

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO
CENTRO MULTIDISCIPLINAR UFRJ-MACAÉ
INSTITUTO DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO
CURSO DE NUTRIÇÃO**

VITÓRIA DE OLIVEIRA FIDELIS

**PRÁTICAS PEDAGÓGICAS SOBRE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO NO ENSINO
PÚBLICO FUNDAMENTAL DE MACAÉ – RJ**

MACAÉ

2022

VITÓRIA DE OLIVEIRA FIDELIS

**PRÁTICAS PEDAGÓGICAS SOBRE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO NO ENSINO
PÚBLICO FUNDAMENTAL DE MACAÉ – RJ**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de graduação em Nutrição da Universidade Federal do Rio de Janeiro - Macaé, como parte dos requisitos necessários à obtenção do grau de bacharel em Nutrição.

Orientadoras:

Prof.^a Priscila Vieira Pontes

Prof.^a Ana Eliza Port Lourenço

MACAÉ

2022

CIP - Catalogação na Publicação

F451

Fidelis, Vitória de Oliveira

Práticas pedagógicas sobre alimentação e nutrição no ensino público fundamental de Macaé - RJ / Vitória de Oliveira Fidelis - Macaé, 2022.

38

f.

Orientador(a): Priscila Vieira Pontes.

Coorientador(a): Ana Eliza Port Lourenço.

Trabalho de conclusão de curso (graduação) - Universidade Federal do Rio de Janeiro, Instituto de Alimentação e Nutrição, Bacharel em Nutrição, 2022.

1. Educação alimentar e nutricional. 2. Professores escolares. 3. Alimentação escolar. I. Pontes, Priscila Vieira, orient. II. Lourenço, Ana Eliza Port, coorient.

III. Título.

CDD 363.8

Ficha catalográfica elaborada pela Biblioteca com os dados
fornecidos pelo(a) autor(a)

Campus UFRJ-Macaé Professor Aloisio Teixeira
Bibliotecário: Anderson dos Santos Guarino CRB7 – 5280

PRÁTICAS PEDAGÓGICAS SOBRE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO NO ENSINO PÚBLICO

FUNDAMENTAL DE MACAÉ – RJ. Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Graduação em Nutrição da Universidade Federal do Rio de Janeiro – Campus UFRJ-Macaé, como parte dos requisitos necessários à obtenção do grau em bacharel em Nutrição.
Aprovado em: 16 de março de 2022

BANCA AVALIADORA



PRISCILA VIEIRA
PONTES
(Orientadora)



ANA ELIZA PORT LOURENÇO
(Co-orientadora)



LUANA SILVA MONTEIRO
<http://lattes.cnpq.br/5232488518757449>

(Avaliadora 1)



LUISA GOUVEA FERNANDES DA SILVA
(Avaliadora 2)

RESUMO

A escola é um espaço privilegiado para promover práticas que incentivam hábitos saudáveis, inclusive os alimentares. Se essas práticas são iniciadas desde a infância, maiores são as chances de adoção, pelos escolares, de um padrão alimentar saudável. O presente estudo tem como objetivo descrever a experiência de atividades de educação alimentar e nutricional desenvolvidas em duas escolas públicas de ensino fundamental de Macaé, RJ. Trata-se de um relato de experiência, produto da extensão universitária do Núcleo de Estudos em Saúde na Escola (NESANE), vinculado à linha de pesquisa e extensão “Educação Alimentar e Nutricional e Promoção da Alimentação Saudável”. Foram apresentadas atividades planejadas com as professoras e realizadas com escolares das turmas do terceiro, quarto e quinto anos do turno matutino, sendo uma atividade para cada turma, em cada uma das escolas. Na Escola-A as ações foram realizadas em 2017, e na Escola-B em 2018. Foram usados como referenciais teóricos o Guia Alimentar para a População Brasileira e o Marco de Referência em Educação Alimentar e Nutricional. Através dos registros feitos pela equipe do NESANE, foram avaliadas a participação dos escolares e das professoras durante as atividades, e as principais potencialidade e limitações para a sua realização. O planejamento conjunto das atividades de EAN entre a escola e o NESANE propiciou trabalhar o tema da alimentação e nutrição em disciplinas além das de biologia e ciências, de maneira transversal ao conteúdo do currículo. O interesse das professoras e o apoio da gestão escolar foram percebidas como potencialidades, enquanto a insegurança e a dificuldade de perceber o potencial da transversalidade em abordar o tema, além da falta de apoio da família dos escolares, foram identificadas como limitações para as ações de EAN. A experiência aqui relatada reforça a necessidade de criação de uma rede de formação contínua e permanente que envolva professores, orientadores pedagógicos, diretores das escolas, famílias dos escolares e profissionais nutricionistas para atuarem na EAN nas escolas.

Palavras-chave: Educação Alimentar e Nutricional; Professores; Escolares; Alimentação Escolar.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	5
2 REFERENCIAL TEÓRICO	6
2.1 Educação alimentar e nutricional	6
2.2 Educação alimentar e nutricional nas escolas.....	10
3 JUSTIFICATIVA	14
4 OBJETIVOS	14
4.1 Objetivo geral	14
4.2 Objetivos específicos	14
5 METODOLOGIA	15
5.1 Descrição do contexto	15
5.2 Procedimentos realizados	16
5.2.1 Planejamento conjunto das atividades	16
5.2.2 Realização das atividades	17
5.2.3 Avaliação das atividades	17
6 RESULTADOS E DISCUSSÃO	18
Atividades planejadas com as professoras	18
Atividades realizadas com escolares	20
Atividades realizadas com a turma do terceiro ano.....	20
Atividades realizadas com a turma do quarto ano.....	21
Atividades realizadas com a turma do quinto ano.....	23
Participação das professoras e dos escolares durante as atividades	24
Potencialidades e limitações para a realização das atividades.....	25
7 CONSIDERAÇÕES FINAIS	27
REFERÊNCIAS	28
APÊNDICES	35
APÊNDICE 1 – Atividade de leitura e interpretação de texto sobre as frutas	35
APÊNDICE 3 – Atividade de leitura e interpretação sobre ultraprocessados	37
APÊNDICE 4 – Atividade lúdica sobre DCNTs	38
APÊNDICE 6 – Visita à feira da agricultura familiar	40

1 INTRODUÇÃO

A Promoção da Alimentação Adequada e Saudável (PAAS) pode incluir ações em três vertentes de atuação: as de incentivo, apoio e de proteção. As medidas de incentivo são aquelas que difundem informação; as de apoio são as que facilitam a adesão as práticas saudáveis e as de proteção são as de caráter regulatório, que visam impedir exposição de indivíduos a ambientes não saudáveis (LOURENÇO; PONTES, 2019).

Considerando que a escola é local cotidiano para os estudantes, pode contribuir com essas ações de diferentes formas: desenvolvendo ações pedagógicas que abordem a alimentação e nutrição, promovendo um ambiente alimentar saudável e estando em conformidade com as legislações vigentes que protegem esse espaço de alimentos não saudáveis (BRASIL, 2006; LOURENÇO *et. al.*, 2021).

Faz parte do ambiente alimentar escolar a presença de cantinas na escola, os lanches trazidos de casa, a alimentação oferecida na escola e a presença de estabelecimentos que comercializam alimentos próximos a escolas (LOURENÇO; PONTES, 2019). A falta de regulação no perfil dos alimentos presentes no cotidiano escolar, seja os oferecidos na cantina ou os levados de casa, implicam numa exposição rotineira dos escolares a alimentos não saudáveis. Diante disso, é importante que todo o ambiente escolar esteja alinhado na PAAS, promovendo estratégias de incentivo, apoio e proteção (LOURENÇO *et. al.*, 2021).

A principal via para ações de PAAS na vertente de incentivo nas escolas é a educação alimentar e nutricional (EAN) (LOURENÇO; PONTES, 2019), que é definida pelo Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas (MREAN) como “um campo de conhecimento e de prática contínua e permanente, transdisciplinar, intersetorial e multiprofissional que visa promover a prática autônoma e voluntária de hábitos alimentares saudáveis” (BRASIL, 2012).

O Inquérito Nacional sobre Alimentação (INA) inserido na Pesquisa de Orçamento Familiar (POF) 2017-2018 evidencia mudanças no padrão alimentar da população ao longo dos anos, desde a edição de 2002-2003. Houve aumento expressivo do consumo de alimentos ultraprocessados, e queda no consumo de alimentos considerados saudáveis (IBGE, 2020). Tal fator pode ser associado ao

aumento de casos de sobrepeso, obesidade e outras doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs) na infância (BARROS *et. al.*, 2021).

Entendendo a importância de discussões sobre alimentação saudável desde a infância, o Congresso Nacional sancionou a lei nº 13.666 em maio de 2018, tornando obrigatório o conteúdo de alimentação no currículo escolar dos ensinos fundamental e médio (BRASIL, 2018). A intenção da lei é garantir o acesso a informações sobre alimentação e nutrição desde a infância e reduzir casos de obesidade infantil no país.

No entanto, desenvolver atividades de EAN pode ser um desafio para os professores, devido à um conjunto de fatores que permeiam o magistério na Educação Básica no Brasil, tais como sobrecarga de trabalho e falta de formação na temática (CARLOTTO, 2011; MARTINS, 2018).

Os professores têm liberdade para buscar informações para trabalhar em sala de aula. Porém precisam de apoio institucional, formação continuada condizente e de materiais educativos que possam orientar as suas práticas pedagógicas (BEZERRA *et. al.*, 2015; ROCHA; FACINA 2017). Espera-se que através da associação entre o conhecimento técnico-científico sobre alimentação saudável e o conhecimento pedagógico dos professores, as ações de EAN nas escolas sejam fortalecidas e cada vez mais articuladas ao conteúdo do currículo escolar.

