

DOI: 10.46943/IX.CONEDU.2023.GT16.010

CONTRIBUIÇÕES DA EDUCAÇÃO NUTRICIONAL: EDUCAÇÃO E SAÚDE NO ENSINO FUNDAMENTAL

LUANA COSTA VIANA MONTÃO

Professora da Universidade Federal Rural da Amazônia. Doutora em Educação pela Universidade Federal do Pará. Graduada em Fisioterapia e Licenciada em Pedagogia. Especialista em Educação Especial e Inclusiva, Docência no Ensino Superior, Reabilitação em Neurologia, Pesquisadora dos grupos de pesquisa GEPERUAZ, GEDAM e Motirô, luana.viana@ufra.edu.br;

SHEILA ALVES DE ARAÚJO

Mestra em Educação pela Universidade Federal do Pará - UFPA, sheila_araujofns@yahoo.com.br;

RESUMO

O presente estudo aborda a Educação Nutricional no Ensino Fundamental. Observou-se na primeira série do Ensino Fundamental de uma escola privada em Belém do Pará a ocorrência de problemas como a obesidade, má qualidade da alimentação e ausência de informação sobre a importância de uma alimentação adequada, o que demandou a elaboração de uma intervenção pedagógica que alcançasse os alunos. Desta forma, o projeto “Educação Nutricional no Ensino Fundamental” foi aplicado objetivando refletir sobre as contribuições da educação nutricional no Ensino Fundamental para a compreensão das características e relevância de uma alimentação saudável que auxilie a mudança de rotina alimentar entre os alunos Ensino Fundamental de uma escola em Belém, Pará. A pesquisa adotou uma abordagem qualitativa, por meio de uma pesquisa-ação e revisão bibliográfica realizada entre os meses de Março e Agosto de 2022 no Ensino Fundamental de uma escola particular em Belém, Pará. O aporte teórico contou com as contribuições de Maldonado *et al* (2021), Stocco Padilha (2023) e Schwingel e Araújo (2021). Ao fim das quatro semanas de intervenção observou-se que as ações educativas despertaram nos educandos a sensibilização quanto a importância da adoção de uma alimentação saudável como estratégia de obtenção de uma melhor qualidade de vida. A avaliação se deu por meio de análise dos portfólios construídos a partir dos trabalhos dos estudantes. O estudo possibilitou destacar a saúde enquanto tema transversal que colabora para que os alunos compreendam as características e relevância de uma alimentação saudável, produzindo assim modificações de sua rotina

alimentar. A educação em saúde se configura como ponto de partida para desenvolver o interesse por obter conhecimento que instrumentalize o estudante para uma educação que contribua para uma melhor qualidade de vida.

Palavras-chave: Educação Nutricional, Ensino Fundamental, Educação e Saúde.

INTRODUÇÃO

Educação em Saúde (ES) se constitui em um campo que tem assumido a responsabilidade de promover a saúde e de atuar na prevenção de doenças. Atualmente, o conceito predominante de ES o caracteriza como um processo teórico prático que objetiva integrar os saberes científico, popular e do senso comum.

Nesse sentido, a concepção de saúde adotada nesta pesquisa se articula ao que já foi indicado pela Lei Orgânica de Saúde, de forma que engloba diferentes aspectos do ser humano (sociais, emocionais, biológicos e políticos), superando a visão dicotômica de que a saúde é apenas a ausência de doenças (BRASIL, 1990).

Observa-se que métodos inovadores de ensino e formas alternativas de ES têm sido almeçados nas atividades acadêmicas. Percebe-se a relevância, já salientada em diversas pesquisas, de realizar ações na Atenção primária¹, enfatizando a promoção da saúde e a prevenção de doenças, com intervenções pedagógicas relacionadas à construção do saber em saúde no espaço escolar (Mello, Alves, Lemos, 2013)

Os parâmetros curriculares nacionais² - PCNs de saúde para o Ensino fundamental (EF) (v.9) destacaram a promoção da alimentação saudável, particularmente no bloco de "Autoconhecimento para o Autocuidado"³ do total de 16 itens presentes nos conteúdos a serem desenvolvidos 6 itens referem-se especificamente a questões que envolvem finalidades da alimentação, importância de adotar hábitos alimentares adequados, higiene dos alimentos, doenças causadas pela manipulação inadequada dos alimentos, entre outros (MEC, 1997).

