

ABORDAGEM DA NUTRIÇÃO EM MANUAIS ESCOLARES: UM ESTUDO LONGITUDINAL

António JESUS, Cláudia FERREIRA, Carla SILVA, Graça S. CARVALHO
CIEC, Instituto de Educação, Universidade do Minho, Braga, Portugal

Resumo

No âmbito do Projeto Europeu “BIOHEAD-CITIZEN”, desenvolveu-se em 19 países Europeus, Africanos e do Médio Oriente uma grelha de análise para o estudo de manuais dos ensinos básico e secundário, acerca de Educação para a Saúde. Neste estudo procedeu-se à análise histórica de manuais portugueses. Verificamos que é dado progressivamente mais ênfase ao tópico nutrição nos manuais analisados, o que poderá estar relacionado com uma progressiva alteração nos hábitos alimentares dos Portugueses.

Palavras-chave : Nutrição, manuais escolares, hábitos alimentares.

Introdução e Objetivos

O problema da alimentação, de importância capital para a saúde da Humanidade, coloca-se com uma acuidade particularmente importante numa dupla perspectiva: por um lado, existem milhões de seres humanos subalimentados, sendo este problema da subnutrição responsável pela morte de cerca de 30% de crianças com menos de 5 anos de idade (Shepherd, 2002); em contraste, nas sociedades abastadas, a alimentação constitui um grave problema de saúde pública: a evolução dos hábitos alimentares no decurso dos últimos decénios é responsável pelas chamadas doenças da civilização, contribuindo para uma elevada taxa de mortalidade (Bowman, 2005).

Cabe aos ministérios da tutela (Educação e Saúde) fornecer aos jovens competências que lhes permitam desenvolver a sua capacitação (“*empowerment*”) e literacia crítica (Carvalho, 2003). O modelo estruturado de ensino e aprendizagem pressupõe uma visão comunitária da intervenção em saúde escolar, sendo o grupo alvo os alunos e as famílias. Para que adotem as opções responsáveis e conscientes, nomeadamente no que se refere às escolhas de padrões e regimes alimentares, deverá sempre ter-se em consideração os Conhecimentos (K), os Valores (V) e as Práticas (P) como preconizado no modelo KVP de Pierre Clément (2006).

A análise dos manuais escolares constitui um elemento importante na avaliação da transformação que vai condicionando os objectivos educacionais, desde a sua emissão na origem (a nível dos órgãos centrais) até ao *terminus*, quando apropriados pelos alunos, e então manifestados em termos de aquisições de conhecimentos, capacidades, atitudes e valores (ME, 1988).

Os manuais estão imbuídos de primordial importância, sendo vistos por alguns apenas como veículos de transmissão de conhecimentos, para outros, como um suporte de apoio à aquisição e desenvolvimento de atitudes, métodos, hábitos de trabalho e de vida.

Este estudo foi desenvolvido no âmbito do projecto europeu, intitulado “Biologia, Saúde e Educação Ambiental para uma melhor cidadania” (BIOHEAD-CITIZEN), participaram os seguintes países: seis da “antiga” União Europeia (Portugal, França, Alemanha, Itália, Finlândia e Reino Unido), sete que mais recentemente integraram a EU (Chipre, Estónia, Hungria, Lituânia, Malta, Polónia e Roménia) e seis países da “International Cooperation – INCO” (Líbano, Tunísia, Argélia, Marrocos, Moçambique e Senegal). Teve como suporte teórico o modelo KVP (Clément, 2006). Na análise do presente estudo foram aplicadas as grelhas de análise dos manuais escolares concebidas no âmbito do (BIOHEAD-CITIZEN), tendo como objetivo analisar as concepções presentes explicita e/ou implicitamente nos manuais escolares portugueses sobre alimentação, entre 1980 e 2005.

Metodologia

Utilizámos a grelha de Educação para a Saúde, construída no âmbito do projeto europeu FP6 STREP BIOHEAD-CITIZEN (CIT2-CT2004-506015), tendo usado para esta a nossa análise da nutrição três pontos específicos da grelha: Dieta equilibrada, concepção biomédica e concepção de promoção da saúde.

O corpus deste estudo foi constituído por 41 manuais portugueses do 1º, 2º e 3º ciclos (respetivamente, manuais de Estudo do Meio, Ciências da Natureza e Biologia), tendo-se procedido a uma evolução histórica do tópico nutrição relativa ao período entre 1980 e 2005.

