se conheciam uma horta escolar e como ela é feita.

Nesta atividade foram apresentados os alimentos *in natura*, para que as crianças pudessem ver tocar e cheirar. Os alimentos selecionados foram: abacaxi, cenoura, beterraba, berinjela, pimentão, tomate e mamão. Esse momento permitiu que elas pudessem manusear cheirar e tocar esses alimentos, despertando nas crianças à vontade de experimentá-los. Para identificar quais alimentos elas conheciam e quais seus conhecimentos e preferências alimentares foram distribuídos desenhos com 16 imagens para colorir (acelga, cenoura, abacaxi, tomate, rúcula, banana, pimentão morango, couve, abobora, melancia, brócolis, alface, mamão, berinjela e uva). Solicitou-se que as crianças pintassem aqueles alimentos que mais gostavam de comer e circulassem aqueles que elas conheciam. Neste momento foram feitas perguntas como: Você conhece uma horta? Sabe como ela é feita? As respostas obtidas foram anotadas em planilhas.

Atividade 2: Realizada nos dias 12 e 13 de abril de 2017 com as crianças e os professores a atividade de colheita dos alimentos já existentes na horta, que foram: salsinha, cebolinha, tomate cereja, hortelã e rúcula, eles colhiam e colocavam em recipiente para depois ser feita a higienização e posterior degustação. Esses alimentos foram apresentados para as crianças para saber se elas os reconheciam. Realizou-se também o plantio de novos alimentos, nesta atividade cada aluno recebia uma muda de alface roxa ou couve e também uma semente de cenoura para plantar, com objetivo de mostrar que se pode obter alimentos plantando suas mudas ou sementes, com a ajuda da pesquisadora eles faziam o plantio no local correto, possibilitando assim o contato com a terra e o alimento. Após a atividade de colheita e plantio foi realizada a degustação dos alimentos colhidos por elas na horta permitindo as crianças que pudessem ver experimentar tocar e cheirar cada alimento

individualmente. Neste momento foi entregue cada alimento individualmente para que pudessem ver tocar cheirar e experimentar, enquanto isso foi falado sobre a utilização dos diferentes alimentos, por exemplo: a salsinha e cebolinha para molhos, a rúcula e o tomate para salada, e o hortelã para chá, este elaborado em conjunto com as crianças e oferecido para que pudessem provar.

Após essa vivência foi entregue novamente a mesma folha com os 16 desenhos de alimentos para que elas pintassem os que mais gostavam de comer e circulassem quais elas conheciam a fim de verificar se após essa experiência seus conhecimentos mudaram.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Na atividade 1 foi realizada a primeira intervenção com cada turma separadamente, estavam presentes 9 crianças, 4 crianças da turma de 4 anos e 5 da turma de 5 anos, sendo 33,33% do sexo feminino e 66,66% do sexo masculino. Foi lido o Termo de Assentimento Livre e Esclarecido as crianças assinaram e também foi gravado um áudio com o aceite das crianças em participar ou não da pesquisa.

Foram mostrados para as crianças os alimentos *in natura* para ver o que elas conheciam e gostavam de comer. Nesta atividade o que se observou foi que deveríamos ter apresentados alimentos diferentes já que todos mostraram conhecer e gostar de praticamente todos os alimentos, exceto a berinjela, que nenhuma criança conhecia, portanto não sabiam se gostavam devido ao fato de nunca terem experimentado. Após essa atividade foi entregue as crianças a folha com os 16 desenhos de alimentos para que elas pintassem aqueles que mais gostavam de comer e circulassem aqueles alimentos que conheciam.

Na atividade 2 quando foi realizado a segunda intervenção com cada turma separadamente estando presentes apenas 5 crianças, 1 criança da turma de 4 anos e 4 da turma de 5 anos. Durante a degustação surgiram várias expressões em relação ao gosto, cheiro e a vontade de experimentar mais ou não experimentar: “o tomate é muito bom”, “a rúcula é amarga”, “a salsinha tem cheiro bom”, “o chá é muito gostoso” “quero mais chá”, “rúcula eu não quero experimentar”.