O presente trabalho visou relatar a experiência de atividades de educação alimentar e nutricional desenvolvidas no âmbito da extensão universitária em escolas públicas de ensino fundamental da cidade de Macaé, Rio de Janeiro.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 Educação alimentar e nutricional

A Educação Alimentar e Nutricional é uma estratégia para a promoção da saúde, sendo considerada fundamental na prevenção e no controle de problemas no campo da alimentação e nutrição. Além disso, está inserida num contexto de apoio e fortalecimento das ações de proteção ao Direito Humano à Alimentação Adequada (DHAA) e da garantia da Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) (BRASIL, 2012).

Segundo o Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas a EAN, é definida como:

Um campo de conhecimento e de prática contínua e permanente, transdisciplinar, intersetorial e multiprofissional que visa promover a prática autônoma e voluntária de hábitos alimentares saudáveis. A prática de EAN deve fazer uso de abordagens e recursos educacionais problematizadores e ativos que favoreçam o diálogo junto a indivíduos e grupos populacionais, considerando todas as fases do curso da vida, etapas do sistema alimentar e as interações e significados que compõem o comportamento alimentar. (BRASIL, 2012; p.23).

O MREAN é um documento publicado em 2012 pelo Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Foi elaborado por entidades governamentais e não governamentais da área da nutrição com a finalidade de promover um campo comum de reflexão sobre a EAN, e nortear suas ações para que envolvam, além da relação entre consumo de alimentos e saúde, as questões socioeconômicas, culturais, ambientais e sustentáveis, buscando resultados mais efetivos para a melhoria da qualidade de vida da população (BRASIL, 2012).

No MREAN, são apresentados nove princípios de EAN:

I. Sustentabilidade social, ambiental e econômica: trata-se de uma reflexão acerca das dimensões humanas, sociais, econômicas e ambientais acerca da alimentação. Este princípio ressalta que a EAN promova reflexão sobre os meios de produção, reflexão sobre o desperdício de alimentos e destino de resíduos de produção.

II. Abordagem do sistema alimentar, na sua integralidade: O princípio visa reforçar a necessidade de abordar o sistema alimentar de maneira integral, desde o acesso à terra e aos meios de produção, formas de processamento, abastecimento, comercialização e de distribuição; a escolha e consumo dos alimentos, incluindo as práticas alimentares individuais e coletivas; até a geração e a destinação de resíduos.

III. Valorização da cultura alimentar local e respeito à diversidade de opiniões e perspectivas, considerando a legitimidade dos saberes de diferentes naturezas: esse princípio reforça que a EAN deve integrar e considerar os saberes provenientes da cultura, religião e ciência.

IV. A comida e o alimento como referências; Valorização da culinária enquanto prática emancipatória: Esse princípio evidencia a importância de trabalhar a alimentação para além da dimensão biológica, considerando os valores culturais, sociais, afetivos e sensoriais. Além disso, reforça a importância e o valor da culinária na prática da alimentação saudável.

V. A Promoção do autocuidado e da autonomia: O princípio ressalta que a EAN deve favorecer que os indivíduos se empoderem em relação à sua saúde, através de experiências que promova a reflexão sobre suas escolhas alimentares. As ações devem gerar conhecimento e habilidades necessárias para que os indivíduos conheçam e identifiquem seu contexto de vida, e provocando mudanças internas e reflexivas.

VI. A educação enquanto processo permanente e gerador de autonomia e participação ativa informada dos sujeitos: Esse princípio demonstra que as atividades de EAN devem promover uma abordagem participativa nas diferentes fases da vida, onde os indivíduos possam fazer parte da construção do conhecimento, integrando os diferentes tipos de conhecimento e adequando a sua realidade.

VII. A diversidade nos cenários de prática: As ações de EAN podem acontecer em diversos espaços sociais para diferentes perfis populacionais, sendo adequadas às especificidades dos diferentes locais.

VIII. Intersetorialidade: É importante que as práticas de EAN incluam diferentes setores governamentais, para favorecer a construção coletiva e multidisciplinar, visando a efetividade das atividades.

IX. Planejamento, avaliação e monitoramento das ações: É necessário que as ações sejam planejadas considerando os demais princípios supracitados. A avaliação e o monitoramento são essenciais para avaliar a efetividades das ações e apontar melhorias.

A publicação do MREAN é percebida como um avanço, uma vez que orienta conceitos, princípios e diretrizes que pretendem qualificar a EAN, que ao longo dos últimos anos vem sendo promovida através de diferentes abordagens, perpassando por metodologias que são consideradas invasivas e verticalizadas, e com enfoque biologicista (AMPARO-SANTOS, 2013; SANTOS, 2005).

No Brasil, a EAN surgiu na década de 40 com o foco principal na saúde do trabalhador industrial e de sua família (BRASIL, 2012). O perfil da abordagem era considerado invasivo, onde visitadoras domésticas de alimentação e nutrição eram enviadas para a casa dos trabalhadores com a finalidade de ensiná-los a se alimentar de maneira correta visando apenas os aspectos biológicos (MUNIZ, 2014).

Diversos estudos já apontam para a necessidade da EAN buscar novas abordagens, de modo a qualificar e fomentar suas ações (RAMOS et al., 2013; SANTOS, 2012). Entende-se que é essencial promover a reflexão acerca da realidade do indivíduo, especialmente de seus hábitos e escolhas alimentares, para uma transformação social efetiva. A construção do conhecimento através de um modelo horizontal integrando o conhecimento popular ao científico é fundamental nesse processo, seguindo a lógica da pedagogia dialógica de Freire (RODRIGUEZ, 2019).

Em suas obras, Freire (1997; 1998;) defendia que uma educação problematizadora era essencial em atividades de educação. O autor demonstrava a necessidade de articulação do conhecimento técnico e o saber popular para a construção do conhecimento através do respeito mútuo. Para ele, o conceito da hierarquia detentora do conhecimento comumente construída entre educador-educando distancia o sujeito do objetivo final de ações de educação: a autonomia do sujeito em relação ao tema abordado (FREIRE, 1997). No contexto da educação alimentar e nutricional, a ideologia de Freire se insere através de atividades ajustadas de acordo com a realidade e as necessidades do público, valorizando o conhecimento pré-existente e construindo novos de maneira integrativa e não impositiva, para uma maior sensibilização e geração de autonomia (MACHADO et al., 2021).

O MREAN destaca que a trajetória da EAN passa por um início de ações com transmissão vertical do conhecimento, até o momento atual de entendimento de que ações que incentivam o pensamento crítico são as mais eficazes no processo de criação de hábitos alimentares positivos (BRASIL, 2012). Não há uma receita com um passo a passo a ser seguido. É preciso focar na sensibilização da população ao invés da imposição, utilizando a metodologia mais eficaz para cada grupo (FREIRE, 1998).

Vale ressaltar que a EAN não é uma ferramenta exclusiva do nutricionista (BEZERRA, 2018). Diferentes profissionais podem e devem se apropriar de conteúdos

de EAN para que possam aprimorar suas ações enquanto promotores da AAS (BRASIL, 2012). Especialistas em nutrição devem ser os mentores de materiais didáticos e de cursos de formação, mas os professores podem usar a EAN e por isso devem conhecer o MREAN e os demais referenciais teóricos governamentais.

2.2 Educação alimentar e nutricional nas escolas

Ações coletivas de promoção da saúde são capazes de contribuir para a geração de ambientes saudáveis (SILVA, 2013). Escolas, creches e a rede básica de atenção primária, por exemplo, são ambientes propícios ao desenvolvimento de ações de sensibilização, onde o usuário/escolar é um sujeito ativo nesse processo, a fim de promover a prática autônoma e voluntária da criação de hábitos saudáveis (MACHADO *et al.*, 2021; BOTELHO *et al.*, 2021).

É essencial que ambientes institucionais sejam promotores da alimentação adequada e saudável. A escola, por ser um local onde os alunos passam boa parte de seu dia, é um ambiente favorável para tal, pois se trata de um local de construção de conhecimento e formação de hábitos que podem perdurar a vida toda (LOURENÇO; PONTES, 2019).

As discussões sobre a inserção da EAN no contexto escolar se iniciaram entre meados da década de 1930 e início da década de 1940 (WEIRICH, 2021). Na época, a proposta era que a EAN fosse inserida nos currículos escolares e que houvessem intervenções governamentais. Em 1954, o Ministério da Educação publicou a primeira edição da Cartilha da Merenda Escolar, determinando que os escolares deveriam receber suplementação alimentar para corrigir ou diminuir deficiências nutritivas, mas já considerando tal feito uma oportunidade para o desenvolvimento de atividades educacionais para formação de bons hábitos alimentares (STEFANINI, 1998).

Reconhecendo a relevância do ambiente escolar, programas criados a partir dos anos 2000 já contavam com diretrizes que incluíam esta temática na escola, como por exemplo o Programa Fome Zero (PFZ) e o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) (BRASIL, 2012). E em 2006, a Portaria Interministerial nº 1.010/2006 instituiu diretrizes para a promoção da alimentação saudável nas escolas de educação infantil e dos ensinos fundamental e médio das redes públicas e privadas, em âmbito

nacional (BRASIL, 2006). Nesta portaria, é prevista a incorporação do tema alimentação saudável no planejamento pedagógico.

