

## **2.1.2 Relato de experiência: alimentação saudável<sup>1</sup>**

Debora Raquel Quirino Silva<sup>2</sup>  
Anne Gabriele Santana<sup>2</sup>  
Anny Sandra Reis<sup>2</sup>  
Lucineia de Oliveira Ceolato<sup>2</sup>  
Rosilene Gonçalves Mendes<sup>2</sup>  
Solange da Silva<sup>2</sup>  
Laura Cristina Ferreira Cuvello <sup>3</sup>

- 1- Artigo de Conclusão de Curso de Enfermagem apresentado ao Centro Universitário Ítalo Brasileiro
- 2- Discentes de Enfermagem
- 3- Prof<sup>a</sup>Dr<sup>a</sup> Laura Cristina Ferreira Cuvello – Orientadora Docente do curso de Enfermagem Centro Universitário Ítalo Brasileiro email: [laura.cuvello@italo.edu.br](mailto:laura.cuvello@italo.edu.br)

### **COMO CITAR O ARTIGO:**

SILVA, D. R. Q.; SANTANA, A. G.; REIS, A. S.; CEOLATO, L. O.; MENDES, R. G.; SILVA, S.; CUVELLO, L. C. F. **Relato de experiência: alimentação saudável**. URL: [www.italo.com.br/portal/cepep/revista eletrônica.html](http://www.italo.com.br/portal/cepep/revista_eletronica.html). São Paulo SP, v.9, n.4, p. 34-52, out/2019.

## RESUMO

**INTRODUÇÃO:** A nutrição é um elemento fundamental na saúde e bem-estar do ser humano. A formação dos hábitos alimentares inicia-se na primeira infância e na adolescência se define, tais hábitos permanecem por toda a vida, o que reflete a importância do papel do enfermeiro como agente educador. **OBJETIVO:** Relatar a experiência vivida por alunas graduandas do curso superior em Enfermagem, com um grupo de alunos do ensino médio em uma escola pública de São Paulo, em relação à importância do cuidado com a alimentação. **MÉTODO:** Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, no qual os autores do trabalho expõem suas percepções acerca de um determinado momento vivenciado, que seja significativo do ponto de vista de esclarecimento à profissão. **DESENVOLVIMENTO:** A graduação em Enfermagem possibilita que os acadêmicos passem por fases que o fazem refletir sobre a essência da profissão e fundamentalmente identificar competências para trilhar respectivamente a área a ser seguida. **CONCLUSÃO:** A vivência nos proporcionou sentir o papel de educador, que é uma das funções mais importantes do enfermeiro, e estar em contato com os adolescentes nos permitiu desenvolver um olhar crítico sobre o padrão alimentar na adolescência, que não depende somente de hábitos alimentares saudáveis, mas principalmente de fatores socioeconômicos. Concluímos que para promover orientações sobre alimentação saudável é preciso analisar o contexto social em que os indivíduos estão inseridos.

**PALAVRAS-CHAVE:** Enfermagem; Hábitos saudáveis; Adolescência; Alimentação saudável.

## **ABSTRACT**

**INTRODUCTION:** Nourishment is a fundamental element in human being health and well being. The construction of the eating habits begins at childhood and defines itself at youth. These habits remain for a lifetime, which reflects the importance of a nurse's role as an educational agent. **OBJECTIVE:** Report the experience of senior Nursing college students with a high school group of students in a São Paulo's public school, concerning the value of caring about feeding. **METHODOLOGY:** It is a descriptive study, of an experience report type, in which the paper's author exposes his perceptions about a certain experienced moment that is meaningful in the career's explanation point of view. **DEVELOPMENT:** The Nursing degree enables college students go through phases that make them reflect about the career's essence and fundamentally identify skills to tread the area they will track. **CONCLUSION:** The experience made us feel the educational role, that is one of the most important duties of a nurse, and to be in touch with teenagers made us develop an argumentative point of view about eating patterns in adolescence, which not only depends on healthy eating habits, but also mainly on socioeconomic factors. We concluded that we need to analyze social context in which people are inserted to promote guidelines on healthy eating.