Antes da intervenção o alimento com maior preferência de consumo entre as crianças foi à banana (n=9), seguido por cenoura (n=8), morango (n=8) e uva (n=8). Após a intervenção, não houve alteração sendo que a banana (n=5) continuou sendo o alimento de maior preferência de consumo entre as crianças seguido por cenoura (n=5) tomate (n=4) e melancia (n=4). Destaca-se que nesta atividade as crianças falaram “é o mesmo desenho”, “ eu já pintei isso”, “esse desenho de novo”, talvez isto e a idade das crianças possa ter sido um limitação para despertar o interesse nas crianças para desenvolverem a atividade fazendo com que elas pintassem os desenhos apenas como uma atividade de colorir e não com o objetivo que lhes foi proposto.

Segundo os dados da Pesquisa de Orçamento Familiar (POF)⁸ , na região sul a fruta mais adquirida pelas famílias é a banana por ser um alimento comum nessa região com grandes produtores fazendo com que seja vendido a custo mais baixo, favorecendo a compra. Além do estado de Santa Catarina estar ocupando o 3º lugar entre os produtores de banana do Brasil.⁹ Mas não é só o fato de serem alimentos de custos mais baixos e serem de fácil acesso que pode influenciar as preferências e conhecimentos alimentares das crianças, os pais servem de exemplo e devem encoraja-las a experimentar alimentos novos.¹⁰ Um estudo que verificou o padrão

alimentar de crianças menores de cinco anos teve como resultados uma alimentação pouco diversificada pelas crianças. Entre frutas e verduras apenas a banana e a batata foram consumidas por mais de 20% das crianças.¹¹ Ou seja, as crianças acabam não conhecendo e experimentando outros tipos de alimento muitas vezes pelo fato dos pais não incentivarem e ou até mesmo pela falta de aquisição de alimentos diversificados.

Quanto ao conhecimento dos alimentos relacionados ao grupo de frutas verduras e legumes estão descritos na Tabela 1.

Tabela 1 Conhecimento dos alimentos relacionados ao grupo de frutas verduras e legumes de crianças de 4 e 5 anos de idade em uma Escola Filantrópica do Município de Palhoça-SC no ano de 2017.

Alimento	Antes da intervenção	Depois da intervenção
Acelga	3 não conheciam 2 conheciam	3 permaneceram não conhecendo 1 passou a não conhecer 1 permaneceu conhecendo
Rúcula	3 não conheciam 2 conheciam	3 permaneceram não conhecendo 2 passaram a não conhecer mais 2 passaram a conhecer
Brócolis	3 não conheciam 2 conheciam	1 permaneceu não conhecendo 1 passou a não conhecer e 1 permaneceu conhecendo
Pimentão	3 não conheciam 2 conheciam	2 passaram a conhecer e 1 permaneceu não conhecendo 1 passou a não conhecer e 1 permaneceu conhecendo
Couve	Nenhuma conhecia	Permaneceram não conhecendo
Alface	4 não conheciam 1 conhecia	4 permaneceram não conhecendo 1 permaneceu conhecendo
Berinjela	4 não conheciam 1 conhecia	4 permaneceram não conhecendo 1 passou a não conhecer

Essas mudanças no conhecimento não indicam que passaram a gostar destes alimentos. Esta intervenção não permitiu avaliar a mudança no gosto das crianças, ou seja, como as atividades de educação alimentar e nutricional não estavam inseridas no projeto pedagógico da escola o impacto junto às crianças foi

limitado. Isso pode ser decorrente de ações isoladas de educação alimentar e nutricional, portanto conclui-se que ações pontuais e isoladas com crianças sobre alimentação e nutrição não apresentam resultados significativos.