Foram somadas as ocorrências por cada ciclo de ensino e determinada a respectiva média por ciclo, através da fórmula:

Ocorrências dos itens em análise = N° de ocorrências / N° total de manuais do respectivo ciclo

Resultados

Os resultados são apresentados por ciclo de ensino (1º, 2º e 3º ciclos), e por tema “Dieta equilibrada”, “Conceção biomédica” e “Conceção de promoção da saúde”. Para cada tema, abordaram-se diversos indicadores.

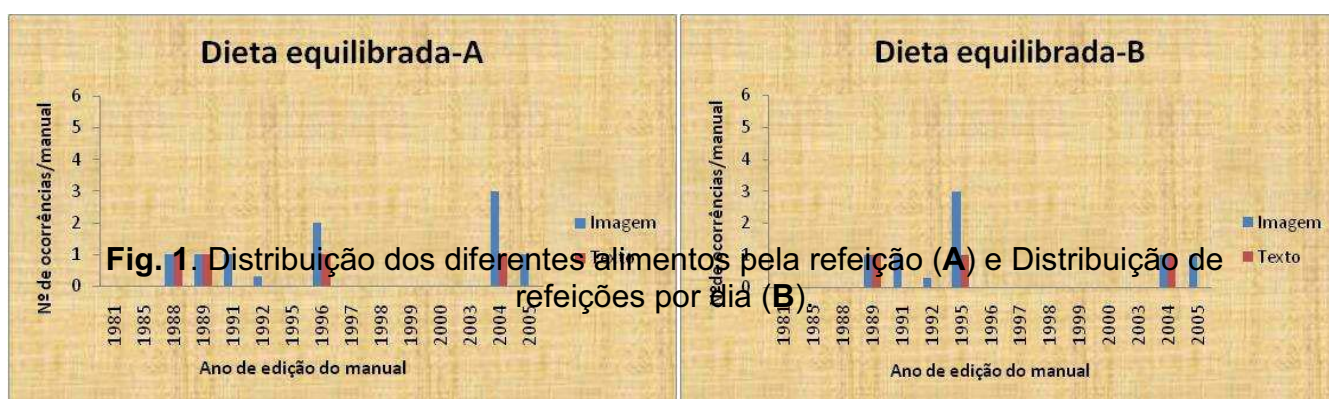
1. Manuais do 1º ciclo

1.1. Dieta Equilibrada

No tema de “Dieta equilibrada” foram encontrados os seguintes tópicos:

- A- Distribuição dos diferentes alimentos pela refeição;
- B- Distribuição de refeições por dia;
- C- Composição da dieta e modelos alimentares

A apresentação da “distribuição dos diferentes alimentos pela refeição” (Figura 1-A) aparece com mais ênfase em 2004, enquanto que a “distribuição de refeições por dia” (Figura 1-B) surge mais frequentemente em 1995. De uma forma geral, entre os períodos de 1997 até 2003 estas questões (A e B) não estão presentes nos manuais do 1º Ciclo analisados.



A Figura 2 mostra um exemplo da apresentação da distribuição das refeições ao longo do dia num manual escolar

Assinala com X, no quadro, as refeições que costumas fazer.

	Pequeno-almoço	<input type="checkbox"/>
	Merenda da manhã	<input type="checkbox"/>
	Almoço	<input type="checkbox"/>
	Merenda da tarde	<input type="checkbox"/>
	Jantar	<input type="checkbox"/>
	Ceia (se te deitares tarde)	<input type="checkbox"/>

Fig.2- Exemplo da Distribuição de refeições por dia num manual.
Manual “Caminhos”-1ºano (2005)

No que diz respeito ao tópico “Composição da dieta e modelos alimentares”, é nos manuais do 1º Ciclo mais antigos (1985,1988,1989,1992) e nos mais recentes (1999, 2003, 2004, 2005) que é dada mais importância a este aspeto (Figura 3).



Fig. 3 - Composição da dieta e modelos alimentares (C)
(ex. roda dos alimentos, ou pirâmide alimentar).

A Figura 4 mostra um exemplo da apresentação da roda dos alimentos num manual escolar



Fig. 4 – Exemplo da apresentação da “Composição da dieta e modelos alimentares”, na forma de roda dos alimentos.
Manual “caminhos” – 1ºano (2005).