1 A Atenção Primária em Saúde é composta das seguintes atividades básicas de saúde: Educação em Saúde e métodos de prevenção de doenças, atendimentos dos problemas de alimentação, saneamento básico e abastecimento de água, imunização (vacinação), combate a doenças endêmicas locais, etc

2 Este documento, criado em 1997, é considerado um dos marcos que direcionou os conteúdos a serem trabalhados no ensino fundamental e tem como função subsidiar a elaboração ou a revisão curricular dos estados e municípios, através do diálogo com as propostas já existentes, de maneira a fomentar a reflexão dos professores e conseqüentemente a elaboração de práticas educativas inovadoras.

3 Constituem a realização de atividades desempenhadas pelos sujeitos em seu próprio benefício objetivando manter a vida, a saúde e o bem-estar (BUB *et al*, 2006).

Vale ressaltar outras relevantes iniciativas do governo brasileiro para refletir sobre propostas que venham estimular a educação nutricional como o documento intitulado “Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas” que objetiva promover a Educação Alimentar e Nutricional (EAN) de forma a contribuir para a concretização do Direito Humano à Alimentação Adequada e para a construção de um Brasil saudável. Neste sentido, vale ressaltar que a EAN:

[...] é um campo de conhecimento e de prática contínua e permanente, transdisciplinar, autônoma e voluntária de hábitos alimentares saudáveis. A prática da 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)

A Educação Alimentar e Nutricional pode contribuir para prevenir e controlar problemas alimentares e nutricionais atuais podendo resultar em: prevenção e controle das doenças crônicas não-transmissíveis e deficiências nutricionais; valorização da cultura alimentar; o fomento aos hábitos regionais; o combate ao desperdício de alimentos; o incentivo ao consumo sustentável e a alimentação saudável.

Diante do exposto, elaboramos o projeto “Educação Nutricional no Ensino Fundamental” visando refletir sobre as contribuições da educação nutricional no Ensino Fundamental para a compreensão das características e relevância de uma alimentação saudável que auxilie a mudança de rotina alimentar entre os alunos Ensino Fundamental de uma escola privada em Belém, Pará.

Desta forma, o presente artigo está organizado em 4 itens: no primeiro item intitulado **Metodologia** descrevemos o percurso metodológico da referida pesquisa realizada em uma instituição educacional em Belém do Pará; no segundo item intitulado **Resultados e discussão** abordou os resultados alcançados pela intervenção pedagógica “Educação Nutricional: uma intervenção no Ensino Fundamental” e a discussão e análise empreendida culminando com as considerações finais da referida pesquisa.

METODOLOGIA

O estudo orienta-se pela abordagem qualitativa e baseou-se em uma pesquisa ação denominada “Educação Nutricional: uma intervenção no Ensino Fundamental”

realizada no uma instituição educacional de ensino fundamental de Belém do Pará entre os meses de março e agosto de 2022. Knauth e Leal (2014) ressaltam a relevância da abordagem qualitativa na realização de pesquisas que envolvam a educação e a saúde visto que tal abordagem possibilita uma visão mais ampla do objeto estudado e de sua problemática, bem como das possíveis soluções a serem efetivadas. Isto se deve ao fato de a pesquisa qualitativa estar inserida no universo da pesquisa social, possibilitando resultados de conotação mais profunda que os dados numéricos.

