**PLANO ANUAL DE AÇÕES: NUTRICIONISTA PNAE**

**ANO 2024**

**VANESSA APARECIDA DE MOURA CRN 4164**

**NUTRICIONISTA/SETOR MERENDA ESCOLAR**

**Plano de Ação do Nutricionista PNAE/2024**

**Atividades a serem desenvolvidas:**

**1.0 Treinamento/ Capacitação dos funcionários:**

Realizar atividade de treinamento em higiene ambiental, pessoal e dos alimentos, bem como Boas Práticas de Manipulação e Higiene.

**1.1 Justificativa:**

Promover práticas higiênico-sanitárias nas cozinhas da escola, e assegurar a qualidade na produção, armazenamento e distribuição de refeições.

**1.2 Estratégia Operacional:**

Realizar treinamentos específicos em higiene ambiental, pessoal e dos alimentos, para merendeiras e demais pessoas envolvidas com o preparo da merenda escolar, afim de garantir a qualidade sanitária para a alimentação servida aos alunos.

Incentivar o preparo de pratos nutritivos, balanceados nutricional mente e com segurança alimentar, e também evitar os desperdícios.

**1.3 Metas:**

Eliminar ou reduzir a contaminação bacteriana a condições aceitáveis a saúde humana, produzindo uma refeição livre de impurezas, contaminação, e segura para consumo dos escolares.

**1.4 Execução:**

Previsão **Início de Março e Julho de 2024**, e sempre que necessário.

**2.0 - Avaliação do estado nutricional dos alunos:**

Avaliar os indicadores peso, altura e idade, e determinar o diagnóstico nutricional para possíveis intervenções com orientação nutricional e prescrição dietética.

**2.1 Justificativa:**

Avaliar a saúde dos alunos através da determinação do estado nutricional, e quando necessário realizar intervenção dietética.

**2.2 Estratégia Operacional:**

Primeiramente são coletados os dados na ficha de matricula com a Secretaria da Escola. Segundo os alunos são levados em uma sala mais próxima (sala de recursos), ou no pátio da escola, onde serão verificados os peso, e a estatura.

Para a aferição do peso será utilizada uma balança digital com capacidade de 150 kg e graduação de 100g, posicionada em um lugar plano, e o alunos devem estar com roupas leves, descalços e em pé no centro da balança sem apoiar-se em nada. Para as crianças menores de 2 anos será utilizada a Balança pediátrica da marca Welmy®, com capacidade de até 15kg. Para estatura vai será um Estadiômetro portátil com 2,20 m da marca Welmy®, onde os alunos ficaram apoiados na sua base e ficaram em posição de Frankfort (com os pés juntos e os calcanhares, as nádegas e a parte superior das costas encostando-se ao estadiômetro). Para as crianças menores de 2 anos será utilizada uma régua portátil de capacidade para medir até 1 (um) metro da marca ANVISA.

Após a coleta dos dados com o peso e estatura será realizada a verificação do estado nutricional das crianças através do Peso pela idade, estatura para idade e do Índice de Massa Corpórea (IMC) dividindo o peso pela estatura ao quadrado. Os resultados serão classificados segundo as tabelas NCHS, 2000 e OMS 2007, que avalia a distribuição em percentil e Escore-z para Peso por idade, Estatura por idade e IMC para idade de 00 a 5 anos, e 5 a 19 anos, separados por sexos, e idade/meses, os pontos de corte utilizados para IMC para idade: **<Escore-z-3** Desnutrição; **≥Escore-z-3 e**

**<Escore-z-2** Baixo Peso; **≥Escore-z-2 e ≤Escore-z+1**; **≥Escore-z+2** Eutrofia **e** ≥Escore-z+2 e ≤Escore-z+3 Sobrepeso; ≥Escore-z+3 Obesidade.

Após análise dos dados e obtenção do resultado das avaliações os pais são comunicados e chamados na escola (em forma de palestras) para tomar ciência do estado nutricional de seus filhos e a partir daí é feita a intervenção quando necessário.

**2.3 Metas:**

Traçar estratégias para que a maioria das crianças tenha sua avaliação considerada normal para o padrão de sua idade, e implementar intervenções de orientação nutricional para que isso aconteça.

**2.4 Execução:**

**Anualmente. Pretende-se Avaliar 2 (duas) vezes ao ano para comparativo.**

**3.0 Elaboração dos cardápios**

Elaborar cardápios saudáveis e balanceados, que contemplem os alimentos disponíveis na merenda ofertada pela prefeitura, e dos programas da agricultura familiar.

**3.1 Justificativa:**

A elaboração e o planejamento dos cardápios é a ferramenta operacional que relaciona os alimentos destinados a suprir as necessidades nutricionais individuais ou coletivas, discriminando os alimentos, por preparação, quantitativo per capita, para energia, carboidratos, proteínas, lipídios, vitaminas e minerais...

