

NATALIA RIGHETTI GANANÇA

ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL – GESTOR E PROFESSOR PREPARADO PARA
OFERECER UMA ALIMENTAÇÃO ADEQUADA

São Paulo

2009

Pontifícia Universidade Católica de São Paulo

Natalia Righetti Ganança

Alimentação Saudável-Gestor e Professor preparado para oferecer uma
alimentação adequada

Trabalho de conclusão de curso
apresentado à Comissão Examinadora
da Pontifícia Universidade Católica de
São Paulo, como exigência parcial para
a conclusão da Habilitação de
Administração Escolar e Supervisão
Escolar do curso de Pedagogia, sob
orientação da professora Dra. Helena
Machado de Paula Albuquerque e Artur
Costa Neto e co-orientação da
professora Vitoria Helena Cunha
Espósito.

PUC-SP

2009

Banca Examinadora

Dedicatória

Aos meus pais, que me apoiaram e não me deixaram desanimar.

Agradecimentos

Agradeço primeiramente a minha família pelo suporte. Aos nossos professores do Curso de Pedagogia que nos proporcionaram conhecimento para escrever este trabalho. As minhas amigas do curso que me apoiaram e ajudaram. Ao Colégio e pais do Colégio Pentágono que sempre estiveram a disposição e de boa vontade.

RESUMO

GANANÇA, N.R.. Alimentação Saudável-Gestor e Professor preparado para oferecer uma alimentação adequada. Trabalho de Conclusão de Curso (Pedagogia – Habilitação Supervisão Escolar e Administração Escolar). Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2009

Este estudo visa conhecer o problema da alimentação não saudável a relação que a escola tem com esse processo. As mudanças de comportamento alimentar que estão ocorrendo na sociedade estão promovendo grande impacto no panorama da saúde do povo brasileiro, afetando assim as crianças. O índice de obesidade infantil e outras doenças relacionadas com a má alimentação vem aumentando a cada dia. A escola tem sido apresentada como um espaço privilegiado para promover saúde, incluindo a formação de hábitos alimentares saudáveis. Utilizam-se como procedimento metodológico: observação empírica e pesquisa teórica. Pode-se afirmar que os educadores sabem e percebem a importância desse tema estar inserido nas atividades da escola. Percebe-se que a interação entre nutricionista, educadores e pais é possível e extremamente importante para as ações de educação nutricional. Recomenda-se que haja um profissional responsável pelo acompanhamento das ações de educação nutricional.

Palavras Chave: Alimentação Saudável, Hábitos Alimentares, Obesidade.

ABSTRACT

GANANÇA, N.R.. Food nutrition – manager and teacher prepared to provide adequate nutrition. Trabalho de Conclusão de Curso (Pedagogia – Habilitação Supervisão Escolar e Administração Escolar). Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2009

This study aims to know the problem of unhealthy nutrition and the connexion that the school has in this process. The changes in eating habits that are occurring in society are promoting big impact on the health scenario of the Brazilian people, thus affecting the children. The rate of childhood obesity and other diseases related to poor nutrition is increasing every day. The school has been presented as a privileged space to promote health, including the formation of healthy eating habits. Are used as instruments: the empirical and theoretical research. It can be argued that educators know and realize the importance of this subject be inserted in school activities. It is observed that the interaction between nutritionists, educators and parents is possible and extremely important for the actions of education activities. It is recommended that no professional responsible for monitoring the actions of nutrition education.

Word-key: healthy nutrition, food habits, obesity

SUMÁRIO

Introdução e Justificativa.....	10
Problema.....	11
Hipóteses.....	11
Objetivo Geral.....	12
Objetivos Específicos.....	12
Metodologia.....	12
Capítulo 1–Fundamentos Teóricos.....	14
1.1 Concepção de Homem.....	14
1.2 Concepção de Sociedade.....	15
1.3 Concepção de Educação.....	15
1.4 Concepção de Gestão.....	16
1.5 Concepção de Coordenador Pedagógico.....	18
Capítulo 2-Obesidade, Obesidade Infantil, Alimentação Saudável e O Papel da Escola na Hora de Promover Hábitos Saudáveis	20
2.1 Obesidade.....	20
2.2 Obesidade Infantil.....	20
2.3 Alimentação Saudável	24
2.4 O Papel da Escola na Hora de Promover Hábitos Alimentares Saudáveis.	26
Capítulo 3- Proposta de Assessoria.....	28
3.1 Proposta da Assessoria ‘Lanche Bom’.....	28
3.2 Localização.....	28
3.3 Caracterização do Espaço Físico e dos Recursos Materiais.....	29
3.4 Planta Baixa.....	31
3.5 Aspectos Burocráticos.....	32
3.6 Instrumento Particular de Contrato Social.....	33
3.7 Estatuto de Funcionamento.....	36
Capítulo 4 - Modelo de Sacolinha ‘Lanche Bom’.....	40

4.1 Custos, gastos e retorno financeiro.....	44
4.2 Escola Visitada- Colégio Pentágono.....	48
4.3 Educação Infantil no Colégio Pentágono.....	49
4.4 Tabulação do mês de Outubro do Lanche de 3 Crianças-G3b.....	51
4.5 Observação em Relação aos Lanches.....	54
4.6 Projeto Frutas/Legumes.....	55
Considerações Finais.....	56
Referências Bibliográficas.....	57
Apêndice.....	61
Cronograma.....	61
PERT.....	62
Anexo.....	63
Comitê.....	63

JUSTIFICATIVA E INTRODUÇÃO

No ano de 2008 comecei a trabalhar no Colégio Pentágono. Desde esse ano implantei um projeto em sala de aula, no qual trabalho com frutas, verduras e legumes. Cada semana apresento uma fruta, legume ou verdura diferente para as crianças, estimulando a importância das vitaminas, de experimentar novos alimentos...

Neste ano os pais me pediram para que eu continuasse com o projeto pois estes estão cientes e se conscientizando da importância de uma alimentação saudável para que a vida de seus filhos se tornem melhor no dia a dia e no futuro.

Quando falamos de obesidade infantil estamos falando naturalmente de crianças que estão no período escolar e assim inseridos no processo educativo.

Em duas pesquisas desenvolvidas pela Organização Mundial de Saúde (OMS), dados atualizados sobre a obesidade e problemas de nutrição, cerca de 300 milhões de pessoas atualmente são obesas. Países como Barbados, EUA, Brasil também sofrem de sérios problemas com uma população acima do peso. Nos últimos vinte anos, a América Latina tem atravessado transição epidemiológica, demográfica e nutricional, refletindo em mudanças relacionadas à nutrição. Nessa população, tais alterações estão bem caracterizadas pelos levantamentos que demonstram a passagem da maior ocorrência de desnutrição para a maior ocorrência de obesidade.

Em uma pesquisa realizada pela Universidade Estadual do Rio de Janeiro (UERJ) mostra que os nossos índices (11,5%) para a obesidade infantil estão se aproximando dos encontrados nos Estados Unidos (15%), conforme relatado pela ABESO (Associação Brasileira para Estudo da Obesidade e da Síndrome Metabólica).

A obesidade é uma doença crônica, classificada pela OMS (Organização Mundial da Saúde), como epidêmica. Em função dela outras doenças são desencadeadas como diabetes, hipertensão e dislipidemia. O que mais preocupa é que até pouco tempo atrás apenas os adultos estavam sujeitos a elas, mas hoje em dia as crianças também se tornam obesas.

Pretendo abordar a importância do papel do gestor e professor na educação nutricional; se esses na sala de aula, discutem, fazem projetos com os alunos em relação a uma alimentação saudável.

Na escola temos a educação nutricional como tema a ser trabalhado na programação escolar visando contribuir para a formação de bons hábitos alimentares das crianças e assim em consequência, estará contribuindo para a prevenção da obesidade e doenças relacionadas com a alimentação.

É necessário refletir sobre a importância do lanche escolar, de sua aceitação pelas crianças, da importância de conhecer os alimentos para o preparo, da qualidade de um bom lanche (merenda).

Soma-se a isso, o fato de que são muitos os fatores envolvidos na formação e estabelecimento de hábitos alimentares de uma criança.

PROBLEMA

Será que as escolas de hoje em dia estão preparadas para exercer o papel de formadores de hábitos alimentares saudáveis?

HIPOTETES

-Acredito que a obesidade é um problema para as crianças

-O gestor e professor conhecer uma boa alimentação

OBJETIVO GERAL

Considerando o problema da obesidade infantil conhecer o papel da escola de educação infantil em São Paulo frente ao desafio da educação nutricional.

OBJETIVO ESPECÍFICO

- analisando os dados disponíveis na escola conhecer e avaliar a situação nutricional das crianças por meio dos dados que a escola dispõe
- verificar a interação profissional entre o nutricionista e a escola
- promover a conscientização dos educadores na importância da alimentação saudável na Educação infantil e do papel na escola na formação dos hábitos alimentares das crianças
- elaborar um projeto de assessoria educacional focalizando a educação nutricional

METODOLOGIA

- Pesquisa documental e multimídia relacionada como tema
- Pesquisa de campo em uma sala de aula de educação infantil de uma escola particular
- Coleta de informações tendo como fonte de dados o cardápio do almoço, cotação do que mais levam de lanche
- Análise dos dados obtidos

- Tabulação do tipo de lanche que as crianças trazem para a escola
- Listagem do conteúdo do projeto Frutas/Legumes desenvolvido ao longo do ano letivo de 2009 com os alunos sujeitos de pesquisa
- Registro das observações da docente da classe focalizador sobre as relações das crianças ao projeto Frutas/ Legumes

Este trabalho esta constituído de quatro capítulos. O primeiro trata dos Fundamentos Teóricos de Educação tais como Pinto, Aluquerque, Martins, Morin, Merton e Severino, o segundo de conceitos relacionados a Obesidade com base em Fernandes, Halpern, Morin, fisberg, Mahan, Motta, Oliveira, Pellicioni, Philippi, taddei, Valadão e Vitolo. .O terceiro contem a Proposta de Assessoria com todo seu detalhamento e no quarto é apresentado um Modelo da Sacolinha 'Lanche Bom' para reforçar a percepção de uma merenda saudável para crianças da educação infantil.

