

Secretaria  
de Educação



Prefeitura de  
**Joinville**



## **METODOLOGIAS DA ALIMENTAÇÃO, HIGIENE E REPOUSO**

Educar e Cuidar na Educação  
Infantil: Caminhos Metodológicos Para  
a Rede Municipal de Joinville

# Educar e Cuidar na Educação Infantil: Caminhos Metodológicos Para a Rede Municipal de Joinville

## PREFEITURA MUNICIPAL DE JOINVILLE SECRETARIA DE EDUCAÇÃO - SETOR DE EDUCAÇÃO INFANTIL

O conteúdo desta metodologia foi elaborado com a colaboração dos profissionais da Educação Infantil das Escolas e Centros de Educação Infantil – CEIs.

### CEIs:

Adhemar Garcia  
Adolfo Artmann  
Alegria de Viver  
Alzelir Pacheco  
Amandos Finder  
Arte e Vida  
Aventuras De Criança  
Beija-Flor  
Bem-Me-Quer  
Botãozinho de Rosa  
Branca de Neve  
Cachinhos de Ouro  
Castelo Branco  
Célio Gomes  
Ciranda Cirandinha  
Doce Infância  
Eliane Krüger  
Espaço Da Criança  
Espaço Encantado  
Esperança  
Espinheiros  
Estrelinha Brilhante  
Fátima  
Girassol  
Herondina Da Silva Vieira  
Iraci Schmidlin

Itaum  
Ivan Rodrigues  
Jardim Sofia  
Jorge Luiz Vanderwergen  
Juarez Machado  
Juliana de Carvalho Vieira  
Justina Fachini  
Lírio do Campo  
Luiza Maria Veiga  
Marilene dos Passos Santos  
Mario Avancini  
Meu Pequeno Mundo  
Miosótis  
Miraci Dereti  
Morro do Meio  
Monteiro Lobato  
Mundo Azul  
Namir Alfredo Zattar  
Odorico Fortunato  
Pão de Mel  
Paraíso da Criança  
Parque Guarani  
Pedacinho do Céu  
Pedro Paulo H. Colin  
Pedro Ivo Campos  
Pequena Sereia  
Pequeno Príncipe

Peter Pan  
Ponte Serrada  
Raio de Sol  
Sementinha  
Sigelfrid Poffo  
Silvia Regina  
Sol Nascente  
Sonho de Criança  
Zé Carioca  
Zilda Arns

### ESCOLAS:

Alfredo G. H. Hardt  
Alire Carneiro  
Artur da Costa e Silva  
Eugenio Klug  
Evaldo Koehler  
Francisco Rieper  
Fritz Benkerndorf  
Heriberto Hulse  
Hermann Muller  
Hubert Hubener  
Jose Motta Pires  
Júlio Machado da Luz  
Maria M. Mazzolli  
Reinaldo P. de França  
9 de Março

Organização do conteúdo, coordenação das discussões e revisão final:

### Equipe de Supervisão de Ensino da Educação Infantil da Secretaria de Educação

Cibérie Tomazoni Felske  
Isabel Cristina Carvalho da Silva  
Lorayne Oliveira Pereira de Sousa  
Maéle Cardoso Avila  
Marlene T. Z. Malschitzky  
Marlize Martinelli Schroeder  
Rosane Mari dos Reis  
Solange da Veiga da Maia  
Solange de Souza Seger  
Solange Maria Furlan Ignácio  
Vanessa Cristina Melo Randig  
Zenilda Martins Beyersdorff

### Arquivo de imagens

CEI Alzelir Pacheco  
CEI Mário Avancini  
CEI Luiza Maria Veiga

### Serviço de Alimentação e Nutrição Escolar

Amanda Krüger  
Luciane Hirt Rosa  
Lucimar Pereira Silva  
Mariana Vieira dos Santos Kraemer  
Priscila Mikulis de Castilho  
Samara Henn Niesciur  
Taciana Machado dos Santos Duarte

Todos os direitos reservados à Secretaria de Educação/ Junho de 2016

**ÍNDICE**

1. Introdução às Metodologias	4
2. Metodologia da Alimentação: O momento da Refeição na Educação Infantil	6
3. Metodologia do Repouso: O momento do Repouso na Educação Infantil	19
4. Metodologia da Higiene: Momentos de Higiene na Educação Infantil	27



## INTRODUÇÃO ÀS METODOLOGIAS

A educação infantil, primeira etapa da educação básica, tem por objetivo desenvolver a criança integralmente, em seus aspectos físicos, sociais, emocionais e cognitivos<sup>1</sup>. O grande desafio para essa etapa de ensino é inserir a criança em um ambiente institucional, onde as ações coletivas constituem a organização dos tempos e espaços, e assegurar o respeito às necessidades e individualidades de cada criança, considerando-a sujeito histórico e de direitos.

Perante esses aspectos que caracterizam o atendimento às crianças de zero a cinco anos, a Secretaria Municipal de Educação de Joinville organizou uma série de estudos e pesquisas a fim de aprofundar as discussões relativas às práticas sociais e culturais que permeiam as rotinas institucionais. Assim, foram promovidos diálogos e formações com coordenadores pedagógicos dos Centros de Educação Infantil – CEIs e estudos nas instituições envolvendo professores e demais profissionais da educação. Os registros destes estudos levaram a organização de textos que compõe as Metodologias da Alimentação, Higiene, Repouso.

Este documento tem por objetivo apresentar o conjunto de cadernos que discutem as práticas cotidianas das instituições de educação infantil. O primeiro caderno, denominado “Metodologia da Alimentação: o momento da refeição na Educação Infantil”<sup>2</sup>, foi lançado virtualmente no mês de novembro/2015. O segundo caderno abordará as questões de Higiene como direito da criança e o terceiro apresentará reflexões sobre o Repouso das crianças de zero a cinco anos.

Todos os estudos apresentados nos cadernos contendo as metodologias, compreendem que as instituições infantis devem integrar os sujeitos na sua individualidade, conjecturando a “importância da subjetividade, da história de vida e da unicidade das pessoas envolvidas na vida social” (PATTO, 1993, p. 131)<sup>3</sup>. Assim, diante das particularidades de cada criança, a lógica de organização da educação infantil oportuniza relações de convivências, interações e brincadeiras em ambientes sociais seguros e criados especialmente para atendê-las. O atendimento nos Centros de Educação Infantil (CEIs), compreende, deste modo, que tanto os ambientes, quanto as relações entre os sujeitos que integram esses espaços, permitem o desenvolvimento da autonomia moral, intelectual e física das crianças (HORN, 2013)<sup>4</sup>. Essas reflexões devem se fazer presente nos estudos dos profissionais da educação infantil, bem como no Projeto Político Pedagógico (PPP) das instituições.

<sup>1</sup> Conforme indica o Art. 29 da LDB 9394/96

<sup>2</sup> Acesso: [educacao.joinville.sc.gov.br](http://educacao.joinville.sc.gov.br)

<sup>3</sup> PATTO, Maria Helena Souza. O conceito de cotidianidade em Agnes Heller e a pesquisa em educação. *Perspectivas*, São Paulo, 16: 119141, 1993.

<sup>4</sup> HORN, Maria da Graça. Organização do tempo e espaço na educação infantil: saberes e práticas. Reunião MEC/Proinfância. Florianópolis, 2013.

## Educar e Cuidar na Educação Infantil: Caminhos Metodológicos Para a Rede Municipal de Joinville



Assim, ambiente e relações passam a dialogar com a prática pedagógica, direcionando o trabalho no cotidiano dos CEIs. Os profissionais da educação infantil possuem o desafio diário de reinventar a rotina, tornando-a significativa e aproximando-a das práticas sociais e culturais de sua sociedade. Cabe destacar que as relações de afeto, segurança, educação e cuidado, ganham espaço numa perspectiva de respeito à individualidade, bem como de coletividade no dia-a-dia das instituições. Aliadas às relações de respeito e confiança, as maneiras de planejar e preparar os espaços para as vivências e experiências individuais e coletivas, expressam a ética pedagógica e o cuidado ao considerar as particularidades no trabalho com crianças de 0 a 5 anos. Segundo Salgado&Souza (2012, p. 47)<sup>5</sup>;

*Optar em organizar as salas em "cantinhos"; misturar grupos de idades diferentes; em determinadas ocasiões, fazer o lanche em outros espaços que não apenas o refeitório; contar histórias fora das salas de leitura ou bibliotecas e muitas outras coisas são aspectos que precisam ser cuidados e planejados, com o propósito de tornarmos as práticas efetuadas nas Unidades Educacionais o mais próximos possíveis das práticas culturais, ou seja, agirmos nas atividades sociais como comer, utilizar banheiro, dormir ou outras de maneira semelhante àquela que fazemos nos espaços como casa, restaurantes ou outros locais públicos, afinal a escola não está fora da sociedade, menos ainda a criança, que embora pequena, aprende e produz cultura.*

Neste sentido, é fundamental considerar que a criança inserida em contextos sociais está aprendendo constantemente, desde como conviver, conhecer e respeitar as diferenças culturais, até compreender e participar das práticas sociais e hábitos culturais da sociedade em que faz parte. Portanto, os momentos de higiene, repouso, alimentação, que marcam questões fisiológicas e de sobrevivência do ser humano, constituem aprendizados de suma importância para a infância. Daí decorre a necessidade de planejar, organizar e dialogar com as crianças sobre esses momentos, de modo a não torná-los mecânicos e protocolares, aproximando-se da lógica fabril/industrial e afastando-se das práticas sociais e culturais. Segundo Cerisara (2004, p. 45)<sup>6</sup>, "a escolha dos momentos de sono, higiene e alimentação deve-se à preocupação quanto à marginalidade que estes momentos ainda ocupam em relação às atividades ditas pedagógicas no contexto educativo da creche".