É um instrumento de planejamento que visa assegurar a oferta de uma alimentação equilibrada, garantindo os nutrientes necessários para a boa condição de saúde.Planejar o cardápio da alimentação escolar de acordo com a cultura alimentar, o perfil epidemiológico da população atendida e a vocação agrícola da região, acompanhando desde a aquisição dos gêneros alimentícios até a produção e distribuição da alimentação...

O adequado planejamento dos cardápios ofertados aos escolares, assim como o acompanhamento de sua execução são importantes ferramentas para o alcance dos objetivos do PNAE.

**3.2 Estratégia Operacional:**

Os cardápios serão elaborados mensalmente, contendo variedade e diversidade de alimentos e preparações, de forma que seja atrativa ao aluno e que sobretudo sejam saudáveis aos escolares.

**3.3 Metas:**

Incentivar o consumo da merenda escolar através de um cardápio atrativo.

**3.4 Execução:**

Mensalmente.

**4.0 Cálculos dos cardápios**

Calcular os cardápios ofertados na merenda ofertada com seus macro e micronutrientes.

**4.1 Justificativa:**

O cálculo dos cardápios se faz necessário para que as necessidades nutricionais das crianças sejam atendidas através da alimentação ofertada, de acordo com suas faixas etárias e tempo de permanência na escola.

**4.2 Estratégia Operacional:**

Os cardápios são elaborados através de programa de cálculo de dietas, e submetidos a análise de contagem de nutrientes, o programa utilizado é o NUTRILIFE, ao final da montagem do cardápio fornece os dados de macro e micronutrientes, para sua possível adequação conforme as exigência nutricionais que a merenda deve cumprir.

**4.3 Metas:**

Fornecer aos alunos uma refeição equilibrada nutricional mente e que atenda suas necessidades nutricionais.

**4.4 Execução:**

Sempre que necessário.

**5.0 Projeto de Educação Nutricional**

Desenvolver projeto de Educação Nutricional interdisciplinar com toda a comunidade escolar.

**5.1 Justificativa:**

A execução deste projeto, justifica-se em tornar mais acessível e atrativo o conhecimento sobre práticas alimentares saudáveis, os diferentes tipos de alimentos, suas funções e sabores, deixando as crianças mais próximas dessa realidade, afim de despertar sua curiosidade sobre os alimentos e cativá-los a criarem uma nova concepção alimentar. Além do compartilhamento de informações entre turmas, o que colabora para uma socialização do ambiente escolar. Através da Educação nutricional busca-se promover a conscientização sobre alimentação saudável, prevenção de doenças através da alimentação, práticas alimentares saudáveis, aproveitamento integral dos alimentos, entre outros

**5.2 Estratégia Operacional:**

A execução deste projeto é coordenado pela Nutricionista e conta com a participação e colaboração dos professores, coordenadores, direção, e equipe da saúde na escola. Em sala de aula serão trabalhados temas como: higiene pessoal e ambiental; pirâmide alimentar; variedades de frutas e verduras existentes no país; desenvolver o interesse pelo sabor dos alimentos; vitaminas e minerais dos alimentos e suas funções no organismo, oficinas culinárias, ciências e nutrição, além de outros temas que serão discutidos com os professores e coordenadores, aceitando sugestões para temas diversos. As crianças serão estimuladas a consumir mais frutas e verduras e a consumir moderadamente açúcares e gorduras; serão incentivadas também a consumir a merenda escolar sem desperdiçá-la.

Os temas citados a cima serão trabalhados em forma de Palestras e Teatros de fantoche no C.M.E.I., e na Escola Municipal palestras e após uma gincana de nutrição que envolve brincadeiras com alimentos e a “torta na cara”, ou seja será passado o conteúdo em palestra, e após uma semana a brincadeira da “torta na cara” como forma educativa de estudarem o assunto.

**5.3 Metas:**

Com isso buscaremos incentivar a melhoria dos hábitos alimentares nos escolares e despertá-los para a prática de uma boa alimentação, consumo da merenda escolar, combate aos desperdício e prevenção do sobrepeso e obesidade.

**5.4 Execução:**

Este projeto será desenvolvido no decorrer do ano, sem uma data definida.

**6.0 Planejamento de compras**

Elaborar lista de compras de cada instituição conforme sua necessidade, juntamente com a pessoa responsável pelas as compras.

**6.1 Justificativa:**

A elaboração da lista de compras visa suprir as instituições escolares com os mantimentos necessários ao seu funcionamento e contemplar todos os itens alimentícios usados na merenda.

**6.2 Estratégia Operacional:**

Realizar levantamento prévio de estoque, e avaliar o cardápio semanalmente e mensalmente para verificar os itens necessários para elaborar a lista de compras. Com atenção especial à utilizar o que está pra vencer primeiro no estoque. Os alimentos perecíveis são comprados mensalmente e não perecíveis semanalmente, portanto, semanalmente há planejamento de compras.

**6.3 Metas:**

Garantir que não falte itens constante no cardápio e priorizar os alimentos de época.