A ingestão de frutas, verduras e legumes por crianças são em partes reflexo do ambiente familiar, e de algumas características individuais. Muitas vezes determinadas pelo tipo e forma como foram inseridos na alimentação habitual das crianças, durante os primeiros meses de vida, assim como também a falta de incentivo dos pais ao consumo destes alimentos por acharem que os filhos não vão gostar, sem de fato preparar o alimento e oferecer a criança.¹²

Em geral as crianças escolhem os alimentos que mais conhecem e os quais estão mais acessíveis em suas casas onde a familiaridade faz com que a criança prefira os que ela é frequentemente exposta do que aqueles alimentos estranhos.¹³ Viveiros¹⁴ salienta que devido ao papel dos pais em trazer comida para casa eles desempenham um papel fundamental nas escolhas alimentares de seus filhos, mas é importante ressaltar que por mais que a família tenha grande influência nas escolhas alimentares de seus filhos a escola também tem seu papel. Vale ressaltar aqui que no ambiente escolar a influência dos colegas em relação às escolhas alimentares é bastante presente. A escola é vista como um espaço que favorece para a promoção de alimentação saudável, exercendo grande influência na formação de crianças e adolescentes, pois é por meio da escola que os conhecimentos se ampliam e são repassados para os familiares e para toda a comunidade, evitando os hábitos alimentares inadequados.³ Portanto verificou-se a importância de trazer para o âmbito escolar atividades relacionadas à alimentação e nutrição, pois podem permitir aos escolares um maior conhecimento e entendimento sobre os alimentos consumidos

tanto na escola como em casa podendo a criança ser agente influenciador na comunidade em que está inserida. Destaca-se que a Lei nº 11.947 de 16 de junho de 2009 estabelece que a escola deve promover educação alimentar e nutricional, sanitária e ambiental para a promoção de hábitos alimentares saudáveis.¹⁵

Com relação ao conhecimento das crianças em relação à origem dos alimentos quando perguntado a elas se sabiam de onde vêm os alimentos as respostas obtidas estão descritas na Tabela 2.

Tabela 2 Conhecimento em relação à origem dos alimentos de crianças de 4 e 5 anos de idade em uma Escola Filantrópica do Município de Palhoça-SC no ano de 2017.

Antes da intervenção	Depois da intervenção
“vem das árvores, das folhas e de onde tem os vegetais”	“vem das plantinhas que se planta”
“vem do mercado Kauan perto de casa”	“vem das folhas e da terra”
“vem das plantinhas”	“vem das sementinhas”
“vem da fazenda”	“vem das plantinhas”
“vem da verdureira”	“vem da terra”

Observou-se que após o contato com a horta o conhecimento das crianças em relação à origem dos alimentos mudou já que em suas falas pode-se verificar que para muitos os alimentos vinham do mercado ou da verdureira e que após essa experiência na horta passaram a entender que os alimentos antes de chegarem ao supermercado e verdureiras são antes produzidos em locais próprios para isso sendo a horta um exemplo disso, pois por meio dela as crianças veem como uma atividade divertida e diferente, mas que ao mesmo tempo possibilita o ganho de conhecimento em relação à qualidade nutricional dos alimentos fazendo com que suas escolhas sejam mais saudáveis, e quando aplicadas em casa, melhora a nutrição de toda a família.^{16, 17}

De acordo com o Guia Alimentar para População Brasileira o envolvimento das crianças na compra dos alimentos e no preparo permite que eles conheçam novos

alimentos e diversas formas de preparo e saibam de onde eles vêm e como eles são produzidos desenvolvendo assim bons hábitos alimentares.² Portanto, a promoção de hábitos alimentares saudáveis e a inclusão de temas sobre alimentação e nutrição devem estar presentes nos currículos escolares de forma transversal, não apenas como atividades esporádicas, que reduzem a eficácia das ações realizadas ou produzem pouco efeito como se pode perceber no estudo realizado.

Quando as seguintes perguntas são feitas: Conhecem uma horta? Sabem como ela é feita? As respostas obtidas estão descritas na Tabela 3.

Tabela 3 Perguntas relacionada em saber se conhecem uma horta e como ele é feita de crianças de 4 e 5 anos de idade em uma Escola Filantrópica do Município de Palhoça-SC no ano de 2017.