A pesquisa-ação por sua vez é um tipo de pesquisa social de base empírica que é planejada e realizada em relação íntima com uma ação ou com a resolução de um problema coletivo e na qual tanto os pesquisadores quanto os participantes da situação encontram-se envolvidos de forma cooperativa ou participativa (Thiollent, 1988).

A instituição educacional privada escolhida para a realização deste estudo está localizada em Belém na travessa Humaitá, bairro do Marco. Foi fundada em 1960 e oferece o ensino de Educação Infantil e Séries iniciais. A turma do primeiro ano do Ensino Fundamental que foi objeto da presente investigação possui 14 alunos entre 6 e 7 anos de idade.

A pesquisa ação empreendida partiu da constatação dos problemas relacionados aos hábitos alimentares dos alunos do Ensino Fundamental da referida escola. Os sujeitos envolvidos na pesquisa foram os alunos supracitados, seus pais e responsáveis e a professora regente da turma, os quais autorizaram sua participação através do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. As pesquisadoras realizaram atividades pedagógicas voltadas aos alunos a respeito da Educação Alimentar e Nutricional. A avaliação dos alunos se deu de forma continuada por intermédio do acompanhamento das atividades realizadas durante a intervenção.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O censo educacional apontou que havia 2,3 milhões de matrículas de educação básica no estado do Pará, em 2020. Deste quantitativo 1,4 milhão de matrículas estão no ensino fundamental. Observa-se então que é de extrema relevância a realização de projetos pedagógicos direcionados a este nível de ensino. (BRASIL, 2020)

Um dos marcos que direcionou os conteúdos a serem trabalhados no Ensino Fundamental foi a criação dos PCNs⁴ que tem como função subsidiar a elaboração ou revisão curricular através do diálogo com as propostas já existentes, de maneira a fomentar a reflexão dos professores e conseqüentemente a elaboração de práticas educativas inovadoras.

O referido documento se propõe a orientar uma ES que promova e proteja a saúde e que atue como forma de conquistar os direitos de cidadania, configurando uma concepção ampla de saúde que considera como condicionantes de saúde questões biológicas, o meio físico, o meio socioeconômico e o cultural (BRASIL, 1997).

Entre os conhecimentos em saúde que devem ser trabalhados no Ensino Fundamental os PCNs destacam a higiene corporal e a alimentação adequada através da adoção de práticas alimentares saudáveis e compatíveis com o contexto dos educandos. Deste modo, a saúde e a alimentação devem integrar o processo de ensino-aprendizagem de forma dinâmica (BRASIL, 1997).

Outro documento que vale ressaltar é o caderno da Série Temas Contemporâneos Transversais (TCT) da Base Nacional Comum Curricular (BNCC) onde a macroárea saúde aparece ligada a educação alimentar e nutricional, dentre os 15 temas elencados como parte do currículo escolar oficial brasileiro. Em relação a este tema o documento esclarece:

O TCT Educação Alimentar e Nutricional é visto, prioritariamente, como uma ferramenta estratégica, para auxiliar o estudante a desenvolver o autocuidado e a escolha dos seus hábitos alimentares, que muitas vezes, começam a ser construídos ainda na infância, com o objetivo de contribuir para a promoção e a proteção da Saúde dos alunos (BRASIL, 2022)

Desta forma os TCT, particularmente o de saúde, dá continuidade a proposta de desenvolver os temas de saúde de forma transversal no currículo da educação básica e estão embasados na concepção ampliada de saúde. Neste sentido, o TCT em tela se articula a diversas competências gerais da BNCC, como por exemplo a oitava competência:

4 Os PCNs introduziram os Temas Transversais ética, pluralidade cultural, saúde, meio ambiente, orientação sexual e temas locais (BRASIL, 1997).