Capítulo 1- FUNDAMENTOS TEÓRICOS

Este trabalho se fundamenta e, autores que investigam o tema : – Álvaro Vieira Pinto, D'Ambrosio 2007 ,Helena Machado de Paula Aluquerque e Maria Anita Viviani Martins (2005), Morin 2003, Thomas Merton (2003), Severino, 1990 e as concepções abaixo:

1.1 CONCEPÇÃO DE HOMEM

Posso dizer que o homem, tem uma herança biológica. Ninguém pede o corpo que tem. E uma herança cultural, ninguém pede para nascer em um determinado local. É por meio da herança biológica e herança cultural que eu adquiro minha personalidade e percebo meus limites e minhas possibilidades. É fundamental para toda criança crescer em um ambiente social e de interação social possibilitando o desenvolvimento de sua aprendizagem. O homem como afirma Morin (2003) é um homo complexus que vive dualidades antagônicas e complementares de modo intenso. O homem é movido pela paixão e pela razão, e pelo amor e ódio. E criativo e luminoso e ao mesmo tempo apático e tolo.É um ser que pensa e que se emociona. O homem conhece a partir das emoções. Não agimos apenas pela razão. Age de acordo com sua razão e emoção. É um ser complexo, que age em função de diferentes estímulos e lógicas. É determinado e determinante, livre e escravo a mesmo tempo. Podemos dizer que o ser humano é um ser de relações, dependências e interdependências. A autonomia e o livre arbitrio do homem não são absolutos, uma vez que ele sempre estiver sujeito a normas e limites.Tem sempre uma interdependência com o seu meio social.

‘O homem alum é ima ilha’ Thomas Merton (2003)

Pensamos, agimos e sentimos em função de um contexto que sustenta a vida de cada homem.

1.2 CONCEPÇÃO DE SOCIEDADE

Uma sociedade é o conjunto de pessoas que compartilham propósitos, gostos, preocupações e costumes, e que interagem entre si constituindo uma comunidade

Sociedade é entendida como um conjunto de pessoas que são governadas por leis gerais. Uma forma de conhecer uma sociedade é conhecer as leis que a regem.

‘A origem da palavra sociedade vem do latim *societas*, uma "associação amistosa com outros". *Societas* é derivado de *socius*, que significa "companheiro", e assim o significado de sociedade é intimamente relacionado àquilo que é social. Está implícito no significado de sociedade que seus membros compartilham interesse ou preocupação mútuas sobre um objetivo comum’
(<http://pt.wikipedia.org/wiki/Sociedade>)

Vivemos em uma sociedade competitiva e seletiva, marcada pela exclusão e pela violência social caracterizada pelo paradigma capitalista na qual uma classe social determinante detém o capital e a classe é desejada de bens econômicos culturais e sociais.

Segundo D’ Ambrosio (2007) a sociedade esta em crise.

Com isso gera a suspeita entre um sujeito e o outro. As relações humanas estão cada vez mais difíceis em todos os setores da sociedade, assim um sujeito se fecha para o outro.

1.3 CONCEPÇÃO DE EDUCAÇÃO

Podemos dizer que o educador é o profissional que se especializou em ajudar o homem em sua formação intelectual, social e política. Assim deve dominar os diversos aspectos relacionados á interação entre as pessoas, entre elas as mais imediatas são as relações entre professor x aluno, aluno x pai, aluno x aluno, professor x pais, professor x professor . Esse domínio do conhecimento as inter-relações das pessoas o capacita para analisar as melhores formas de contribuir para o aprendizado de seus alunos, uma vez que

esse processo não é algo estático mas sim dinâmico, obrigando o profissional do ensino a redefinir suas propostas a todo momento. A educação consiste em uma nova proporção entre o conhecimento e o desenvolvimento.

“A principal meta da educação é criar homens que sejam capazes de fazer coisas novas, não simplesmente repetir o que outras gerações já fizeram. Homens que sejam criadores, inventores, descobridores. A segunda meta da educação é formar mentes que estejam em condições de criticar, verificar e não aceitar tudo que a elas se propõe” (Jean Piaget) (http://frases.netsaber.com.br/ver_frase.php?c=3030)

Segundo Álvaro Vieira Pinto no campo da educação a consciência ingênua e sempre nociva.

As concepções ingênuas da educação rebaixam o educando á condições de ‘objeto’ e o levam a conceber-se a si como ser passivo. A sociedade educa diz a expressão teórica perfeita da natureza histórico-antropológica da educação.

"Mas esse aprimoramento, desse *desenvolvimento* do existir, essa *humanização* cada vez maior do existir só se dá através de outras tantas mediações concretas. Ela se dá *fundamentalmente* através do agir *especificamente humano*, agir este que pressupõe basicamente que o *homem* se relacione com a natureza *cuidando*, através do trabalho, de sua *sobrevivência* ; com os seus semelhantes *cuidando*, através da cultura, de sua convivência - e consigo *mesmo* -*cuidando*, através de sua consciência, de sua *identidade subjetiva*." (SEVERINO, 1990.)

1.4 CONCEPÇÃO DE GESTÃO

Esta concepção foi baseada em Albuquerque 2005) cujas idéias acato: É através de uma gestão democrática que se pode garantir a participação de todos os segmentos da comunidade escolar, a fim de que assumam o papel de co-responsáveis pela construção do projeto pedagógico na escola. Assim, a comunidade escolar vivência situações de cidadania, próprias da dinâmica

social e do papel do cidadão nessa dinâmica tendo ênfase no trabalho cooperativo e solidário, indispensável à vida em sociedade.

Este processo democrático vincula-se ao cumprimento das funções social e política da educação escolar, que é a formação do cidadão participativo, responsável crítico e criativo em um permanente processo de reflexão e discussão dos problemas da escola, na busca de procedimentos viáveis à concretização dos objetivos da comunidade escolar.

É através do desenvolvimento do sentido cooperativo que o educador estará contribuindo para que os educandos se tornem elementos ativos da transformação da sociedade.

A gestão democrática é a principal responsável pela mediação de uma prática pedagógica-política, pois, ao se firmar na decisão coletiva, constitui-se em um espaço de comprometimento dos membros da comunidade escolar com o projeto político-pedagógico a ser assumido.

‘ A gestão educacional destaca-se como uma das causas que provocam dificuldades desde o incremento de uma política educacional democrática até o trabalho do professor em sala de aula. A importância de um padrão de gestão vinculado ao tipo de Educação que se pretende construir precisa ser conhecida pelos administradores de Educação. ’ (2005 Fazendo Educação Continuada)

A gestão é caracterizada pelo reconhecimento da importância da participação consciente e esclarecida das pessoas nas decisões sobre a orientação e planejamento de trabalho visando o compromisso coletivo. A promoção de uma gestão educacional democrática e participativa está associada ao compartilhamento de responsabilidade no processo de tomada de decisão entre os diversos níveis e segmentos de autoridade do sistema educacional, visando o autocontrole, que equilibraria a autonomia e a participação responsável.

1.5 CONCEPÇÃO DE COORDENADOR PEDAGÓGICO

Educação de qualidade é uma busca constante das instituições de ensino, para que isso se torne realidade são necessárias ações que sustentem um trabalho em equipe e uma gestão que priorize a formação docente contribuindo para um processo administrativo de qualidade.

O coordenador tem que ir além do conhecimento teórico, pois para acompanhar o trabalho pedagógico e estimular os professores é preciso percepção e sensibilidade para identificar as necessidades dos alunos e professores, tendo que se manter sempre atualizado, buscando fontes de informação e refletindo sobre sua prática.

O trabalho deve acontecer com a colaboração de todos, assim o coordenador deve estar preparado para mudanças e sempre pronto a motivar sua equipe. Dentro das diversas atribuições está o ato de acompanhar o trabalho docente, sendo responsável pelo elo entre os envolvidos na comunidade educacional. A questão do relacionamento entre o coordenador e o professor é um fator crucial para uma gestão democrática, para que isso aconteça com estratégias bem formuladas o coordenador não pode perder seu foco.

O coordenador precisa estar sempre atento ao cenário que se apresenta a sua volta valorizando os profissionais da sua equipe e acompanhando os resultados, essa caminhada nem sempre é feita com segurança, pois as diversas informações e responsabilidades o medo e a insegurança também fazem parte dessa trajetória, cabe ao coordenador refletir sobre sua própria prática para superar os obstáculos e aperfeiçoar o processo de ensino – aprendizagem. O trabalho em equipe é fonte inesgotável de superação e valorização do profissional.

O coordenador é apenas um dos atores que compõem o coletivo da escola. Para coordenar, direcionando suas ações para transformação, precisa estar consciente de que seu trabalho não se dá isoladamente mas nesse coletivo, mediante a articulação dos diferentes atores escolares, no sentido da

construção de um projeto político- pedagógico transformado'.

(O Coordenador Pedagógico e o Espaço da Mudança,2002.pag. 19)

O coordenador e todos os demais profissionais da educação pensam e transformam suas praticas,construindo percursos de formação no bojo de projetos coletivos.

O Coordenador Pedagógico só vai desempenhar bem seu ofício se for um líder e tiver apoio da direção em suas ações e reivindicações, como: infra estrutura de trabalho e tempo de estudo para ele e para todos os professores.

Capítulo 2 – OBESIDADE INFANTIL E ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

Este capítulo focaliza a Obesidade, Obesidade Infantil, Alimentação Saudável e O papel da escola na Hora de Promover Hábitos Alimentares Saudáveis com base em autores que tratam do tema.

2.1 OBESIDADE

O Tecido gorduroso é fundamental para a vida, pois ele nos protege do frio e é um depósito de energia muitíssimo importante para determinadas situações.