Os três itens “Necessidades dietéticas em função da idade, sexo, gravidez, profissão, atividade física (D)”; “Necessidades dietéticas em função da profissão de leve, média ou alta energia (E)”; “Conteúdo energético dos nutrientes recomendado (ex: pela Organização Mundial de saúde) (F)” não são mencionados nos manuais analisados do 1º ciclo

1.2. Conceção biomédica

Não é mencionada nos manuais analisados do 1º ciclo

1.3. Conceção de Promoção da saúde

No âmbito da “Promoção da Saúde” analisámos:

- A- Escolhas de alimentação saudáveis;
- B- Consciência do consumo de alimentos: qualidade alimentar; aditivos e preservativos; prazo de validade; alimentos geneticamente modificados;
- C- Nutrição associada a um estilo de vida saudável e bem-estar.

No 1º Ciclo, verifica-se que a tendência nos manuais dos primeiros e últimos anos analisados continua a manter-se para estes três itens (Figuras 5, 6 e 7). Contudo, verifica-se uma maior regularidade no que diz respeito ao item “ Nutrição associada a um estilo de vida saudável e bem-estar” (Figura 6).



Fig. 5 - Escolhas de alimentação saudáveis (A).

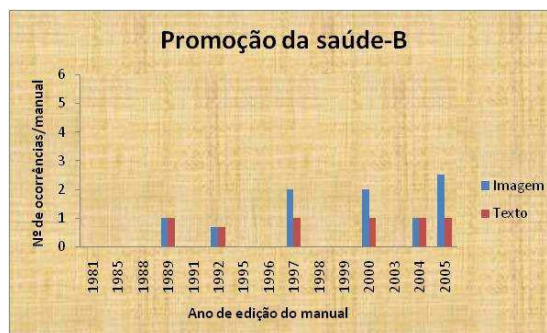


Fig.6 - Consciência do consumo de alimentos: qualidade alimentar; aditivos e conservantes; prazo de validade; alimentos geneticamente modificados (B).



Fig.7 - Nutrição associada a um estilo de vida saudável e bem-estar (C).

2. Manuais do 2ºciclo

2.1. Dieta equilibrada

Nos manuais do 2º Ciclo encontraram-se mais itens do que no 1º Ciclo que foram também analisados:

A - Distribuição dos diferentes alimentos pela refeição;

B - Distribuição de refeições por dia;

C - Composição da dieta e modelos alimentares (ex. roda dos alimentos, ou pirâmide alimentar);

D - Necessidades dietéticas em função da idade, sexo, gravidez, profissão, actividade física;

E - Necessidades dietéticas em função da profissão de leve, média ou alta energia;

F - Conteúdo energético dos nutrientes recomendado (ex: pela Organização Mundial de saúde).

No que diz respeito aos tópicos A e B, verifica-se que continua a existir uma prevalência nos manuais dos anos mais recentes no que toca à distribuição dos diferentes alimentos pela refeição (A). Verificamos que no item B “distribuição de refeições por dia” não se verificam diferenças de relevo nos 4 manuais do 2º ciclo analisados.



Fig. 8 - Distribuição dos diferentes alimentos pelas refeições (A).



Fig. 9 - Distribuição de refeições por dia (B).

O tópico “Composição da dieta e modelos alimentares” encontra-se presente nos manuais do 2º Ciclo analisados, embora nos manuais de 2005 existam mais ocorrências a nível das imagens, e nos manuais de 1997 há uma prevalência do texto.

No que toca aos tópicos “Necessidades dietéticas em função da idade, sexo, gravidez, profissão, atividade física (D)”; “Necessidades dietéticas em função da profissão de leve, média ou alta energia (E)”; “Conteúdo energético dos nutrientes recomendado (ex: pela Organização Mundial de saúde) (F)” a ocorrência destes dois itens verificou-se apenas nos manuais analisados do 2º ciclo de 2005.

2.2. Conceção biomédica

Os três itens analisados continuam presentes apenas nos manuais de 2005, com uma nítida prevalência para as imagens.

2.3. Conceção de promoção saúde

Os itens “Escolhas de alimentação saudáveis” (A) e “Consciência do consumo de alimentos” (B) estão presentes nos manuais de 1997 e 2005 (Figuras 10 e 1, respetivamente); O item “Nutrição associada a um estilo de vida saudável e bem-estar” (C) está presente apenas nos manuais de 2005 (Figura 12).