	Antes da intervenção	Depois da intervenção
Conhece uma horta	6 crianças conheciam 3 não conheciam	Todas conheciam uma horta
Sabe como ele é feita	5 sabiam como ele era feita 4 não sabiam como ela era feita	Todas sabiam como ela era feita

A horta escolar é uma ferramenta para se utilizar na promoção de saúde e hábitos alimentares saudáveis, pois por meio dela estimula-se o consumo de frutas, verduras e legumes e se possibilita aos alunos aulas praticas e recreativas onde terão o contato direto com o alimento e a terra.¹⁸ Sua produção é de baixo custo que irá proporcionar hortaliças frescas contribuindo para a alimentação escolar, sua utilização proporciona a aquisição de bons hábitos alimentares, bem como o resgate de hábitos regionais e locais.¹⁹

Silveira (2011) em seu estudo feito com horta nas escolas de Fortaleza, Ceará, Brasil, mostrou que a participação coletiva na construção da horta é muito

importante. As atividades feitas com a horta contribuíram para incentivar as crianças no consumo de hortaliças, não aceita por essas ou descritas como de gosto ruim, como alface, couve, cebolinha, salsinha entre outras. A horta possibilitou que as crianças conhecessem de maneira descontraída os benefícios que essas hortaliças trazem por meio de uma alimentação saudável.⁶

Experiências realizadas pelas escolas de Embu das Artes (SP), que participam do Programa Fonte Escola da Sociedade Ecológica Amigos de Embu, mostrou que em todas as escolas pesquisadas as crianças passaram a se alimentar melhor depois que começaram a plantar, cuidar e colher os alimentos, passaram a comer alimentos que antes não comiam, a maioria só comia arroz e feijão e ao final já comiam legumes e verduras. As atividades realizadas na horta passaram a ser apreciadas com muito entusiasmo pelas crianças, com isso o cardápio ganhou mais variedade e valor nutricional.⁷ Como relatado por Morgado²⁰ em seu estudo com horta nas escolas municipais de Florianópolis, a horta quando inserida no ambiente escolar torna-se um espaço que possibilita a promoção de atividades interligando conhecimento adquirido na teoria sendo aplicado na prática onde com isso trará um desenvolvimento e interação maior entre as crianças com o meio ambiente.

Compreende-se por fim a importância de desenvolver atividades que contribuam na troca de experiências tanto entre os profissionais da área pedagógica, quanto entre as crianças para que assim seus conhecimentos sejam ampliados e a partir daí possam dar continuidade e executar novos trabalhos relacionados com o tema hábitos alimentares saudáveis.

CONCLUSÃO

O presente estudo avaliou o papel da horta escolar como ferramenta de educação alimentar e nutricional em crianças da educação infantil e mostrou poucas alterações nos conhecimentos alimentares das crianças devido ao fato de ter sido uma intervenção realizada em um curto tempo e de forma isolada. As limitações do estudo foram à falta de interesse dos familiares na devolutiva do termo de consentimento livre esclarecido e da atividade não estar incluída no projeto pedagógico e a baixa participação por parte dos educadores, além dos alimentos *in natura* utilizados serem já conhecidos por elas por isso provavelmente deveríamos ter levado alimentos que elas não conheciam, bem como os instrumentos utilizados para a avaliação do conhecimento das crianças terem sido os mesmos antes e depois das intervenções. A idade das crianças também pode ter sido uma limitação para a realização das atividades já que nessa fase pode acontecer de uma criança querer imitar a outra. Em relação a origem dos alimentos as crianças após a experiência com a horta passaram a compreender que antes do alimento chegar na verdureira e mercado são antes plantados em locais destinados a esta atividade. E passaram a conhecer uma horta e saber como ela é feita.

Vale ressaltar que a horta é sim um meio que favorece o aprendizado e o desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis, mas que se trabalhada de uma forma isolada traz poucos resultados. Desta forma torna-se imprescindível que a intervenção ocorra não somente em um determinado momento, mas é necessário que a escola desenvolva estratégias incluindo em seu cronograma de ensino assuntos relacionada à alimentação e nutrição.