**KEYWORDS:** Nursing; Healthy habits; Adolescence; Healthy eating.

## INTRODUÇÃO

A adolescência é a fase evolutiva na qual se inicia todo o processo de maturação biopsicossocial do indivíduo (SILVA; TEIXEIRA; FERREIRA, 2012).

De acordo com o Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA), Lei n.º 8.069/90 (art. 2º), a adolescência é descrita como o período de vida que vai dos 12 aos 18 anos de idade. Nos casos expressos em lei, aplica-se excepcionalmente este Estatuto às pessoas entre 18 e 21 anos de idade (BRASIL, 1990).

O Ministério da Saúde (MS) define o público adolescente da população entre 10 a 19 anos de idade, pois a partir dos 10 anos iniciam-se as diversas transformações no corpo, no crescimento, na vida emocional e relações afetivas (BRASIL, 2010).

Dentro desse contexto, sabe-se que a nutrição é um elemento fundamental na saúde e bem-estar do ser humano. A formação dos hábitos alimentares inicia-se na primeira infância e na adolescência se define, tais hábitos permanecerão por toda vida, o que reflete a importância do papel da enfermagem como agente educador (SILVA; TEIXEIRA; FERREIRA, 2012).

Os autores Menezes, Meirelles e Weffort (2011), ressaltam que a puberdade inicia-se com o aparecimento dos caracteres sexuais secundários e a partir desse momento, a necessidade nutricional aumenta para garantir suprimento para o organismo, para a busca acelerada de crescimento longitudinal, aumento da massa corporal, modificação da forma corporal, além das alterações individuais quanto à atividade física.

Por tratar-se de um período da vida caracterizado por intensas mudanças biológicas, psicológicas e sociais, que podem interferir no

consumo alimentar deste grupo populacional, eles devem ser orientados em relação à adoção de uma alimentação saudável como profilaxia de futuros agravos à saúde (CARMO et al., 2006).

A cultura alimentar do brasileiro é voltada ao prazer de comer, não para o valor nutritivo do alimento consumido. As frutas e hortaliças não possuem um lugar de destaque. O prazer alimentar está focado na adição de massas, gorduras, doces e carnes, o que em curto prazo é altamente prejudicial à saúde. Sendo necessário um redirecionamento alimentar (LEONARDO, 2009).

Dishchekenian et al. (2011), contextualizam que diversos fatores parecem interferir no consumo alimentar nessa fase, sendo eles valores socioculturais, imagem corporal, grupo social, renda familiar, alimentos consumidos fora de casa, aumento do consumo de alimentos altamente energéticos, influência exercida pela mídia e grupo de convívio, omissão de refeições, distância entre a casa, escola e trabalho, disponibilidade e facilidade de preparo dos alimentos, além de instabilidade emocional.

Os hábitos alimentares de adolescentes têm sido marcados pelo alto consumo de alimentos ricos em gorduras, sódio e açúcares simples que, junto com o sedentarismo, está diretamente relacionado com o aumento da obesidade entre outras doenças crônicas não transmissíveis tanto nesta faixa etária como na vida adulta (PEREIRA, 2017).

No Brasil, os resultados da Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF) indicam aumento do excesso de peso entre as crianças e adolescentes de 10 a 19 anos, atingindo a marca de 27,2% nos meninos, e 22% nas meninas. A obesidade em meninos atinge 7,7% e nas meninas 5,4% (BRASIL, 2010).

Os hábitos alimentares estão diretamente ligados com a questão do sobrepeso e obesidade entre os adolescentes, que demonstra um grande problema de saúde pública.