Obesidade é a situação em que determinado indivíduo apresenta uma quantidade de gordura maior do que a quantidade considerada normal. Hoje em dia o método utilizado para avaliar essa quantidade de gordura são tabelas chamadas de Tabelas de peso e altura. O método mais aceito pelo meio científico é a avaliação do Índice de Massa Corpórea (IMC). Este método é válido para indivíduos adultos. Para as crianças utiliza-se as tabelas especiais que levam em conta, peso, altura e idade.

Não temos dúvida que a gordura patológica (causadora de doenças) está situada dentro do abdômen, no meio das vísceras, a chamada gordura visceral. É ela que desencadeia as milhares de doenças causadas pelo excesso de peso. Um homem com mais de 100cm de cintura e uma mulher com mais de 90 cm de cintura são considerados propensos a doenças relacionadas com a obesidade.

2.2 OBESIDADE INFANTIL

O número de crianças gordas vem aumentando de maneira incontrolável. O maior consumo de alimentos não saudáveis e uma vida

sedentária são os fatores mais importantes .

O problema da obesidade em crianças é um fator muito serio, principalmente por que elas se sentem discriminadas por serem gordas e, segundo porque a chance de uma criança gorda se tornar um adulto obeso é enorme.

Os pais estão mais atentos e conscientes ao problema , mas por outro lado, uma preocupação mal canalizada frequentemente exacerba problemas.

Alfredo Halpern afirma que:

‘ a avaliação do emagrecimento nas crianças é diferente da dos adultos: as crianças crescem e é preciso levar em conta os centímetros que cresceram ao se avaliar a perda de seu peso. Não acho conveniente a indicação de medicamentos em crianças, a não ser em casos muito excepcionais, ou a menos que se demonstre a inocuidade dos medicamentos neste grupo de pacientes.’

Os extremos relativos á ingestão calórica podem trazer conseqüências graves para o estado nutricional da criança. Vale dizer, tanto o excesso calórico, que leva á obesidade, quanto a sua deficiência, que provoca a desnutrição.

Na infância, a desnutrição deixa marcas severas no desenvolvimento da criança. Seu organismo tenta ‘economizar’ ao Maximo a energia disponível e a utiliza em processos vitais do organismo, como funcionamento dos órgãos e sistema circulatório. Desta forma, debilita outros processos também importantes característicos da idade infantil como, por exemplo, o desenvolvimento cerebral, o crescimento dos ossos e do tecido muscular, entre outros. Se sobreviver, o adulto que apresentou desnutrição na infância apresentará prejuízos físicos, emocionais e mentais praticamente irreversíveis.

Por sua vez, a obesidade na infância, do mesmo modo, não é uma condição saudável, apesar da crença popular de que uma criança gordinha é sinal de saúde e que certamente superará essa condição na fase adulta (MAHAN, Escott Stump, 2005)

Em relação á definição de obesidade afirma Fisberg (1995):

Conceitualmente, a obesidade pode ser considerada com um acúmulo de tecido gorduroso, regionalizado ou em todo o

corpo, causando por doenças genéticas ou endócrino-metabólicas ou por alterações nutricionais. A obesidade exógena ou nutricional reflete um excesso de gordura decorrente de um balanço positivo de energia entre a ingestão e o gasto calórico (FISBERG,1995,pag10).

Alguns fatores são determinantes para o estabelecimento da obesidade infantil: desmame precoce e introdução inadequada de alimentos complementares nessa fase, utilização de formulas lácteas mal preparadas, distúrbios do comportamento alimentar e relações familiares problemáticas (FSBERG,1995).

Ballone (2003) alerta para o fato de que é por volta dos dois anos e meio que se define o número de células gordurosas de uma pessoa adulta, e, normalmente, uma criança com excesso de peso tem maior número de células gordurosas que uma criança com peso normal. Na fase adulta, tendo maior número de células gordurosas, essa pessoa terá maior dificuldade em se manter magro. O contrário é verdadeiro ou seja, as pessoas que possuem menor número de células gordurosas, mesmo que venham a ganhar algum peso, ao serão obesas, já que possuem poucas células que armazenam gordura.

Em um estudo divulgado pelo Departamento Científico de Endocrinologia da Sociedade de Pediatria, atribui ao sedentarismo e à mudança de hábitos alimentares a causa básica da obesidade, devido à introdução de alimentos hipercalóricos nos cardápios diários, riscos em lipídeos e carboidratos. Abordando ainda as causas do aumento do número de obesos, não apenas nos países ricos, mas também nos países em desenvolvimento, Fisberg(1995) afirma que todo um sistema de vida praticado pela sociedade tem favorecido esse aumento: sedentarismo, hábitos familiares inadequados, alimentação insatisfatória, excesso de carboidratos na alimentação, rápida velocidade das refeições, lanches desequilibrados nutricionalmente e grande consumo de doces e guloseimas.

Ainda sobre os fatores que colaboram com o aumento da obesidade infantil: Taddei (1995) afirma:

A prática de assistir à televisão durante várias horas por dia, a difusão dos jogos eletrônicos, o abandono do aleitamento materno, a utilização de alimentos formulados na alimentação infantil e a substituição dos alimentos processados em nível doméstico pelos alimentos industrializados, estes, em geral, com maior densidade energética, mais saborosos e sempre acompanhados de forte campanha de estímulos a consumo, são fatores que devem ser considerados na determinação do crescimento da obesidade infantil (TADDEI,1995, pag. 14).

Para a criança obesa, os principais riscos à sua saúde são a elevação do colesterol e dos triglicérides, alterações ortopédicas, alterações de pressão arterial, dermatológicas e respiratórias (FISBERG,1995).

Os estudiosos da obesidade infantil são unânimes em confirmar a relação que há entre ser uma criança obesa e tornar-se um adulto obeso; porém, há divergências quanto ao percentual de chance e à idade de risco (FISBERG,1995; VITOLO,2003). A probabilidade de uma criança obesa tornar-se um adulto obeso é de 2 a 6 vezes maior do que uma criança não obesa (FISBERG,1995)

Diante do que foi discutido, dos números apresentados e das graves consequências no estado de saúde da criança obesa, nota-se a importância de se tomar medidas intervencionistas na prevenção e combate a esse problema de cunho nutricional. Por se tratar de crianças, algumas organizações merecem maior atenção pela influência e responsabilidade social inerentes, tais como: escola, as indústrias de alimentos e os meios de comunicação. Oliveira Et Al. (2003) chamam a atenção para a importância da implementação de medidas de caráter educativo e informativo:

Através do currículo escolar e dos meios de comunicação de massa, assim como, o controle da propaganda de alimentos não saudáveis, dirigidos principalmente ao público infantil e, a inclusão de um percentual mínimo de alimentos in natura no

programa nacional de alimentação escolar e redução de açúcares simples são ações que devem ser praticadas (...) (OLIVEIRA ET AL.,2003 pag.108)

2.3 ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

As necessidades nutricionais específicas na infância ou em cada fase da vida devem ser conhecidas e atendidas por meio das refeições ingeridas, de modo que o desenvolvimento e o crescimento, no caso das crianças, sejam garantidos.

A prática de uma alimentação saudável é muito mais abrangente do que a garantia do atendimento das necessidades nutricionais; com efeito ela engloba a forma de preparo dos alimentos (onde estão os nutrientes), assim como sua qualidade e quantidade. Baseia-se portanto, em princípios e em recomendações que devem ser respeitadas e seguidas. Philippi(1999^a) denomina alimentação saudável como aquela planejada com alimentos variados, de procedência segura, de preferência naturais e preparados de forma que preservem o valor nutritivo e os aspectos sensoriais. Os alimentos devem ser qualitativa e quantitativamente adequados, condizentes com o hábito alimentar, consumidos em refeições, em ambientes calmos, suprimindo as necessidades nutricionais emocionais e sociais, para promoção de uma qualidade de vida saudável. De acordo com o Guia alimentar para a população brasileira, do Ministério da Saúde, as refeições são saudáveis quando ‘preparadas com alimentos variados, com tipos e quantidades adequadas às fases do curso de vida, compondo refeições coloridas e saborosas que incluem alimentos tanto de origem vegetal como animal’ (BRASIL,MS,2005^a, pg44). Em termos de alimentação, o dia de um indivíduo deve ser construído de, pelo menos três refeições(café,almoço e jantar) intercaladas por lanches. As calorias precisam ser proporcionais distribuídas entre essas refeições do dia alimentar (Phillipi;Alavarenga,2004)

A refeição apresenta qualidade satisfatória quando a escolha dos alimentos se dá entre os grupos de alimentação básicos (carne, ovos e laticínios, cereais,

massas, grãos, vegetais e frutas). Quando um ou mais elementos desses grupos são evitados ou não consumidos com frequência, a alimentação é considerada insatisfatória. (Phillipi, Alvarenga, 2004).

A divisão de grupos de alimentos está descrita e representada na forma da pirâmide alimentar, criada em 1992 pelo United States Department of Agriculture (USDA). Foi adaptada aqui no Brasil por Phillipi Et AL. (1999b), considerando o hábito alimentar brasileiro e utiliza como guia para orientar a alimentação da população.

