



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO  
Três Barras do Paraná – PR  
Setor de Nutrição e Merenda Escolar

## Educação Alimentar e Nutricional (EAN)

O trabalho de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) é desenvolvido em todas as escolas da rede municipal, conforme previsto na legislação vigente e inserido no currículo escolar, sendo trabalhado de forma contínua e interdisciplinar com todas as turmas.

As ações são realizadas pelos professores no contexto pedagógico, abordando temas relacionados à alimentação saudável, hábitos alimentares, valorização dos alimentos, prevenção do desperdício e promoção da saúde. Para auxiliar nesse processo, as nutricionistas responsáveis pelo Programa de Alimentação Escolar encaminham sugestões de materiais de apoio, atividades e conteúdos educativos, contribuindo para o planejamento e desenvolvimento das ações em sala de aula. Também já foi disponibilizado cursos de formação nesses assuntos a todos os professores da rede, pela secretaria municipal de educação.

Além disso, sempre que possível, as nutricionistas realizam visitas às unidades escolares para complementar e fortalecer o trabalho desenvolvido pelos professores, promovendo orientações, atividades educativas e momentos de conscientização com os estudantes.

As ações de Educação Alimentar e Nutricional também buscam envolver as famílias, considerando a importância da participação dos pais e responsáveis na formação dos hábitos alimentares das crianças e adolescentes. Por meio de orientações, comunicados, atividades enviadas para casa e participação em eventos e ações escolares, procura-se fortalecer a parceria entre escola e família, incentivando práticas alimentares saudáveis também no ambiente familiar.

Dessa forma, a Educação Alimentar e Nutricional contribui para a promoção da saúde, qualidade de vida e desenvolvimento integral dos estudantes, fortalecendo hábitos saudáveis dentro e fora do ambiente escolar.





**AOS PAIS:** Com pequenas atitudes diárias, família e escola podem juntas incentivar escolhas mais equilibradas, promovendo saúde, aprendizado e qualidade de vida para nossas crianças.

- Alimentação saudável também se aprende em casa, todos os dias, através do exemplo. Procurem fazer as refeições junto com os filhos, envolve-os no preparo dos alimentos.
- Crianças que se alimentam bem têm mais energia, concentração e disposição para aprender.
- Incentive o consumo de frutas, verduras e alimentos naturais no dia a dia da família.
- Evite o excesso de alimentos ultraprocessados, ricos em açúcar, gordura e sódio, como salgadinhos, miojo, biscoitos, balas e pirulitos, salsicha, hambúrguer industrializados, sorvetes.
- O momento das refeições é também um momento de cuidado, conversa e aprendizado. Evite uso de celular e de televisão no momento da refeição.
- Pequenas mudanças na alimentação hoje fazem grande diferença na saúde no futuro.
- Família e escola juntas fortalecem hábitos alimentares mais saudáveis para nossas crianças.
- Uma alimentação equilibrada contribui para o crescimento, desenvolvimento e rendimento escolar dos alunos.
- Educar para uma alimentação saudável é ensinar cuidado, saúde e qualidade de vida.

**“Família e escola, juntas, cultivando hábitos saudáveis,  
consciência alimentar e mais qualidade de vida para nossas  
crianças.”**

Setor de nutrição escolar

Nutricionista: Simone Regina Basso Brandini

CRN8 2606