Nesse contexto o Ministério da Saúde (MS) apresenta uma das políticas públicas para minimizar o problema do excesso de peso em questão. O Programa Saúde na Escola (PSE) é hoje uma das principais políticas públicas para infância e adolescência. Dentre seus componentes evidencia-se a avaliação clínica, nutricional, promoção da alimentação saudável, avaliação oftalmológica e as ações de educação permanente em saúde, atividade física, promoção da cultura da prevenção no âmbito escolar e inclusão das temáticas de educação em saúde no projeto político pedagógico das escolas (MACHADO et al., 2015).

O PSE tem como objetivo oferecer diversas ações de prevenção, promoção e atenção à saúde de crianças, adolescentes e jovens do ensino básico público. Para garantir a execução do Programa Saúde na Escola é preciso avaliar as condições de saúde de crianças e adolescentes, que estão na sala de aula. O programa Saúde na Escola prevê a realização de três atividades conjuntas: a avaliação clínica e psicossocial; avaliação nutricional; e avaliação da saúde bucal (BRASIL, 2007).

Levando em consideração a importância da alimentação saudável o PSE recomenda identificar hábitos alimentares inadequados que podem levar ao desenvolvimento de distúrbios alimentares, obesidade, desnutrição, anemias, doenças bucais (como cáries e doença periodontal), e ainda agravar quadros de hipertensão arterial. Há problemas que podem ser diagnosticados já na infância e que, por isso, são mais fáceis de serem tratados para evitar transtornos futuros (BRASIL, 2007).

Sendo assim percebemos que os adolescentes exigem uma atenção diferenciada, já que é uma fase da vida repleta de mudanças, e que os hábitos alimentares serão perpetuados a partir dela. Entende-se então a importância de uma orientação a respeito da alimentação saudável. O grupo escolheu esse estudo porque a partir dele será possível realizar orientações sobre a alimentação saudável e seu reflexo na saúde.

Diante do exposto a presente pesquisa teve como objetivo relatar a experiência vivida por alunas graduandas do curso superior em Enfermagem, com um grupo de alunos do ensino médio em uma escola pública de São Paulo, em relação à importância do cuidado com a alimentação.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, no qual os autores do trabalho expõem suas percepções acerca de um determinado momento vivenciado, que seja significativo do ponto de vista de esclarecimento à profissão (THEOPHILO, 2006).

A vivência se deu durante a realização de um trabalho proposto pelo docente da disciplina Educação em Saúde, ministrada no sexto semestre do curso de Enfermagem de uma Instituição de Ensino Superior da zona Sul da cidade de São Paulo, SP, Brasil. A atividade consistiu em realizar uma ação educativa no ambiente extraescolar de nossa escolha, com temas relevantes para a educação em saúde.

A escolha do tema foi feita através de reuniões onde foram citados temas de grande relevância para a educação em saúde como: saúde bucal, gravidez na adolescência, violência, drogas, cuidados com a pele, bullying, e alimentação saudável. De acordo com a afinidade com

os temas cada grupo escolheu o seu a da presente pesquisa foi alimentação saudável.

Dia 17 de abril de 2018 iniciou-se a pesquisa sobre alimentação saudável, hábitos alimentares dos adolescentes, quais alimentos eram consumidos em excesso e quais eram pouco consumidos. Iniciamos a montagem dos slides para a realização da ação educativa. Demos ênfase na importância da adoção de uma alimentação saudável como prevenção de doenças crônicas e melhora da qualidade de vida, com imagens e textos explicativos, no final inserimos um slide com o cálculo do IMC (Índice de Massa Corpórea), que seria ensinado aos alunos. Em reunião o grupo decidiu que seriam entregues brindes aos participantes. No início da ação educativa distribuiríamos senhas para todos, e após sorteio os brindes seriam entregues, e como incentivo à adoção de uma alimentação saudável distribuiríamos uma salada de frutas como encerramento.

Entramos em contato com a instituição de ensino onde gostaríamos de realizar a ação educativa, explicamos o projeto para a direção que prontamente atendeu nosso pedido, agendando a nossa visita para o dia 11 de maio de 2018 no período noturno com os alunos do ensino médio, onde disponibilizaram duas horas para a realização da atividade por nós proposta.