Além da elaboração dos cardápios, a Resolução nº 26 de 17 de junho de 2013, que regulamenta o PNAE, prevê que os nutricionistas realizem ou coordenem ações de EAN nas escolas públicas de educação básica (BRASIL, 2013). Segundo o estudo em âmbito nacional de Almeida et al. (2018), 85% dos nutricionistas responsáveis técnicos (RT) entrevistados relataram realizar essas ações nas escolas, sendo a maioria delas palestras e atividades lúdicas, e com frequência semestral. Corrêa et al. (2015) encontrou resultado semelhante em seu estudo com RT do PNAE da região Sul do Brasil, onde 90% dos nutricionistas relatam realizar atividades de EAN nas escolas, apesar de considerarem insuficiente a atuação em outras demandas preconizados pelo Programa.

Os nutricionistas que participaram dos estudos de Almeida et al. (2018) e Corrêa et al. (2015), apontam os mesmos entraves para a realização das ações de EAN nas escolas, como: a atuação em outros setores da prefeitura que elevam a carga horária de trabalho, impossibilitando dedicação exclusiva às atividades do PNAE; a relação entre o mínimo de profissionais por número de escolares não ser respeitado por boa parte das prefeituras, ocasionando excesso de trabalho; a formação deficiente dos nutricionistas acerca da EAN, visto que cursos de graduação em Nutrição por vezes privilegiam a dimensão biológica da alimentação e dos problemas nutricionais (RECINE *et. al.*, 2012); a escassez de materiais para as atividades; a falta de sensibilização da comunidade escolar e baixo engajamento e articulação com as professoras.

Como iniciativa de valorizar ações de educação em saúde no ambiente escolar, em 2007 foi instituído o Programa Saúde na Escola (PSE), promovendo articulação entre Secretarias de Educação e Saúde dos municípios, propiciando abordagens multiprofissionais para tratar de temas da saúde, como a alimentação e outros (BRASIL, 2007).

A EAN no ambiente escolar foi regulamentada pela Lei nº 11947/2009, que dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar e do Programa Dinheiro Direto na Escola aos alunos da educação básica. Uma de suas diretrizes prevê:

II - a inclusão da educação alimentar e nutricional no processo de ensino e aprendizagem, que perpassa pelo currículo escolar, abordando o tema alimentação e nutrição e o desenvolvimento de práticas saudáveis de vida, na perspectiva da segurança alimentar e nutricional (BRASIL, 2009, art. 2º).

Para fortalecer as ações já realizadas e incentivar a EAN, o Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE) lançou em 2017 a Jornada de EAN. Tendo como público escolares da educação infantil e do ensino fundamental, a Jornada de EAN ocorre anualmente e tem a proposta de contribuir para a conscientização dos escolares sobre escolhas alimentares mais saudáveis. A partir de quatro temáticas previamente definidas no edital, a comunidade escolar deve desenvolver atividades e registrá-las, sob supervisão do coordenador escolhido pelo nutricionista responsável pelo PNAE e/ou direção da escola (BRASIL, 2019).

Um dos grandes avanços da EAN nas escolas, refere-se à publicação da Lei Nacional nº 13.666, de maio de 2018, que alterou a Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional de 1996 (BRASIL, 2018). Com isso, a partir deste momento, a EAN se tornou conteúdo transversal obrigatório no currículo escolar do ensino fundamental e médio. Entretanto, Weirich (2021) demonstra que há uma lacuna de evidências científicas quanto a sua aplicação. Ainda não estão disponíveis na literatura estudos suficientes que analisem a aplicabilidade desta lei.

Em 2020 foi publicada a Resolução nº 6/2020 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE), que dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no âmbito do PNAE. As novas medidas visam atender à inclusão da EAN como tema transversal do currículo escolar pela Lei nº 13.666/2018, e consideram os principais referenciais relacionados a alimentação e nutrição, como GAPB e os princípios do MREAN para nortear as ações (BRASIL, 2020).

Além das atividades preconizadas pelo PNAE, ações voluntárias de EAN são realizadas nas escolas por iniciativa de professores e através de parcerias com projetos de extensão universitária, por meio de atividades educativas. (LOURENÇO; BERGOLD, 2019; MACHADO, 2019). Trabalhos como os de Martins (2018) e Camozzi (2015) realizados com professores de escolas municipais de Macaé e Goiás, respectivamente, reforçam que para a comunidade escolar, os professores são vistos

como os principais atores na educação dos alunos, e apesar do tema alimentação e nutrição estar presente no material didático, fica a critério dos mesmos a escolha dos assuntos e da metodologia adotada.

No estudo de Martins (2018), professores relataram insegurança para trabalhar determinados assuntos relacionados à alimentação e nutrição em sala de aula, pois sentem dificuldade de discernir as informações existentes e amplamente veiculadas nos meios de comunicação. Estudos como esse, reforçam a necessidade de formação dos educadores para realizarem ações de EAN. É essencial que os professores conheçam e utilizem referenciais teóricos oficiais para embasar as atividades educativas que planejam e desenvolvem com os seus alunos e evitar que informações equivocadas sejam repassadas e que a alimentação seja trabalhada apenas na dimensão biológica (ROCHA, 2017; MARTINS, 2018).

Dentre as opções mais acessíveis aos professores, está o livro didático adotado pela escola. Segundo Lima (2020), o tema alimentação e nutrição em livros didáticos de ciências do ensino fundamental da rede pública é considerado insuficiente e limitado, pois não trata sobre diversos temas considerados essenciais. Além disso, mostra que é possível encontrar informações desatualizadas, como pirâmides alimentares. E que os livros podem, ainda, gerar informações confusas ou pouco esclarecedoras, distante da realidade dos alunos, dificultando o processo de sensibilização e aprendizado. Os livros didáticos também abordam a alimentação com enfoque biologicista (CAMOZZI, 2015), se distanciando das principais orientações do Guia Alimentar para a População Brasileira (GAPB) e do MREAN, que são instrumentos norteadores para ações de EAN (BRASIL, 2014; BRASIL, 2012). Tais referenciais são ainda pouco conhecidos pelos professores, que acabam recorrendo muitas vezes a sites de pesquisa livre na internet para desenvolver atividades sobre alimentação e nutrição (BEZERRA, 2015; MARTINS, 2018; LOURENÇO; PONTES, 2019).

É necessário que haja coerência entre o ambiente alimentar na escola e as atividades de EAN, para que as ações realizadas pelos professores possuam maior efetividade. A gestão escolar precisa estar ciente das legislações e buscar colocá-las em prática para regulamentar a cantina escolar e estabelecer regras sobre os tipos de alimentos permitidos na escola (LOURENÇO; PONTES, 2019).

3 JUSTIFICATIVA

A escola é um espaço privilegiado para promover práticas que incentivam hábitos saudáveis, inclusive os alimentares. Se essas práticas são iniciadas desde a infância, maiores são as chances de adoção, pelos escolares, de um padrão alimentar saudável.

É importante conhecer os principais desafios a serem superados e as potencialidades que envolvem todo o ambiente escolar, para a realização de ações de educação alimentar e nutricional mais efetivas e contínuas, se aproximando do idealizado nos principais referenciais teóricos de EAN.

Considerando que os professores são atores-chaves nas ações de educação alimentar e nutricional nas escolas, faz-se necessário apoiá-los, aproximando-os dos principais referenciais teóricos sobre alimentação e nutrição e contribuindo para a ampliação da visão sobre todas as dimensões da alimentação, a fim de que eles possam usar diferentes abordagens pedagógicas que sejam promotoras da alimentação adequada e saudável.

4 OBJETIVOS

4.1 Objetivo geral

Descrever a experiência de atividades de educação alimentar e nutricional desenvolvidas no âmbito da extensão universitária em escolas públicas de ensino fundamental de Macaé, RJ.

4.2 Objetivos específicos

- Apresentar o planejamento conjunto das atividades pedagógicas de EAN desenvolvidas em duas escolas públicas de ensino fundamental de Macaé, RJ;
- Apresentar as atividades desenvolvidas;

- Avaliar a participação das professoras e dos escolares nas atividades desenvolvidas;
- Identificar potencialidades e limitações para a realização das atividades.

5 METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência, produto da extensão universitária do Núcleo de Estudos em Saúde na Escola (NESANE), vinculado à linha de pesquisa e extensão “Educação Alimentar e Nutricional e Promoção da Alimentação Saudável”, com registro no CNPq (Nº 9474463705293926).

5.1 Descrição do contexto

O presente trabalho teve como campo de atuação duas escolas públicas de ensino fundamental I do município de Macaé – RJ, que possuem vínculo com o NESANE desde 2016. Vale informar que a escolha das escolas foi feita pela Secretaria Municipal de Educação (SEMED) de Macaé. Após a definição das escolas, a equipe do NESANE apresentou os objetivos das ações de extensão para a gestão das escolas, para firmar a parceria. Na sequência, os objetivos também foram apresentados para as professoras e para os responsáveis pelos escolares.

Cabe destacar que pesquisas de diagnóstico situacional desenvolvidas pelo NESANE em escolas públicas da Macaé-RJ, identificaram como principais pontos críticos a elevada prevalência de sobrepeso e obesidade entre estudantes, professores e funcionários; a presença de cantinas não saudáveis no interior das escolas; comércio e propaganda de alimentos não saudáveis em seu entorno e a presença frequente de alimentos ultraprocessados no lanche escolar Lourenço *et. al.*, 2021).

Os participantes das ações aqui apresentadas foram escolares e seis professoras, sendo três de cada escola, das turmas do terceiro, quarto e quinto anos do ensino fundamental I, do turno matutino do período letivo de 2017 e 2018. Para fins de organização, a escola onde a equipe trabalhou no ano de 2017 foi denominada “Escola-A”, e no ano de 2018 “Escola-B”.

Todas as ações educativas aqui descritas, foram planejadas e realizadas após a realização pelo NESANE de diagnóstico nutricional de escolares, professores e funcionários da comunidade escolar, bem como da avaliação do ambiente alimentar das duas escolas. As professoras também já haviam participado de uma oficina, promovida pelo Núcleo, sobre o Guia alimentar para a população brasileira (GAPB).

