



Cardápio virtual destinado aos alunos da escola PEI. Professor Pedro Salvetti Netto - Cardápio Virtual Salvettinho

Palavras-Chave: ALIMENTAÇÃO ESCOLAR, NUTRIÇÃO, EDUCAÇÃO ALIMENTAR, DESPERDÍCIO DE ALIMENTOS

Autores: Giovanna Alves, Giulia Pavanelo e Francieli Silva

Professores: Me. Caio Violin, Msc. Thais Sousa Almeida

INTRODUÇÃO

Do nascimento ao decorrer da vida, alimentar-se é uma necessidade vital para o funcionamento do corpo humano, e ter hábitos saudáveis é o correto a se fazer, assim garantindo uma melhor qualidade de vida e por efeito, longevidade.

Ter uma vivência equilibrada, sem extremismos é a melhor opção a se seguir, já que estando no caminho oposto, as consequências são grandes e algumas delas irreversíveis. A má alimentação a longo prazo, pode acarretar o surgimento de doenças cardiovasculares, hipertensão, câncer, diabetes, obesidade, etc.

Jovens e adolescentes correspondem a maior parte da população que se alimenta de modo incorreto. Conforme dados do Ministério da Saúde, pessoas com a idade entre 18 e 21 anos são os que mais se alimentam mal, 81,5% não consome a quantidade de frutas e hortaliças recomendada. Já a faixa etária entre 12 e 18 anos corresponde a 46,6% dos consumidores de industrializados (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2017). Portanto, conclui-se que apesar das dificuldades, é necessário que haja o incentivo a uma alimentação balanceada desde a primeira infância, para que ao decorrer da vida, sejam adultos saudáveis.

Tendo em vista que essas crianças passam essa primeira etapa de suas vidas até a adolescência em ambiente acadêmico, conclui-se que em tese, ao menos dentro

dele, elas tenham momentos mais saudáveis, pois maior parte da comida que é fornecida às escolas é saudável. Porém, assim como alunos comem sempre ou às vezes essas refeições, também existem aqueles que nunca as fazem, seja por preferências ou restrições alimentares. Neste último caso é fundamental investigar para descobrir se há algum meio alternativo que possa ser oferecido a essa exceção, e de um modo geral trazer ciência de certos pontos a todos. Mostrar o cardápio, além de suas informações nutricionais, dicas de um modo de vida mais saudável e conscientizar esses estudantes sobre todo o processo que as comidas passam até chegar em seus pratos e os impactos que elas causarão em sua saúde, é inevitável para que passe a existir a prática de bons hábitos alimentares. Fornecer este conteúdo completo a essas pessoas, de modo simples, direto e interativo, irá incentivá-las a ter um melhor modo de vida.

METODOLOGIA

(Método Monográfico)

A pesquisa possui o método monográfico que consiste no estudo de um caso específico buscando compreender como certos fatos se concretizam. Nesse caso, a análise de uma instituição de ensino que reflete a realidade de várias outras na rede de ensino público do Estado de São Paulo.

O tipo da pesquisa tem natureza aplicada, pois a partir das informações coletadas através de questionários (abordagem quantitativa), foi desenvolvido o projeto que visa minimizar o impacto do problema na vida dos alunos, e o desperdício nas escolas.

O trabalho em questão foi desenvolvido por três alunas, do terceiro ano do ensino médio, da escola Pei. Prof. Pedro Salvetti Netto, com intuito de apresentar o cardápio escolar, seguido por uma conscientização dos alunos sobre uma alimentação mais saudável, o que consomem e informações mais assertivas sobre os alimentos disponibilizados na instituição .

Para validação do mesmo, foram trabalhados: pesquisa de campo, leituras acadêmicas e comparação da amostragem de pesquisa. A pesquisa foi dividida em etapas da seguinte forma:

Etapa 1 - A Produção de carta de anuência: Para que fosse possível fazer uma pesquisa de campo, foi necessário a produção de uma carta de anuência enviada à direção pedindo a permissão para consultar os membros da comunidade escolar.

Etapa 2: O nutricionista: Foi elaborada uma pesquisa com o nutricionista responsável e as merendeiras da escola para melhor compreensão acerca de assuntos como a escolha, a compra e o preparo dos alimentos. Que teve início primeiramente com uma conversa com as merendeiras e logo após, em um dia combinado, com o nutricionista que chega para esclarecer maiores dúvidas:

Por que esses tipos de alimentos? Como tudo é montado? Por que é montado daquele jeito? Qual a importância da alimentação ser deste modo?...