Conhecer-se, apreciar-se e cuidar de sua Saúde física e emocional, compreendendo-se na diversidade humana e reconhecendo suas emoções e as dos outros, com autocrítica e capacidade para lidar com elas. (BRASIL, 2017)

Entre os objetos de conhecimento para o EF e médio o caderno supracitado recomenda “a promoção da Segurança Alimentar e Nutricional e da Alimentação Saudável” por meio de uma concepção transversal do tema que “deve promover a prática autônoma e voluntária de hábitos alimentares saudáveis com o objetivo de garantir o Direito Humano à Alimentação Adequada.” Esta importante conquista vem ao encontro de um direito garantido a alimentação, previsto no sexto artigo da Constituição federal - CF (BRASIL, 1988; BRASIL, 2022, p. 39).

Ao ressaltar os diversos aspectos que envolvem a ES no Ensino Fundamental é necessário compreender o quadro atual de saúde destes alunos. Em 2020 verificou-se entre as crianças atendidas na Atenção Primária à Saúde (APS) do SUS, 15,9% dos menores de 5 anos e 31,8% das crianças entre 5 e 9 anos apresentavam excesso de peso. Entre essas, 7,4% e 15,8%, respectivamente, apresentavam obesidade segundo Índice de Massa Corporal (IMC) para idade. Estima-se que cerca de 6,4 milhões de crianças brasileiras menores de 10 anos, sofram com excesso de peso e 3,1 milhões possuam obesidade. (BRASIL, 2020)

O excesso de peso entre crianças são entraves importantes e recorrentes em países em desenvolvimento, pois podem acarretar consequências como: se tornar um adulto obeso; possibilidade de adquirir dificuldades respiratórias; risco elevado de fraturas e outros agravos osteoarticulares; hipertensão arterial sistêmica; doenças cardiovasculares; resistência à insulina; câncer e efeitos psicológicos, como transtornos alimentares. (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2021)

Segundo dados da Atenção Primária à Saúde (SAPS) do Sistema Único de Saúde (SUS) a obesidade ocorre em 13,2% das crianças entre 5 e 9 anos. Neste grupo etário 28% das crianças apresentam excesso de peso, um elemento que aponta para o risco de desenvolver obesidade posteriormente. (BRASIL, 2022)

A análise da problemática da obesidade infantil não deve culpabilizar os estudantes ou suas famílias, visto que a obesidade infantil é determinada por elementos biológicos e contextuais e se faz necessário ações e políticas públicas voltadas à promoção da saúde, adoção de medidas de prevenção, diagnóstico e cuidado, bem como, a criação de políticas intersetoriais que viabilizem ambientes e cidades

saudáveis. Tais iniciativas podem contribuir para auxiliar as famílias em direção a aquisição de comportamentos alimentares saudáveis.

Stocco Padilha (2023) analisou a produção científica sobre as estratégias de educação alimentar e nutricional para escolares brasileiros, identificando 18 estudos publicados a partir de 2014. Os estudos se concentraram na região Sudeste, e apesar de uma quantidade pequena de publicações observou-se que esta quantidade vem aumentando paulatinamente, indicando que a temática evoluiu com a conquista de espaço acadêmico.

Em relação aos aspectos metodológicos dos estudos analisados por Stocco Padilha (2023) a maioria foram estudos clínicos do tipo controlado e/ou randomizado, e uma parcela pequena de relatos de experiência e estudos de caso. Além disso, observou-se que as ações de EAN tiveram maior impacto quando realizadas em parceria com a comunidade escolar e de maneira contínua.

Neste contexto se insere o projeto de intervenção no primeiro ano do Ensino Fundamental que iniciou com a observação da rotina escolar. Neste período verificou-se que grande parte dos discentes não adotava hábitos adequados de higiene e manipulação dos alimentos, muito embora a professora incluísse esses momentos como parte da rotina.

Desta forma, a intervenção pedagógica planejada e executada neste estudo se ancora na concepção crítica de educação que postula:

É preciso, [...] que o formando, desde o princípio mesmo de sua experiência formadora, assumindo-se com sujeito também da produção do saber, se convença definitivamente de que ensinar não é transferir conhecimento, mas criar as possibilidades para a sua produção ou a sua construção.