A pirâmide alimentar está dividida em quatro níveis com um total de oito grupos definidos como: 1- cereais: arroz, pão, massa, batata e mandioca. 2- verduras e legumes. 3- frutas. 4- leite, queijo e iogurte. 5- carnes e ovos. 6- feijões. 7- óleos e gorduras. 8- açúcares e doces. Esses grupos estão distribuídos em níveis da base ao vértice, formando a figura da pirâmide, para cada nível, foram estabelecidas recomendações de porções diárias dos alimentos, equivalentes em energia dentro do mesmo grupo de alimentos (Phillipi ET AL. 1999b)



Figura: Pirâmide Alimentar

Fonte: http://www2.uol.com.br/vyaestelar/figuras/piramide_alimentar.jpg

Na base da pirâmide está representado o grupo dos cereais, com a recomendação de consumir de 5 a 9 porções diárias dos alimentos desse grupo. Quanto ao grupo das verduras e legumes, as quantidades recomendadas são de 4 a 5 porções. Com relação ao grupo das frutas são recomendadas de 3 a 5 porções. Quanto ao grupo do leite, queijo e iogurte, é prescrita a ingestão de 3 porções diárias. Para o grupo de carnes e ovos, a ingestão recomendada é de 1 a 2 porções diárias. Para o grupo dos feijões, recomenda-se 1 porção diária. E para o grupo de óleos e gorduras e para o grupo dos açúcares e doces, a prescrição é a mesma para ambos, de 1 ou 2 porções diárias. (Philippi Alvarenga, 2004)

2.4 O PAPEL DA ESCOLA NA HORA DE PROMOVER HÁBITOS ALIMENTARES SAUDÁVEIS

A educação nutricional 'constitui um processo por meio do qual se obtêm mudanças de conhecimentos de nutrição, atitudes com relação à alimentação e práticas alimentares condizentes a saúde' (MOTTA; Boog, 1987 pag 18). Nesse sentido, a educação nutricional está inserida na educação em saúde, já que visa à melhoria do estado de saúde pela promoção de hábitos alimentares saudáveis, contribuindo para o bem estar total do indivíduo. As escolas em relação a essa alimentação saudável, foram se tornando foco de discussão sobre sua potencialidade em promover a saúde das crianças. Valadão (2004) afirma que:

A escola, da mesma forma que todos os espaços ambientais nos quais transcorre a vida, representa um cenário de promoção da saúde na medida em que as políticas educacionais que nela se concretizam têm implicações sobre o bem estar individual e coletivo (VALADÃO, 2004, pag 22)

Para fortalecer o espaço da escola no estabelecimento da saúde e da educação, surgiu no fim da década de 80 a estratégia: 'Escola Promotora de

Saúde', descrita pela OMS que teve como base a conferencia de Ottawa de 1986'. 'Como um dos desdobramentos do movimento da promoção da saúde, a concepção de Escola Promotora de Saúde tomou forma e ganhou visibilidade como uma proposição integradora das praticas de saúde na escola'. (VALADAO,2004 pag. 23).

A Escola Promotora de Saúde pode ser caracterizada como 'uma escola que procura constantemente fortalecer a sua condição de se constituir em um cenário saudável para se viver, ensinar e trabalhar'. (PELICIONI;Torres, 1999 pag10). Para transformar uma escola em Escola Promotora de Saúde, deve-se agir em três áreas: educação em saúde, serviços de saúde e ambiente saudável. A educação em saúde compreende o desenvolvimento de conhecimentos e práticas referentes á higiene pessoal e comunitária, estilo de vida saudável, auto estima, nutrição e outros. (PELICIONI, Torres, 1999). Destaca-se tema nutrição como parte integrante das áreas de atuação desse modela de escola, demonstrando a importância da inserção da educação nutricional nas atividades escolares, no sentido de promover a pratica de bons hábitos alimentares desde a infância, já que a qualidade da dieta ingerida reflete no estado de saúde do indivíduos.

O nutricionista pode exerce sua função educativa através da alimentação escolar que por ser servida na Escola, adquire características de recurso educativo, podendo transformar o espaço da merenda, em um só tempo, em um ambiente de promoção da saúde e de aprendizagem. Mas para que a aprendizagem em saúde e nutrição fala parte da cultura escolar e produza conhecimento significativo, toda a comunidade escolar precisa estar envolvida e sentir-se motivada a participar do processo.

Capítulo 3 – PROPOSTA DE ASSESSORIA

3.1 PROPOSTA DA ASSESSORIA “LANCHE BOM”

A Alimentação Saudável é um assunto muito discutido atualmente. São diversas leis e documentos que visam garantir uma boa alimentação á todas as crianças, mas a realidade, ainda , encontra-se longe disso.

Esta assessoria visa fornecer informações sobre alimentação saudável, através de palestras e cursos para pais, professores e gestores.

Tem como Objetivo fornecer embasamento para a formação de uma alimentação adequada e oferecer um modelo de kit para alimentação saudável no lanche escolar.

O trabalho de Assessoria será desenvolvido por meio de palestras.

-Palestras

Oferecida para grupos grandes, com mais de 50 pessoas e, terá duração de 2 horas. Contara com a apresentação de slides, pequenos textos e imagens. O conteúdo será administrado por uma nutricionista que visa à busca de uma melhoria da alimentação.

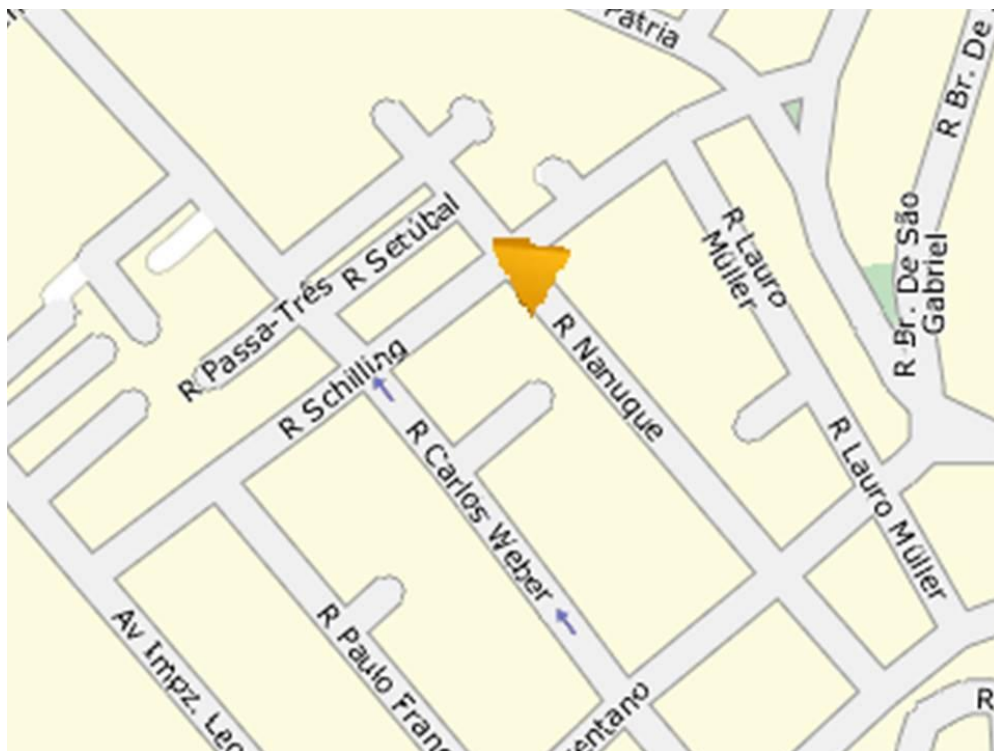
Serão 12(doze) palestras por ano que terão como conteúdo a importância: da alimentação, de comer diferentes tipos de alimentos como frutas e legumes, de comer em horários corretos e as doenças que podem ocorrer com uma má alimentação.

3.2 LOCALIZAÇÃO

A assessoria é localizada na Rua Nanuque, nº319, no Bairro Vila Leopoldina em São Paulo. É um local de fácil acesso e um ponto conhecido da

cidade.

Vila Leopoldina é um distrito situado na subprefeitura da Lapa, região noroeste da cidade brasileira de São Paulo, que abriga o CEAGESP, grande entreposto hortifrutigranjeiro que existe na cidade de São Paulo. Originou-se como uma extensão da Lapa e tinha, no início, características de região popular. Atualmente tem-se consolidado como uma região de apartamentos de população de classe média. O distrito é servido pelos trens das linha 8 e linha 9 da CPTM, Contando com 2 estações: Imperatriz Leopoldina (linha 8) e Ceasa (linha 9).



Rua: Nanuque,319, Vila Leopoldina

3.3 CATACTERIZAÇÃO DO ESPAÇO FÍSICO E DOS RECURSOS MATERIAIS

A Assessoria 'Lanche Bom' conta com o seguinte espaço físico e recursos materiais:

-Dois banheiros

-Um depósito/ estoque

-Um espaço para embalar

-Um escritório

-Uma cozinha

-Um vestiário

-Um jardim

-Um quintal

Preço dos Serviços

-Palestras

A cada duas horas de palestra será cobrado o valor de R\$600,00 (seiscentos reais).

Recursos Humanos

A assessoria 'Lanche Bom' contará com os seguintes funcionários:

- Uma secretaria
- Uma faxineira
- Um auxiliar de estoque
- Um auxiliar de empacotador

3.4 PLANTA BAIXA

3.5 ASPECTOS BUROCRATICOS

Para abrir uma assessoria é necessário:

- Consultar a prefeitura sobre o zoneamento do local, checar o valor de IPTU na folha de rosto, no rodapé, onde consta o zoneamento correspondente ao imóvel
- Consultar a Junta Comercial (JUCESP), fazer uma pesquisa fonética com o nome que pretende dar a empresa e seu receptivo endereço
- Redigir o contrato social da empresa
- Procurar o Cartório de Registro Civil de Pessoas Jurídicas e registrar o contrato social
- Registrar o Contrato na Junta Comercial , preencher o formulário e protocolá-lo
- Procurar a Receita Federal para inscrever a empresa, através do Contrato Social e documentos dos sócios junto a Receita para conseguir o número do CNPJ
- DECON (declaração ao contribuinte)
- Viabilidade
- Xerox do cartão do CNOJ
- Xerox do Contrato Social
- Xerox da capa e contracapa do IPTU
- Xerox do RG e do CPF dos sócios
- Conseguir a licença e funcionamento junto à prefeitura

Preço do Serviço:

- Cada unidade de sacolinha
- Palestras R\$ 500,00

Recursos Humanos

- Uma secretária

- Uma faxineira
- Um auxiliar de estoque
- Um auxiliar de empacotador

3.6 INSTRUMENTO PARTICULAR DE CONTRATO SOCIAL

Pelo presente instrumento particular de elaboração do contrato melhor forma de direito, os abaixo assinados:

NATALIA RIGHETTI GANANLA, brasileira, solteira, pedagoga, portador da cédula de identidade RG nº 43.626216-2 e do CPF nº..., residente e domiciliado no estado de São Paulo, Município de São Paulo à Rua Dr. Rodrigues Guião, nº 87 Pinheiros; MANOEL DA SILVA GANANÇA NETO, brasileiro, casado, engenheiro químico, portador da cédula de identidade RG nº..... e do CPF nº....., residente e domiciliado no estado de São Paulo, Município de São Paulo a Rua Dr. Rodrigues Guião, nº 87, tem justo e combinado a constituição de uma sociedade civil, por quotas de responsabilidade limitada, que será regulada, pelas seguintes condições:

Cláusula Primeira

Na qualidade de únicos sócios componentes a sociedade civil por quotas de responsabilidade Ltda., denominada Assessoria Lanche Bom, estabelecida no estado de São Paulo, município de São Paulo à Rua Nanuque, nº319, Bairro Vila Leopoldina, resolvem de comum acordo proceder à elaboração do seu contrato social.