Por fim, foi feita uma pesquisa mais a fundo (dentro das limitações) sobre possíveis alternativas do Governo vigente para alunos que não tem comida em casa.

Etapa 3: Com as informações que obtivemos, começamos a colocar mais coisas sobre o site em prática. Foram desenhadas as telas para definir como se daria o design do site.

Etapa 4: Será iniciada a etapa de escrita e testes de código. Para montagem do site, serão utilizadas todas as informações coletadas por meio das pesquisas de campo e leituras feitas.

Etapa 5: Revisão do código e testes de qualidade para encontrar possíveis erros e melhorias, até que o mesmo esteja do jeito como foi planejado.

Etapa 6: Posteriormente, será feita a implementação da acessibilidade (libras, áudio), concluindo assim o trabalho e disponibilizando essa ferramenta que poderá ter um impacto positivo de diversas maneiras para os alunos e a escola.

Serão utilizadas as linguagens próprias para o desenvolvimento web, que visam acessibilidade, estilo design, interatividade, etc...

RESULTADOS(PRELIMINARES)

Uma pesquisa realizada através de um formulário disponibilizado para uma amostra de alunos revelou uma carência significativa quanto ao acesso ao cardápio escolar, destacando que a maioria dos estudantes expressam o desejo de ter acesso a essas informações.

A amostra contou com alunos de idade entre 14 e 17 anos, estudantes do ensino médio da rede pública. As principais descobertas relativas foram;

1. Democratização do conhecimento nutricional:

81% dos participantes afirmaram não possuir conhecimento sobre os valores nutricionais dos alimentos distribuídos no ambiente escolar.

2. Acesso ao cardápio:

88.1% dos alunos expressaram o desejo de ter acesso ao cardápio semanalmente.

3. Desperdício de comida:

Cerca de 95.2% dos alunos acreditam que há desperdício de comida.

A pesquisa desenvolvida buscará criar o site que disponibilizará informações semanais sobre os alimentos fornecidos pela escola. Além disso, serão apresentadas informações adicionais sobre a classificação e curiosidades nutricionais de cada alimento, buscando assim promover conhecimentos básicos sobre conceitos fundamentais para uma alimentação saudável.

CONCLUSÕES(PRELIMINARES)

Com base nos dados coletados é possível prever melhorias em três aspectos principais:

Redução do desperdício de comida: A disponibilização prévia do cardápio irá permitir que os alunos façam escolhas conscientes sobre o que vão consumir, diminuindo por conseguinte o desperdício de alimentos.

Melhoria na qualidade da alimentação: Ao terem acesso às informações nutricionais e curiosidades sobre os alimentos, os estudantes poderão fazer escolhas mais conscientes e saudáveis. Espera-se que essas informações possam contribuir para uma alimentação mais equilibrada e nutritiva.

Além disso, a implementação do site como ferramenta informacional e educacional pode contribuir para uma cultura de responsabilidade e sustentabilidade entre os alunos, os incentivando então, a valorizar a comida fornecida pela escola. A continuidade da pesquisa após a implementação do site será de suma importância uma vez que confirmar essas previsões irá nos ajudar a ajustar a plataforma conforme o necessário para melhores benefícios e maior impacto.

REFERÊNCIAS

Família. Acesso em: 24 de junho de 2024, de <https://www.msmanuals.com/pt-br/casa/doen%C3%A7as-imunol%C3%B3gicas/rea%C3%A7%C3%B5es-al%C3%A9rgicas-e-outras-doen%C3%A7as-relacionadas-%C3%A0-hipersensibilidade/alergia-alimentar>

Gov.br. Acesso em: 26 de junho de 2024, de <https://farroupilha.rs.gov.br/noticia/visualizar/id/3546/?vigilancia-sanitaria-orienta-sobre-rotulo-nutricional.html>

Merenda escolar: Qualidade reflete no desempenho do aluno. Disponível em: <https://bandeirantes.pr.gov.br/noticia/8/merenda-escolar-qualidade-reflete-no-desempenho-do-aluno-em-sala-de-aula/>. Acesso em: 24 jun. 2024

Philippi, S. T., Latterza, A. R., Cruz, A. T. R., & Ribeiro, L. C. (1999). Pirâmide alimentar adaptada: guia para escolha dos alimentos. Revista de Nutrição, 12(1), 65–80. <https://doi.org/10.1590/s1415-52731999000100006>

The Nutrition Source. ([s.d.]). The Nutrition Source. Acesso em: 26 de junho de 2024, de <https://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource>

Vigitel. ([s.d.]). Ministério da Saúde. Acesso em: 24 de junho de 2024, de <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/v/vigitel>