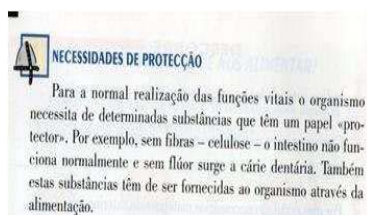


Fig.10 –Exemplo do tópico A.
Manual: O mistério da vida 6ºano (1997)

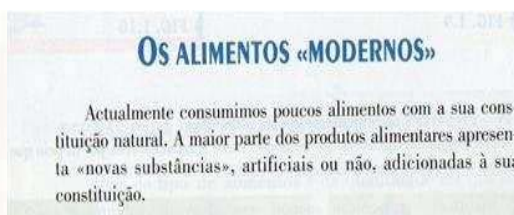


Fig.11 – Exemplo do tópico B.
Manual: O mistério da vida 6ºano (1997)



Fig.12 – Exemplo do tópico C
Manual: Ciências 6ºano (2005)

3. Manuais do 3º ciclo

3.1. Dieta Equilibrada

Para o item “Distribuição dos diferentes alimentos pela refeição” (A) verifica-se maior prevalência de imagens nos manuais analisados do 3º Ciclo de 2005. O item “Distribuição de refeições por dia” (B) não é abordado nos manuais analisados mais recentes (2005). Ambos os itens apresentam em comum ocorrências similares para os manuais analisados de 1992 (Figura 13).



Fig.13 - Distribuição dos diferentes alimentos pela refeição (A)



Fig.14 - Distribuição de refeições por dia (B)

O item “Composição da dieta e modelos alimentares” (C) só é abordado nos manuais analisados a partir de 1992 (Figura 15).

Os itens “Necessidades dietéticas em função da idade, sexo, gravidez, profissão, atividade física (D)” e “Necessidades dietéticas em função da profissão de leve, média ou alta energia (E)” estão presentes em todos os manuais analisados, com exceção do item E para os manuais do ano de 2005. Por sua vez, o item “Conteúdo energético dos nutrientes recomendado” (F) não é mencionado nos manuais do 3º Ciclo analisados de 1980.



Fig.15 - Conteúdo energético dos nutrientes recomendado (F).

3.2. Conceção biomédica

Nos itens “Doenças causadas por deficiências nutricionais (ex: atrofia do crescimento, beriberi)” (A) e “Doenças causadas por excessos nutricionais (ex: obesidade, diabetes)” (B) existem ocorrências em praticamente todos os níveis, à excepção de 2005 para o A e 1989 para o B. No item “Desordens alimentares: anorexia, bulimia” (C) as ocorrências são relevantes apenas em 2005, para imagens.

3.3. Conceção de promoção da saúde

Os três itens analisados nos manuais do 3º Ciclo no tema de Promoção da saúde ocorrem de forma constante ao longo dos vários anos, destacando-se os manuais de 1992 e 2005 para “Escolhas de alimentação saudáveis” (A) e “Nutrição associada a um estilo de vida saudável e bem-estar” (C) e ainda 1999 para “Consciência do consumo de alimentos” (B) e “Nutrição associada a um estilo de vida saudável e bem-estar” (C) (Figura 17). Para o item B os manuais de 1980 não têm ocorrências.

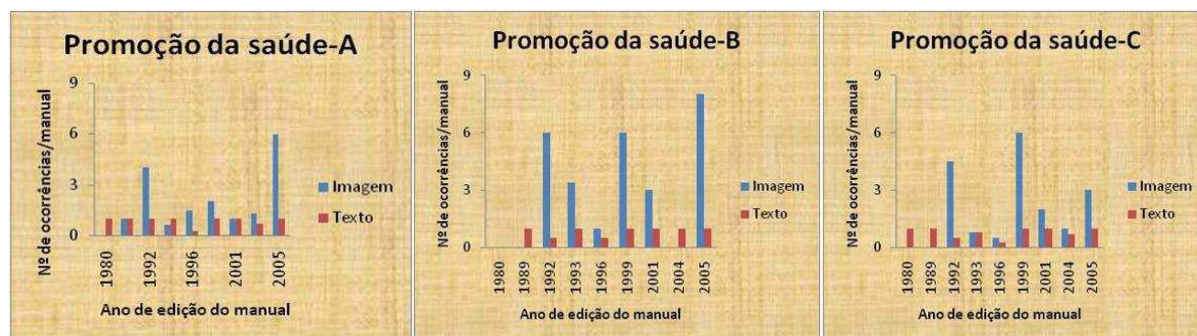


Fig.18 - Escolhas de alimentação saudáveis (A); Consciência do consumo de alimentos: qualidade alimentar; aditivos e preservativos; prazo de validade; alimentos (B); Nutrição associada a um estilo de vida saudável e bem-estar (C).