Por se tratar apenas de educadoras mulheres nas duas escolas, ao longo do texto será utilizado apenas o termo professoras, no gênero feminino.

5.2 Procedimentos realizados

Foram apresentadas atividades planejadas com as professoras e realizadas com escolares das turmas do terceiro, quarto e quinto anos do turno matutino, sendo uma atividade para cada turma, em cada uma das escolas. Os encontros com as professoras foram agendados pela orientadora pedagógica nos horários previstos para planejamento pedagógico, enquanto os escolares estavam em atividades de informática ou educação física.

5.2.1 Planejamento conjunto das atividades

O planejamento conjunto das atividades para os escolares buscava integrar conhecimentos e experiências pedagógicas das professoras com o saber técnico de alimentação e nutrição oferecido pela universidade, e foi pautado na diretriz extensionista de interação dialógica (FORPROEX, 2012). Foi realizado em sete etapas e da mesma maneira com as três professoras de cada escola e a orientadora pedagógica, como apresentado abaixo:

Etapa 1: Agendamento do primeiro encontro na escola com a participação de pelo menos um docente e dois discentes do NESANE, a orientadora pedagógica da escola (quando possível) e com a professora responsável pela turma.

Etapa 2: Apresentação pela professora do conteúdo pedagógico previsto para o bimestre.

Etapa 3: Apresentação pela equipe do NESANE sobre a proposta de trabalhar a EAN de forma transversal no conteúdo pedagógico.

Etapa 4: Planejamento conjunto de uma atividade de EAN no conteúdo pedagógico.

Etapa 5: Aprimoramento da atividade pela equipe do NESANE.

Etapa 6: Apresentação para a professora da atividade aprimorada e realização de ajustes.

Etapa 7: Agendamento da atividade com os escolares.

Salienta-se que a etapa 6 era repetida quantas vezes fosse necessário para a finalização da proposta da atividade. As trocas com as professoras aconteciam na escola, no horário do lanche, por e-mail ou aplicativos de comunicação tipo WhatsApp.

5.2.2 Realização das atividades

Seguindo o agendamento feito previamente por cada professora das três turmas de cada escola, as atividades educativas foram conduzidas nas escolas, sempre na presença de pelo menos dois discentes da equipe do NESANE e da professora responsável pela turma. Um dos discentes ficava responsável pela condução da atividade, enquanto o outro avaliava a atividade, registrando a participação de todos os presentes.

5.2.3 Avaliação das atividades

A avaliação das atividades se deu através dos relatórios gerados pela equipe que conduziu a atividade. Um membro da equipe ficava responsável pelo registro fotográfico e de informações sobre a participação das professoras e da orientadora pedagógica durante o planejamento conjunto, e sobre a participação dos escolares e das professoras durante a realização das atividades.

Foi elaborado um roteiro para o planejamento conjunto que buscava identificar se a orientadora pedagógica estava presente, quais materiais foram utilizados para

apresentar o planejamento pedagógico e como se dava a interação entre todos os participantes.

Outro roteiro foi criado para avaliar as atividades com os escolares e buscava informações sobre: número de escolares; tempo de duração; local e condições do ambiente; a participação das professoras e dos escolares, buscando avaliar se o objetivo proposto para atividade foi alcançado, identificando as possibilidades e as principais limitações.

A partir dos registros gerados foi realizada a sistematização das informações.

6 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Atividades planejadas com as professoras

Os encontros para o planejamento conjunto ocorreram em uma sala reservada em cada escola e tiveram a duração de 50 minutos. Inicialmente, cada professora apresentou o Caderno de Orientação Curricular e o livro didático adotado para a turma, explicando o conteúdo pedagógico previsto para o bimestre. Em uma das escolas a orientadora pedagógica esteve presente em todos os encontros, o que não aconteceu na outra escola, com a justificativa da necessidade de atender demandas prioritárias da escola naquele momento. Além de apresentarem o conteúdo pedagógico, as professoras aproveitaram o encontro para falar sobre as atividades de alimentação e nutrição que já realizavam na escola, o que acontecia, principalmente, na disciplina de Ciências e que o tema era sempre abordado na Feira de Ciências e durante a Semana da Alimentação Escolar (SAE), eventos anuais promovidos pela escola. As professoras também expressaram nessa conversa que se sentiam desanimadas para atuarem como promotoras da alimentação saudável, uma vez que muitos familiares não apoiavam.

Na sequência, a equipe do NESANE buscou retomar com as professoras os referenciais teóricos sobre alimentação e nutrição como o GAPB e o MREAN, já apresentados às professoras em momento prévio. A equipe destacou a importância de usar esses materiais que ampliam a visão da alimentação para além da dimensão biológica, e que devem ser norteadores para embasar as atividades sobre

alimentação e nutrição. A equipe também exemplificou atividades que poderiam ser desenvolvidas em outros conteúdos curriculares.

O planejamento em conjunto com as professoras foi um momento oportuno para que a equipe do NESANE propusesse a reflexão sobre o tema da alimentação ser tratado no currículo escolar de maneira transversal. Algumas professoras comentaram que havia um bimestre específico para tratar a alimentação, que fazia parte do conteúdo de Ciências, e que naquele momento precisariam trabalhar outros conteúdos. Esta alegação transpareceu a dificuldade de algumas professoras de perceber o potencial de transversalidade do tema no currículo escolar, reforçando a necessidade de encontros como esses que possibilitam reconhecer as reais possibilidades de trabalhar a EAN de forma contínua e permanente.

Magalhães e Porte (2019) discutem a necessidade dos professores terem mais informações sobre os aspectos sociais e culturais da alimentação, conhecendo todas as dimensões da alimentação, para poderem trabalhar com os escolares de maneira interdisciplinar e transversal.

Importante destacar que durante o período de realização das atividades, em maio de 2018, foi publicada a Lei Nacional nº 13.666, que inclui o tema transversal da educação alimentar e nutricional no currículo escolar (BRASIL, 2018). Embora seja um avanço para a promoção da saúde na escola, a lei não obriga o apoio de um profissional qualificado no assunto, como o nutricionista, nem exige capacitação específica sobre o tema para os professores.

O planejamento conjunto oportunizou também a reflexão sobre as abordagens pedagógicas para as atividades já realizadas pelas professoras. Por exemplo, uma das professoras explicou que realizava uma atividade dinâmica sobre os cinco sentidos do corpo humano, e que para trabalhar o paladar utilizava açúcar e sal para representar os sabores doce e salgado, respectivamente. Após conversa com a equipe do NESANE, a professora percebeu que aquele momento poderia ser utilizado para aproximar os alunos de novos sabores, usando como exemplos alimentos saudáveis. A atividade foi ajustada, sendo propostas uma fruta da safra para representar o sabor doce, e o pão francês para representar o sabor salgado. Dessa forma, a atividade além de tratar os órgãos dos sentidos, promoveria a discussão

sobre o consumo diário de frutas da safra, preferencialmente de produção local, e dos diferentes tipos de pães.

Após a escolha do conteúdo que abordaria o tema da alimentação, a equipe do NESANE desenvolveu uma primeira versão de proposta de atividade e retornou após uma semana para as professoras. Os encontros para aprimorar a atividade permitiram o fortalecimento do vínculo da equipe do NESANE com a escola e a troca de conhecimento sobre o conteúdo e a abordagem pedagógica da atividade.

Atividades realizadas com escolares

Cada turma tinha, em média, vinte e cinco alunos. Foi realizada uma atividade com cada turma, sendo cinco atividades desenvolvidas na escola, em sala de aula, com duração de cinquenta minutos, e uma atividade fora do espaço escolar, que durou uma hora e meia.

Atividades realizadas com a turma do terceiro ano

Na Escola-A, foi planejada uma atividade de leitura e interpretação de texto sobre as frutas (Apêndice 1). O texto proposto pela equipe do NESANE para esta atividade foi revisado pela professora, e abordou a composição nutricional das frutas; explicou o que é a safra e quais as vantagens de comprar e consumir frutas nesse período; os benefícios do consumo de frutas para a saúde; as diferentes formas de consumo e a enorme diversidade de frutas do Brasil. Além do texto, o material entregue aos alunos continha também uma imagem de personagens de desenho animado consumindo frutas, uma sugestão dada pela professora.

No dia da atividade, após a leitura individual do texto por cada aluno, foi solicitada a leitura coletiva em voz alta, pois a atividade tinha como proposta trabalhar a oralidade dos alunos. Em seguida, iniciou-se uma discussão com os escolares sobre as informações do texto, buscando desenvolver a habilidade de interpretação de texto, assim como estimular o consumo de frutas. Destaca-se que embora não fizesse parte do planejamento da atividade, a professora, por iniciativa própria, elaborou algumas questões sobre o texto para serem trabalhadas posteriormente com a turma.

Para maior engajamento dos escolares com a atividade proposta, foi solicitado que a turma escolhesse um título para o texto. E como desdobramento, foi solicitado

que cada aluno escrevesse em um papel sua fruta favorita e colocasse em uma caixa estilo urna que foi disponibilizada na sala. Foi proposto que a professora, em outro dia de aula, fizesse a leitura das frutas para o planejamento de um piquenique que seria promovido pela escola futuramente.

Na Escola-B, a professora estava trabalhando as diferentes partes das plantas e sugeriu uma atividade de reforço do conteúdo. A proposta foi apresentar aos escolares alimentos de diferentes partes das plantas que estivessem na safra e fossem de produção local. Foram selecionados: inhame como raiz, brócolis para representar o caule e a flor, couve como folha e para representar fruto e semente, a goiaba (Apêndice 2). Além da discussão sobre safra, agricultura familiar e agroecologia, a atividade também oportunizou que os escolares experimentassem inhame cozido e goiaba *in natura*.

