

# EDUCAÇÃO ALIMENTAR NUTRICIONAL EAN

Para fins do PNAE, considera-se EAN (Educação Alimentar Nutricional) o conjunto de ações formativas, de prática contínua e permanente, transdisciplinar, intersetorial e multiprofissional, que objetiva estimular a adoção voluntária de práticas e escolhas alimentares saudáveis que colaborem para a aprendizagem, o estado de saúde do escolar e a qualidade de vida do indivíduo.

A escola desempenha papel fundamental na formação dos hábitos de vida/alimentares da criança e em parceria com a nutricionista e programas de Educação Nutricional pode orientar os alunos quanto aos bons hábitos alimentares, colaborando assim com a formação de crianças e futuros adultos mais saudáveis e felizes!

## Benefícios

- Conscientização da importância de manter bons hábitos alimentares desde a infância.
- Exploração do universo dos alimentos e suas características sensoriais.
- Mudanças no comportamento e rotina alimentar.
- Bom desempenho no processo de aprendizagem.
- Aprender brincando.



AO FORMAR HÁBITOS DE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL INVESTIMOS NÃO SOMENTE NA SAÚDE INDIVIDUAL, MAS TAMBÉM NO DESENVOLVIMENTO DE UMA SOCIEDADE MAIS SAUDÁVEL, CONSCIENTE E ATIVA.

## EDUCAÇÃO ALIMENTAR NUTRICIONAL EAN

A Educação Alimentar e Nutricional ocupa posição estratégica para a prevenção e controle dos problemas alimentares e nutricionais atuais e para promoção da alimentação adequada e saudável. Neste contexto, um avanço fundamental e balizador das ações de EAN no âmbito das Políticas Públicas no Brasil foi a elaboração, em 2012, do Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional. Ele tem como objetivo promover um campo comum de reflexão e orientação da prática, no conjunto de iniciativas de Educação Alimentar e Nutricional que tenham origem, principalmente, na ação pública, e que contemple os diversos setores vinculados ao processo de produção, distribuição, abastecimento e consumo de alimentos.



**NA EDUCAÇÃO NUTRICIONAL, O IMPORTANTE É QUE NADA SE IMPÕE E A CRIANÇA APRENDE SOBRE A IMPORTÂNCIA DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL BRINCANDO!**

**Promover a conscientização desde a infância, é a oportunidade para fixação dos bons hábitos e práticas alimentares**



## EDUCAÇÃO ALIMENTAR NUTRICIONAL EAN

*Vamos conhecer um pouquinho da trajetória da  
Educação Alimentar e Nutricional?*

1900 -1930

Alimentação Escolar era sinônimo de caridade

1930 -1980

Nasce a Alimentação Escolar com foco nos carboidratos e proteínas para combater a desnutrição

1990 -2010

A Educação Alimentar Nutricional vira Política Pública

2010 - 2024

A Educação Alimentar Nutricional ainda era pontual, sem continuidade ou intencionalidade.

2024 - 2025

A Educação Alimentar Nutricional entra em sala de aula e começa a ser planejada com sequências didáticas, projetos e aulas regulares. A criança aprende sobre montagem do prato, grupos alimentares.

2026

A Educação Alimentar Nutricional resolve problemas e formam crianças autônomas. Ela reconhece que a saúde infantil hoje é física, emocional e alimentar. Ela age diretamente nos desafios da seletividade, obesidade, falta de rotina e excessos de ultraprocessados.