Nessa etapa nós iniciamos a vivência com um grupo de 20 alunos do ensino médio, em uma escola pública, localizada no município de São Paulo, a atividade constitui em realizar uma ação educativa sobre alimentação saudável, orientar os alunos a respeito de uma dieta equilibrada, direcionando-os ao autocuidado com a saúde, como profilaxia de agravos futuros, colocando em prática tudo aquilo vivenciado em sala aula.

A fim de manter a particularidade do relato da visão dos acadêmicos em relação à simulação como estratégia de ensino e aprendizagem, foram utilizados no corpo do texto, alguns trechos da fala das participantes, as quais receberam nomes de frutas como (Abacaxi, Uva, Melancia, Morango, Jabuticaba, Kiwi) para evitar a identificação das participantes.

Vale ressaltar que este trabalho é um relato de experiência e, os próprios sujeitos do estudo também são os autores, sendo que todos eles concederam o seu consentimento para participar do estudo, bem como para divulgar os resultados.

## **DESENVOLVIMENTO**

A graduação em enfermagem possibilita que os acadêmicos passem por fases que o fazem refletir sobre a essência da profissão e fundamentalmente identificar competências para trilhar respectivamente a área a ser seguida (SOUSA; LUZ, et al., 2018).

Os educadores, de modo geral, partem do princípio de que a prática educativa ocorre na transmissão de saberes provenientes do encontro entre sujeitos, pois nessa situação consideram que se proporcionam as condições necessárias para que se estabeleçam as trocas simbólicas entre eles (RODRIGUES, 2007). Como pode ser demonstrado nas seguintes falas:

Foi uma vivência marcante na minha opinião, pois me proporcionou sentir o papel de educador, que é uma das funções mais importantes do enfermeiro. Saber que podemos fazer alguma diferença na vida das pessoas com pequenas orientações é recompensador (Melancia).

Pra mim, foi um desafio muito grande. Confesso que senti um pouco de medo. Qual seria a reação dos adolescentes? Será que iriam

gostar? Qual interação? Mesmo sendo um tema interessante e importante, tive medo da reação que teriam. Contudo, foi muito bom, ficaram bem à vontade, interagiram e se interessaram pelo tema. Experiência maravilhosa (Morango).

De acordo com Assis et al (2018), as aulas práticas fornecem uma ferramenta de grande valor para o aprendizado, pois o indivíduos vivenciam na prática os conteúdos abordados em sala.

[...] A professora disse que deveríamos escolher um tema e desenvolver uma atividade num ambiente extraescolar, era nossa chance de por em prática o que aprendemos em sala de aula (Abacaxi).

Para o exercício da ação pedagógica é de extrema importância que o enfermeiro-educador reflita e construa o seu conceito de educação, este lhe dará os subsídios para edificar o seu modelo pedagógico e o seu perfil de educador (ROECKER; NUNES; MARCON, 2013).

De acordo com Paschoal, Mantovani e Lacerda (2006), cabe ao enfermeiro prestar assistência ao indivíduo sadio ou doente, à família ou comunidade, no desempenho de atividades de prevenção, promoção, recuperação e reabilitação. Sendo assim, a prática profissional é a aplicação dos conhecimentos técnico, científico e comportamental adquiridos na formação, em vista da prevenção à doença e promoção, recuperação, reabilitação e manutenção da vida. Esse compromisso aumenta, à medida que o enfermeiro compreende a importância de seu trabalho, a dimensão transformadora de sua ação educadora, a importância social, cultural e política de sua prática profissional (PASCHOAL; MANTOVANI; LACERDA, 2006).