Estudos demonstram que ações de educação alimentar e nutricional foram capazes de influenciar nas escolhas alimentares de escolares, aumentando a procura por alimentos saudáveis (PRADO *et. al.*, 2012; PINTO *et. al.*, 2019). Sabendo o benefício desses alimentos para a saúde dos escolares e a influência que o ambiente escolar exerce na formação de hábitos durante a infância, é crucial que a articulação da temática com os conteúdos do currículo escolar ocorra de maneira transversal e contínua (PRADO *et. al.*, 2012).

Atividades realizadas com a turma do quarto ano

Na Escola-A, a atividade com o quarto ano também foi trabalhada na disciplina de Língua Portuguesa, através de leitura de texto em sala de aula. Os escolares se alternaram para realizar a leitura do texto que foi criado com a intenção de discutir os ultraprocessados no lanche escolar (Apêndice 3), e trazia informações sobre a lista de ingredientes dos ultraprocessados e a associação entre o consumo frequente desses produtos com o desenvolvimento de doenças. Posteriormente, quatro questões que foram previamente elaboradas, nortearam a discussão: “O que entenderam sobre os ultraprocessados?”; “Quais são os lanches que levam para a

escola?"; "Porque levam lanche para a escola?"; "Existem opções de lanches saudáveis, sem ultraprocessados?".

Na Escola-B, a professora responsável havia trabalhado as DCNTs com a turma, que fazia parte do conteúdo do material didático de Ciências, e propôs que fosse planejada uma atividade lúdica como reforço (Apêndice 4). A equipe do NESANE sugeriu que a atividade buscasse discutir a associação entre o consumo de ultraprocessados e o desenvolvimento de DCNT.

Para a atividade foram selecionadas imagens de alimentos *in natura*, minimamente processados, processados e ultraprocessados. Foram também montados kits de garrafinhas com líquido amarelo (água com corante) para representar a quantidade de gordura presente em ultraprocessados que são frequentemente consumidos pelos escolares. A seleção dos ultraprocessados (salgadinhos de pacote, biscoitos recheados, macarrão instantâneo) foi baseada na avaliação do consumo alimentar que foi previamente realizada na escola pelo NESANE. Foi também confeccionado um material didático com cartolina e tecidos para representar o acúmulo de placa de gordura nas artérias, e demonstrar o que pode ser desencadeado pelo consumo excessivo de alimentos gordurosos.

Durante a atividade, após receber a imagem de um alimento, cada aluno opinou sobre se considerava saudável o consumo frequente daquele alimento, justificando a sua percepção. Houve compartilhamento de ideias e ampla discussão sobre os alimentos que devem fazer parte de uma alimentação saudável e aqueles que podem prejudicar a saúde, se consumidos em excesso. Posteriormente, foram feitas perguntas sobre o que acontece no organismo humano quando os ultraprocessados são consumidos frequentemente e/ou em excesso; sobre o que são DCNT e quais as mais prevalentes na nossa população, e sobre os fatores de risco para o seu desenvolvimento. Para contribuir com a discussão, foi feita a demonstração do esquema didático para representar o processo de desenvolvimento de doenças como hipertensão e aterosclerose.

Estudos observam presença maior de ultraprocessados nos lanches escolares do que de alimentos *in natura* ou minimamente processados (ANDRADE, 2021; MESQUITA 2006). O alto consumo desses produtos está associado a um maior risco de desenvolvimento de DCNTs (AZEVEDO *et. al.*, 2014; BARROS *et. al.*, 2021). Assim, fica explícita a necessidade de adotar estratégias para sensibilizar os escolares

quanto a escolha dos alimentos consumidos diariamente, visto que a infância é o período onde se inicia a formação dos hábitos alimentares.

Durante a atividade, muitos escolares relataram que seus familiares eram portadores das doenças que foram apresentadas. Pinto e colaboradores (2019) e Prado e colaboradores (2012) concluíram que crianças que tiveram acesso a informações sobre alimentação saudável atuam como multiplicadoras no ambiente familiar, e passam a escolher melhor os alimentos para compor o lanche escolar. Estes achados reforçam a necessidade de investimento em ações regulares de educação alimentar e nutricional nas escolas.

Atividades realizadas com a turma do quinto ano

Na Escola-A, o conteúdo pedagógico que estava sendo abordado era linguagem verbal e não verbal. Foi então planejada uma atividade (Apêndice 5) com o mesmo texto utilizado com a turma do quarto ano sobre ultraprocessados, e para representar a linguagem não verbal, foram selecionadas imagens associadas ao texto.

Na Escola-B, a professora sugeriu uma atividade (Apêndice 6) para o conteúdo de Geografia, que estava abordando a diversidade e a origem dos alimentos. A equipe do NESANE propôs que a turma visitasse uma feira da agricultura familiar localizada no bairro vizinho. A gestão da escola apoiou a atividade e se empenhou para garantir o transporte. Após a confirmação da visita, a professora teve a iniciativa de enviar um comunicado aos responsáveis pelos escolares pedindo que enviassem cinco reais para a visita. A proposta da professora foi de cada aluno comprar um alimento na feira para realizar posteriormente uma receita culinária. A atividade oportunizou a aproximação dos escolares, e das próprias professoras, com produtores da agricultura familiar.

Thiesen (2008) e Gonçalves e Soares (2020) demonstram que atividades fora de sala possuem grande valor para reforçar o trabalho desenvolvido dentro de sala. Segundo os autores, atividades mais dinâmicas demonstraram ser mais efetivas pois aumentam a motivação e possibilitam que os escolares sejam protagonistas de seu aprendizado.

Participação das professoras e dos escolares durante as atividades

Os registros, elaborados pela equipe do NESANE, apontam que na maioria das turmas as professoras estavam atentas à atividade e tiveram participação ativa, compartilhando suas vivências relacionadas com o tema da atividade e incentivando os alunos a participarem. Pontualmente em outras turmas, as professoras apenas colaboraram para controlar os alunos que estavam mais agitados e aproveitaram o momento para se dedicar a outras demandas da escola.

Os escolares participaram ativamente de todas as atividades, compartilhando suas vivências e as preferências alimentares, a situação de saúde e doença de seus familiares, e a percepção sobre a merenda escolar. O comportamento dos escolares foi diferente de acordo com a faixa etária. Nas turmas do terceiro ano, os escolares eram agitados, mas eram respeitosos e prestavam atenção na atividade. Já nas turmas com crianças de idades mais avançadas, como do quarto e quinto ano, houve mais dispersão, e por parte de alguns pouco interesse e comportamento inapropriado e de enfrentamento às orientações para promoção da alimentação saudável com comentários como “eu prefiro comer ultraprocessados, é mais gostoso!”, além da citação de fast-food como opção de lanche saudável.

O período próximo a adolescência marca o início da transição da infância para a vida adulta. Estruturas do cérebro responsáveis pela tomada de decisão não estão totalmente formadas, e isso faz com que os escolares não tenham consciência para ponderar os benefícios e as consequências de suas ações, agindo impulsivamente (BLAKEMORE; BURNETT; DAHL, 2010). Este fator, somado a forte publicidade de alimentos industrializados, pode corroborar para que as crianças olhem apenas para os benefícios momentâneos do consumo destes produtos, mas não se preocupem com sua saúde a longo prazo (SILVA; ALMEIDA; SKRIVAN, 2021).

Pesquisas mostram que a publicidade de produtos ultraprocessados é mais frequente do que a publicidade a favor dos alimentos saudáveis (MAIA *et al.*, 2017; MEDEIROS, 2019). Além disso, há associação de personagens a rótulos de produtos alimentícios destinados ao público infantil, para despertar o interesse a esse tipo de alimento.

Potencialidades e limitações para a realização das atividades

As ações desenvolvidas pelo NESANE nas duas escolas evidenciam a importância da extensão universitária para engajar a comunidade escolar no planejamento e desenvolvimento de ações de educação alimentar e nutricional contextualizadas, condizentes com os princípios do MERAN e com maior potencial de transformação do ambiente alimentar escolar.

Uma potencialidade identificada pela equipe do NESANE, foi o apoio da gestão escolar, que incentivou as professoras e possibilitou a parceria entre a escola e a universidade, através do projeto.

Ruwer e Mainbourg (2015) já apontavam que o engajamento de professores, orientadores pedagógicos e gestores escolares é essencial para a promoção de ações educativas no ambiente escolar.

Outra potencialidade identificada foi o interesse das professoras em planejar as atividades. As profissionais se mostraram dispostas a compartilhar o conhecimento pedagógico e interessadas em conhecer mais sobre alimentação e nutrição. A aproximação desse atores-chave com os principais referenciais teóricos sobre alimentação e nutrição é importante para proporcionar autonomia e protagonismo para incluir o tema no planejamento pedagógico de modo transversal, com mais segurança para discutir o tema com os escolares e seus responsáveis.

O planejamento conjunto com a equipe também foi outra potencialidade identificada, pois trouxe mais segurança às professoras para tratar a AAS, visto que anteriormente algumas expressaram insegurança para trabalhar o tema sem o auxílio de profissionais da área da nutrição.

A insegurança e a falta de conhecimento sobre referenciais teóricos confiáveis para embasar atividades sobre alimentação e nutrição também foram limitações apontadas por professores de escolas públicas do município de Macaé-RJ e Vila Velha-ES (MARTINS, 2018; SPIONI *et. al.*, 2021).

Contudo, as escolas A e B, atendidas pelo NESANE, tem a vantagem de já ter iniciado o processo de formação dos seus professores, apresentando materiais norteadores para o desenvolvimento de atividades sobre alimentação e nutrição, facilitando o atendimento à Lei nº 13.666/2018.