Portanto, este documento, elaborado a partir de estudos e reflexões sobre os objetivos e princípios da educação infantil, as experiências vivenciadas nos momentos de acolhimento, alimentação, higiene, repouso, e os saberes constituídos nas relações de tempo e espaço e entre adultos e crianças; visa provocar o debate institucional sobre as práticas pedagógicas de modo que o atendimento na educação infantil seja ressignificado e marcado por práticas de respeito à criança e à infância.

<sup>5</sup> SALGADO, R. H. S. & SOUZA, R. S. Metodologia e Práticas de Ensino na Educação Infantil. UNISA Digital, 2012.

<sup>6</sup> CERISARA, Ana Beatriz. Em busca do ponto de vista das crianças nas pesquisas educacionais: Primeiras aproximações. In: SARMENTO, M. J.; CERISARA, A. B. Crianças e miúdos: perspectivas sociopedagógicas da infância e educação. Porto: Asa, 2004. p.354.

Secretaria  
de Educação



Prefeitura de  
**Joinville**

## **METODOLOGIA DA ALIMENTAÇÃO**

# O Momento da Refeição na Educação Infantil



## O Momento da Refeição na Educação Infantil



As crianças são sujeitos sociais e históricos que fazem parte de uma organização familiar inserida na sociedade, marcada por diferentes culturas. O respeito por essa diversidade torna-se o fundamento para uma sociedade inclusiva, e este fato deve ser considerado nos momentos de alimentação.

A alimentação é fundamental para o ser humano e para a manutenção de sua saúde. Deste modo, o Ministério do Desenvolvimento Social tem incentivado as práticas alimentares saudáveis, avaliando a merenda escolar e seu impacto no desenvolvimento das crianças. Essas intenções se consolidam por meio do documento “Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas” (incentivando as práticas alimentares saudáveis, avaliando a merenda escolar e seu impacto), como “fruto de uma construção participativa de cidadãos, profissionais, gestores, representantes da sociedade civil, professores e acadêmicos que se dedicam ao tema, compartilham e acreditam que a Educação Alimentar e Nutricional contribui para a realização do Direito Humano à Alimentação adequada e para a construção de um Brasil saudável”(BRASIL, 2012, p.6).

No contexto da realização do Direito Humano à Alimentação Adequada e da garantia da Segurança Alimentar e Nutricional, a Educação Alimentar e Nutricional é um campo de conhecimento e de prática contínua e permanente, que visa promover a prática autônoma e voluntária de hábitos alimentares saudáveis, que promovam saúde e que respeitem a diversidade cultural e que sejam ambientais, culturais, econômicas e socialmente sustentáveis (Brasil, 2012).

Diante dos aspectos legais relacionados a alimentação escolar, cabe refletir sobre as práticas culturais e sociais que envolvem o momento da alimentação, considerando os benefícios físicos e cognitivos intrínsecos no ato de alimentar-se.

Entende-se que em um contexto de alimentação, utilizar múltiplas possibilidades educativas, valorizar os hábitos alimentares saudáveis, respeitar a identidade cultural, fornecer a criança possibilidades de conhecer e escolher os alimentos

de maneira consciente, incentiva o direito de escolha e estimula a autonomia das crianças. O conceito de autonomia é discutido por diversos autores, cabendo a reflexão sobre o termo. Corsino (2009, p. 27) apresenta autonomia como:

*[...] fruto da criação de condições privilegiadas para que as crianças a experimentem desde bem pequenas, em situações relacionadas ao controle do próprio corpo (comer, vestir-se etc.) e também às atividades motoras, cognitivas e lúdicas. (...) a autonomia no sentido da independência, é fruto de relacionamentos seguros (...).*

Barbosa e colaboradores (2013, p. 940) ressaltam que:

*Uma cultura do direito envolve as possibilidades que tem o sujeito de conhecer e escolher os alimentos. A essa capacidade de optar entre as alternativas existentes, de maneira instrumentalizada, consciente e deliberada, se pode chamar de autonomia, como sendo a liberdade de escolha diante, inclusive e sobretudo, dos apelos da grande indústria na mídia.*

Conforme Bellinaso, (2012, p. 202):

*As preferências alimentares são estabelecidas desde a infância pelas sensações que são apresentadas e vivenciadas pela criança, através do tato, sabor e odor especialmente. Essas preferências podem ser influenciadas pelo ambiente social em que vivem, mas sabe-se que as crianças não têm uma capacidade de escolha de alimentos em relação ao seu valor nutricional, pelo contrário, os seus hábitos são aprendidos a partir da experiência e da observação.*

Reconhecendo que o momento da refeição oferece valiosa oportunidade de aprendizagem, formação cultural e social e promoção da saúde, cabe ao professor planejar esse momento de modo a permitir a criança sentir prazer, interagir com seus pares, envolver-se na organização e higiene do ambiente, manusear talheres, ter cuidados com a higiene pessoal antes, durante e após as refeições.

Considerando a importância do momento das refeições, a preparação dos alimentos é realizada de acordo com cardápio elaborado por nutricionistas, prezando por uma alimentação saudável, equilibrada e variada.

A rotina alimentar existente nas instituições pode proceder de inúmeras formas, o grande diferencial estará nas posturas e relações estabelecidas entre os sujeitos que conduzem o dia-a-dia nos CEIs, como afirma Avila (2014, p. 63);

*Comer, dormir, escovar os dentes, cuidar do corpo, brincar. Atividades comuns, previstas para o dia-a-dia das crianças podem acontecer de maneira prazerosa, significativa ou de forma mecânica, arbitrária, automática.*

Assim, cabe as instituições favorecer os momentos de alimentação, considerando-as como prática social, de companheirismo, afetividade, coletividade enfim, rica de experiências e aprendizagens. Ressaltamos que todos os funcionários da Unidade Escolar educam e cuidam, devendo estar envolvidos com a metodologia da alimentação, pois;

*Cuidar e educar significa compreender que o direito à educação parte do princípio da pessoa em sua essência humana. Trata-se de considerar o cuidado no sentido profundo do que seja acolhimento de todos (...). (DCNEB, 2013, p.17)*

Os momentos das refeições constituem uma prática social e cultural que precisa ser aprendida e realizada com autonomia pelas crianças. Deste modo, este documento construído coletivamente com as coordenadoras pedagógicas dos Centros de Educação Infantil, tem o objetivo de orientar as práticas pedagógicas relacionadas às rotinas alimentares, colaborando para a constituição de ambientes e práticas que priorizem um atendimento de qualidade e promovam ações de respeito à criança e a infância, num contexto de educação e cuidado.

# O Momento da Refeição na Educação Infantil

## BERÇÁRIOS 1 E 2

O bebê é um sujeito histórico e de direitos, promove cultura, possui singularidades, ritmos próprios, gostos e linguagens, sendo a expressividade corporal e motora a principal forma de comunicar-se e descobrir o mundo ao qual está inserido. De acordo com Barbosa & Richter (2010, p.1):

*Os bebês possuem um corpo onde o afeto, intelecto e motricidade estão profundamente conectado e a forma particular como esses elementos que vão definindo as singularidades de cada indivíduo ao longo de sua história. Cada bebê possui um ritmo pessoal de se comunicar.*

Dialogar com os bebês e crianças pequenas exige observar as diferentes formas de expressão que ocorrem neste período da vida humana, bem como interagir com suas manifestações e com eles construir sentidos.

As linguagens são vivenciadas pelas crianças desde seu nascimento, nas interações com outras crianças, com os adultos e com o ambiente. Assim, além da ingestão de alimentos, a alimentação possui relevante significado afetivo para o bebê que interage com o adulto, e esta relação contribui em todos os aspectos de seu desenvolvimento. Conforme a organização da sala/ou refeitório, a refeição pode ser um momento de socialização e coletividade entre as crianças. Reafirmando o que menciona Barbosa & Richter (2010, p.4):

*Este momento é muito mais do que uma necessidade fisiológica, alimentar-se é uma importante aprendizagem para a primeira infância, pois envolve aspectos sociais, de cuidado pessoal, auto-organização, saúde e bem-estar; motores: manuseio de talheres, movimento da boca, ingestão e fono-articulatório. Nessa situação podemos novamente compreender a inseparabilidade das ações de educação e cuidado.*

As atividades diárias vivenciadas pelo bebê, como a alimentação, contribuem para a formação de sua identidade. É importante observar, interagir e buscar compreender as linguagens dos bebês, estabelecendo um diálogo e uma relação de confiança entre adultos e crianças. O bebê expressará desejos, gostos e aflições que deverão ser considerados pelos profissionais da unidade escolar.

A dependência do bebê em relação ao adulto é natural na fase do seu desenvolvimento. Na medida que vai crescendo, sua dependência vai diminuindo e a autonomia ganha cada vez mais espaço. No entanto, é necessário compreender que o ato de educar é indissociável ao ato de cuidar. Daí a necessidade de o bebê vivenciar experiências diversificadas ao se alimentar. Permitir ao bebê certo grau de liberdade durante as refeições torna este momento prazeroso e de grande aprendizagem. Para que tenha contato direto com os alimentos, é necessário que tão logo consigam ter habilidade de manuseá-los, o bebê possa ter a experiência de tocar, sentir e saborear. Além dessas vivências no momento da alimentação, estimular progressivamente o bebê a segurar uma colher enquanto o professor/auxiliar de educador estejam lhe alimentando é fundamental para sua autonomia.



## BERÇÁRIO 1 ALIMENTAÇÃO DOS BEBÊS

O ato de alimentar os bebês deve ser realizado com extremo cuidado e com afetividade por parte dos professores e auxiliares de educador, para que a criança se sinta amada e encorajada a entender sua alimentação como ato prazeroso (Brasil, 2009).