Nesse relato é abordado as atividades organizadas e executadas por nós onde transmitimos as informações adquiridas e acumuladas no curso de graduação a um público de ensino médio, numa ação

educativa em relação à alimentação saudável. Os trechos à baixo demonstram esse fato:

No primeiro momento tínhamos em mente realizar a ação educativa em uma casa de repouso, ou em um condomínio. Mas acabou não dando certo, então uma das integrantes do grupo conseguiu contato com uma escola pública onde iríamos apresentar nossa proposta para um grupo de adolescentes no período noturno. A princípio me bateu um desespero por ter conhecimento de que a grande maioria dos adolescentes só se alimentam de fastfood (Jabuticaba).

Quando escolhemos o tema da nossa ação educativa minha preocupação era a aceitação pelos alunos, principalmente por serem adolescentes e por falar de alimentação saudável (Uva).

A ação educativa em saúde se refere às atividades voltadas para o desenvolvimento de capacidades individuais e coletivas visando à melhoria da qualidade de vida e saúde. Considera-se ideal que os diagnósticos das necessidades de educação em saúde da população surjam por meio da observação sistematizada dos hábitos e estilo de vida das pessoas, e que as ações ao serem planejadas, levem em consideração os fatores que determinam o processo saúde/doença, a fim de que surtam realmente efeitos positivos nas condições de vida dos indivíduos, família e comunidade (ROECKER; NUNES; MARCON, 2013). O trecho à seguir exemplifica essa afirmativa:

Iniciei os slides falando sobre o que era alimentação saudável, onde se come bem e de forma equilibrada, para manter o peso ideal e uma saúde plena. Frisando que adoção desses hábitos preveniria o surgimento de doenças crônicas e melhorava a qualidade de vida (Kiwi).

Observamos ali que muitos adolescentes estavam acima do peso, o que confirmava a necessidade de se falar em alimentação saudável nessa faixa etária, pra prevenir agravos futuros (Morango).

Ao realizar as ações educativas os enfermeiros esperam atingir os objetivos programados, que as pessoas valorizem o trabalho, participem ativamente das ações e compreendam as orientações realizadas,

identifiquem a importância de cuidar da própria saúde e da comunidade em geral, e que a partir disso as ações possam contribuir para a melhoria nas condições de saúde de todos, e com isso reduzir o índice de doenças, bem como, proporcionar efeitos positivos e relevantes na vida das pessoas por meio das ações educativas (ROECKER; NUNES; MARCON, 2013). Os trechos em seguida expressam essa afirmativa:

Os adolescentes nos receberam bem, estavam atentos as informações que estavam sendo passadas (Melancia).

[...] Uma das professoras aproveitou o espaço para nos perguntar se os adolescentes poderiam sair de casa sem tomar café da manhã. Respondemos que não, pois é a primeira refeição do dia, sendo ela a mais importante, o que prevenia uma gastrite. Ela então relatou que sua filha de 17 anos possuía o costume de ir trabalhar sem se alimentar e que agora estava fazendo um tratamento de gastrite. Esse relato dela deu mais força para o que acabávamos de falar aos adolescentes, criando neles uma conscientização necessária (Kiwi).

Segundo Melo et al. 2009, modernamente, a promoção de saúde caracteriza-se pelo entendimento que a saúde é produto de um amplo espectro de fatores relacionados com a qualidade de vida, incluindo um padrão adequado de alimentação e nutrição, e de habitação e saneamento; boas condições de trabalho; oportunidades de educação ao longo da vida; ambiente físico limpo, apoio social para famílias e indivíduos; estilo de vida responsável; e um espectro adequado de cuidados de saúde. As falas a seguir relatam isso:

Ensinei aos adolescentes como realizar o cálculo de Índice de massa corporal (IMC), esse momento foi o mais espontâneo, lembro-me dos adolescentes agitados e animados para saber se estavam no peso ideal, compatível com a sua estatura (Melancia).

[...] Fizemos salada de frutas e entregamos no final da ação educativa com o objetivo de demonstrar que algo saudável poderia ser gostoso, e também fizemos um sorteio de canecas, fiquei satisfeita com meu desempenho durante a atividade, pois também houve um ótimo retorno por parte do nosso público (Jabuticaba).

