



Alimentação Saudável nas Escolas



Elaborado por Keyla Preuss

Como utilizar este check list?

Em cada tabela é abordado um tema diferente com uma lista de declarações. Assinale OK para respostas positivas e marque “ necessita-se de melhoras” com uma breve descrição do problema. Suas respostas irão ajudar na identificação atual da escola analisada e na criação de estratégias para que seus objetivos finais sejam atingidos.

Nome Escola:

Localização:

Rede de ensino: () pública () privada

Total de estudantes:

| Tema 1: Nutrição e Atividade Física | | |
|--|----|-----------------------------------|
| | OK | Necessita-se melhoras neste campo |
| Atividade física é incluída nas atividades curriculares escolares? | | |
| Existe algum programa de Educação Nutricional vigente? | | |
| Os administradores, funcionários e professores dão suporte para o desenvolvimento de estilos de vida saudáveis dos estudantes (criação de eventos, atividades, aulas focalizadas..)? | | |

| | | |
|--|--|--|
| <p>Os estudantes, pais (responsáveis) e a comunidade fazem parte deste processo e apoiam o ambiente escolar saudável (participação nas atividades e/ou incentivo das mesmas)?</p> | | |
| <p>Os profissionais que trabalham diretamente com a alimentação escolar incentivam e apoiam estas atividades?</p> | | |
| <p>Na sala do refeitório (cantina) existem materiais visuais (poster, cartazes..) relacionados à alimentação saudável e atividade física?</p> | | |

Questões suplementares que podem ser abordadas no Tema 1 : Educação Nutricional e Atividade Física

- 1) Qual a frequência e a duração total da prática de atividade física?
- 2) Todas as séries apresentam a mesma frequência e duração?
- 3) Nos dias de chuva, onde e quais são as atividades desenvolvidas? (para escolas onde não há área coberta)
- 4) Sobre o programa de Ed. Nutricional, quais são as pessoas envolvidas, tipo de atividades e frequência do mesmo.
- 5) O Conselho de Alimentação Escolar – CAE é presente nesta escola? Que papel ele desenvolve?
- 6) Quais são os resultados deste programa? Qual é o sentimento dos participantes (motivação, descaso, comprometimento...)
- 7) Estes materiais expostos na sala do refeitório foram criados por quem? Este material é renovado?

8) O tema alimentação é incluído nas disciplinas correspondentes (alimentos e cultura, importância da adesão à hábitos saudáveis de vida, obesidade, composição básica dos alimentos, leitura de rótulos, alimentação e mídia, higiene alimentar, pirâmide dos alimentos...)

| Tema 2: Alimentação na Escola | | |
|--|-----------|--|
| | OK | Necessita-se melhoras neste campo |
| Existe bar (comércio) dentro da escola? | | |
| Existe máquinas de venda automática na escola? | | |
| É permitido o consumo de alimentos e/ou durante as aulas? | | |
| Há lugar suficiente para que todos estudantes façam suas refeições sentados na hora do intervalo? | | |
| Os estudantes trazem lanches de casa? | | |
| Pais (responsáveis) e a comunidade escolar já fizeram algum tipo de programa, ou alerta sobre a qualidade da alimentação na escola? | | |
| Os profissionais | | |

| | | |
|--|--|--|
| envolvidos com a alimentação escolar recebem algum tipo de treinamento? | | |
|--|--|--|

Questões suplementares que podem ser abordadas no Tema 2 : Alimentação na Escola

- 1) As pessoas responsáveis pelo preparo das refeições recebem treinamento? Qual a frequência e aderência?
- 2) Eles reconhecem a importância deste?
- 3) Qual o número de refeições feitas pelos estudantes nas escolas?
- 4) Quem é responsável pelo bar na escola?
- 5) Que tipo de alimentação é vendido no bar? Liste -os.
- 6) Qual é a média do número de estudantes que usufruem deste bar? E qual a faixa etária que prevalece?
- 7) Que tipo de lanches os estudantes trazem de casa? Liste-os.

Tema 3: Ambiente Escolar Saudável

| | OK | Necessita-se melhoras neste campo |
|---|-----------|--|
| Existe uma horta escolar e ou comunitário? | | |
| Existem pomares escolares e ou comunitários? | | |
| Os professores trabalham com os estudantes a importância da formação de hortas e ou pomares? | | |
| A sala do refeitório é arejada, clara e limpa? | | |
| A escola apresenta um local adequado para a realização das refeições no intervalo (pátio limpo, com lixeiras, sombra, bancos..)? | | |
| Existem bebedouros com água potável distribuídos pela escola? | | |

Questões suplementares que podem ser abordadas no Tema 3 : Ambiente Escolar Saudável

- 1) Quem são as pessoas responsáveis pela horta e pelo pomar?
- 2) É realizado algum tipo de atividade com os estudantes nestes ambientes?
- 3) Quem usufrui da horta e do pomar?

| Tema 4: Questões Diversas | | |
|---|-----------|--|
| | OK | Necessita-se melhoras neste campo |
| Já foi realizado algum tipo de avaliação nutricional com os estudantes? | | |
| São trocadas experiências quanto à programas de educação nutricional, formação de hortas com outras escolas? | | |
| Existe parcerias com ONG's, empresas e ou outras instituições para o desenvolvimento de programas? | | |
| São realizadas palestras na área de nutrição e atividade física para os estudantes? | | |
| Os pais (responsáveis), comunidade e funcionários participam destas palestras? | | |

Questões suplementares que podem ser abordadas no Tema 4 : Questões Diversas

- 1) A avaliação nutricional foi uma demanda de quem?
- 2) O que foi feito com estes dados?
- 3) A escola recebe estímulo de órgãos superiores (município, estado, governo) para a realização destes programas?
- 4) Quem promove estas palestras? Qual a frequência das mesmas? Quais temas já foram abordados?
- 5) Quais são os problemas levantados que tornam difíceis a realização destes programas e atividades na área de alimentação saudável e atividade física?