Como limitação, notou-se pontualmente, resistência de algumas professoras para o planejamento das atividades, o que foi percebido pela equipe do NESANE não como falta de interesse, mas sim como dificuldade de compreender como a EAN poderia ser inserida em diferentes conteúdos curriculares. Essa adversidade pode impactar no perfil e na frequência de atividades sobre alimentação e nutrição realizadas por professores.

A literatura mostra que o alcance da EAN ainda é baixo nas escolas dos estados brasileiros, sendo muitas atividades desenvolvidas de maneira pontual, em momentos específicos do calendário escolar. Aponta ainda que alguns professores não exploram o potencial interdisciplinar da alimentação para levantar frequentemente esta temática (GOMES, 2019; OLIVEIRA *et. al.*, 2018).

Outra limitação percebida está relacionada a elevada demanda de atividades na escola, que dificultam que as professoras e a orientadora pedagógica se dediquem ao planejamento e desenvolvimento de ações de EAN.

O magistério é uma das profissões na qual o profissional está submetido a alta demanda de trabalho, o que pode acarretar em desgaste físico, mental e emocional (CARLOTTO, 2011). Esta demanda aumentada pode induzir que as profissionais priorizem atividades já presentes no planejamento pedagógico.

Outro entrave identificado foi a falta de motivação para conduzirem atividades de educação alimentar e nutricional, com a alegação de não ser suficiente, uma vez que as famílias não dão continuidade em casa.

A reclamação sobre a omissão dos responsáveis diante a alimentação dos escolares é outro fator relatado com frequência como desestimulante por professores de escolas públicas em outras pesquisas (BEZERRA *et al.*, 2015; MARTINS, 2018). Uma das principais queixas é sobre o perfil do lanche escolar trazido de casa, que vai contra o que é trabalhado sobre alimentação saudável, gerando sensação de que as ações na escola não são eficazes.

Para contornar este problema e não gerar uma transferência de responsabilidades, é importante incentivar os professores e aproximá-los de referenciais que promovam e demonstrem a dimensão do tema e seu papel como agente importante nesse processo educativo.

7 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O impacto do ambiente escolar na construção de hábitos de vida desde a infância torna o ambiente ideal para discussão sobre alimentação. Sendo tema integrante do currículo escolar, é fundamental apoiar os professores e aproximá-los de referenciais teóricos confiáveis, a fim de que eles possam usar abordagens pedagógicas promotoras da alimentação adequada e saudável.

O planejamento conjunto das atividades de EAN entre a escola e o NESANE propiciou trabalhar o tema da alimentação e nutrição em disciplinas além das de biologia e ciências, de maneira transversal ao conteúdo do currículo escolar e aproximou as professoras de referenciais como o Guia Alimentar para a População Brasileira e o Marco de Referência em Educação Alimentar e Nutricional, permitindo a ampliação do conhecimento sobre as dimensões da alimentação saudável.

Enquanto o interesse das professoras e o apoio da gestão escolar foram percebidas como potencialidades para a EAN nas escolas, foram identificadas como principais limitações a insegurança em abordar o tema, a dificuldade de perceber o potencial da transversalidade do tema e a falta de engajamento da família dos escolares na promoção da alimentação saudável.

A experiência aqui relatada reforça a necessidade de formação contínua e permanente dos professores para atuarem na EAN. Além disso, para que as ações de EAN aconteçam de forma regular nas escolas, é preciso criar uma rede de formação que envolva professores, orientadores pedagógicos, diretores das escolas, famílias dos escolares e profissionais nutricionistas.

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, G.M. *et al.* Educação Alimentar e Nutricional no exercício profissional do nutricionista atuante no Programa Nacional de Alimentação Escolar: um panorama brasileiro. **DEMETRA: alimentação, nutrição & saúde**. Goiânia-GO, v.13, n. 4, p. 851-873., ago./out. 2018. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/demetra/article/view/36604/27251> Acesso em: 16 fev. 2021.
- AMPARO-SANTOS, L. Avanços e desdobramentos do marco de referência da educação alimentar e nutricional para políticas públicas no âmbito da universidade e para os aspectos culturais da alimentação. **Revista de Nutrição**. Campinas-SP, v. 26, n. 5, p. 595-600, set./out. 2013. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1415-52732013000500010> Acesso em: 17 fev. 2022.
- ANDRADE *et al.* Perfil dos lanches de pré-escolares segundo o grau de processamento industrial. **Interfaces Científicas**. Aracajú-SE, v.8, n.3, p. 305-320, jun./jul. 2021. Disponível em: <https://periodicos.set.edu.br/saude/article/view/10043/4657> Acesso em: 17 fev. 2022.
- AZEVEDO, E.C.C. *et al.* Padrão alimentar de risco para as doenças crônicas não transmissíveis e sua associação com a gordura corporal: uma revisão sistemática. **Ciências & Saúde Coletiva**. Rio de Janeiro-RJ, v.19, n.5, p. 1447-1458, maio 2014. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232014195.14572013> Acesso em: 16 fev. 2021.
- BARROS, D. de M. *et al.* A influência da transição alimentar e nutricional sobre o aumento da prevalência de doenças crônicas não transmissíveis. **Brazilian Journal of Development**. Curitiba-PR, v.7, n.7, p. 74647-74664, jun./jul. 2021. Disponível em: <https://brazilianjournals.com/index.php/BRJD/article/view/33526/pdf> Acesso em: 17 fev. 2022.
- BEZERRA, K. F.; CAPUCHINHO, L. C. F. M.; PINHO, L. Conhecimento e abordagem sobre alimentação saudável por professores do ensino fundamental. **DEMETRA: alimentação, nutrição & saúde**. Montes Claros-MG, v.10, n.1, p.119-131, out./jan. 2015. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/demetra/article/view/13182/12219> Acesso em: 16 fev. 2021.
- BLAKEMORE, S.J.; BURNETT, S.; DAHL, R.E. The role of puberty in the developing adolescent brain. **Human Brain Mapping**. v. 31, p. 926-933, 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.1002/hbm.21052>. Acesso: 16 fev. 2021.
- BRASIL. Decreto de lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996. Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional. **Diário Oficial da União**, Brasília-DF, 20 dez. 1996. Seção 1, p. 27833.

BRASIL. Decreto nº 6.286, de 5 de dezembro de 2007. Institui o Programa Saúde na Escola - PSE, e dá outras providências. **Diário Oficial da União**, Brasília- DF, 5 dezembro 2007.

BRASIL. Decreto de lei nº 13.666, de 16 de maio de 2018. Altera a Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996 (Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional), para incluir o tema transversal da educação alimentar e nutricional no currículo escolar. **Diário Oficial da União**, Brasília-DF, 16 maio 2018. Seção 1, p.1.

BRASIL. EDITAL Nº 02/2017, Processo nº 23034.012356/2017-51. Regulamento Jornada de Educação Alimentar e Nutricional nas Escolas de Educação Infantil e Ensino Fundamental, Atendidas Pelo Programa Nacional de Alimentação Escolar. **Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação**. Brasília-DF, 2017.

BRASIL. Ministério da Saúde. 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. **Diário Oficial da União**, Brasília-DF, 8 maio 2006.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira** / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – 2. ed. – Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2014. 152 p. : il.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. **Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas**. – Brasília, DF: MDS; Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, 2012. 68 p.

BRASIL. Resolução CD/FNDE nº 26, 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. **Diário Oficial da União**, Brasília-DF, 17 jun. 2013.

BRASIL. Resolução CD/FNDE nº 6, de 08 de maio de 2020. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE. **Diário Oficial da União**, Brasília-DF, 6 jun. 2020.

BOTELHO, B. O. *et al.* Experiências de formação no contexto da Política Nacional de Educação Popular em Saúde no Sistema Único de Saúde. **Interface (Botucatu)**, Botucatu-SP, v. 25, fev. 2021. Disponível em:
<https://doi.org/10.1590/interface.200195> Acesso em: 17 maio 2021.

BRITO, L. de F. S. *et. al.* Metodologias lúdicas e educação alimentar e nutricional para promover o consumo de pescado em escolares. **Extensio: Revista Eletrônica de Extensão**. Florianópolis-SC, v. 16, n. 34, p. 126-142, nov. 2019. Disponível em:
<https://periodicos.ufsc.br/index.php/extensio/article/view/1807-0221.2019v16n34p126/42163> Acesso em: 16 fev. 2021.

CAMOZZI, A. B. Q. *et al.* Promoção da Alimentação Saudável na Escola: realidade ou utopia?. **Cadernos Saúde Coletiva**. Rio de Janeiro-RJ, v. 23, n. 1, p. 32-37, jan./mar. 2015. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1414-462X201500010006> Acesso em: 16 fev. 2021.

CARLOTTO, M. S. Síndrome de Burnout em professores: prevalência e fatores associados. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**. Brasília-DF, v. 27, n. 4, p. 403-410, out./dez. 2011. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0102-37722011000400003> Acesso em: 28 fev 2022.

CORREA, R. S. *et al.* Atuação do Nutricionista no Programa Nacional de Alimentação Escolar na Região Sul do Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**. Rio de Janeiro-RJ, v. 22, n. 2, p. 563-574, fev. 2017. Disponível: <https://doi.org/10.1590/1413-81232017222.09622016> Acesso em: 14 maio 2021.

FREIRE, P. **Pedagogia da autonomia: saberes necessários a prática educativa**. 58^a ed. São Paulo: Paz e Terra, 1997.

FREIRE, P. **Pedagogia do Oprimido**. 25^a ed. (1^a ed: 1970). Rio de Janeiro: Paz e Terra. 1998.