Cláusula Segunda

A sociedade tem por objetivo a prestação de serviços em forma de assessoria alimentícia.

Cláusula Terceira

O prazo de duração da sociedade será por tempo indeterminado.

Cláusula Quarta

- 1- O capital social será de R\$ 30,000,00 (trinta mil reais) oferecido pro Manoel da Silva Ganança Neto
- 2- O capital social é subscrito e integralizado neste ato em moeda corrente do país.

Cláusula Quinta

A administração da sociedade assim como o uso a denominação social, serão exercidos por amos os sócios, tanto em conjunto, como individualmente, com poderes e atribuições de administradores, inclusive ara representá-la ativa e passivamente, judicial ou extra judicialmente, porem, e tão só em negócios de exclusivo interesse social, sendo-lhes proibido usa-as ara fins estranhos aos sociais, tais como avais, cartas de fiança endossos de favor e tudo mais que possa ou venha comprometer o patrimônio da sociedade.

Cláusula Sexta

Nenhum dos sócios poderá ceder e transferir parte ou totalidade de suas quotas a terceiros, sem antes oferecê-las, por escrito ao outro sócio que em igualdade de condições, terá sempre o direito de preferência na sua aquisição.

Cláusula Sétima

Se um dos sócios desejar se retirar da sociedade, deverá comunicar essa intenção ao outro sócio, por escrito, com uma antecedência mínima de 60 (sessenta) dias e seus haveres, apurados em balanço levantado especialmente na ocasião, lhe serão pagos conforme acordo ente sócios.

Cláusula Oitava

No caso de falecimento de um dos sócios, a sociedade não se dissolverá, continuando seus negócios entre o sócio remanescente e os herdeiros leais do falecido. Não havendo acordo nesse sentido, os haveres do sócio falecido serão pagos, com base nos dados do último balanço, prazo de seis meses do falecimento acrescido da correção monetária fiada para as Obrigações Reajustáveis do Tesouro Nacional.

Cláusula Nona

No mês de dezembro de cada ano, será levantado um balanço geral após feitas as deduções da lei, os lucros líquidos apurados e prejuízos verificados, serão divididos ou suportados pelos sócios na proporção das quotas que disponibilizam.

E assim, justos e combinados assinam o presente instrumento particular de contrato social em 4 (quatro) vias igual teor, juntamente com 2 (duas) testemunhas para os evidos fins de direito.

São Paulo, 5 de Novembro de 2009

Natalia Righetti Ganança

Manoel da Silva Ganança Neto

RG. 42.564785-2
CPF. 9282738-22

RG.39.928374-9
CPF.9337320-938

Testemunha

Testemunha

3.7 ESTATUTO DE FUNCIONAMENTO

Assessoria Alimentícia 'Lanche Bom'
Rua Nanuque,319, Vila Leopoldina
São Paulo-SP

TÍTULO I

Disposições Preliminares

CAPÍTULO I

Da Identificação do Estabelecimento e da Mantenedora

Art. 1. Com denominação a Assessoria Alimentícia 'Lanche Bom' funcionará á Rua Nanuque, 319 Vila Leopoldina- São Paulo uma assessoria alimentícia dedicada á formação de uma boa alimentação.

CAPÍTULO II

Dos Fins e Objetivos

Art. 2. São objetivos gerais da Assessoria Alimentícia 'Lanche Bom' proporcionar aos alunos de escolas uma boa alimentação no período do lanche.

Art. 3. São objetivos específicos da Assessoria:

- I - Oferecer alimentos de boa qualidade
- II - Oferecer diferentes tipos de alimentos
- III- Mostrar os benefícios de uma boa alimentação

CAPITULO III

Dos Cursos e Modalidades Oferecidas

Art. 4. A Assessoria manterá grupos para proporcionar palestras e debates

CAPÍTULO IV

Do Regimento de Funcionamento

Art. 5. A Assessoria funcionara em regime de turno integral

TÍTULO II

Da Organização Administrativa e Técnica

CAPÍTULO I

Da Organização Administrativa

Seção I Da Secretaria

Art.6. A secretária, subordinada á Direção, e órgãos encarregados do serviço da escrituração burocrática, do pessoal, arquivo fichário e preparação de correspondência.

Art. 7. O secretario do estabelecimento será pessoa qualificada e registrada nos órgãos competentes.

Art. 8. São atribuições do secretario:

- I- Responder, perante o diretor, pelo expediente e pelos serviços gerais da secretaria;
- II- Organizar e superintender os serviços de escrituração e os registros relacionados com a administração.

- III- Organizar e ter sob guarda os fichários , arquivos e livros do estabelecimento;
- IV- Encaminhar ao Diretor, em tempo hábil, os documentos que dever ser assinados ou visados;
- V- Dialogar com o Diretor, sobre os assuntos que digam respeito á melhoria do serviço
- VI- Manter atualizado o arquivo de legislação e documentação pertinentes ao estabelecimento.

Seção II

Dos Serviços Auxiliares

Art. 9. Os serviços de administração são os seguintes:

- I - auxiliar de limpeza
- II- auxiliar empacotador
- III- auxiliar de estoque

Sub- Seção II

Dos Serviços de Limpeza

Art. 10. Ao auxiliar de limpeza compete:

- I- Executar os serviços de limpeza e arrumação das dependências que lhe forem atribuídas;
- II- Zelar pela conservação de prédio, de suas dependências internas e externas e do mobiliário em geral;
- III- Verificar para efeito segurança, o uso indevido de iluminação, água, bem com do equipamento;
- IV- Executar os demais serviços relacionados com a função, a critério do Diretor.

Sub- Seção II

Dos Serviços de Empacotar

Art. 11. Ao auxiliar de empacotador compete:

- I- Checar a validade dos produtos empacotados
- II- Checar a qualidade da caixa utilizada para o empacotamento
- III- Empacotar a quantidade e o produto estabelecido a sacolinha

Sub- Seção II

Dos Serviços de Estoque

Art.12. Ao auxiliar de estoque compete:

- I- Manter organizado os produtos estocados;
- II- Receber e organizar as mercadorias;
- III- Encaminhar ao secretario problemas com mercadoria

Capítulo 4-MODELO DE SACOLINHA ‘LANCHE BOM’

Produtos que vão conter na Sacolinha:



Pêra

R\$0,40 Unidade

Informação Porção de 50g		Nutricional
Quantidade por porção		%VD*
Valor calórico	28 kcal	1
Carboidratos	7,4g	2
Proteínas	0	0
Gorduras Totais	0	0
Gorduras Saturadas	0	0
Gorduras Trans	0	**
Fibra alimentar	0,9g	4
Sódio	0	0
(*) Valores Diários com base em uma dieta de 2.000 Kcal.		
(**) Valor Não Estabelecido.		



Maçã

R\$0,40 Unidade

Informação Porção de 100g		Nutricional
Quantidade por porção		%VD*
Valor energético	58kcal	3
Carboidratos	15g	5
Proteínas	0g	0
Gorduras totais	0g	0
Gorduras saturadas	0g	0
Gorduras trans	0g	**

Fibra alimentar	0,7g	3
Sódio	0mg	0
(*) Valores Diários com base em uma dieta de 2.000 Kcal. (**) Valor Não Estabelecido.		



Banana

R\$0.40Unidade

Informação Porção de 50g		Nutricional
Quantidade por Porção		%VD*
Valor Energético	47 kcal	2
Carboidratos	11g	4
Proteínas	0,6g	1
Gorduras Totais	0g	0
Gorduras Saturadas	0g	0
Gorduras Trans	0g	**
Fibra Alimentar	0g	0
Sódio	21mg	1
(*) Valores Diários com base em uma dieta de 2.000 Kcal. (**) Valor Não Estabelecido.		



Suco
Manga)

R\$1,50

Unidade(Sabores: Uva,Laranja e

Informação Porção de 200ml		Nutricional
Quantidade por porção		%VD*
Valor calórico	116kcal	7
Carboidratos	28g	11
Fibra alimentar	1,5g	12
Vitamina C	28mg	80
(*) Valores Diários de Referência com base em uma dieta de 2.000 calorias ou 8.400 Kj.		
(**) Valor Não Estabelecido.		



Bolacha Salgada
bolachas(15 gramas)

R\$ 1,30- pacote com 3

Informação Porção de 30g (6 unidades)		Nutricional
Quantidade por porção		%VD*
Valor calórico	130 kcal	6
Carboidratos	20g	7
Proteínas	2,7g	4
Gorduras totais	4,5g	8
Gorduras saturadas	2,7g	12
Gorduras Trans	0,7g	**
Fibra alimentar	0,9g	4

Sódio	90mg	4
(*) Valores Diários de Referência com base em uma dieta de 2.000 calorias ou 8.400 Kj.		
(**) Valor Não Estabelecido		



Bolacha Doce
15 gramas)

R\$ 2,20. Pacote com 3 bolachas(

Informação		Nutricional
Porção de 30g (6 biscoitos)		
Quantidade por porção		%VD*
Valor calórico	146 kcal	7
Carboidratos	20g	7
Proteínas	3,0g	4
Gorduras totais	6,0g	11
Gorduras saturadas	1,2g	5
Gorduras trans	1,0g	**
Fibra alimentar	0g	0
Sódio	84mg	3
(*) Valores Diários de Referência com base em uma dieta de 2.000 calorias ou 8.400 Kj.		
(**) Valor Não Estabelecido.		