[...] Os alunos ficaram bem animados conforme seus números eram chamados, uns torciam pelos outros com as falas "ih, passei perto

hein?”. Eles vieram em nossas direções sorridentes, onde recebiam um abraço e a caneca como brinde por estarem ali. (Uva)

Educação em saúde é uma prática constante no cotidiano de um enfermeiro, principalmente para o que atua em saúde pública. Sabe-se que as práticas educativas são inúmeras, porém, sua eficácia continua questionada (CARVALHO; CLEMENTINO; PINHO, 2008). Expressado no trecho a seguir:

Por tratar-se de adolescentes, não sabíamos se seguiriam as orientações, até porque a proposta de uma comida mais calórica e de fácil preparo para todos nós é tentadora, imagine então para eles que estão enfrentando uma fase repleta de mudanças? (Kiwi).

No final da ação abrimos espaço para perguntas e respostas, mas poucos alunos fizeram perguntas, o que me deixou na dúvida se eles seguiriam nossas orientações, se o que nós acabávamos de dizer entraria por um ouvido e sairia pelo outro (Jabuticaba).

A fase de preparo dos materiais que embasam a prática educativa dos enfermeiros e equipe, mesmo sem um planejamento prévio, é um momento crucial, pois, após verificar a necessidade educativa, os profissionais estarão se preparando para difundir informações em busca de melhoria das condições de saúde das pessoas, com base no despertar da consciência dos indivíduos e coletividade para o autocuidado, a autonomia sobre o seu viver, a identificação e domínio sobre os determinantes do processo saúde/doença, bem como o controle social (ROECKER; NUNES; MARCON, 2013). As falas a seguir demonstram tal fato:

Uma das alunas perguntou como poderia manter uma dieta saudável em casa se não possuía os alimentos ali citados. Olhando para ela dava pra perceber que o nível socioeconômico dela era baixo, tentamos dar soluções alternativas como retirada de alimentos como “bolacha recheada” do carrinho de compras, e substituí-los por frutas e legumes. Mas essa pergunta me intrigou, como comer bem se não tem condições para isso? (Kiwi).

No geral foi muito positivo, uma experiência maravilhosa, pois houve um crescimento mútuo, onde podemos levar conhecimentos e trocar

experiências (Jaboticaba).

Foi gratificante estar com os adolescentes, partilhar os nossos conhecimentos e receber a devolutiva da direção da escola foi melhor ainda. Ouvimos a frase: “Foi muito proveitoso para eles, às portas dessa escola estarão abertas para vocês voltarem com mais temas e novos projetos” (Uva).

Para Gubert, Prado (2011) a capacitação pedagógica do enfermeiro em sua formação inicial deve estar aliada aos processos de formação permanente das escolas. Espera-se que os educadores preparem profissionais que sejam competentes, críticos, criativos, inovadores, e que possam enfrentar os desafios do mundo do trabalho.

Para se fazer educação é preciso conhecer a si mesmo, para poder compreender o outro, ter empatia, trocar conhecimento. Educar é um processo contínuo, em que se ensina e aprende a cada dia, respeitando o saber do outro e aprendendo com ele. “Assim ensinar não é transferir conhecimentos, é sim criar possibilidades para sua construção e produção” (CARVALHO; CLEMENTINO; PINHO, 2008).

## **CONCLUSÃO**

Esta experiência foi enriquecedora, pois nos proporcionou desenvolver um trabalho em equipe voltado para o cuidado com a alimentação dos adolescentes. Através de pesquisas observamos que seus hábitos alimentares têm sido marcados pelo alto consumo de alimentos ricos em gorduras, sódio e açúcares simples, causando excesso de peso.