FORPROEX. Fórum de Pró – Reitores de Extensão Universitária das Instituições públicas de Educação Superiores Brasileiras. **Política Nacional de Extensão Universitária**. Porto Alegre, RS: UFRGS, 2012.

GOMES, V. B. **Ações de educação alimentar e nutricional em escolas: uma revisão sistemática**. Trabalho de Conclusão de Curso [Graduação em Nutrição/Faculdade Maria Milza], Governador Mangabeira, Bahia. Orientadora: Alessandra Santana Silva. 2019. Disponível em: <http://famamportal.com.br:8082/jspui/bitstream/123456789/1972/1/Monografia%20Vanesa%20Gomes.pdf> Acesso em: 16 fev. 2021.

GONÇALVES, C. B. P.; SOARES, G. L. Prática interdisciplinar sobre alimentação utilizando a metodologia de Rotação por Estações na educação infantil. **Revista Monografias Ambientais**. Santa Maria-RS, v.19, p. 10, maio 2020. Disponível em: <https://periodicos.ufsm.br/remoa/article/view/43399/pdf> Acesso em: 16 fev. 2021.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). Coordenação de Trabalho e Rendimento. Pesquisa de Orçamentos Familiares 2017-2018: Análise do consumo alimentar pessoal no Brasil. Rio de Janeiro: IBGE, 2020.

LIMA, M.; TORAL, N. Análise dos conteúdos de alimentação e nutrição nos livros didáticos de Ciências do ensino fundamental da rede pública de ensino. **DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde**. Brasília-DF, v.15, e42744. 10.12957/demetra. Jan. 2020. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/demetra/article/view/42744/33235> Acesso em: 16 fev. 2021.

LOURENÇO, A. E. P.; BERGOLD, L. B. **Saberes e Experiências de Extensão em Promoção da Saúde**. 1.ed. Campos dos Goytacazes- RJ: Essentia Editora, 2019. Disponível em:

<https://essentiaeditora.iff.edu.br/index.php/livros/article/view/15497/12713> Acesso em: 16 fev. 2021.

LOURENÇO, A. E. *et. at.* Diagnóstico para planejar ações de promoção da alimentação saudável na escola. **Cadernos do desenvolvimento Fluminense**. Rio de Janeiro, n. 20, p.177-192. 2021. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/cdf/article/viewFile/62687/39363> Acesso em: 28 fev. 2022

LOURENÇO, A. E. P. *et al.* Influência da ambiência escolar no estado nutricional de pré-escolares de Macaé, Rio de Janeiro, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**. Rio de Janeiro-RJ, vol.24, n.7, p.2399-2410, jul. 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232018247.19392017> Acesso em: 16 fev. 2021.

LOURENÇO, A. E. P.; PONTES, P. V. (organizadoras); ZOPELLARI, W. G. (ilustrador). **Conversa Sobre Alimentação na Escola**. Curitiba: CRV, 2019.

MACHADO, A. L. N. **Extensão universitária e produção de material educativo sobre alimentação saudável na escola**. Trabalho de Conclusão de Curso [Graduação em Nutrição/UFRJ-Macaé]. Macaé, Rio de Janeiro. Orientadora: Dra. Ana Eliza Port Lourenço. 2019. Disponível em: https://d6c04836-590b-426b-8c21-e1ecd63ef2dc.filesusr.com/ugd/cade0c_430e2cd9eba64c7d84ac8597ed352dfd.pdf Acesso em: 31 mar. 2021.

MACHADO, V. A.; PINHEIRO, R.; MIGUEZ, S. F. Educação e liberdade na promoção da saúde escolar: perspectivas compreensivas sobre a ação política como potência nas comunidades escolares. **Interface (Botucatu)**. Botucatu-SP, v. 25, e200035, jan. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/interface.200035> Acesso em: 17 mai. 2021.

MAGALHÃES, H. H. S. R.; PORTE, L. H. M. Percepção de educadores infantis sobre educação alimentar e nutricional. **Ciência & Educação (Bauru)**. Bauru-SP, v. 25, n. 1, p. 131-144, abr. 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1516-731320190010009> Acesso em: 16 fev. 2021.

MAIA, E. G. *et al.* Análise da publicidade televisiva de alimentos no contexto das recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira. **Cadernos de Saúde Pública**. Rio de Janeiro-RJ, v. 33, n. 4, maio 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00209115>. Acesso em: 17 fev. 2022.

MARTINS, V. S. **Percepção de professoras sobre alimentação saudável em uma escola pública de ensino fundamental I de Macaé**. Trabalho de Conclusão de Curso [Graduação em Nutrição/UFRJ-Macaé]. Macaé, Rio de Janeiro. Orientadora: Dra. Priscila Vieira Pontes. 2018. Disponível em: https://d6c04836-590b-426b-8c21-e1ecd63ef2dc.filesusr.com/ugd/9b7c1f_623794a38b244842b1eebf04b54fc994.pdf?index=true Acesso em: 16 fev. 2021.

MEDEIROS, A. B. M. de. **A publicidade de alimentos na mídia impressa no Brasil**. Trabalho de Conclusão de Curso [Graduação em Nutrição/Universidade de Brasília]. Brasília-DF. Orientadora: Dra. Renata Alves Monteiro. 2019. Disponível em:

https://bdm.unb.br/bitstream/10483/25620/1/2019_AnaBeatrizMacedo_tcc.pdf
Acesso em: 16 fev. 2021.

MESQUITA, J. H. de; PINTO, P. C. de M. M.; SARMENTO, C. T. de. M. Perfil qualitativo dos lanches escolares consumidos em instituição de ensino particular do Distrito Federal – Brasil. **Universitas: Ciências da Saúde**. v. 4, n. 1/2, p. 49-62, 2006. Disponível em:
<https://www.publicacoesacademicas.uniceub.br/cienciasaude/article/view/9> Acesso em: 16 fev. 2021.

MONTEIRO, C. A. *et al.* Increasing consumption of ultra-processed foods and likely impact on human health: evidence from Brazil. **Public Health Nutrition**. v.14, n.1, p.5-13, 2010. Disponível em: <https://www.cambridge.org/core/services/aop-cambridge-core/content/view/C36BB4F83B90629DA15CB0A3CBEBF6FA/S1368980010003241a.pdf/increasing-consumption-of-ultra-processed-foods-and-likely-impact-on-human-health-evidence-from-brazil.pdf> Acesso em: 16 fev. 2021.

MUNIZ, E. S. A. **Comida, trabalho e assistência social: a alimentação na agenda política brasileira (1939-1947)**. Tese (Doutorado em História das Ciências e da Saúde). Fundação Oswaldo Cruz, Rio de Janeiro. Orientador: Dr. Gilberto Hochman. 2014. Disponível em:
http://www.ppqhcs.coc.fiocruz.br/images/dissertacoes/teste/tese_erico_muniz.pdf
Acesso em: 14 maio 2021.

NUNES-GALBES, N. M. **Publicações sobre alimentação, nutrição e sua relação com a saúde nos maiores jornais paulistas: o que está sendo produzido e veiculado?**. São Paulo, 2016. p.125. Dissertação (Pós-graduação em Nutrição e Saúde Pública) – Curso de Nutrição, Universidade de São Paulo, 2016. Disponível em: <https://teses.usp.br/teses/disponiveis/6/6138/tde-13122016-131457/publico/NadineMarquesNunesGalbesREVISADA.pdf> Acesso em: 14 maio 2021.

OLIVEIRA, A. M. de *et. al.* Metodologias ativas de ensino e aprendizagem na educação alimentar e nutricional para crianças: uma visão nacional. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**. São Paulo, v.12, n.73, p.607-614, set./out. 2018. Disponível em:
<http://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/750/572> Acesso em: 14 maio 2021.

OLIVEIRA, L. A. R.; ORSI, M. S.; RIBEIRO, R. de C. O espetáculo das redes sociais: análise das informações sobre nutrição e saúde veiculadas pelo *Instagram*. **Revista Científica Intelletto**. Espírito Santo, v.4, n.1, p.72-89, 2019. Disponível em:
<https://faculdadecerquilho.com.br/wp-content/uploads/sites/18/2019/04/8-Nutricao-rede-social-v4-n1-2019.pdf> Acesso em: 14 maio 2021.

PINTO, L. A. M. *et. al.* Eficácia de estratégias de educação alimentar e nutricional em ambiente escolar. **Revista Ciência em Extensão**. Minas Gerais, v.15, n.3, p.45-61, 2019. Disponível em:
https://ojs.unesp.br/index.php/revista_proex/article/view/2523/2312 Acesso em: 14 maio 2021.

PRADO, B. G. *et. al.* Educação alimentar e nutricional no ambiente escolar. **Nutrire: Revista da Sociedade Brasileira de Alimentação e Nutrição**. São Paulo-SP, v. 37, n. 3, p. 281-292, dez. 2012. Disponível em: <http://sban.org.br/publicacoes/372.pdf> Acesso em: 14 maio 2021.

RAMOS F.P.; SANTOS, L. A.S.; REIS, A. B. C. Educação alimentar e nutricional em escolares: uma revisão de literatura. **Cadernos de Saúde Pública**. Rio de Janeiro-RJ, v.29, n.11, p.2147-2161, jul. 2013. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0102-311x00170112> Acesso em: 14 maio 2021.

RECINE, E. *et. al.* A formação em saúde pública nos cursos de graduação de nutrição no Brasil. **Revista de Nutrição**. Campinas-SP, v. 25, n.1, p 21-33. Jan./fev. 2012. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1415-52732012000100003> Acesso: 28 fev 2022.