**6.4 Execução:**

Semanalmente, quinzenalmente e mensal.

**7.0 Planejamento de compras e entrega da Agricultura Familiar**

Planejar e determinar a utilização dos produtos fornecidos pela agricultura familiar.

**7.1 Justificativa:**

Para atender à exigência legal da compra de no mínimo 30% dos recursos de alimentos da agricultura familiar, faz-se necessário um levantamento de consumo e planejamento para utilização desses alimentos na merenda escolar, segundo sua época de oferta, quantidade produzida pelo agricultor, e cota comprada pela prefeitura través das licitações.

**7.2 Estratégia Operacional:**

Realizar levantamento prévio da demanda utilizada anualmente de cada alimento, para posteriormente ser repassado para departamento de compras da prefeitura responsável pela licitação dos agricultores familiares. Após processo licitatório concluído, faz-se a programação anual de entrega desses itens, de acordo com o cardápio e com a época de oferta desses. Esse elo é feito através de reuniões com os agricultores em parceria com A nutricionista, afim de que o alimento saia do campo e chegue à merenda escolar.

**7.3 Metas:**

Garantir que não falte itens constante no cardápio, priorizar os alimentos de época, valorizar a agricultura familiar, promover diversidade e qualidade nas refeições oferecidas, ofertar alimentos mais nutritivos e livres de agrotóxicos, cumprir a exigência legal.

**7.4 Execução:**

Mensalmente.

**8.0 Assessorar o CAE**

Suporte para os membros do CAE, acompanhando em visitas, esclarecimentos, reuniões dentre outros.

**8.1 Estratégia Operacional:**

Participar de visitas nas escolas, e nas reuniões mensais.

**7.4 Execução:**

Mensalmente ou quando necessário

**9.0 Aplicar o Teste de Aceitabilidade com os alunos**

O teste de aceitabilidade, é o conjunto de procedimentos metodológicos, cientificamente reconhecidos, destinados a medir o índice de aceitabilidade da alimentação oferecida aos escolares. O teste de aceitabilidade faz parte da análise sensorial de alimentos, que evoca, mede, analisa e interpreta reações das características de alimentos e materiais como são percebidas pelos órgãos da visão, olfato, paladar, tato e audição.

**9.1 Justificativa:**

A aceitação de um alimento pelos estudantes é um importante fator para determinar a qualidade do serviço prestado pelas escolas em relação ao fornecimento da alimentação escolar. Além disso, evita o desperdício de recursos públicos na compra de gêneros alimentícios rejeitados. Para verificar a aceitação de algum tipo de alimento, o teste de aceitabilidade é um instrumento fundamental, pois sua execução é fácil e permite uma verificação da preferência média dos alimentos oferecidos. Os métodos sensoriais afetivos não necessitam de provadores treinados, pois avaliam somente a aceitação e a preferência dos produtos. Uma alimentação aceita e saudável favorece a adesão na escola, melhora o desenvolvimento do estudante em sala de aula e promove a formação de bons hábitos alimentares.

**9.2 Estratégia Operacional:**

Será realizado na Escola Municipal de Itaguajé e no C.M.E.I “Vamos Crescer Juntos”, por serem crianças maiores, e bom entendimento na escala usada para a avaliação. (Escala Hedônica). Cada produto deve ser preparado pela Entidade Executora conforme as instruções de uso e em quantidade suficiente para que cada aluno receba uma porção deste (um copo ou um prato raso). Será analisado um produto de cada vez. Nenhum aluno deve receber qualquer informação sobre a marca ou procedência do produto, pois isso pode influenciar seu julgamento e comprometer a isenção e a imparcialidade da avaliação. Após preenchimento da Escala, cada aluno colocara o nome e a série. e em seguida será analisado o resultado final.

**9.3 Metas:**

Atingir o 96% de aceitabilidade.

**9.4 Execução:**

Sempre que introduzir um alimento diferente ou sempre que necessário.

RESUMO DAS ATIVIDADES

|  |  |
| --- | --- |
| ATIVIDADES | PREVISÃO DE EXECUÇÃO |
| Treinamento/ Capacitação dos funcionários | Início de Março e Julho de 2024, e sempre que necessário |
| Avaliação do estado nutricional dos alunos | Anualmente. Pretende-se Avaliar 2 (duas) vezes ao ano para comparativo, SEM DATA MARCADA. |
| Elaboração dos cardápios | Semanal ou Mensal. |
| Cálculos dos cardápios | Sempre que necessário cada troca de cardápio. |
| Projeto de Educação Nutricional | Este projeto será desenvolvido no decorrer do ano, sem uma data definida. |
| Planejamento de compras | Semanal, quinzenal e mensal. |
| Planejamento de compras e entrega da Agricultura Familiar | Semanalmente |
| Aplicar o Teste de Aceitabilidade com os alunos | Mensalmente ou quando necessário. |
| Aplicar o Teste de Aceitabilidade com os alunos | Sempre que introduzir um alimento diferente ou sempre que necessário |