Fonte: <http://www.paodeacucar.com.br/home.asp>

Valor total da Sacolinha: R\$ 5,40 (Contendo: Uma fruta (maça, banana ou pêra), um suco 150 g (uva, laranja ou manga), um pacote 15g bolacha salgada e um pacote 15g bolacha doce.

- + sacola para embalar (embalagem) (R\$0,20) TOTAL = 5,60

Valor de Venda: R\$ 8,00 (oito reais)

4.1 CUSTOS, GASTOS E RETORNO FINANCEIRO

A Assessoria 'Lanche Bom' terá um investimento inicial de 30.000,00 (trinta mil reais), e terá os seguintes custos:

Imóvel Próprio

Recursos Materiais

Equipamentos e Moveis

Quantidade	Equipamento / Móvel	Valor Unitário (R\$)	Valor Total (R\$)
2	Computadores	1500	3000
1	Mesa Escritório	600	600
2	Cadeiras Escritório	60	120
1	Mesa Reunião 6 lugares	950	950
6	Cadeiras Reunião	40	2400
1	Armário Estoque	300	300

1	Mesa para Embalar	180	180
1	Armário para Funcionários 6 lugares	120	120
8	Lixeiras	25	200
1	Geladeira Grande	5000	5000
1	Aparelho de fax	250	250
2	Aparelho Telefônico	Doação	Doação
2	Mesa Computador	150	300
1	Gaveteiro (arquivo)	300	300
1	Impressora	500	500

Total:R\$ 14.220,00

Gastos Fixos Mensais

Recursos Humanos

Função	Salário(R\$)
Faxineira	500
Embalador	750
Estoquista	900
Secretaria	750

Total: R\$ 2.900,00

Despesas

Despesa	Valor (R\$)
Imposto (IPTU)	200
Telefone	250
Internet	80
Luz	200
Água	300
Material de Limpeza	180
Material de Escritório	90

Total: R\$ 1.300,00

Despesa com Estoque

Produto	Quantidade	Valor (R\$)
Maça	80	$0,40 * 80 = 32$
Pêra	80	$0,40 * 80 = 32$
Banana	80	$0,40 * 80 = 32$
Suco	100	$1,50 * 100 = 150$
Bolacha Doce	100	$2,20 * 100 = 220$
Bolacha Salgada	100	$1,30 * 100 = 130$

Total: R\$ 596,00

Gastos Totais

Somando todos os montantes de gastos, chego ao valor total dos custos e gastos desta Assessoria:

Total: 19.016,00

Uma vez que o capital investido na Assessoria foi de R\$ 30.000,00 (trinta mil reais) e que os gastos totais resultaram em 19.016,00 (dezenove mil e dezesseis reais), a Assessoria terá uma reserva de caixa no valor de R\$ 10.984,00 (dez mil novecentos e oitenta e quatro reais).

+ R\$ 6.000,00 (seis mil reais) arrecadados em Palestras

Receita e Retorno Financeiro

Para fazer as contas do retorno financeiro desta Assessoria contaremos com o numero mínimo de vendas de 200 unidades de sacolinhas por mês, a Assessoria levará aproximadamente um ano (12 meses) para ter o retorno financeiro de 19.016, 00 reais.

Valor de Venda: R\$ 8,00 (oito reais)

$$19.016,00 / 8 = 2377$$

$$2377 / 12 (1 \text{ ano}) = 200 \text{ (unidades aproximadamente)}$$

4.2 ESCOLA VISITADA- Colégio Pentágono

O Colégio Pentágono revela-se sempre contemporâneo e consistente ao investir na excelência acadêmica, no diálogo com famílias, na formação do indivíduo, na inovação de idéias e de tecnologias, primando-se, sobretudo, pela excelência na educação e formação de cidadãos do mundo. Em 2008, o Colégio Pentágono intensificou projetos de leitura e escrita. As Estações do Conhecimento foram freqüentes cenários de contação de histórias e orientação a pesquisas. Um trabalho competente, dialógico e que colabora para um relacionamento de amor e de interesse com os livros e a tradição da palavra escrita.

Também em 2008, a escola manteve o projeto de conscientização ambiental: "Minha Casa, Minha Escola, Meu Planeta. Eu cuido". Esse projeto continuou explorando ações essenciais no espaço escolar - como coleta seletiva de lixo, latômetro, caixas para recolhimento de pilhas e materiais recicláveis - e intensificou a discussão sobre a preservação do planeta. A Semana do Meio Ambiente, realizada em junho pelo segundo ano consecutivo, enfatizou as reflexões sobre a sustentabilidade do planeta com atitudes possíveis no âmbito individual de cada aluno e coletivo como projeto de uma escola consciente. A consolidação de práticas e metodologias que há muito vem apresentando expressivos resultados em todos os segmentos, da Educação Infantil ao Ensino Médio, deu-se também com competência e continuidade. O trabalho intensivo com o projeto de lecto-escritura, valores, a parceria cada vez mais sólida entre a escola e as famílias - encontros da Escola de Pais - a busca do conhecimento além das salas de aula, a garantia de um aprendizado que faz sentido para o aluno são alguns dos princípios que orientam as atividades do Pentágono.

Em 2008, o Ensino Fundamental II e o Ensino Médio passaram a ter uma carga horária maior. Os alunos permaneceram mais um período na escola, durante dois dias da semana, assim como já acontecia com o Fundamental I. Em 2009, esse quadro ampliado mantém-se. Para os alunos da Educação Infantil e do Ensino Fundamental I, a escola permanece oferecendo uma programação de qualidade no Período Integral. Por fim, entendendo que a missão da escola é

contribuir para o desenvolvimento socioeconômico de nosso país, participamos ao lado de nosso Voluntariado, na realização da Festa Junina Solidária, cujos objetivos foram a ampliação dos projetos sociais nas três unidades da escola. Refletir sobre o ano que passou nos enche de orgulho. Um orgulho que só se iguala à confiança de que 2009 trará novas e maiores conquistas. Afinal, uma escola com mais de 35 anos de experiência, comprometida com o verdadeiro sentido da educação, está apta a traduzir as demandas do presente e a abrir caminhos para o futuro. Presente e perspectivas para o futuro balizados por nossos cinco valores que são trabalhados em todas suas dimensões, por meio de ações para alcançarmos todos eles em sua totalidade: Excelência acadêmica, Diálogo com as famílias, Prazer de estar na escola, Formação completa do indivíduo e Desenvolvimento de cidadãos do mundo. Educar é um ato de responsabilidade pelo mundo. Educar é um ato de rigor para elevar a condição de nossos alunos e alunas ao mais alto grau de suas possibilidades e potencialidades. Em 2009 e sempre.

Gracia Klein
Diretora Pedagógica

Nancy Izzo
Mantenedora

Fonte: (http://www.colegiopentagono.g12.br/conheca_einf.asp)

4.3 EDUCAÇÃO INFANTIL

A Educação Infantil marca a entrada da criança no primeiro grupo social externo à família. No Colégio Pentágono, essa inserção é acolhedora, cercada de cuidados que permitem a construção de vínculos de confiança e afeto, criando o sentimento de segurança. Nossas ações visam proporcionar a aquisição gradual da independência para o cuidado próprio, para a realização das várias atividades e para a solução de conflitos. Essa capacidade de confiar em si e o fato de sentir-se aceita, ouvida, cuidada e respeitada oferecem à

criança suporte para a formação da auto-estima. O planejamento da Educação Infantil é estruturado para que a criança potencialize suas capacidades e exercite sua maneira própria de pensar, sentir e ser. Proporciona situações de ensino e de aprendizagem em que a criança constrói a sua identidade, sendo capaz de expressar seus sentimentos e suas idéias.

Movimentar-se com agilidade, energia e sensibilidade; abrir-se para o conhecimento e para o mundo, investigar, criar hipóteses e conquistar a leitura e a escrita; pesquisar sobre os seres vivos, a natureza e seus fenômenos, os povos e as diferentes culturas; interagir, comunicar, conviver e respeitar o seu bem-estar e o de seus companheiros são atividades intencionalmente planejadas para serem instigantes e desafiadoras. Os

ambientes da escola são projetados para as crianças sentirem-se acolhidas e protegidas e, ao mesmo tempo, seguras para ousar e vencer desafios. Esses são componentes ativos no processo educacional. Constituem-se no espaço do cuidado, do crescimento, do aconchego e do conhecimento. A rotina vivida na Educação Infantil transmite segurança pela regularidade dos procedimentos, e contribui também para a construção da identidade, por meio das oportunidades de convivência que propicia. O ato de brincar

está presente em todas as atividades. Brincar expressando emoções, sentimentos, pensamentos, desejos e necessidades faz com que a criança desenvolva a imaginação e a percepção. Por meio de jogos, de brincadeiras com regras e do faz-de-conta, a criança se apropria da realidade ao seu redor atribuindo-lhe significado, experimenta o mundo e vai formando juízos sobre as pessoas, os sentimentos e o universo de conhecimento à sua volta. As rodas de conversa são um momento privilegiado em que as crianças podem mostrar-se como são e expressar seus sentimentos, dúvidas e hipóteses. Nas rodas, as atividades da escola são apresentadas e as regras, construídas e cumpridas por todos.