[...] Quem ensina aprende ao ensinar e quem aprende ensina ao aprender.
(Freire, 1996, p.12)

Com base no exposto observa-se que o educador possui um relevante papel que não se restringe a ensinar conteúdos, mas a motivar o aluno a “pensar certo”, ou seja, a refletir sobre o que aprende e não apenas memorizar algo que para ele não tenha significado prático, como afirma Freire (1996, p.14) : “[...] O intelectual memorizador, que lê horas a fio, domesticando-se ao texto, [...] não percebe, quando realmente existe, nenhuma relação entre o que leu e o que vem ocorrendo no país, na sua cidade, no seu bairro.”

Como estratégia de obter apoio das famílias dos estudantes os pais dos alunos receberam instruções referentes às atividades a serem realizadas pelas crianças durante a execução do projeto. Ao longo a intervenção as agendas dos alunos indicavam os alimentos a serem discutidos e degustados em cada semana.

A atividade intitulada “Diferenciando alimentos saudáveis de alimentos não saudáveis” consistiu em rodas de conversa diárias onde foram trabalhados com os alunos suas preferências alimentares, o conceito de alimentação saudável e a razão da necessidade de evitar alimentos não saudáveis. Houve a participação e o engajamento de todos os alunos nesta atividade de modo a despertar o interesse pelo tema.

A comparação entre os tipos de alimentos foi uma estratégia adotada para facilitar a compreensão dos estudantes face a diversidade de alimentos que hoje nos deparamos. Neste sentido, abordamos a dimensão biológica da alimentação sem deixar de considerar que as escolhas alimentares que fazemos tem relação com aspectos sociais e culturais. (VIANA *et al*, 2017)

“Conhecendo as frutas e verduras, suas cores e formas”, por sua vez, consistiu em atividades que transcorreram durante todas as semanas da intervenção onde, a partir de imagens de frutas e verduras, as crianças realizaram pinturas, recorte e colagem, localização de diferenças, montagem de quebra-cabeça, confecção de dobraduras, traçado de linhas, desenhos, identificação de grandezas e formas geométricas nas imagens, realização da contagem, identificação das letras presentes no nome de cada alimento, etc. O desenvolvimento de cada criança durante tais atividades variou em virtude da heterogeneidade da turma, mas todas mostraram progressos na aprendizagem, curiosidade, participação e ajuda mútua para a conclusão das atividades.

A atividade supracitada trabalha elementos de diferentes disciplinas como a matemática, a arte e a ciência levando a refletir sobre a relevância de um olhar interdisciplinar ao desenvolver práticas voltadas a educação em saúde na escola. Para Fazenda (2002) o pensamento interdisciplinar permite: desenvolver novos saberes; viabiliza formas inovadoras de aproximação da realidade social e leituras abrangentes das questões socioculturais que envolvem a sociedade; estimula uma educação que produz a sabedoria, a coragem e humildade; bem como promove o apreço pela pesquisa e pela produção científica.

Neste sentido, em um mundo onde o conhecimento se multiplica rapidamente, é um compromisso ético e político do professor abordar os diversos temas

sobre educação em saúde a partir de vários ângulos adotando uma perspectiva interdisciplinar para a compreensão da realidade. (Streck, 2008)

A atividade “Conhecendo a Pirâmide Alimentar”, por sua vez, alcançou os objetivos pretendidos. Cada aluno recebeu um esquema da pirâmide em uma folha de papel A4 e figuras de alimentos. As docentes explanaram sobre as divisões existentes dentro da pirâmide representando a quantidade de alimentos que devemos consumir diariamente e solicitaram que os alunos cortassem e colassem as figuras de alimentos no grupo que eles consideraram correspondente. Em seguida, os alunos dialogaram a respeito da atividade e sobre a quantidade diária de cada um destes alimentos para o ser humano. A aplicação de um tema de interesse das crianças revelou que o aprendizado é mais profundo quando se dá no contexto dos educandos.