Nesse contexto o Programa Saúde na Escola (PSE), apresenta políticas públicas para minimizar os problemas de excesso de peso nessa fase. Dentre os componentes desse programa evidencia-se a promoção da alimentação saudável. A vivência nos proporcionou sentir

o papel de educador, que é uma das funções mais importantes do enfermeiro, e estar em contato com os adolescentes nos permitiu desenvolver um olhar crítico sobre o padrão alimentar na adolescência, que não depende somente de hábitos alimentares saudáveis, mas principalmente de fatores socioeconômicos. Concluímos que para promover orientações sobre alimentação saudável é preciso analisar o contexto social em que os indivíduos estão inseridos.

## REFERÊNCIAS

B.A. ASSIS; M. R. L. SOUSA; P. ERINGER; R. R. P. SANTOS; R. M. PROCÓPIO; R. F. SOUSA; M. L. P. A. GOMEZ. **O papel do enfermeiro como educador: relato de experiência vivida na aula prática de educação em saúde**. *Unifal em Pesquisa*, São Paulo: v.9, n.1. p. 116-132, jan. 2019.

BRASIL. Ministério da Saúde. ***Caderneta de saúde da adolescente***. Brasília, 2010. **Disponível em:** <[http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/caderneta\\_saude\\_adolescente\\_menina.pdf](http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/caderneta_saude_adolescente_menina.pdf)>. Acesso em: 09 de set. 2018.

BRASIL. Ministério da Educação e Ministério da Saúde. **Programa Saúde na Escola – PSE. Decreto nº 6.286, de 5 de dezembro de 2007**. Brasília, 2007. Disponível em: <[http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_ato2007-2010/2007/decreto/d6286.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2007/decreto/d6286.htm)>. Acesso em: 09 de set. 2018.

BRASIL. Presidência da República. **Lei n.º 8.069, de 13 de julho de 1990. Dispõe sobre o estatuto da criança e do adolescente e dá outras providências**. Brasília, 1990. Disponível em: <<http://www.assistenciasocial.al.gov.br/saladeimprensa/arquivos/ECA%20presidencia.pdf/view>>. Acesso em: 09 de set. 2018.

BRASIL. Ministério do Planejamento, Orçamento e Gestão. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Pesquisa de orçamentos familiares 2008-2009: antropometria e análise do estado nutricional de crianças e adolescentes no Brasil**. Brasília, 2010. Disponível em: <<https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv45419.pdf>>. Acesso em: 15 de set. 2018

CARMO, M. B.; TORAL, N.; SILVA, M.V.; SLATER, B. Consumo de doces, refrigerantes e bebidas com adição de açúcar entre adolescentes da rede pública de ensino de Piracicaba, São Paulo. **Rev Bras Epidemiol.** v.9, n. 1, p. 123-130. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbepid/v9n1/10.pdf>>. Acesso 15 de set. 20180.

CARVALHO, V.L.S.; CLEMENTINO, V.Q.; PINHO, L.M.O. Educação em saúde nas páginas da REBEn no período de 1995 a 2005. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 61, n. 2, p. 243-248, mar-abril, 2008. Disponível em: <<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=267019607016>>. Acesso em: 24 de mar. 2019.

DISHCHEKENIAN, V.R.M. et al., Padrões alimentares de adolescentes obesos e diferentes repercussões metabólicas. **Rev. Nutr.** Campinas: v. 24, n.1, p.17-29, jan.-fev. 2011. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S141552732011000100002](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S141552732011000100002)>. Acesso em: 09 de set. 2018.

GUBERT, E.; PRADO, M.L. Desafios na prática pedagógica na educação em enfermagem. **Rev. Eletr.e Enf.** v. 13, n. 2, p. 285-95, abr-jun. 2011. Disponível em: <<https://revistas.ufg.br/fen/article/view/9036/9630>>. Acesso em: 10 de mar. 2019.

LEONARDO, M. Antropologia da alimentação. **Rev. Antropos.** Minas Gerais. v.3, p.1-6, dez, 2009. Disponível em: <<http://revista.antropos.com.br/downloads/dez2009/Artigo%201%20-%20Antropologia%20da%20Alimenta%E7%E3o%20-%20Maria%20Leonardo.pdf>>. Acesso: 15 de set. 2018.