ROCHA, A. dos S.; FACINA, V. B. Professores da rede municipal de ensino e o conhecimento sobre o papel da escola na formação dos hábitos alimentares dos escolares. **Ciência & Educação (Bauru)**. Bauru-SP, v.23, n.3, p.691-706, jul./set. 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1516-731320170030010> Acesso em: 14 maio 2021.

RODRIGUEZ-B., L. F. Educação popular, intersubjetividade e espiritualidade: uma relação de memória sobre as contribuições do conceito de comunicação na obra pedagógica de Paulo Freire. **Pensamiento, palabra y obra**. Bogotá, n. 21, p.142-151, jan./jun. 2019. Disponível em: <http://ref.scielo.org/crzqt6> Acesso em: 14 maio 2021.

RUWER, C. M.; MAINBOURG, E. M. T. Promoção da alimentação saudável em escolas particulares. **Vigilância Sanitária em Debate**. [SI], v. 3, n. 1, p. 67-74. 2015. Disponível em: <https://doi.org/10.3395/2317-269x.00232> Acesso: 28 fev 2022.

SANTOS, A. P. M. dos; BERGOLD, L. B. Oficinas musicais: a utilização do lúdico e da música para Educação Alimentar e Nutricional com escolares. **Revista da Associação Brasileira de Nutrição – RASBRAN**. São Paulo-SP, v. 9, n. 2, p. 87-92, jul./dez. 2018. Disponível em: <https://www.rasbran.com.br/rasbran/article/view/855/213> Acesso em: 14 maio 2021.

SANTOS, L. A. S. O fazer educação alimentar e nutricional: algumas contribuições para reflexão. **Ciência & Saúde Coletiva**. Rio de Janeiro-RJ, v.17, n. 2, p. 453-462, 2012. Disponível em: <https://www.scielosp.org/article/csc/2012.v17n2/455-462/#ModalArticles> Acesso em: 14 maio 2021.

SANTOS, L. A. S. Educação alimentar e nutricional no contexto da promoção de práticas alimentares saudáveis. **Revista de Nutrição**. Campinas-SP, v.18, n.5, p. 681-692, set./out. 2005. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1415-52732005000500011> Acesso em: 14 maio 2021.

SCARPARO, A. L. S.; MARQUES, T. B. I.; PINO, J. C. D. Crenças de profissionais vinculados à área de educação sobre o ensino da temática alimentação saudável no ambiente escolar. **Brazilian Journal of Health Review**. Curitiba-PR, v.4, n.2, p. 6789-6807, mar./abr. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.34119/bjhrv4n2-228> Acesso em: 7 mar. 2022.

SILVA, E. N. da .; ALMEIDA, G. D. de .; SKRIVAN, A. G. The influence of food industry advertising on children's eating habits: a literature review. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 10, n. 14, p. e566101422668, nov. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i14.22668> Acesso em: 7 mar. 2022.

SILVA, L.S; COTTA, R.M.M; ROSA, C.O.B. Estratégias de promoção da saúde e prevenção primária para enfrentamento das doenças crônicas: revisão sistemática. **Revista Panamericana de Salud Pública**. Washington, v.34, n.5, p.343–50, 2013. Disponível em: <https://www.scielosp.org/article/rpsp/2013.v34n5/343-350/#ModalArticles> Acesso em: 7 mar. 2022.

SPIONI, *et. al.* Percepções de professores da educação básica sobre alimentação saudável e educação alimentar e nutricional na escola. **Revista Da Associação Brasileira De Nutrição – RASBRAN**. São Paulo-SP, v.12, n.2, p.21–41, jul. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.47320/rasbran.2021.2063> Acesso em: 7 mar. 2022.

STEFANINI, M. L. R. **Merenda escolar: história, evolução e contribuição no atendimento das necessidades nutricionais da criança**. 1998. Tese [Doutorado em Saúde Pública/Departamento de Nutrição/Faculdade e Saúde Pública da Universidade de São Paulo]. São Paulo. 1998. Disponível em: https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/6/6133/tde-06042020-132509/publico/DR_340_Stefanini_1998.pdf Acesso: 28 fev. 2022

THIESEN, J. da S. A interdisciplinaridade como um movimento articulador no processo ensino-aprendizagem. **Revista Brasileira de Educação**. Rio de Janeiro-RJ, v. 13, n. 39, p. 545-554, dez. 2008. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1413-24782008000300010>. Acesso em: 7 mar. 2022.

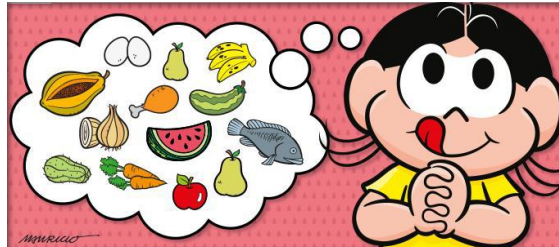
VIEIRA, M. S. N.; MATIAS, K. K.; QUEIROZ, M. G. Educação em saúde na rede municipal de saúde: práticas de nutricionistas. **Ciência & Saúde Coletiva**. Rio de Janeiro-RJ, v. 26, n. 2, p. 455-464, fev. 2021. Disponível em <https://doi.org/10.1590/1413-81232021262.41062020> Acesso em: 7 mar. 2022.

WEIRICH, J. **Aplicabilidade da lei de diretrizes e bases da educação nacional: inclusão da educação alimentar e nutricional nos currículos escolares**. Monografia [Especialização em Gestão Pública/Universidade Estadual do Rio Grande do Sul]. Porto Alegre, 2021. Disponível em: <https://repositorio.uergs.edu.br/xmlui/handle/123456789/1774> Acesso: 7 mar. 2022.

APÊNDICES

APÊNDICE 1 – Atividade de leitura e interpretação de texto sobre as frutas.

TÍTULO (pedir aos alunos para dar título ao texto)



O Brasil é um dos maiores produtores de frutas. Há frutas produzidas o ano inteiro e o período de produção de cada fruta é conhecido como a “safra” da fruta. Por exemplo, entre os meses de maio a agosto, há produção de tangerina. Nesse mesmo período, não há produção de caqui, então, não é o período de safra do caqui. Os nutricionistas orientam comprar as frutas no período de safra pois as frutas são sempre mais saborosas, mais baratas e mais nutritivas.

As frutas são alimentos muito saudáveis. São formadas por nutrientes como minerais, vitaminas e fibras. Com esses nutrientes, nosso corpo pode ficar protegido e podemos evitar algumas doenças. Por exemplo, se para formar os ossos, o nosso corpo precisa de cálcio, sem o cálcio, teremos ossos fracos. Outro exemplo, é que as fibras alimentares presentes nas frutas ajudam o bom funcionamento do nosso intestino.

Existem várias formas de consumir as frutas. Podemos consumi-las como sobremesas, em saladas de frutas, sucos, batidas com leite, adicionadas em bolos, e até consumidas em preparações salgadas, como a farofa de banana.

No nosso país, há uma grande variedade de frutas. Entre as mais conhecidas estão: abacaxi, laranja, maçã, pera, uva, banana, manga, caqui, tangerina, limão e acerola, e há também algumas menos conhecidas como romã, pitanga, murici, abiu, araçá, cagaita e pitaya. Ou seja, tem fruta para atender a todos os gostos.

Comer frutas, além de ser delicioso, protege o nosso corpo contra muitas doenças!

APÊNDICE 2 – Atividade sobre alimentos da safra e suas diferentes partes



APÊNDICE 3 – Atividade de leitura e interpretação sobre os ultraprocessados.

OS ULTRAPROCESSADOS

Sabe aquele pacote de biscoito que muitas crianças gostam e levam para lanche na escola? Você sabe do que eles são feitos?

A maioria dos biscoitos que são levados pelas crianças para lanche na escola são feitos em indústrias de alimentos. Lá na indústria, os funcionários misturam vários ingredientes para criar os biscoitos. E nem sempre esses ingredientes são naturais e saudáveis. Leia essa lista de ingredientes de um biscoito de milho: farinha de milho, óleos vegetais de girassol, palma e soja, preparado para salgadinho sabor presunto (sal, cloreto de potássio, farinha de arroz, aromatizantes, realçadores de sabor: glutamato monossódico, inosinato de sódio e guanilato dissódico, antiemético dióxido de silício, acidulante ácido cítrico e corante urucum) e sal. São mais de dez ingredientes que a maioria das pessoas que come, nem sabem o que é.

Nutricionistas e médicos estão muito preocupados porque muitas crianças estão ficando doentes porque estão comendo, quase todos os dias, biscoitos como esses que você acabou de conhecer. Esses biscoitos são chamados de produtos ultraprocessados. Esse nome significa que é um produto que é muito processado na indústria, sendo adicionado muita gordura, sal, açúcar e substâncias para dar mais cor e sabor. Além de biscoitos, tem outros produtos ultraprocessados, como refrigerantes, pós para refrescos, “tempero” pronto, sorvete, macarrão “instantâneo”, e muitos outros. Comer sempre ultraprocessados pode causar doenças como obesidade e doenças do coração.

Para cuidarmos da nossa saúde, devemos evitar comer ultraprocessados.

Discussão:

1. O que entenderam sobre ultraprocessados?
2. Quais são os lanches que levam para a escola?
3. Porque levam lanche para a escola?
4. Existem opções de lanches saudáveis, sem ultraprocessados?
5. Discutir a relação entre alimentos e saúde. Produtos que podem adoecer.

Tarefa de casa: Trazer uma receita de um produto saudável ex.: hambúrguer caseiro, bolo caseiro.

APÊNDICE 4 – Atividade lúdica sobre DCNTs



APÊNDICE 5 – Atividade de linguagem não-verbal



APÊNDICE 6 – Visita à Feira da Agricultura Familiar