REFERÊNCIAS

- 1 Módulo 11: Alimentação saudável e sustentável. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/profunc/alimet_saud.pdf>. Acesso em 23 de maio 2016.
- 2 Guia Alimentar para a População Brasileira. Disponível em:<http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf>. Acesso em 27 de maio 2017.
- 3 Manual operacional para profissionais de saúde e educação: promoção da alimentação saudável nas escolas. Disponível em: http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/manual_operacional_profissionais_saude_educacao.pdf. Acesso em: 07 de jun. 2016.
- 4 Muniz VM, Carvalho AT. O Programa Nacional de Alimentação Escolar em município do estado da Paraíba: um estudo sob o olhar dos beneficiários do Programa. Revista Nutrição 2007; 20(3):285-296.
- 5 Maciel LGB, Silva CDD, Fernandes CMR, Almeida LM. A horta como alternativa para melhoria da alimentação dentro de uma perspectiva da educação ambiental. In Cintedi Congresso Internacional de Educação e Inclusão; 2014
- 6 Silveira FJ. 11293 A horta orgânica escolar como alternativa de educação ambiental e de consumo de alimentos saudáveis para alunos das escolas municipais de Fortaleza, Ceará, Brasil. In VII Congresso Brasileiro de Agroecologia; 2011; Fortaleza. V.6 n.2
- 7 Frug A, Hevécio B, Ciola L, Webb P. Horta escolar: uma sala de aula ao ar livre. Sociedade Ecológica Amigos de Embu; Embu das Artes, SP; 2013. P 7 – 108.
- 8 Pesquisa de Orçamento Familiar POF. Disponível em: URL: <http://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv47307.pdf>
- 9 Governo do Estado de Santa Catarina. Secretaria de Estado da Agricultura e da Pesca. Empresa de Pesquisa Agropecuária e Extensão Rural de Santa Catarina. Banana: recomendações técnicas para o cultivo em Santa Catarina. Disponível em:URL: http://www.epagri.sc.gov.br/?page_id=1349
- 10 Almeida ATMS. O treino do paladar marcadores precoces de uma alimentação saudável para a vida [Monografia]. Porto: Faculdade de ciência da nutrição e alimentação; Universidade do Porto;2010.
- 11 Júnior GF, Osório MM. Padrão alimentar de crianças menores de cinco anos. Revista Nutrição Nov/dez 2005; 18(6): 793-802.
- 12 Sanches. M. Hortaliças: consumo e preferências de escolares. Dissertação para obtenção de título de mestre em ciências. [dissertação]. Piracicaba: Escola Superior de Agricultura Luiz de Queiroz; 2002.

13 Rossi A, Moreira E A M, Rauen MS. Determinantes do comportamento alimentar: uma revisão com enfoque na família. *Revista Nutrição nov./dez.*, 2008; 21(6): 739-748.

14 Viveiros CCO. Estudo do comportamento alimentar, preferências alimentares e neofobia alimentar em crianças pré- escolares e da eficácia de um programa de promoção de comportamentos alimentares saudáveis em contexto escolar: um estudo exploratório. [dissertação]. Lisboa: Universidade de Lisboa Curso de Psicologia; 2012.

15 Lei nº 11.947, Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar e do Programa Dinheiro Direto na Escola aos alunos da educação básica 2009 Jun 16.

16 Bernardon R, Schmitz BAC, Recine EGI, Rodrigues MLCF, Gabriel CG. Hortas escolares no Distrito Federal, Brasil. *Revista Nutrição mar./abr.*, 2014; 27 (2):205-216.

17 Food And Agriculture Organization – FAO. Disponível em: URL: http://www.fao.org/ag/agp/greenercities/pt/hup/seguranca_alimentar.html.

18 Freitas HR, Gervásio RCRG, Marinho CM, Fonseca ASS, Quirino AKR, Xavier KMMS, Nascimento PVP. Horta escolar agroecológica como instrumento de educação ambiental e alimentar na Creche Municipal Dr. Washington Barros - Petrolina/PE. *Revista de Extensão da Univasf. Mar/dez 2012; Vol. 1(1); 155-169.*

19 Leite DBG, Frasson AC, Oliveira AC, Kock MM, Yassin LS. A Horta Escolar como Estratégia de Ensino de Ciências e Promoção da Saúde. In: IV Simpósio Nacional de Ensino de Ciência e Tecnologia; 2014; Ponta Grossa. p 1-10

20 Morgado FS, Santos MAA. A Horta Escolar na Educação Ambiental e Alimentar: Experiência do Projeto Horta Viva nas Escolas Municipais de Florianópolis. *Revista Eletrônica de Extensão 2008; 5(6): 1-10.*