MENEZES, L. S. P.; MEIRELLEST, M.; WEFFORT, V. R. S. A alimentação na infância e adolescência: uma revisão bibliográfica . **Revista Médica de Minas Gerais.** Minas Gerais: V. 21, n.3, p.144, 2011. Disponível em: <<http://rmmg.org/exportar-pdf/863/v21n3s1a26.pdf>>. Acesso: 01 de set. 2018.

MACHADO, M. F. A. S. et al., Programa Saúde na Escola: Estratégia promotora de saúde na atenção básica no Brasil. **J. Hum. Growth Dev.** São Paulo: v.25, n.3, p. 307-3012, 2015. Disponível em: <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S010412822015000300009](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S010412822015000300009)>. Acesso em: 01 de set. 2018.

PASCHOAL, A.S.; MANTOVANI, M.F.; LACERDA, M.R. A educação permanente em enfermagem: subsídios para a prática profissional. **Rev Gaúcha Enferm**, Porto Alegre (RS), v.27, n.3, p.336-43, set. 2006.

PEREIRA, T. S. et al., Influência de intervenções educativas no conhecimento sobre alimentação e nutrição de adolescentes de uma escola pública. **Ciênc. saúde coletiva [online]**. v.22, n.2, p.427-435, 2017. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S141381232017000200427&script=sci\\_abstract&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S141381232017000200427&script=sci_abstract&tlng=pt)>. Acesso: 01 de set. 2018

RODRIGUES, R. A prática educativa como uma atividade de desencontro de sujeitos. **Educação e Pesquisa**, São Paulo, v.33, n.3, p. 445-458, set./dez. 2007. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/ep/v33n3/a04v33n3.pdf>>. Acesso: 10 de mar. 2019.

ROECKER, S.; NUNES, E. F. P. A.; MARCON, S. S. O trabalho educativo do enfermeiro na Estratégia Saúde da Família. **Texto Contexto Enferm**, Florianópolis. v. 22, n.1. p. 157-65, jan/mar. 2013. Disponível em: <[http://www.scielo.br/pdf/tce/v22n1/pt\\_19.pdf](http://www.scielo.br/pdf/tce/v22n1/pt_19.pdf)>. Acesso: 10 de mar. 2019.

SILVA, J. G.; TEIXEIRA, M. L. O.; FERREIRA, M. A. Alimentação e saúde: sentidos atribuídos por adolescentes. **Esc. Anna Nery**. Rio de Janeiro: v. 16, n. 1, p.88-95, mar, 2012. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1414-81452012000100012&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-81452012000100012&lng=en&nrm=iso)>. Acesso: 01 de set. 2018.

SOUZA, A.M; LUZ, J.R.; OLIVEIRA, M.A.F; FERNANDES, M.C.; ROSA, T.C.A.; CUVELLO, L.C.F. **Simulação em primeiros socorros em parada cardiorrespiratória: relato de experiência de acadêmicas de enfermagem**. Unifal em Pesquisa, São Paulo: v.8, n.1. jan. 2018. Disponível em: <[www.italo.com.br/portal/cepep/revistaeletronica.html](http://www.italo.com.br/portal/cepep/revistaeletronica.html)>. Acesso: 10 mar. 2019.

THEÓPHILO, C. R. **Pesquisa em Contabilidade no Brasil – As novas abordagens metodológicas na pesquisa em contabilidade gerencial**. 2001. 17 f. Tese (Doutorado em Contabilidade) – Programa de Pós Graduação em Ciências Contábeis da Faculdade de Economia, Administração e Contabilidade da Universidade de São Paulo. São Paulo, 2004. Disponível em: <<http://www.anpad.org.br/admin/pdf/ENEPQ136.pdf>>. Acesso: 28 de set. 2018.