A oferta permanente de atividades diversificadas em um mesmo tempo e espaço proporciona o exercício da escolha pelas crianças. As freqüentes aulas de Inglês fazem com que o aluno passe a compreender e a falar o idioma com naturalidade. Trabalha-se de forma dinâmica com músicas, jogos, dramatizações, culinária e vídeos. O trabalho com a construção do código

escrito da Língua Portuguesa visa mais que alfabetizar. O objetivo maior é introduzir as crianças no mundo das letras, da cultura. Enfatiza-se que ler e escrever são importantes meios de expressão. Apropriando-se gradativamente da leitura e da escrita e usando-as de forma significativa nas suas relações com o mundo, o aluno está apto a buscar novos conhecimentos

4.4 TABULAÇÃO MÊS DE OUTUBRO DO LANCHE TRÊS CRIANÇAS-G3b

Aluno A

- 1/out Suco de Uva, Bolinho de Chocolate, Mexerica, 1/2 pao de Forma com Queijo
- 2/out Suco, Bolacha de Chocolate, Maça, Danone de Morango
- 5/out Faltou
- 6/out Pão de Forma com Presunto e Queijo, Uva, Suco de Laranja
- 7/out Morango, Chá, Bolo de Chocolate
- 8/out Bolo de Chocolate, Sanduíche de Presunto e Queijo, Suco de Laranja
- 9/out Pão de Forma com Queijo, Suco, Maça, Bolo
- 14/out Suco de Laranja, Pêra, Polenguinho, Bolacha de Chocolate
- 15/out Mini X salada, Suco de Laranja, Maça
- 16/out Bolo de Cenoura, Morango, Suco de Pêssego
- 19/out Bolacha de Chocolate, Maça, Suco
- 20/out Laranja, Suco,
Biscoito de Leite
- 21/out Maça, Suco de Laranja, Bolacha de Chocolate
- 22/out Faltou
- 23/out Suco, Bolacha de Chocolate, Maça

26/out Maçã, Bolacha de Chocolate, Suco
27/out Bolacha de Chocolate, Pêra, Sucrilhos, Suco de Manga
28/out Morango, 1bisnaguinha com Margarina, Bolacha de Chocolate e Suco
29/out Suco, Uva, Bolacha de Leite
30/out Faltou

Aluno B

1/out Suco de Laranja, Batata chips, Bolacha Salgada
2/out Suco, Bolacha Salgada, Cebolitos(salgadinho), ½ Pêra
5/out Bisnaguinha com Margarina, Suco, Peito de Peru
6/out Suco, Danone sem Leite, Melancia, Bolacha Salgada
7/out Salame, Bolacha Salgada, Suco de Laranja
8/out Pêra, Suco, Bolacha Salgada, Milho, Mortadela
9/out Faltou
14/out Salame, 1/2 Laranja, Suco de Uva, Bolacha Salgada
15/out Sucrilhos de chocolate, Bisnaguinha, Suco de Laranja
16/out Faltou
19/out Faltou
20/out Faltou
21/out Faltou
22/out Faltou
23/out Faltou

26/out Faltou
Bolacha Salgada, 1 Bisnaguinha com Mortadela,
27/out Suco de Uva

28/out Bolo, Sucrilhos, Suco
Danone sem Leite, Sucrilhos de
29/out Chocolate, Suco, Mortadela

30/out Batata Chips, 1 Bisnaguinha, Bolacha Salgada

Aluno C

1/out Cenoura, Leite com Achocolatado, Bolo

2/out Maça, Suco , Pão Integral com frios

5/out Banana com Granola, Biscoito de Polvilho, Suco

6/out Pão Integral com Margarina, Maça , Suco

7/out Cenoura, Pão Integral com Margarina, Suco

8/out Maça, Sucrilhos de Chocolate, Suco

9/out Pêra, Sucrilhos, Suco

14/out Cenoura, Suco de Abacaxi, Bolo de Cenoura

15/out Maça, Pão Integral com Margarina, Suco de Laranja
Banana com Granola, Bolacha Recheada, Suco
16/out de Abacaxi
Melão, Leite com Achocolatado, Biscoito de
19/out Polvilho

20/out Bolo, Suco, Cenoura

21/out Faltou

22/out Bolacha de Chocolate, Pêra, Suco

23/out Banana com Granola, Suco, Bolacha de Chocolate

26/out Maçã,Pão Integral com Queijo, Suco

Cenoura,Bolo de Cenoura com Chocolate,Suco
27/out de Abacaxi

28/out Banana com Granola, Suco, Biscoito de Polvilho

29/out Suco, Pera, Bolacha de Chocolate

30/out Maçã,Bolacha de Chocolate, Suco

4.5 OBSERVAÇÕES EM RELAÇÃO AOS LANCHES

Pelo fato de as crianças estarem em pleno crescimento e desenvolvimento seus órgãos, ossos, músculos, dentes e volume de sangue, elas precisam de alimentos mais nutritivos em proporção e tamanho.

O ambiente familiar influencia na formação dos hábitos alimentares saudáveis da criança.

‘ As crianças pequenas não possuem a capacidade de escolher uma dieta balanceada, nutritiva; elas podem escolher apenas quando lhes apresentam alimentos nutritivos’ (MAHAN;ESCOTT-STUMP,2005, pag. 257).

Alem do ambiente familiar, a escola também exerce influência na formação dos hábitos saudáveis das crianças.

Com isso, os pais, familiares, precisam proporcionar no sentido de colaborar de forma saudável com essa educação. Sabendo da sua importância e responsabilidade que levam em oferecer ‘hábitos alimentares não saudáveis’ durante a infância que podem interferir no crescimento e no desenvolvimento.

Como observamos na tabulação dos lanches feita no mês de Outubro em

três crianças com idade de três anos podemos dizer que os pais estão preocupados com a alimentação saudável de seus filhos, sempre enviando ao lanche uma fruta, um suco, legumes. Proporcionando assim uma dieta balanceada e adequada a idade de crescimento.

4.6 PROJETO FRUTAS/LEGUMES

Em 2009 comecei a realizar com a turma G3b do Colégio Pentágono um projeto onde cada semana apresento um tipo diferente de fruta (1º semestre) e um diferente tipo de legumes (2º semestre).

Este projeto tem como intenção proporcionar e apresentar uma alimentação mais saudável para as crianças de uma maneira diferente e divertida.

Ao apresentar a fruta/o legumes faço perguntas diferenciadas como:

- quem já conhece
- quem já comeu
- onde nasce
- o porquê comer

Assim estimulando o conhecimento do grupo.

A importância desse projeto é o espaço que a escola dá para apresentar aos alunos e aos pais (pois as crianças comentam e contam em casa o que comeram na escola) como é bom comer alimentos saudáveis.

Com este projeto pude observar uma mudança no lanche das crianças. Sempre no dia seguinte alguma criança trazia em seu lanche o alimento apresentado no dia anterior. Com isso no decorrer do semestre as maiores das crianças já tinham inserido em seu lanche alguma fruta ou legume. Tornando assim uma alimentação mais saudável.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este trabalho de conclusão de curso se integra ao núcleo de pesquisas em Gestão e Políticas Públicas, da Faculdade de Educação, da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo.

Por meio de livros, sites e pesquisa empírica pude concluir este trabalho com o intuito de estudar se professores e gestores estão aptos a proporcionar uma alimentação saudável para seus alunos e dar informações aos pais a respeito do assunto. Busquei compreender a importância de uma alimentação adequada na infância para um crescimento sem riscos.

Tal abordagem permitiu verificar dificuldades enfrentadas pela escola na hora de propor projetos para as crianças e a dificuldade que os pais possuem para montar o lanche do seu filho.

É importante ressaltar que após a observação de muitas pesquisas pode-se dizer que com uma boa alimentação na infância o risco da obesidade infantil e doenças causadas por ela como hipertensão, diabetes e etc. ocorrem com menos frequência.

No decorrer da pesquisa pude observar que alguns pais não estão preparados para oferecer uma boa alimentação para seus filhos, enviando lanches com alimentos industrializados, gordurosos, sem frutas, legumes.

Após o início do projeto fruta/legumes pude perceber que o lanche das crianças mudou. Ela passaram a trazer a fruta ou o legume apresentado na semana. Com isso pude concluir que o projeto incentivou o consumo de alimentos mais saudáveis na vida dessas crianças.

Por fim proponho ao gestor e professor que sempre insiram em sua escola/ aulas um momento para a educação alimentar, tanto por meio de palestras para pais como pelo desenvolvimento de projetos em sala de aula. Assim, incentivando uma alimentação melhor e mais saudável de uma forma mais dinâmica e integrada ao cotidiano das ações em sala de aula.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Livros

ALBUQUERQUE, Helena Machado de Paua e MARTINS, Maria Anita Viviani. *Fazendo Educação Continuada*, Ed. Avercamp

FERNANDES, Imar Crisigno. *Obesidade e suas múltiplas conseqüências*. São Paulo: Ed. Da VGC

HALPERN, Alfredo. *Conhecer e Enfrentar-Obesidade*. Ed. Contexto

MORIN, e Curana, e r Motta r. d. *Educar na era planetária: o pensamento complexo como método de aprendizagem pelo erro e incerteza humana*. São Paulo 2003, Ed. Cortez

MERTON, Thomas. *Homem algum é uma ilha*. Campinas: Ed. Verus 2003

FISBERG, Mauro. *Obesidade na infância e adolescência*. In: Fisberg, Mauro ET AL. São Paulo: Fundação BYK, 1995

MAHAN, L. Kathleen Escott Stump, Sylvia. Krause: *Alimentos, nutrição e dietotepia*. 11. Ed. São Paulo: Roca 2005

MOTTA, Deise Giacono da; BOOG, Maria Cristina Faber. *ndré a Nutricional*. 2. Ed, São Paulo. Ibrasa, 1987

OLIVEIRA, Ana Mayra A. de ET AL. *Sobrepeso e obesidade infantil: influencia de fatores biológicos e ambientais em Feira de Santana BA*, São Paulo, 2003.

PELLICIONI, Maria Andréia Focesi, TORRES, André Luis. *A escola promotora de Saúde*. Biblioteca Virtual em Saúde Pública, São Paulo, Ed. Eixo, 1999

PHILIPPI, Sonia Tucundura *Guia alimentar para o ano de 2000*. In. ANGELIS, Rebeca Carlota de. *Fome oculta*. São Paulo. Atheneu, 1999^a.