A intervenção em tela procurou obedecer aos princípios do “Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas” que tem entre seus princípios a promoção do autocuidado e da autonomia. Este princípio objetiva motivar os sujeitos para que sejam ativos em busca de sua saúde, adquirindo o conhecimento necessário, o comprometimento e a mudança de atitude em direção a uma vida saudável. (BRASIL, 2012)

Outra atividade desenvolvida foi “Sabor dos alimentos” onde as crianças foram divididas em equipes e cada equipe foi orientada a trazer alimentos pertencentes a um determinado grupo de alimentos da pirâmide alimentar. Em sala as crianças criaram receitas e provaram cada alimento, dividindo-o com seus colegas e classificando numa lista os alimentos doces, salgados, azedos e amargos. A atividade revelou-se divertida, prazerosa e gerou curiosidade por conhecer novos alimentos que antes não faziam parte da rotina alimentar dos alunos.

O trabalho de qualquer conteúdo junto ao público infantil se torna ainda mais interessante quando o corpo interage com o objeto de conhecimento. Na atividade supracitada foram desenvolvidas percepções⁵ entre as crianças ao solicitar que identificassem os sabores dos alimentos. Particularmente, as sensações exteroceptivas se originam nos receptores periféricos da pele ou das membranas mucosas, decorrentes dos estímulos vindos do ambiente. Desta forma, as experiências vivenciadas por meio dos sentidos auxiliam na aquisição de habilidades

5 A percepção é a capacidade de reconhecer estímulos sensoriais como quente, frio, mole, duro, macio, áspero etc.

motoras e de linguagem, bem como na capacidade de compreender e demonstrar emoções. (Fernadéz, 1990; Mello, Miranda, Muzkat, 2005)

A terceira atividade “Você é o que você come” consistiu na entrega aos alunos de dois desenhos de bonecos, um obeso e um com o peso adequado. Em seguida eles foram orientados a selecionar em revistas, livros e jornais as figuras de alimentos que consideraram compor a alimentação dos dois bonecos e colaram tais alimentos pelo corpo dos dois bonecos. Por fim, debateram em sala sobre estes alimentos e a respectiva quantidade diária adequada. Durante toda esta atividade as crianças dialogaram e trocaram figuras umas com as outras mostrando que a liberdade de trocar informações auxilia os alunos que sentem mais dificuldade em realizar determinadas atividades, promovendo assim a solidariedade e o desenvolvimento nos educandos.

As atividades realizadas em grupo com o apoio do professor têm muitas vantagens para o desenvolvimento dos alunos, pois eles contam com a ajuda não só do professor como também dos colegas de turma podendo assim maturar habilidades que sozinhos não conseguiriam obter de forma tão dinâmica. É o conceito de zona de desenvolvimento proximal que Vygotsky (1998, p. 202) discute de forma brilhante:

[...] nós mostramos à criança como um problema como esse deve ser resolvido e esperamos para ver se ela pode resolver o problema imitando a demonstração; ou então começamos a resolver o problema e pedimos à criança que termine; ou, ainda, propomos que a criança resolva o problema que está além de sua idade mental em cooperação com outra criança mais desenvolvida; ou, finalmente, explicamos à criança o princípio para a solução do problema, fazendo perguntas-guia, analisando o problema para ela, etc.

A quarta atividade da semana foi “Fantoches de frutas” na qual ocorreu a construção coletiva de fantoches em forma de frutas para que as crianças brincassem de faz de conta usando como personagens o seu objeto de estudo. Através desta atividade as crianças criaram histórias, caracterizaram cada personagem e se divertiram muito exercitando a criatividade e a autonomia. A referida atividade revelou muitos talentos em sala.