O cardápio é elaborado pela equipe de nutrição (Serviço de Alimentação e Nutrição Escolar - SANE) da Secretaria de Educação com base nas orientações do Ministério da Educação e do Ministério da Saúde e tem como proposta suprir as necessidades de alimentação do bebê, contribuindo com sua saúde, crescimento e visando o hábito alimentar saudável. Com um cardápio balanceado, a criança é estimulada a perceber os diferentes sabores, texturas e variedades de alimentos.

Caso o bebê tenha alguma restrição alimentar comprovada por laudo médico, são oferecidas opções de substituição aos itens do cardápio, conforme orientação realizada pela equipe de nutricionistas do SANE.

A cozinheira/lactarista é responsável em preparar os alimentos, deixando-os na consistência adequada a cada faixa etária, conforme descrito no Manual de Alimentação Complementar elaborado pelo SANE.

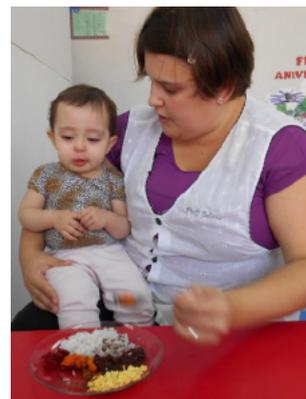
A introdução da alimentação complementar deve ocorrer em idade adequada (conforme o Manual de Alimentação Complementar), onde inicialmente, o alimento oferecido é muito bem amassado com garfo até atingir uma consistência de aspecto pastoso (papa/puré). A partir de 9 meses de idade, as crianças recebem alimentos bem cortados ou levemente amassados. Esta evolução da consistência da alimentação é realizada progressivamente, conforme aceitação da criança.

Esse processo é muito importante pois a criança precisa exercitar o movimento da mastigação. O cuidado deve ser maior com as carnes, que deverão ser sempre moídas, desfiadas ou picadas em pedaços bem pequenos.

Nesta fase é normal que a criança jogue o alimento para fora da boca, esse ato é chamado de reflexo de protrusão, não significando que a mesma não gostou do alimento. Assim, um mesmo alimento deve ser ofertado várias vezes à criança, para que desenvolva memória afetiva, reconhecendo o alimento e decidindo se irá aceitá-lo ou não.

Conforme Brasil, (2009, p.69, 70):

*Os hábitos alimentares são formados por meio de complexa rede de influências genéticas e ambientais (...). O leite materno oferece diferentes experiências de sabores e aromas que vão refletir os hábitos alimentares maternos e a cultura alimentar. Assim, crianças que mamam no peito aceitam melhor a introdução da alimentação complementar. O olfato deve ser estimulado como adjuvante no reconhecimento dos alimentos. Assim como o cheiro da mãe e do leite materno durante o período de amamentação ajudam a criança a identificar a mãe, a criança aos poucos vai aprendendo a reconhecer suas preferências alimentares e a estimular seu apetite também de acordo com o aroma dos alimentos. (...) Sabores vivenciados nos primeiros meses de vida podem influenciar as preferências alimentares subsequentes. Uma vez que o alimento se torna familiar nessa fase, parece que a preferência se perpetua.*



## O Momento da Refeição na Educação Infantil

Entendendo que as práticas alimentares no primeiro ano de vida constituem marco importante na formação dos hábitos alimentares da criança, é imprescindível que a criança prove variedade de alimentos e que estes não sejam servidos misturados. A orientação é que nas preparações do almoço os alimentos sejam servidos separados, permitindo assim que a criança identifique e assimile o seu sabor, textura, odor e cor. Outra indicação é citar o nome do alimento para que a criança possa estabelecer as relações. Evite usar nomes genéricos, tais como “saladinha” no lugar de “chuchu”.

Conforme orientações da equipe técnica (SANE) da Secretaria de Educação, para as turmas de período integral, a primeira refeição do dia é às 8 horas. Às 10 horas é servida a refeição da colação conforme cardápio. O almoço é servido às 11 horas, iniciando com crianças que demonstram sono ou que não se alimentaram na refeição anterior. A quarta refeição é servida a partir das 13h30min conforme as crianças forem acordando e a última refeição do dia será iniciada às 16h15min. Os alimentos são ofertados em pratos ou copos e não se faz uso de mamadeiras no CEI. Os bebês que se encontrarem dormindo no momento da refeição, deverão receber a oferta desses alimentos em outro momento. Este também é um dos motivos da presença da cozinheira/lactarista na turma do berçário 1.

Para as turmas de período parcial, são servidas duas refeições diárias. No período matutino é ofertado o café da manhã e almoço, e no período vespertino, lanche e jantar.

As preparações devem ser ofertadas conforme as crianças demonstrarem fome e a quantidade de alimento a ser oferecida é determinada pela criança, uma vez que a criança já nasce com a capacidade de autocontrole da ingestão, aprendendo a distinguir as sensações de fome, durante o jejum, e de saciedade, após a alimentação. A oferta de alimento em horários rígidos, e oferta de alimento maior que a necessidade da criança, faz a mesma perder essa capacidade, levando a desenvolver transtornos alimentares e obesidade. (Brasil, 2009)

A alimentação é uma questão que traz insegurança aos pais, principalmente nesta idade, e por isto acabam ofertando alimentos em idade inadequada e com utensílios incorretos. Assim, na 1ª reunião de pais, o professor e o auxiliar de educador devem apresentar o cardápio e seu benefício, conscientizando-os da necessidade de conhecerem e colaborarem em casa, quanto a introdução dos alimentos, o uso dos talheres e cuidados quanto ao preparo.

Os Pais também devem ser conscientizados da importância do Leite Materno e motivados a participar do Programa Mama Nenê.

Deve-se também tranquilizar principalmente os pais de crianças menores de 6 meses, para que os mesmos não ofereçam alimentos em tempo inoportuno e/ou a oferta de outro leite substituto ao leite Materno. Os pais devem ficar cientes que o professor e o auxiliar de educador são capacitados pela equipe de nutrição para realizar a introdução dos alimentos, e esta introdução será realizada em idade adequada conforme o ritmo da criança. É importante ressaltar para as famílias que nesta fase de introdução a criança não passará fome, pois quando não houver a aceitação do novo alimento será ofertado o leite à mesma.

Mesmo que os pais não participem do Programa Mama Nenê, estes devem ser orientados a continuar a ofertar o leite materno em casa, não necessitando desmamar o bebê devido a entrada no CEI.

As orientações para a realização da introdução da alimentação complementar e do Programa Mama Nenê constam respectivamente no Manual de Alimentação Complementar e no Manual do Programa Mama Nenê desenvolvidos pelo SANE.

As refeições da turma do Berçário 1 são servidas na própria sala de convivência. Para esta ação, o professor e auxiliar de educador são responsáveis em preparar o espaço para a realização das refeições, planejar atividades pedagógicas que contemplem também este momento.

No 2º semestre é possível levar os bebês com idades maiores no refeitório da unidade escolar, proporcionando novas experiências. O professor da turma de berçário 1 deve efetivar esta ação também no seu planejamento e, junto com os auxiliares de educador, criarem estratégias e condições para levá-los em segurança ao refeitório.

## OUTRAS ORIENTAÇÕES:

- Higienizar a mesa para as refeições utilizando álcool;
- Organizar as crianças em pequenos grupos;
- Quando muito pequenas, ofertar os alimentos no colo do professor/auxiliar de educador;
- Os alimentos são ofertados pelo professor/auxiliar de educador, utilizando pratos, copos e talheres individuais;
- Utilizar mesas que possibilitem a mobilidade do professor/auxiliar de educador, alimentando o bebê sempre no seu campo de visão;
- Ofertar e incentivar todos os alimentos que constam no cardápio;
- Os alimentos serão preparados de acordo com o cardápio do dia;
- As porções de alimentos colocadas nos copos ou pratos serão de acordo com as recomendações do SANE;
- Higienizar a boca do bebê com guardanapos.

A utilização de outros alimentos em atividades com as crianças deve ser realizada com a ciência do SANE, pois existem vários alimentos proibidos pelo Ministério da Saúde para esta faixa etária, que se ofertados podem causar sérios prejuízos à saúde.

## BERÇÁRIO 2

As crianças de berçário 2, utilizarão o refeitório da unidade escolar, sendo conduzidos com o auxílio do professor e auxiliares de educador da turma.

É fundamental a unidade escolar refletir como as crianças tão pequenas serão inseridas neste espaço denominado “refeitório”.

Este ambiente de refeitório deve ser composto com cadeiras individuais com altura que possibilite as crianças apoiarem os pés ao chão e mesas que viabilizem o professor/auxiliar de educador circular entre elas, a fim de realizar as intervenções necessárias.

As refeições devem seguir um intervalo de 2 a 3 horas em conformidade ao cardápio, orientação da nutricionista responsável e de acordo com o espaço do refeitório e o número de turmas de cada instituição. No Berçário 2, no período integral, são servidos café da manhã, almoço, lanche e jantar. As turmas de período parcial recebem dois lanches diariamente.

Seguindo o cardápio estabelecido pelas nutricionistas (SANE), o preparo da alimentação é de responsabilidade da cozinheira, sendo que a alimentação deve ser servida pelo professor/auxiliar de educador, utilizando como base as porções orientadas do cardápio.

Por volta de 2 anos é normal uma redução do apetite, decorrente da desaceleração do ritmo de crescimento, não significando que a criança desta fase esteja se alimentando de maneira insuficiente. Nesta fase também se observa que a criança se distrai facilmente no momento da refeição (Matta, 2008). Desta maneira, o professor precisa fazer com a criança retome a atenção para a alimentação.

Quando uma criança inicia no CEI nesta fase, talvez seja necessário aplicar algumas orientações propostas para o Berçário I – segundo semestre, descritas no Manual da Alimentação Complementar, até que a criança seja ambientalizada e adaptada a novas rotinas.