Observe atentamente a informação contida nos produtos alimentares que se seguem:

Produto 1 Iogurte com frutos de macedo	Produto 2 Nectar de Pêssego
<p>Para consumir até 12/2008</p> <p>Composição por 100g:</p> <p>Energia: 120 kJ</p> <p>Proteína: 2,5 g</p> <p>Carboidrato: 10 g</p> <p>Ácidos gordos totais: 0,5 g</p> <p>Ácidos gordos saturados: 0,1 g</p> <p>Sódio: 0,1 g</p> <p>Contém: 1,5% de frutos de macedo.</p> <p>Valor energético por 100g:</p> <p>Energia: 120 kJ</p> <p>Proteína: 2,5 g</p> <p>Carboidrato: 10 g</p> <p>Ácidos gordos totais: 0,5 g</p> <p>Ácidos gordos saturados: 0,1 g</p> <p>Sódio: 0,1 g</p> <p>Contém: 1,5% de frutos de macedo.</p> <p>Informação Nutricional: 100g</p>	<p>Para consumir até 12/2008</p> <p>Composição por 100g:</p> <p>Energia: 120 kJ</p> <p>Proteína: 2,5 g</p> <p>Carboidrato: 10 g</p> <p>Ácidos gordos totais: 0,5 g</p> <p>Ácidos gordos saturados: 0,1 g</p> <p>Sódio: 0,1 g</p> <p>Contém: 1,5% de frutos de macedo.</p> <p>Valor energético por 100g:</p> <p>Energia: 120 kJ</p> <p>Proteína: 2,5 g</p> <p>Carboidrato: 10 g</p> <p>Ácidos gordos totais: 0,5 g</p> <p>Ácidos gordos saturados: 0,1 g</p> <p>Sódio: 0,1 g</p> <p>Contém: 1,5% de frutos de macedo.</p> <p>Informação Nutricional: 100g</p>
Produto 3 Salada de Legumes	Produto 4 Arroz Branco
<p>Para consumir até 12/2008</p> <p>Composição por 100g:</p> <p>Energia: 120 kJ</p> <p>Proteína: 2,5 g</p> <p>Carboidrato: 10 g</p> <p>Ácidos gordos totais: 0,5 g</p> <p>Ácidos gordos saturados: 0,1 g</p> <p>Sódio: 0,1 g</p> <p>Contém: 1,5% de frutos de macedo.</p> <p>Valor energético por 100g:</p> <p>Energia: 120 kJ</p> <p>Proteína: 2,5 g</p> <p>Carboidrato: 10 g</p> <p>Ácidos gordos totais: 0,5 g</p> <p>Ácidos gordos saturados: 0,1 g</p> <p>Sódio: 0,1 g</p> <p>Contém: 1,5% de frutos de macedo.</p> <p>Informação Nutricional: 100g</p>	<p>Para consumir até 12/2008</p> <p>Composição por 100g:</p> <p>Energia: 120 kJ</p> <p>Proteína: 2,5 g</p> <p>Carboidrato: 10 g</p> <p>Ácidos gordos totais: 0,5 g</p> <p>Ácidos gordos saturados: 0,1 g</p> <p>Sódio: 0,1 g</p> <p>Contém: 1,5% de frutos de macedo.</p> <p>Valor energético por 100g:</p> <p>Energia: 120 kJ</p> <p>Proteína: 2,5 g</p> <p>Carboidrato: 10 g</p> <p>Ácidos gordos totais: 0,5 g</p> <p>Ácidos gordos saturados: 0,1 g</p> <p>Sódio: 0,1 g</p> <p>Contém: 1,5% de frutos de macedo.</p> <p>Informação Nutricional: 100g</p>

Fig.19 – Exemplo de “Consciência do consumo de alimentos” (B) Manual “Eureka 8ºano” (2005)

4. CONCLUSÕES

Dieta equilibrada

Manuais do 1ºciclo

Foram analisados os itens “Dieta equilibrada”, “Distribuição de alimentos pela refeição”, “Distribuição de refeições por dia”, “Composição da dieta e modelos alimentares”. Estes itens encontram-se ausentes de 1997-2003. Uma explicação possível poderá ser o facto de, na década de 90, os hábitos alimentares dos portugueses sofrerem grandes alterações: a subida do rendimento das famílias, a difusão das grandes superfícies comerciais, a vulgarização do *fast food*, a globalização alimentar, são factores que têm implicações. Assim, aumenta o número de mulheres trabalhadoras, a flexibilização de horários de trabalho, o que frequentemente leva a comer em excesso e de forma desequilibrada. Mas só mais tarde esta alteração de hábitos se manifesta, o que poderá justificar esta preocupação tardiamente reflectida nos manuais