PHILIPPI, Sonia Tucundura, ALVARENGA, Marle. *Alimentação saudável: princípios e recomendações*. In. PHILIPPI, Sonia Tucundura, ALVARENGA, Marle. *Transtornos alimentares: uma visão nutricional*. Barueri, Malone, 2004

PINTO, Álvaro Vieira. *Sete Lições Sobre a Educação de Adultos*. Ed. Cortez

RAMALHO, Laurinda de Almeida e PLACCO, Vera Maria Nigro de Souza. *O Coordenador Pedagógico e o Espaço a Mudança*. Editora Edições Loyola 2002

TADDEI, José Augusto de A. Carrazedo. *Epidemiologia da obesidade na infância*. In: FISBERG, Mauro ET AL. *Obesidade na infância e adolescência*. São Paulo: Fundação BYK, 1995.

VALADÃO, Marina Marcos. *Saúde na escola: um amplo em busca de espaço na agenda intersectorial*. 2004.-Faculdade de Saúde Pública da USP.-Doutorado

VITOLO, Márcia Regina. *Nutrição: da gestação á adolescência*. Rio de Janeiro: Reichmann e Autores Editores, 2003.

Sites

<http://boasaude.uol.com.br/lib/showdoc.cfm?LibCatID=-1&Search=obesidade&LibDocID=4490>

Acessado em 17 de Junho de 2009

<http://drauziovarella.ig.com.br/artigos/inimigo.asp>

Acessado em 17 de Junho de 2009

<http://www.min-saude.pt/portal/conteudos/enciclopedia+da+saude/obesidade/causaseconsequenciasdaobesidade.htm>

Acessado em 17 de Junho de 2009

<http://pt.wikipedia.org/wiki/Sociedade>

Acessado em 25 de Julho de 2009

http://frases.netsaber.com.br/ver_frase.php?c=3030

Acessado em 1 de Agosto de 2009

Sociedade Brasileira De Diabetes –

<http://www.diabetes.org.br/nutricao/piramide.php>

Acessado em 21 setembro de 2009

Ministérios Da Saúde

http://portal.saude.gov.br/portal/saude/area.cfm?id_area=1474

http://nutricao.saude.gov.br/pas.php?conteudo=politicas_publicas

Acessado em 31 de Outubro de 2009

OMS- Organização Mundial Da Saúde

<http://new.paho.org/bra/>

http://new.paho.org/bra/index.php?option=com_content&task=view&id=590&Itemid=259

Acessado em 25 de Agosto de 2009

Site Colégio Pentágono

Acessado em 31 de outubro de 2009

http://www.colegiopentagono.g12.br/conheca_einf.asp

Pão de Açúcar

<http://www.paodeacucar.com.br/home.asp>

Acessado em 03 de Novembro de 2009

Extra

<http://www.extra.com.br/>

Acessado em 3 de novembro de 2009

<http://www.benimoveis.com.br/>

Acessado em 3 de novembro de 2009

Pirâmide Alimentar

http://www2.uol.com.br/vyaestelar/figuras/piramide_alimentar.jpg

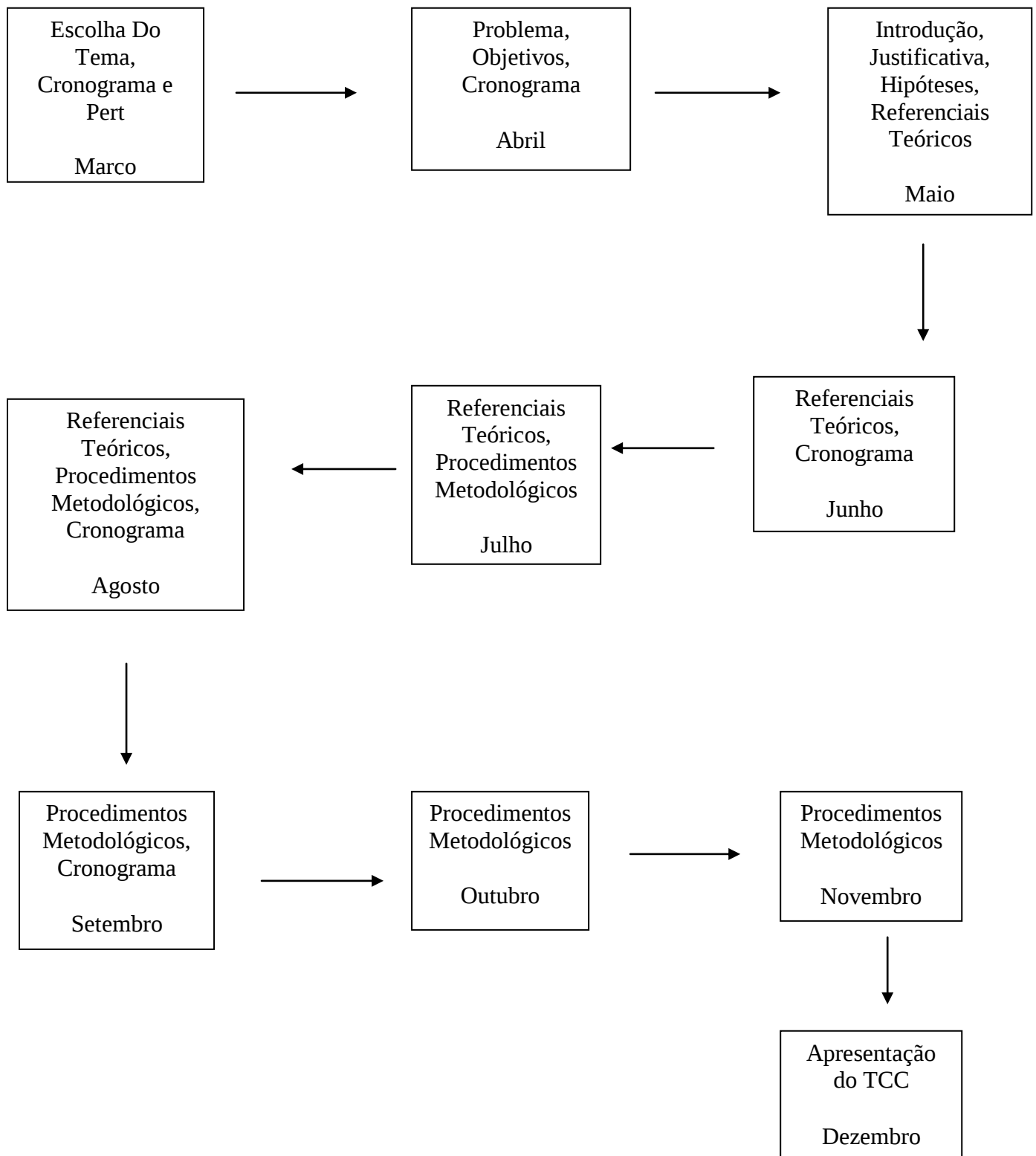
Acessado em 10 de Outubro de 2009

APÊNDICE

CRONOGRAMA

	Março	Abril	Maio	Junho	Julho	Agosto	Setembro	Outubro	Novembro	Dezembro
Escolha do tema	X									
Título do trabalho	X									
Introdução e Justificativa			X							
Problema		X								
Objetivos		X								
Hipóteses			X							
Referenciais Teóricos			X	X	X	X				
Procedimentos Metodológicos					X	X	X	X	X	
Cronograma e PERT	X	X	X	X		X	X	X		
Apresentação do TCC										X

PERT



ANEXO

Comitê

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (modelo)

I- IDENTIFICAÇÃO DO PARTICIPANTE DA PESQUISA

NOME: _____

DOC. DE IDENTIDADE Nº. _____ SEXO: (M) (F)

DATA DE NASCIMENTO: ____/____/____

ESCOLA: _____

ENDEREÇO: _____

BAIRRO: _____ CIDADE: _____

CEP: _____ TELEFONE: _____

II- DADOS SOBRE A PESQUISA CIENTÍFICA

TÍTULO DA PESQUISA: A RELAÇÃO ENTRE A ESCOLA E A FAMÍLIA.

PESQUISADORES RESPONSÁVEIS: Profª . Drª . Helena Machado de Paula Albuquerque e Natalia Righetti Ganança

CARGO/FUNÇÃO: Profª da Faculdade de Educação da PUC – SP ; Aluna do Curso de Pedagogia da Faculdade de Educação da PUC – SP

AVALIAÇÃO DO RISCO DA PESQUISA: sem risco (probabilidade que o indivíduo sofra algum dano como consequência imediata ou tardia do estudo)

III- EXPLICAÇÕES DO PESQUISADOR SOBRE A PESQUISA

Esta pesquisa tem como objetivo (Fazer uma tabulação entre 3 alunos do G3b relacionando o conteúdo dos seus lanches no mês de Outubro). Este

trabalho poderá auxiliar na construção de como obter uma alimentação saudável na escola e na construção de projetos futuros no âmbito da Administração Escolar e Supervisão Escolar. A participação não é obrigatória. Entretanto, seus relatos são de extrema importância para o desenvolvimento do conhecimento no âmbito da Administração Escolar e Supervisão Escolar. Fica garantido aos sujeitos da pesquisa a confidencialidade, a privacidade e o sigilo das informações individuais obtidas. Os resultados poderão ser publicados em artigos e/ou livros científicos ou apresentados em congresso profissionais, mas informações pessoais que possam identificar o indivíduo serão mantidas em sigilo.

V- INFORMAÇÕES DE NOME, ENDEREÇOS E TELEFONES DOS RESPONSÁVEIS PELO ACOMPANHAMENTO DA PESQUISA, PARA CONTATO EM CASO DE DÚVIDAS

Prof^a. Dr^a. Helena Machado de Paula Albuquerque e Natalia Righetti
Ganança
Faculdade de Educação – PUCSP
Rua Monte Alegre, 964 – Perdizes – São Paulo – Fone: (11) 3670-8527

VI- CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Declaro que, depois de convenientemente esclarecido pelo pesquisador e de ter entendido o que me foi explicado, consinto em participar do presente Protocolo de Pesquisa.

S. Paulo, / /

Participante da pesquisa.

Pesquisador