# O Momento da Refeição na Educação Infantil

**OUTRAS ORIENTAÇÕES:**

- A refeição será oferecida a turma toda;
- Higienizar a mesa para as refeições utilizando álcool;
- Preparar um ambiente atrativo e acolhedor, utilizando toalhas e outros elementos de decoração;
- Organizar as crianças em mesas de 04 lugares;
- As crianças devem utilizar, pratos, copos e talheres individuais;
- Alimentar as crianças que ainda não conseguem alimentar-se sozinhas estando sempre no campo de visão delas;
- Higienizar a boca da criança com guardanapos.



## MATERNAL 1 E 2

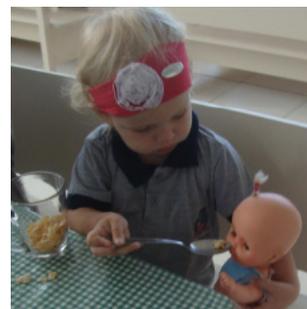
As crianças aos dois anos estão no processo de mudança de sua condição de bebê para uma situação de relativa independência. Gradativamente começam a imitar os hábitos das pessoas próximas, são capazes de comer sem nenhuma ajuda no final do segundo ano, opinam na elaboração do cardápio e possuem apetite irregular apresentando flutuações diárias ou até mesmo de uma refeição para outra (Matta, 2008).

Além disso, muitas vezes, recusam-se a provar novos alimentos, preferindo ingerir apenas os que são familiares ao seu paladar. Esse comportamento é chamado de neofobia alimentar que se inicia por volta dos 2 anos e pode durar até os 4 ou 5 anos de idade (FAGIOLI E NASSER, 2008). Em alguns casos também se observa o desejo de consumir sempre os mesmos alimentos. Por isso, o incentivo frequente aos alimentos não aceitos é primordial, principalmente os alimentos essenciais para a sua saúde tal como verduras, legumes, frutas e carnes. Conforme Fagioli e Nasser (2008) são necessárias 8 a 10 exposições ao mesmo alimento para que esse seja aceito.

Gradativamente, as crianças vão adquirindo habilidade para se alimentar, necessitando de intervenção no manuseio do garfo e da faca. Mastiga bem e, tendo oportunidade, é capaz de servir-se. Também podem colaborar com a organização da mesa. Seu domínio crescente da linguagem permite que ela peça por comida e bebida e indique suas preferências. Tem prazer nos aspectos sociais da hora de comer e conversa com suas companhias.

Nesta faixa etária, é importante a intervenção dos professores e auxiliares na organização dos espaços que favoreçam a exploração do corpo e dos objetos, a vivência de situações significativas, envolvendo as interações sociais nos diferentes espaços e com os diversos sujeitos que frequentam a instituição educativa.

A higiene das mãos e rosto deve ser feita antes, durante e após as refeições. O professor deve prever formas para conduzir a criança ao espaço preparado para as refeições e diminuir o tempo de espera da criança, respeitando sua individualidade. A atenção dos profissionais deve estar voltada inteiramente para as crianças mediando às interações, incentivando a comer os alimentos e fazendo as intervenções necessárias para que ocorra a aprendizagem.



# O Momento da Refeição na Educação Infantil



## 1º e 2º PERÍODOS - PRÉ - ESCOLA

Aos 4 e 5 anos de idade as crianças já estão em processo de alimentar-se sozinhas. São incentivadas quanto ao uso do garfo e da faca. Tem apetite e comem com vontade de acordo com a comida. Quando motivadas, demonstram interesse em provar alimentos novos, em descobrir os ingredientes, colaborando na preparação. No início e no final da refeição podem ajudar na organização da mesa, a repartir os talheres, a tirar da mesa e a decorar e pensar sobre a organização do ambiente.

Na pré-escola, os professores são responsáveis em incentivar a criança a se alimentar, oferecendo todos os alimentos, principalmente as verduras, legumes, frutas e carnes. Também devem orientar sobre a maneira adequada de se portar a mesa, respeitando as características sociais e culturais das crianças.

Antes das turmas se encaminharem para as refeições, as professoras e auxiliares as conduzem para a higiene das mãos e do rosto.

Após a devida higiene, as crianças se encaminham para o refeitório podendo realizar isso de diversas maneiras: dando as mãos aos colegas, cantando músicas diversas, vivências com o faz de conta, fazendo gestos e outras formas planejadas pelos professores.

O lanche pode ser organizado em outros ambientes, realizando piqueniques, brincadeiras de restaurante ou utilizando de outras estratégias.

No horário do almoço e jantar, os alimentos são oferecidos em travessas ou no balcão térmico. No refeitório, as professoras, auxiliares e demais funcionários devem estar com seus cabelos presos.

Importante ressaltar que, o refeitório deixa de ser um local somente para se alimentar e passa a ser um espaço de aprendizagem social e cultural e de práticas alimentares adequadas e saudáveis.

Nesse espaço ressignificado, as crianças aprendem com a forma que é servida a alimentação, apropriam-se de servir-se sozinha e escolhem os alimentos e a quantidade.



## O Momento da Refeição na Educação Infantil

de desejada com autonomia. Além disso podem aprender a origem do alimento, quem preparou, como foi preparado, a sua importância e serem conscientizadas quanto ao desperdício dos alimentos. Essa participação ativa na sua alimentação aumenta o vínculo da criança com o alimento, fortalecendo o seu hábito alimentar.

É importante não utilizar estratégias de enganar ou esconder o alimento, a criança deve saber o que está comendo para que assim aprenda a consumir, formando o seu hábito alimentar.

Quando a criança demonstrar que está saciada, esta poderá ser questionada se quer comer mais um pouco, mas nunca forçada a “limpar o prato”. Este é um momento para se trabalhar o desperdício de alimentos, no sentido de ensiná-la a se servir de quantidade adequada. Conforme Ramos e Stein (2000):

*(...) o grau de controle externo exercido pelos cuidadores impede que a criança aprenda sobre a sensação da fome e da saciedade, afetando o seu próprio controle de ingestão alimentar, resultando, assim, em alterações do seu peso. As crianças podem aprender a diferenciar a sensação da fome de outra sensação, porém o oferecimento de alimentos (...) sem a necessidade nutricional, pode resultar em alimentação inapropriada. Por exemplo, quando a criança fala que não deseja mais comer, porque está satisfeita, e os cuidadores dizem “termine o que está no prato”, fica claro para a criança a mensagem de que a sua sensação interna de saciedade não é relevante para a quantidade de comida que ela precisa consumir.*

É função de todos os profissionais dedicar atenção e incentivo às crianças para se alimentarem corretamente, mostrando-se dispostos a ajudar quando necessário. Além disso, devem estimular as crianças a provarem e apreciarem os alimentos, percebendo as suas formas, cores, texturas, aromas e sabores, respeitando o direito fundamental da criança a uma alimentação nutritiva.

As refeições devem seguir um intervalo de 2 a 3 horas de acordo com o cardápio e orientação da nutricionista responsável, o espaço do refeitório e o número de turmas de cada instituição. Manter a criança hidratada é de fundamental importância, por isso a água deve estar disponível e ser oferecida em vários momentos, nos intervalos das refeições.

Os recursos utilizados nos diversos momentos de alimentação são os pratos, talheres, xícaras, jarras, travessas e balcão térmico. O ambiente das refeições poderá ser organizado com toalhas de mesa, jogos americanos, guardanapos, vasos com flores, fruteiras e outros utensílios de acordo com o planejamento de cada professora com a turma. Esses objetos não devem ser dispostos sobre o balcão térmico e/ou travessas de maneira que comprometam a higiene do alimento ou que sejam fontes de contaminação. As crianças devem pensar sobre a forma de organização da mesa e de como os alimentos serão servidos, bem como participar da preparação do ambiente onde farão as refeições.

As ações de educação alimentar e nutricional podem ser realizadas durante a refeição e/ou em sala de aula, trabalhando a alimentação dentro de diversas dimensões: econômica, social, cultural, religiosa, psicológica, pedagógica, nutricional, artística, gastronômica, entre outras. (Barbosa et.al, 2013). As ações, sempre que possível, devem envolver a família, estendendo assim a educação alimentar e nutricional a toda a comunidade escolar.



## O Momento da Refeição na Educação Infantil

As ações promotoras de saúde deverão ser assumidas de modo cotidiano pela unidade escolar, onde todos os adultos que nela trabalham terão que assumir como modelos, coerentes com o discurso feito em prol da alimentação saudável.

As práticas alimentares saudáveis devem ter como objetivo estimular a autonomia dos sujeitos, tendo como princípios a: sustentabilidade social, ambiental e econômica; valorização da cultura alimentar e respeito à diversidades de opinião e o autocuidado (Brasil, 2012).

Entre as ações pedagógicas que poderão ser realizadas sobre a alimentação saudável com as crianças temos:

- Pesquisar os hábitos alimentares das famílias;
- Conversações, histórias, recortes, dramatizações;
- Apresentação do cardápio para as crianças, motivando-as a experimentar todos os alimentos;
- Vivenciar brincadeiras de faz de conta tendo como temática alimentação saudável;
- Organizar restaurantes, piqueniques e promover a degustação dos alimentos;
- Confeccionar receitas com alimentos que são menos apreciados durante as refeições;
- Realizar o cultivo de hortaliças, plantio, rega, retirada dos matinhos, crescimento das plantas, colheita, preparação e degustação.

Todas as escolhas da Unidade Escolar com relação a metodologia da alimentação devem constar no Projeto Político Pedagógico - PPP. As especificidades de cada instituição, relacionadas principalmente a estrutura física, quadro de funcionários e horários de atendimento, serão consideradas ao se definir a rotina alimentar do CEI. Assim, o PPP apresenta as definições e encaminhamentos, esclarecendo que a educação alimentar tem um importante papel na promoção de uma alimentação saudável e na formação de hábitos e escolhas, perpassando todas as linguagens e constituindo significativo momento de interação, educação, cuidado e respeito à criança.