Relativamente a “Necessidades dietéticas/idade, sexo, gravidez, profissão, actividade física”, “Necessidades dietéticas/profissão”, “Conteúdo energético dos nutrientes recomendado”, constata-se que estes itens não são abordados. De uma forma geral, no 1ºciclo a nutrição é abordada de forma superficial, adequando-se à faixa etária em questão. Não obstante, parece-nos que existem certos aspectos de uma dieta equilibrada que seriam compreendidos pelos alunos das últimas faixas etárias do 1º ciclo, tais como as necessidades dietéticas/idade, sexo, gravidez, profissão, actividade física, Necessidades dietéticas/profissão, que são problemáticas que julgamos que seria importante estarem presentes nos manuais.

Manuais do 2ºciclo

Em relação à “Distribuição dos diferentes alimentos pela refeição; distribuição de refeições por dia”, constatamos que, à semelhança do 1ºciclo, ocorrem nos manuais de 1997:

Quanto aos itens “Necessidades dietéticas em função da idade (...)”; “Necessidades dietéticas em função da profissão (...)”; “Conteúdo energético (...)” não são mencionados. Esta ausência será uma lacuna nos manuais analisados, e poderá mostrar uma visão algo redutora em que se considera pouco importante nestas idades aprofundar esta questão da nutrição.

No entanto, esta temática já é mais explorada nos manuais de 2005, o que poderá ser interpretado como um reflexo de um número crescente das doenças ditas “dos países desenvolvidos”, como é o caso da obesidade.

Manuais do 3ºciclo

No período entre 1993 e 1999, os itens “Distribuição dos diferentes alimentos (...)” e “Distribuição de refeições por dia(...)” são pouco abordados. Já no que diz respeito a “Composição da dieta (...)”; “Necessidades dietéticas em função da idade, (...)”; “Necessidades dietéticas em função da profissão (...)” e “Conteúdo energético dos nutrientes”, verifica-se que estes itens aparecem de forma regular. Esta regularidade poderá ser explicada pelo facto de, nestas idades (11/12 a 13/14), os alunos compreenderem bem o conceito de necessidade/dispêndio energético.

Conceção biomédica

Manuais do 2ºciclo

É só a partir do 2º Ciclo que a conceção biomédica é abordada. Nos manuais analisados, só no de 2005 é que esta conceção é abordada, eventualmente devido ao facto de que a preocupação com doenças relacionadas com a alimentação ser uma preocupação relativamente recente, daí não existir no manual analisado de 1997.

Manuais do 3ºciclo

Nos manuais de 2005, não está presente o item “Doenças causadas por deficiências nutricionais”, sendo que em 1989 está presente o item “Doenças causadas por excessos nutricionais”. As ocorrências no que toca a “Desordens alimentares” são relevantes para imagens nos manuais de 2005.

Conceção de promoção da saúde

Manuais do 1ºciclo

Nos manuais dos Anos 90 (à semelhança do que já foi analisado anteriormente), é dada pouca importância à nutrição associada a um estilo de vida saudável e de bem-estar, - neste período ainda os “maus hábitos” alimentares ainda se estão a instalar, e os resultados serão visíveis mais tarde.

Manuais do 2ºciclo

Verifica-se que em 2005 os resultados são constantes, sendo que em 1997 ocorrem com menor frequência.

Manuais do 3ºciclo

Este item é abordado em todos os manuais analisados, com exceção para o ano de 1980.

Referências

Bowman, S.A. (2005) Food shoppers' nutrition attitudes and relationship to dietary and lifestyle practices. *Nutrition Research*, 25, 281-293.

Carvalho, G. S. (2003) Literacia Para a Saúde: Um Contributo Para a Redução das Desigualdades Em Saúde. In Lendro, M. et al. (org.) *Saúde. As teias da discriminação social*. Braga: Instituto de Ciências sociais, Universidade do Minho.

Clément, P. (2006) Didactic Transposition and KVP Model: Conceptions as Interactions Between Scientific knowledge, Values and Social Practices, *ESERA Summer School*, Braga: Universidade do Minho, p.9-18.

ME – Ministério da Educação (1988) *Manuais Escolares-Análise da situação*. Lisboa: Edição do Gabinete de Estudos e Planeamento do Ministério de Educação.

Shepherd R. (2002) Resistance to changes in diet, *Proceedings of the Nutrition Society*, 61, 267-272.