



A Importância da Alimentação para o Desenvolvimento e Aprendizagem no Ambiente Escolar

Introdução

A alimentação tem um papel importante durante a infância e a adolescência, períodos marcados por crescimento, desenvolvimento e formação de hábitos alimentares.

Objetivo

Descrever a importância da alimentação adequada para o desenvolvimento e a aprendizagem no ambiente escolar, considerando evidências científicas sobre alimentação, qualidade da dieta, alimentação escolar e desempenho dos estudantes.

Metodologia

Trata-se de uma pesquisa bibliográfica, embasada, principalmente nos autores Muraro (2025) e Deus e Silva (2023) e documentos oficiais relacionados ao Plano Nacional de Alimentação Escolar (PNAE).

Considerações Finais

A alimentação adequada é importante para o crescimento, a saúde e o desenvolvimento dos estudantes. No ambiente escolar, o PNAE e a atuação do nutricionista podem contribuir para uma alimentação mais adequada e para a promoção de hábitos saudáveis, tornando a escola também um espaço de cuidado e aprendizagem.

Amanda Gabriele da Rocha Sember (IESSA/PBID/CAPES)
Hemely Rosa da Silva (Unicesumar)
Evana dos Santos Levandoski (IESSA/PIBID/CAPES)
Ana Luiza Ferreira (IESSA/PIBID/CAPES)

Orientadora: Prof^a M^a Lilia Schainiuka Heil (IESSA)

Discussão

A alimentação faz parte do dia a dia dos estudantes e pode influenciar diferentes aspectos da sua saúde e desenvolvimento. No ambiente escolar, estudos brasileiros mostram que o consumo da alimentação oferecida pela escola está relacionado a uma melhor qualidade da dieta e a menor consumo de alimentos não saudáveis. Também foram encontrados resultados positivos relacionados à atuação do nutricionista no PNAE e ao desempenho escolar. Esses achados mostram que a alimentação escolar vai além de simplesmente oferecer uma refeição: ela pode contribuir para a saúde, o desenvolvimento e criar melhores condições para a aprendizagem.

Referências

DEUS, Caroline de; SILVA, Maria Micheliana da Costa. A atuação de nutricionistas no PNAE e seus efeitos sobre o desempenho escolar. Estudos Econômicos (São Paulo), São Paulo, v. 53, n. 2, p. 411-455, 2023.
MURARO, Ana Paula et al. Association of school meals and eating behavior, diet quality, food safety, and BMI among Brazilian students: a systematic review. Ciência & Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 30, n. 5, e14892023, 2025.