# O Momento da Refeição na Educação Infantil

## Orientações de boas práticas pedagógicas no momento das refeições na Educação Infantil:

- Propiciar um ambiente tranquilo para a alimentação;
- Propiciar que a criança socialize através do ato de alimentar-se;
- Incentivar e motivar a criança a experimentar os diversos alimentos oferecidos no cardápio da Alimentação Escolar;
- Motivar a criança a realizar mudanças positivas, caso seu comportamento alimentar esteja inadequado, visando promover hábitos alimentares saudáveis;
- Estimular a criança a utilizar corretamente os talheres;
- Oferecer talheres no tamanho adequado de acordo com a idade da criança;
- Dedicar atenção a criança, no momento das refeições, prontificando-se a ajudá-la;
- Respeitar o ritmo alimentar, estimulando a mastigar bem os alimentos;
- Orientar a criança a comer com moderação e de servir de forma adequada, tanto na quantidade e qualidade;
- Permitir que a criança se alimente sozinha, orientando-a como fazer e não a reprimindo quando derramar ou espalhar os alimentos;
- Jamais castigar, chantagear, constranger ou forçar a criança, quando se recusar a comer;
- Não forçar a limpar o prato, mas sim orientar a criança a se servir de quantidade adequada;
- Jamais utilizar o alimento como prêmio, distração ou recompensa;
- Incentivar o ato de alimentar-se sozinha, pois é uma sensação nova para a criança e deve ser realizada com prazer;
- Trabalhar com as crianças as manifestações de crenças; tabus; mitos e preconceitos alimentares, desvendando questões para estimular/promover a aceitação, porém respeitando valores religiosos quando estes surgirem;
- Não realizar comentários desfavoráveis em relação a algum alimento, dada sua influência em relação as crianças.



Festividades e eventos no ambiente escolar devem ser planejados para que também contribuam para fortalecimento da identidade cultural e social, a autonomia e a formação de hábitos alimentares saudáveis, de acordo com as diretrizes da Portaria Interministerial 1010/2006. A oferta de outros alimentos deve ser realizada com a ciência do SANE.

As comemorações dos aniversariantes do mês podem ser apoiadas, mas também este deve ser um momento de aprendizado, socialização e valorização da criança e até mesmo do adulto. É uma excelente oportunidade para construir valores saudáveis em relação à alimentação, fugindo das tradicionais e inadequadas preparações e, convergindo para introdução de opções saudáveis como, por exemplo, espetinhos de frutas, sucos naturais e bolos com ingredientes funcionais que produzirão efeitos positivos na saúde, associados a interação social.

*"(...) a escola pode promover o direito das crianças a descobrir a riqueza incomensurável que um bom prato comido em boa companhia pode dar ... porque mesmo na escola a mesa significa saúde, prazer e convívio. (SPAGGIARI, 2007, p. 11)"*

# O Momento da Refeição na Educação Infantil

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ALVES, Maria Cristina Carapeto Lavrador (org.). **Interações: ser professor de bebês: cuidar, educar e brincar: uma única ação.** São Paulo: Blucher, 2012.
- AVILA, Maéle Cardoso. **“Como anda a pré-escola? Uma análise das práticas pedagógicas após a Lei N. 11.274/06”.** Dissertação de Mestrado. UNIVILLE: Joinville, SC. 2014, 138 p.
- BARBOSA, Maria Carmen Silveira &, RICHTER, Sandra Regina Simonis. **Os bebês interrogam o currículo: as múltiplas linguagens na creche.** 2010.
- BARBOSA et al **Alimentação na escola e autonomia – desafios e possibilidades** Ciência & Saúde Coletiva, 18(4):937-945, 2013
- BELLINASSO, Julia S., et al. **EDUCAÇÃO ALIMENTAR COM PRÉ-ESCOLARES NA PROMOÇÃO DE HÁBITOS SAUDÁVEIS.** Disciplinary Scientia. Série: Ciências da Saúde, Santa Maria, v. 13, n. 2, p. 201-215, 2012.
- BRASIL. Ministério da saúde e Ministério da Educação. **Portaria Interministerial Nº 1.010 de 8 de maio de 2006:** Institui as diretrizes para a Promoção da Alimentação Saudável nas Escolas de educação infantil, fundamental e nível médio das redes públicas e privadas, em âmbito nacional.
- BRASIL. **Saúde da criança: nutrição infantil: aleitamento materno e alimentação complementar /** Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2009.
- BRASIL. **Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas.** Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Brasília, DF: MDS; Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, 2012. Acesso em:23/03/2015.
- BRASIL. Ministério da Educação. **Resolução nº26 de 17 de junho de 2013:** Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE.
- CORSINO, Patrícia (org.). **Educação Infantil cotidiano e políticas.** SP: Autores Associados, 2012.
- FAGIOLI, Daniela & NASSER, Leila A. **Educação Nutricional na infância e na adolescência: planejamento, intervenção, avaliação e dinâmicas.** SÃO PAULO, RCN editora, 2008
- GOLDSCHMIED, Elinor; JACKSON, Sonia & XAVIER, Marlon. **Educação de 0 a 3 anos: o Atendimento em Creche.** 2. ed., Porto Alegre: Grupo A, 2006.
- KISHIMOTO, Tizuko Morchida. **Salas de aula de escolas infantis: domínio da fila, tempo de espera e falta de autonomia da criança.** Nuances – Vol. V: Julho, 1999.
- RAMOS, Maurem & STEIN, Lilian M. **Desenvolvimento do comportamento alimentar infantil.** Jornal de Pediatria - Vol. 76, Supl.3, 2000
- SPAGGIARI, Sergio. **I language del cibo.** In: I linguaggi del cibo – ricette, esperienze, pensieri. Reggio Children, Reggio Emilia – Itália. (Tradução: Vanessa Cristina Melo Randig)

## ARQUIVO DE IMAGENS:

CEI Alzelir Pacheco, CEI Arte e Vida, CEI Beija-Flor, CEI Cachinhos de Ouro, CEI Juarez Machado, CEI Raio de Sol

**Secretaria  
de Educação**



**Prefeitura de  
Joinville**

## **METODOLOGIA DO REPOUSO**

# O Momento do Repouso na Educação Infantil





## INTRODUÇÃO

A Educação Infantil, primeira etapa da Educação Básica, oferece atendimento às crianças em período parcial (4 horas) e período integral (jornada igual ou superior a 7 horas<sup>1</sup>). Tendo em vista o período e tempo que as crianças frequentam as instituições, é fundamental planejar e organizar momentos de repouso e sono.

O sono é importante para a aprendizagem, para a regulação da emoção e para o crescimento, além de ser uma necessidade fisiológica. Quando uma criança adormece é porque está realmente precisando e deve-se propiciar momentos de descanso proveitosos, aconchegantes e seguros. Segundo Staccioli (2013, p. 173);

*O dia de uma criança, tanto na escola como em casa, tem um ritmo próprio que às vezes se torna mais rápido, às vezes mais lento. Um ritmo intercalado por pausas longas, breves, brevíssimas; o sono, o descanso da tarde (...). As cadências do ritmo dependem de muitos fatores, tanto biológicos como ambientais. Alguns fatores são ligados à idade da criança, ao seu limiar de cansaço, aos hábitos adquiridos nos primeiros anos de vida, às necessidades físicas e afetivas individuais. Outros dizem respeito a fatores alheios à criança: o que os adultos organizaram para lhe garantir uma maior ou menor tranquilidade de crescimento dentro de um contexto social. Esses elementos externos compreendem desde a organização dos espaços e todas as relações sociais que neles se desenvolvem até a programação das atividades e sua distribuição durante o dia.*

Deste modo, reconhecer as pausas necessárias, bem como particularidades de cada criança e as especificidades das faixas etárias, constituem um arcabouço fundamental ao se planejar os momentos de repouso ou “soninho”.

Este caderno, intitulado “O momento do repouso na educação infantil”, foi elaborado a partir de pesquisas, diálogos e formações com coordenadoras pedagógicas dos Centros de Educação Infantil - CEIs da Rede Municipal de Joinville, e apresenta considerações relativas ao sono e repouso das crianças de zero a cinco anos.

<sup>1</sup> Conforme Art. 5º, inciso 6º das Diretrizes Curriculares Nacionais da Educação Infantil (2009)



## O SONO E O REPOUSO NA EDUCAÇÃO INFANTIL

Segundo Geib (2002), o sono é uma das necessidades fisiológicas do ser humano. Dormir, além de ser um período de descanso mental e físico é também um estado de funcionamento do cérebro em que ocorrem complexos processos fisiológicos e comportamentais.

O momento de repouso e sono é essencial para o desenvolvimento da criança. O sono influencia a memória e é restaurador do cansaço físico. Durante o sono o hormônio do crescimento (STH) é secretado pela hipófise. A falta do sono causa irritabilidade nas crianças e diminui a concentração.

Na educação infantil, repouso e sono são assuntos de grande relevância. Porém, é necessário distinguir repouso de sono, pois repousar não é sinônimo de dormir. O repouso é entendido como um momento de descanso, onde as crianças que não apresentam sono podem relaxar e participar de experiências mais tranquilas, como indica Stanciulli (2013, p. 174);

*Para as crianças maiores, a necessidade do descanso continua presente, a do sono não necessariamente e, portanto, algumas crianças vão rejeitar uma escola que as obrigue a dormir. É necessário que a escola toda se organize para que haja um tempo dedicado ao relaxamento, durante o qual quem não dorme possa fazer atividades calmas e silenciosas (em cima de tapetes, nos cantinhos gostosos, com pequenas construções ou com livros ilustrados...).*

Assim, destaca-se a importância do planejamento das instituições e profissionais da educação para os momentos de sono e repouso. O ambiente preparado para acolher a criança que irá dormir, bem como para aquelas que apenas repousarão, faz parte deste planejamento e representa atitude de educação, cuidado e respeito às crianças. Segundo Barbosa (2006), os ambientes preparados para o momento do descanso interferem nas práticas pedagógicas, e nas salas onde há um espaço preparado para o repouso “há maior autonomia para escolher o momento de deitar e acordar”, pois “nem todos precisam dormir ao mesmo tempo” (Idem, 2006, p. 134).

