



PREFEITURA DE  
**TOLEDO**

SECRETARIA  
DA **EDUCAÇÃO**

**Setor de Nutrição**

**Programa: Alimentar para Cuidar**

**TOLEDO - PR  
2026**



**Prefeito Municipal**

Mario César Costenaro

**Vice Prefeito**

Lucio De Marchi

**Secretária da Educação**

Janice Salvador

**Diretora do Sistema de Ensino:**

Solange Brito de Carvalho Ribeiro

**Diretora do Departamento de Ensino:**

Edna Heloisa Schaeffer Amaral

**Diretora do Departamento de Educação Infantil:**

Eliane Aparecida da Silva Luiz

**Diretora do Departamento de Administração Escolar:**

Marlize Justina Miquelon

**Elaboração:**

Elly Ana Pootz Borilli CRN8 5643

Fernanda Manzatti Galvão CRN 8 6384

Francielle Rossoni de Carvalho CRN8 5694

Juliana Cristina Veit CRN8 5487

Maria Isabel Bonaldo CRN8 5650

Marluce Carla Philippsen CRN8 6606



## **Programa: Alimentar para Cuidar – Educação Alimentar e Nutricional em Família**

### **1. Proponente**

Secretaria Municipal de Educação

### **2. Parcerias Institucionais**

- Equipe de Nutrição do PNAE
- Conselhos Municipal de Alimentação Escolar (CAE)
- Conselho Municipal de Segurança Alimentar e Nutricional (COMSEA)

### **3. Público-alvo**

Pais e responsáveis por crianças e adolescentes matriculados nos Centros Municipais de Educação Infantil (CMEIs) e escolas da rede municipal de ensino.

### **4. Justificativa**

A alimentação adequada e saudável é um direito humano fundamental e componente essencial para o crescimento, desenvolvimento e aprendizagem de crianças e adolescentes. No contexto escolar, o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) estabelece a Educação Alimentar e Nutricional (EAN) como eixo estruturante das ações voltadas à promoção da saúde e da segurança alimentar e nutricional.

Nesse sentido, a Secretaria Municipal da Educação propõe o programa **“Alimentar para Cuidar – Educação Alimentar e Nutricional em Família”**, com foco no fortalecimento do vínculo entre escola e família, reconhecendo os pais e responsáveis como agentes fundamentais na formação de hábitos alimentares saudáveis. A estratégia de envio mensal de conteúdos educativos busca ampliar o acesso à informação de forma contínua, simples e alinhada às diretrizes do PNAE.



## **5. Objetivo Geral**

Promover a alimentação adequada e saudável de crianças e adolescentes por meio de ações mensais de Educação Alimentar e Nutricional direcionadas aos pais e responsáveis, em consonância com as diretrizes do PNAE.

### **5.1 Objetivos Específicos**

- Desenvolver ações contínuas de Educação Alimentar e Nutricional no âmbito escolar;
- Fortalecer o papel da família na formação de hábitos alimentares saudáveis;
- Incentivar práticas alimentares adequadas às diferentes fases da infância e adolescência;
- Contribuir para a prevenção de agravos nutricionais;
- Incentivar práticas alimentares saudáveis adequadas a cada fase da vida;
- Estimular o consumo de alimentos in natura e minimamente processados;
- Reduzir o consumo de alimentos ultraprocessados;
- Contribuir para a prevenção de agravos nutricionais (sobrepeso, obesidade e deficiências nutricionais);
- Apoiar a implementação efetiva das diretrizes do PNAE no município.

## **6. Metodologia**

O programa será desenvolvido por meio de ações educativas contínuas, com abordagem simples, prática e baseada em evidências científicas.

### **6.1 Estratégias de Ação**

- Envio mensal de conteúdos educativos digitais;
- Produção de materiais baseados no Guia Alimentar para a População Brasileira;
- Utilização de linguagem acessível, inclusiva e culturalmente adequada;
- Integração com atividades escolares já existentes;
- Estímulo à participação ativa das famílias.

### **6.2 Canais de Comunicação**

- WhatsApp institucional
- E-mail



- Redes sociais oficiais
- Site da Secretaria Municipal da Educação

### 6.3 Formatos dos Materiais

- Cards informativos
- Infográficos
- Textos explicativos breves
- Sugestões práticas (receitas, dicas e rotinas)

## 7. Periodicidade

Mensal (12 edições ao longo do ano).

## 8. Cronograma e Temas Mensais

| Mês | Tema                                     | Abordagem                  |
|-----|--|----------------------------|
| 01  | Alimentação saudável começa em casa      | Papel da família e exemplo |
| 02  | O que é alimentação saudável?            | Conceitos básicos          |
| 03  | Como montar um prato saudável            | Proporção e variedade      |
| 04  | Importância do café da manhã             | Impacto no aprendizado     |
| 05  | Lanches saudáveis                        | Sugestões práticas         |
| 06  | Frutas, legumes e verduras               | Estratégias de aceitação   |
| 07  | Açúcar, sal e ultraprocessados           | Redução consciente         |
| 08  | Alimentação e crescimento                | Desenvolvimento infantil   |
| 09  | Alimentação e comportamento              | Relação com humor e sono   |
| 10  | Alimentação na adolescência              | Autonomia alimentar        |
| 11  | Refeições em família                     | Vínculo e hábitos          |
| 12  | Hábitos para a vida toda<br>continuidade | Síntese e continuidade     |

## 9. Monitoramento e Avaliação

### 9.1 Indicadores de Processo

- Número de materiais enviados mensalmente;
- Alcance das publicações (visualizações e acessos);
- Frequência de envio conforme cronograma.

### 9.2 Indicadores de Resultado

- Participação das famílias (interações, feedbacks);
- Mudanças percebidas nos hábitos alimentares (relatos escolares);
- Maior adesão às orientações do PNAE.



### **9.3 Instrumentos de Avaliação**

- Questionários simples (online);
- Relatórios das equipes escolares;
- Registro de participação em ações complementares.

### **10. Resultados Esperados**

- Ampliação do conhecimento das famílias sobre alimentação saudável;
- Fortalecimento da parceria entre escola e família;
- Maior engajamento dos responsáveis nas práticas alimentares;
- Melhoria gradual dos hábitos alimentares das crianças e adolescentes;
- Consolidação das diretrizes do PNAE no ambiente escolar.

### **11. Sustentabilidade do Programa**

- Possibilidade de continuidade anual com atualização dos temas;
- Formação continuada de profissionais da educação;
- Integração com outras políticas públicas (saúde e assistência social);
- Criação de banco permanente de materiais educativos.

#### **Fonte:**

**BRASIL. Ministério da Saúde.** Guia alimentar para a população brasileira. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

**BRASIL. Ministério da Saúde.** Guia alimentar para crianças brasileiras menores de 2 anos. Brasília: Ministério da Saúde, 2019.