Outra questão a se considerar é a organização dos horários de trabalho dos funcionários da instituição de acordo com a rotina das crianças. Essa organização favorece o sono e repouso, evita contratemplos, entradas e saídas e outras situações que prejudicam o momento de descanso das crianças.



## “DORME BEBÊ...” – BERÇÁRIO I E II

*Eu canto pra você dormir / A terra gira sem ter fim / O sol se esconde não sei onde / Escurece a noite cresce  
Eu canto e você já dormiu / A terra gira por um fio / A lua brilha, minha filha / Eu canto este acalanto...<sup>2</sup>*

O tempo de sono varia conforme a idade das crianças. Os bebês dormem várias vezes durante o dia, portanto é importante que cada bebê descanse de acordo com sua necessidade. Nenhum ritmo de descanso vai se adaptar a todos os bebês e o ritmo de cada bebê muda de tempos em tempos.

Essas singularidades dos bebês devem ser consideradas pelos professores/auxiliares de educador, que em diálogo constante com as famílias, vão compreendendo os sinais de sono e necessidades de cada criança, para propiciar momentos de descanso saudáveis ao longo do dia.

No momento do soninho dos bebês, os adultos devem proporcionar:

- Segurança
- Conforto
- Afeto
- Respeito

<sup>2</sup> Palavra Cantada: “Acalanto pra você”, Álbum “Canções de Ninar”.

A sala do sono no berçário I precisa ser arejada e com luz indireta de modo que as crianças diferenciem o sono do dia do sono noturno. Os berços devem estar distantes uns dos outros 50 centímetros. Uma música suave torna o ambiente mais acolhedor. Os lençóis e cobertores são de uso exclusivo de cada criança e devem ser trazidos de casa já identificados. Podem ser usados objetos pessoais que transmitam segurança afetiva, desde que devidamente higienizados. O professor/auxiliar de educador deve observar constantemente os bebês que estão dormindo, estando no mesmo ambiente do sono, garantindo segurança e visualização de todos os berços.

No berçário II, os bebês dormem em colchonetes individuais, que devem ser higienizados diariamente. Cada bebê deve ter o seu colchonete acomodado a meio metro de distância do outro, aproximadamente. Lençol, edredom e travesseiro são de uso individual e devem ser fornecidos e higienizados pelas famílias semanalmente.

### Cuidados na hora do sono do bebê:



Retirar babadores, excesso de casacos, calçados e roupas apertadas.



Realizar a higiene pessoal antes do bebê dormir (fraldas, higiene bucal, higiene das mãos, nariz etc.).



Temperatura do ambiente: Climatização para CEIs com ar condicionado, temperatura ideal de 24°C.

## “DORME CRIANÇA...” – MATERNAL I E II

*Sono, preguiça / Não tenha medo não / Fique calmo, tranquilo  
Pegue na minha mão / Sono, preguiça / Tudo isso é muito bom!*<sup>3</sup>

A partir dos dois anos, as crianças passam a dormir menos durante o dia e possuem um sono mais regular durante a noite. Assim, as instituições de atendimento integral proporcionam um período diário entre uma hora e meia e duas horas após o almoço para o repouso das crianças, que deve ser planejado, tornando-se momento de descanso e bem estar<sup>4</sup>.

Segundo Rogério (2014, p. 1) “dormir fora de casa é um grande desafio para a criança que precisa se sentir segura e protegida para que se entregue ao sono”. Assim, professores/auxiliares de educador devem promover um ambiente adequado de repouso<sup>5</sup>, utilizando estratégias que acolham as crianças, convidando-as a adormecerem. Ações importantes na preparação para o sono foram destacadas por Staccioli (2013, p. 175) e apresentadas na figura a seguir.

### UM VERDADEIRO RITUAL “ACOLHE” A CRIANÇA PARA O SONINHO DA TARDE:



Atividades não muito excitantes nos momentos que o precedem



A ida ao banheiro



O rito de tirar os sapatos e as peças de roupa que podem impedir o relaxamento



A busca por objetos de segurança



A condução, por parte do adulto, ao relaxamento e à calma

Além do sono, momentos de relaxamento e de um relativo silêncio também devem fazer parte do dia a dia, de modo a proporcionar às crianças tranquilidade e possibilidades de observação e contemplação. Essas são experiências significativas, que assim como o repouso, devem ser consideradas e valorizadas no cotidiano da Educação Infantil.

<sup>3</sup> Palavra Cantada: “Sono Preguiça”, Álbum “Canções de Ninar”.

<sup>4</sup> Promover um momento diário para o descanso não significa que todas as crianças devam dormir.

Deve-se favorecer o repouso e respeitar o tempo de sono que pode variar de indivíduo para indivíduo.

<sup>5</sup> Seguir as mesmas orientações do Berçário II: organizar os colchonetes utilizando os lençóis, cobertores e travesseiros individuais das crianças, em um espaço suficiente para que não fiquem muito próximas uma das outras.

Nas salas climatizadas, manter a temperatura de 24°. Permitir escurecer um pouco a sala, mas não deixar demasiadamente escuro para que as crianças diferenciem o sono noturno do diurno.

## “O SONHO DO MENINO...” – PRÉ-ESCOLA: I E II PERÍODO

*Vagarinho, vagarinho / Fecha o olho no seu ninho / E o sono vai chegar  
E o sono no escurinho / Vagarinho vagarinho / Põe o mundo pra sonhar...<sup>6</sup>*

A partir dos quatro anos, o sono diurno deixa de ser uma necessidade biológica, e algumas crianças recusam-se a dormir durante o dia. Assim, na pré-escola devem-se proporcionar momentos de descanso e relaxamento onde as crianças restauram o cansaço físico e dormem se sentirem necessidade. Nesta faixa etária o sono deve ser visto como um direito e não como uma imposição.

Considerando o sono como um direito, a pré-escola de período integral organiza um espaço planejado e adequado para oferecer diariamente um momento de repouso. Nas turmas de período parcial, é importante ter um colchonete para atender a criança que sentir necessidade de dormir e, assim, ser acomodada com conforto.



## “AI QUE SONINHO BOM!” – REPOUSO NA EDUCAÇÃO INFANTIL

Orientações gerais para o momento do sono e repouso:

- Realizar pesquisa com as famílias para conhecer os hábitos de sono da criança.
- Planejar brincadeiras tranquilas ou atividades de relaxamento.
- Disponibilizar música adequada em baixo volume, e desligar após as crianças dormirem.
- Ler um livro ou narrar uma história.
- Observar as crianças durante o sono.
- Transmitir segurança e bem-estar.
- Respeitar as necessidades de repouso e sono de cada criança.

<sup>6</sup> Palavra Cantada: “Vagarinho”, Álbum “Canções de Ninar”.

## REFERÊNCIAS

STACCIOLI, Gianfranco. **Diário do acolhimento na escola da infância.** Campinas, SP: Autores Associados, 2013, p. 175.

ROGÉRIO, Rosa Maria de Freitas. **Berçário: O sono e o desenvolvimento dos bebês.** Instituto Sono. 2014.

BARBOSA, Maria Carmen Silveira. **Por amor e por força – Rotinas na educação Infantil.** Porto Alegre: Artmed, 2006.

GEIB, Lorena T. C. **Desenvolvimento dos estados de sono na infância.** Revista Brasileira de Enfermagem. Brasília, vol. 60, mai/jun 2007.

## ARQUIVO DE IMAGENS

CEI Alzelir Pacheco e CEI Luiza Maria Veiga.

**Secretaria  
de Educação**



**Prefeitura de  
Joinville**

## **METODOLOGIA DA HIGIENE**

# O Momento da Higiene na Educação Infantil



# O Momento da Higiene na Educação Infantil



## INTRODUÇÃO

O atendimento na educação infantil, visando o desenvolvimento integral das crianças, ocorre por meio de cuidados relacionais, os quais envolvem a dimensão afetiva, cognitiva e aspectos biológicos do corpo, como também, a qualidade da higiene e dos cuidados com a saúde, bem como a forma como esses cuidados são oferecidos.

Deste modo, as ações que envolvem as práticas sociais e culturais de higiene desenvolvidas nas instituições de educação infantil, caracterizam-se como importantes conhecimentos a serem ensinados e aprendidos pelas crianças e as **práticas de higiene são reconhecidas como momentos de educação e cuidado**. É necessário conceber que educação e cuidado são duas ações indissociáveis. Segundo as Diretrizes Curriculares Nacionais para Educação Básica – DCNEB (2013, p. 18);

*Educar exige cuidado; cuidar é educar, envolvendo acolher, ouvir, encorajar, apoiar no sentido de desenvolver. Cuidar e educar significa compreender que o direito à educação parte do princípio da formação da pessoa em sua essência humana. Trata-se de considerar o cuidado no sentido profundo do que seja o acolhimento de todos – crianças, adolescentes, jovens e adultos – com respeito e, com atenção adequada (...)*

Para que as crianças vivenciem uma rotina cheia de descobertas, desafios e aprendizagens, é preciso um olhar atento às questões de higiene. E isso não tem a ver só com a limpeza do ambiente, dos objetos e dos brinquedos, mas envolve também o modo como as crianças se relacionam com elas mesmas, com as outras crianças e adultos, com o espaço ao redor e com as ações cotidianas. As ações das famílias também são fundamentais e interferem diretamente nas práticas de higiene das crianças. Deste modo, se faz necessário um diálogo constante com famílias, como indicam as DCNEB (2013, p. 92);

*Quando a criança passa a frequentar a Educação Infantil, é preciso refletir sobre a especificidade de cada contexto no desenvolvimento da criança e a forma de integrar as ações e projetos educacionais das famílias e das instituições. Essa integração com a família necessita ser mantida e desenvolvida ao longo da permanência da criança na creche e pré-escola, exigência inescapável frente às características das crianças de zero a cinco anos de idade, o que cria a necessidade de diálogo para que as práticas junto às crianças não se fragmentem.*

As questões de higiene superam a abrangência do ato em si, pois sua dimensão atinge diretamente as famílias e a qualidade de vida, o bem-estar e a saúde das crianças. Outro aspecto importante quando nos referimos a saúde e higiene das crianças, são as articulações com outras áreas, “como a Saúde e a Assistência, a fim de que se cumpra, do ponto de vista da organização dos serviços nessas instituições, o atendimento às demandas das crianças” (DCNEB, p. 84).

A seguir serão apresentadas especificidades que devem ser consideradas nos momentos de higiene nas instituições de educação infantil.



## BERÇÁRIOS 1 E 2

O berçário<sup>3</sup> constitui-se como um espaço muito peculiar: é o ambiente preparado para acolher os bebês. Com características singulares das demais faixas etárias, os bebês possuem um modo particular de estar e interagir no mundo. Mas, afinal, quem são os bebês? Barbosa (2010, p. 2), apresenta considerações que nos provocam a pensar sobre esses sujeitos;

*Durante muitos anos, os bebês foram descritos e definidos principalmente por suas fragilidades, suas incapacidades e sua imaturidade. Nos últimos anos, porém, as pesquisas vêm demonstrando as inúmeras capacidades dos bebês. Temos um conhecimento cada vez maior acerca da complexidade de sua herança genética, de seus reflexos, de suas competências sensoriais e, para além de suas capacidades orgânicas, aprendemos que os bebês também são pessoas potentes no campo das relações sociais e da cognição. Eles são dotados de um corpo no qual afeto, intelecto e motricidade estão profundamente conectados, e é a forma particular como esses elementos se articulam que vai definindo as singularidades de cada indivíduo ao longo de sua história. Cada bebê tem um ritmo pessoal, uma forma de ser e de se comunicar.*

Essas referências específicas dos primeiros anos de vida, exigem do adulto comprometimento, atenção, disponibilidade em ir ao encontro do bebê. Os bebês precisam de referências bem definidas, isto é, a presença constante do adulto, espaços físicos estruturados e uma rotina planejada para que se sintam protegidos e seguros. Necessitam de um profissional que lhe dê atendimento individualizado, que observe suas reações e o seu desenvolvimento. Cabe ao docente oferecer desafios de independência e autonomia, observando sempre o que ele já pode fazer sozinho, além de organizar experiências que oportunizem o conhecimento do corpo da criança, a exploração de objetos e pessoas por meio de sensações, percepções e movimentos.

O cuidado com a higiene das crianças que frequentam a Educação Infantil é uma das responsabilidades dos profissionais que atuam nesses espaços, pois além de contribuir para a saúde e o bem-estar, os momentos de higiene favorecem que as crianças e os adultos se relacionem de maneira afetiva e responsável.

<sup>3</sup> Segundo Regimento Único da Secretaria de Educação as turmas de Berçário 1 e Berçário 2 atendem crianças de 90 dias até 1 ano 11 meses e 29 dias.



## TROCA DE ROUPAS E FRALDAS

As trocas de roupas e fraldas quando planejadas e executadas com cuidado, favorecem conforto aos bebês, bem-estar, relaxamento, oportuniza a criação de vínculos entre os adultos e as crianças, contribui para a aprendizagem sobre a importância dos cuidados consigo mesmo.

As roupas e fraldas poderão ser trocadas antes ou após as refeições, antes da saída da criança da instituição e sempre que se fizer necessário, para tanto se observa constantemente a condição das roupas e fraldas.

Antes de levar a criança para o trocador, o professor/auxiliar de educador organiza ao alcance de suas mãos todos os pertences como roupas, lenço umedecido, fraldas, pomadas para assaduras ou outro material que se faça necessário (esses materiais são de uso individual). A criança nunca deve ficar sozinha no trocador. Para iniciar a troca de fraldas, é importante que o professor/auxiliar de educador higienize suas mãos com água e sabão.

É fundamental que o professor/auxiliar de educador interaja com a criança no momento da troca de roupas e fraldas, explicando o que está fazendo, mantendo um contato afetivo com ela por meio do toque, do olhar e da conversa, tornando essa ação significativa e evitando que seja mecanizada, apressada e com movimentos bruscos, tornando-se um momento desconfortável para a criança esse cuidado com o corpo.

Ao colocar a fralda no bebê, deve-se tomar cuidado para não comprimir o abdômen, gerando desconforto na criança. Após a troca é necessário que as mãos das crianças sejam lavadas e que o professor/auxiliar de educador também faça a higienização das próprias mãos e antebraços com água e sabão. A cada troca é essencial realizar a higienização do trocador com álcool.



## HIGIENE DO NARIZ

O professor/auxiliar de educador realiza a higienização do nariz do bebê utilizando lenço de papel ou papel higiênico macio. Ensinar os bebês a participarem deste momento, a sua maneira, reforça a importância de estarem sempre higienizados.

## PROCESSO DE DESFRALDE

Na turma do berçário 2 inicia-se o processo de desfralde, criando uma rotina do uso do vaso sanitário, de modo geral a partir do segundo semestre, sempre respeitando o tempo da criança e mantendo diálogo e combinados com as famílias. É importante que o professor/auxiliar de educador estabeleça uma rotina de uso do banheiro, para que as crianças se acostumem e aprendam a utilizar esse espaço. A presença e auxílio do adulto nesse processo é fundamental para a aquisição da habilidade do uso do banheiro, bem como o apoio e continuidade do processo de desfralde por parte das famílias.

## BANHO

O banho deve ser planejado de forma que seja um momento prazeroso para a criança, onde faça descobertas sobre o próprio corpo, estabeleça uma relação de afetividade com o adulto que está interagindo com ela, criando vínculos de cuidado, respeito e aprendizagem.

O banho pode ocorrer diariamente, conforme a organização do professor/auxiliar de educador e as necessidades de cada criança. É importante, que esse processo seja iniciado e finalizado pelo mesmo profissional, reforçando as relações de afetividade, responsabilidade e respeito com a criança.

O professor/auxiliar de educador deverá providenciar com antecedência as roupas limpas, brinquedos, toalha, fralda, enfim, todo material que irá utilizar, evitando incidentes causados pelo distanciamento do bebê.

No momento do banho, o professor/auxiliar de educador interage com a criança, olhando-a nos olhos, conversando sobre as ações que ele está fazendo, incentivando o contato com a água de maneira prazerosa. Nesse momento podem ser oferecidos objetos para as crianças brincarem, tocar músicas suaves, fazer massagem nos bebês ou então utilizar outras estratégias como, por exemplo, o banho em baldes (ofurô).



## HIGIENE BUCAL

Mesmo que as crianças do Berçário 1 ainda não possuam dentição completa, é importante realizar a higiene bucal após as refeições, pois essa ação irá prevenir doenças e evitar a proliferação de bactérias.

Para realizar a higiene bucal dos bebês é indicado que o professor/auxiliar de educador use uma gaze molhada em água corrente enrolada no dedo, limpando a gengiva e os possíveis dentes que já possuem, cuidando para limpar todos os lados dos dentes. Para as crianças que estão no início da dentição, pode ser usada uma dedeira própria mergulhada em água fria.

No berçário 2 a higiene bucal acontecerá após as refeições, sempre acompanhado do professor/auxiliar de educador, que auxilia na realização das escovações.

A escova deve ser bem lavada em água corrente e mantida em lugar limpo, seco e arejado, preferencialmente em porta escovas de dentes individualizados.



## MATERNAL E PRÉ-ESCOLA

As crianças que frequentam o maternal e a pré-escola<sup>4</sup> passam a apropriar-se com mais autonomia dos cuidados corporais e aprendem, gradativamente, a cuidar da própria higiene. É importante considerar as particularidades e individualidades de cada criança, como indica as Diretrizes Curriculares Nacionais para Educação Infantil (DCNEB, 2013, p. 86);

*Cada criança apresenta um ritmo e uma forma própria de colocar-se nos relacionamentos e nas interações, de manifestar emoções e curiosidade, e elabora um modo próprio de agir nas diversas situações que vivencia desde o nascimento conforme experimenta sensações de desconforto ou de incerteza diante de aspectos novos que lhe geram necessidades e desejos, e lhe exigem novas respostas.*

Assim, as questões de higiene constituem-se como algo muito particular e a forma como a criança vivencia está diretamente relacionada as práticas sociais e culturais experimentadas na família. Deste modo, o diálogo e parceria com as famílias são extremamente necessários pois contribuirão diretamente nas formas de ser e agir das crianças frente às questões de higiene e saúde.

A seguir, serão apresentados aspectos que colaboram com as práticas de higiene das crianças, porém, cabe destacar que esses processos serão efetivados com qualidade a partir das relações de respeito, cuidado e afeto estabelecidos na mediação entre adultos e crianças.

<sup>4</sup> Segundo Regimento Único da Secretaria de Educação as turmas de maternal 1 e 2 atendem crianças de 2 anos até 3 anos 11 meses e 29 dias e as turmas de 1º e 2º período (pré-escola) atendem crianças de 4 anos até 5 anos 11 meses e 29 dias.

## HIGIENE DAS MÃOS

Lavar as mãos deve constituir-se um hábito, realizado conjuntamente por crianças e adultos e praticado ao longo do dia, em momentos como:

- Refeições,
- Uso do banheiro,
- Em outras situações em que as mãos possam estar sujas (parque, areia, tintas, massinhas, etc, neste caso o olhar atento do adulto que intervirá na situação).

## TROCA DE ROUPAS

Sempre que uma criança estiver com roupas sujas, molhadas ou desconfortáveis deve ser trocada. Verificar se a roupa da criança está adequada a temperatura do dia. Sempre que necessário fazer a troca (calças jeans, manga longa, shorts, bermudas), assim como, sugerir aos pais que mantenham um chinelo na mochila, pois é importante lembrar que a temperatura modifica ao longo do dia. As roupas sujas deverão ser colocadas em uma sacola plástica (trazidas pela família) para não serem misturadas às roupas limpas dentro da mochila.

## HIGIENE BUCAL

A higiene bucal acontece sempre após as refeições. A escovação deve ser realizada com a ajuda dos professores/auxiliares de educador, e gradativamente as crianças são estimuladas a escovar sozinhas, sempre com a supervisão do profissional que deverá orientá-las que a escova é de uso individual e sobre a maneira correta de escovar os dentes, e assim como movimentar a escova dentro da boca e fazer bochecho sem engolir a água (no maternal 1, para enxaguar a boca é indicado o uso de um copo individual ou descartável).

- Todas as escovas de dentes devem ser higienizadas uma vez por semana;
- Apresentar outros recursos de higiene bucal como fio dental e enxaguante bucal, bem como ensinar sobre seus usos;
- O armazenamento deve ser individual e em espaço fechado protegendo-as de contaminações;
- As crianças podem manter a escova na mochila, em porta-escova. As Unidades que adotarem essa prática, devem orientar as famílias quanto a higienização e troca das escovas periodicamente.



## HIGIENE DO NARIZ

Para realizar a higienização do nariz é importante que o professor/auxiliar de educador utilize lenço de papel ou papel higiênico macio, fazendo a higiene pela criança. Ensinar as crianças a participarem deste momento, a sua maneira, reforça a importância de estarem sempre higienizadas. Aos poucos as crianças são orientadas a limparem o nariz sozinhas, estimulando a autonomia e o cuidado com a sua higiene.

Ao realizar a higienização do nariz, é fundamental comunicar a criança que este procedimento está sendo realizado, para que tenha sentido esta ação e aos poucos adquira consciência da importância deste ato. O lenço ou papel devem estar sempre próximo para ser utilizado quando espirram ou estão gripadas.

## TROCA DE FRALDAS

Na turma do maternal 1 algumas crianças estão em processo de desfralde, as trocas de fraldas devem acontecer antes ou após as refeições e sempre que se fizer necessário. Esse procedimento deve acontecer no banheiro, sobre o trocador que deverá ser higienizado a cada troca. É importante considerar o tempo da criança e manter diálogo com as famílias durante esse processo, encorajando ambos – criança e família – a conquista dessa autonomia.

## USO DO VASO SANITÁRIO

Após os três anos, poucas crianças utilizam fralda, passando a usar diretamente o vaso sanitário. No entanto, muitas crianças ainda não possuem o controle total dos esfíncteres e são convidadas constantemente a fazer uso do banheiro. À medida que vão conseguindo obter este controle passam a utilizar o banheiro, sem ser necessário lembrá-las disso.

É importante que o vaso seja de tamanho adequado. As crianças recebem auxílio quanto ao uso do papel e são orientados a puxarem a descarga, levantar e abaixar a tampa do vaso. Os professores/auxiliares de educador devem auxiliar e orientar a criança na sua higienização.

## BANHO

Quando necessário a criança pode receber um banho, isso acontece geralmente durante a retirada de fralda, onde, em alguns casos é indispensável uma higiene complementar. Os banhos podem acontecer também em períodos quentes após a vinda do parque, para as crianças se sentirem mais confortáveis.

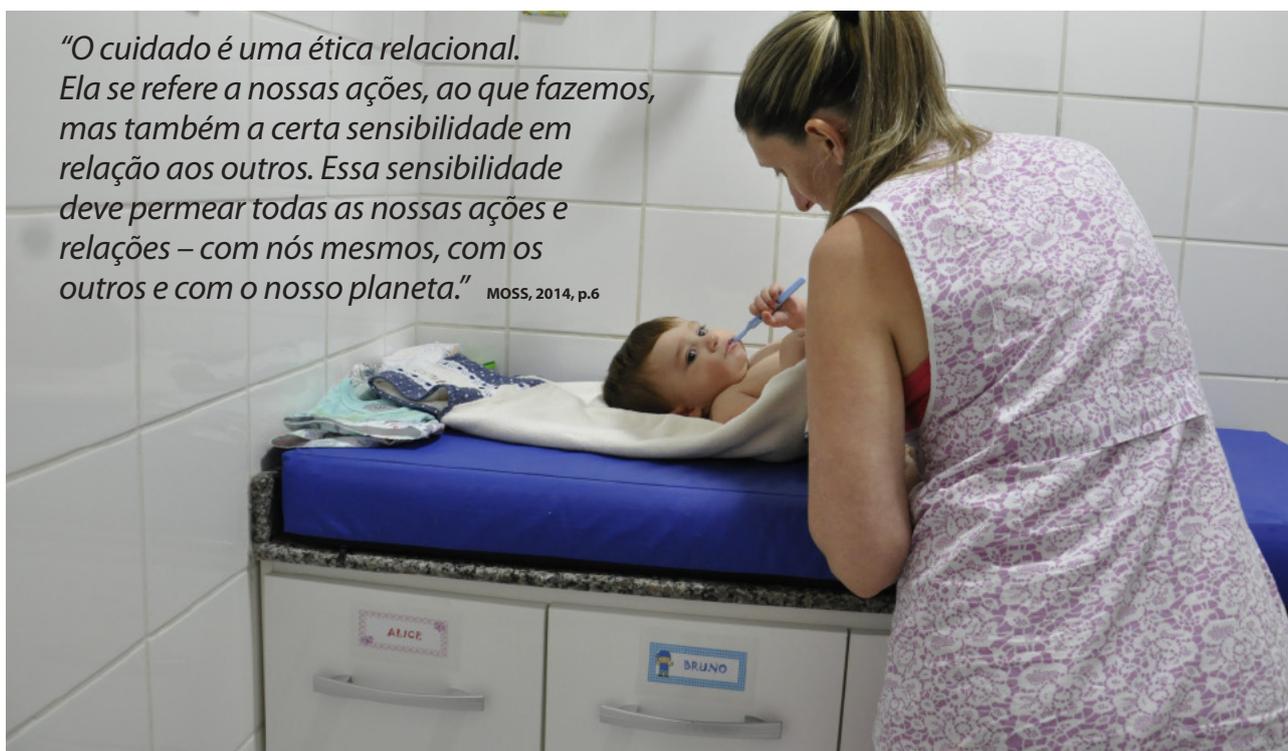


## HIGIENE NA EDUCAÇÃO INFANTIL: ORIENTAÇÕES GERAIS

Compreendendo as práticas de higiene como direito fundamental das crianças, segue orientações gerais que visam um atendimento de respeito e qualidade a todas as crianças que frequentam instituições de educação infantil:

- Cuidados com o cabelo: Outro cuidado é com o cabelo, mantendo os cabelos das meninas preferencialmente amarrados e dos meninos penteados. É importante realizar esses procedimentos com todas as crianças, inclusive com os meninos que estão com o cabelo bem curto. Ressaltamos que essas ações representam além do cuidado, momentos de afetividade, respeito e contribuem para autoestima das crianças.
- Roupas de Cama: Toda criança que frequenta o CEI em período integral deverá ter sua roupa de cama (lençol, ou travesseiro e fronha) individual e com identificação. Esta roupa de cama deverá ir para casa toda sexta feira e retornar no primeiro dia em que a criança vir para o CEI (salvo nos casos que apresentar necessidade de higienização ou se o lençol for da instituição). As crianças não devem dormir em colchonetes sem a proteção de um lençol.
- Verificar documentações que comprovem providências da família com relação aos cuidados de saúde e higiene das crianças;
- Manter comunicação e orientar as famílias quando a criança estiver doente e precisar de cuidados especiais;
- Estabelecer parcerias com serviços e profissionais da saúde;
- Promover ações educativas e preventivas de higiene;
- Conservar os espaços externos e internos da instituição, brinquedos e tanque de areia higienizados;
- Difundir o conhecimento relacionado a higiene e saúde da criança, discutindo com profissionais da educação e comunidade temas como doenças infecto contagiosas, parasitoses, pediculose, escabiose, etc;
- Manter os pertences de uso individual das crianças em local limpo e adequado.

*“O cuidado é uma ética relacional. Ela se refere a nossas ações, ao que fazemos, mas também a certa sensibilidade em relação aos outros. Essa sensibilidade deve permear todas as nossas ações e relações – com nós mesmos, com os outros e com o nosso planeta.”* MOSS, 2014, p.6



## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

MOSS, Peter. **Educar e cuidar, uma relação indissolúvel**. Revista Patio. 2014.

BRASIL. **Diretrizes Curriculares Nacionais para Educação Básica**. Brasília: MEC, SEB, DICEI, 2013.

BARBOSA, Maria Carmem. **Especificidades da Ação Pedagógica com Bebês**. Anais do I Seminário Nacional: currículo em movimento – Perspectivas Atuais. Belo Horizonte, 2010.

## ARQUIVO DE IMAGENS

CEI Alzelir Pacheco e CEI Luiza Maria Veiga.

**Secretaria  
de Educação**



**Prefeitura de  
Joinville**