Neste contexto, a prática pedagógica precisa ser algo que considere uma formação que excede a mera aquisição de conhecimentos técnicos sobre um determinado assunto, pois a autonomia do educando exige respeito para ser

desenvolvida. Para Freire (1996, p. 35) “O respeito à autonomia e à dignidade de cada um é um imperativo ético e não um favor que podemos ou não conceder uns aos outros.” A autonomia é um processo de amadurecimento no qual o sujeito vai adquirindo confiança em sua própria história. Esta construção ocorre à medida que o sujeito experimenta tomar decisões de forma livre, que lhe abre muitas possibilidades. (STRECK, 2008)

Dentre as atividades realizadas destaca-se “Preparando salada de frutas e sucos naturais” que ocorria toda quinta feira. Cada criança trouxe alimentos diversos para o preparo coletivo em sala de sucos, salada de frutas e pequenas receitas. Através desses momentos os alunos puderam provar de cada alimento, aprender hábitos de higiene em seu preparo e discutir sobre as vitaminas presentes nas frutas. Os pais participaram ativamente enviando sempre os alimentos solicitados na agenda e relataram que aderiram ao novo cardápio quando as crianças demonstravam gostar das receitas.

A atividade supracitada atendeu a proposta do “Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas” em relação ao princípio da valorização da culinária enquanto prática emancipatória. Desta forma, ao aprenderem com alegria a preparar o próprio alimento os estudantes desenvolvem a autonomia, compreendem os conteúdos, e exercitam a utilização da percepção sensorial, cognitiva e simbólica a respeito da alimentação saudável. (BRASIL, 2012)

A última semana de atividades foi denominada “Percebendo os alimentos” e destacou-se como uma das atividades que mais despertou interesse. Os alunos foram vendados e tentaram adivinhar com o tato quais as frutas e verduras que estavam dentro de sacos plásticos. A ludicidade e o estímulo sensorial envolvido motivaram a participação de toda a turma.

Observa-se que em diversas atividades realizadas os estudantes puderam participar mobilizando habilidades e movimentando o corpo. Para Fernández (1990) existe uma forte relação entre o corpo e o aprendizado, de forma que as crianças aprendem a modular seus movimentos enquanto aprendem. Nesta concepção, é impossível separar a necessidade de promover o envolvimento do corpo no processo de aprendizagem, pois isto estimula o envolvimento do aluno à medida que ele tem prazer no que aprende.

A criança que adentrou as series iniciais veio da educação infantil onde a todo momento se movimentava enquanto aprendia num contexto bastante lúdico. Para que esta transição se dê de forma suave é preciso adotar elementos lúdicos

e movimentos corporais que associem seu modo de aprender anterior a conteúdos cada vez mais complexos. Fernández (1990) afirma que a expressão corporal e plástica deve fazer parte do aprendizado desde os primeiros meses de vida. Desta forma, se promove uma prática educativa que vá de encontro ao que a autora denomina de “corpos-caderno”, ou seja, que combata a concepção tradicional de educação que mantém seus alunos sentados, enfileirados, passivos por longos períodos (Fernández, 1991).

Kishimoto (2017) postula que ensinar por meio de atividades lúdicas permite desenvolver nas crianças o espírito de cooperação com os colegas; a compreensão e a adesão às regras das brincadeiras; o respeito em relação a autoridade do professor e em relação aos demais sujeitos envolvidos na atividade; a prática de ter responsabilidades; aceitar as penalidades exigidas; bem como aprender a lidar com as diferenças desenvolvendo habilidades sociais e comunicativas.

A atividade intitulada “Lenda da Mandioca” foi extremamente produtiva, os alunos foram orientados a ler “A Lenda da Mandioca: Lenda dos índios Tupi” debatendo sobre a mandioca. Foi possível perceber o interesse e a participação dos alunos por se tratar de uma Lenda que já tinham ouvido no seio de sua família e na comunidade. Os discentes dramatizaram a lenda. Percebeu-se que existe uma grande curiosidade em relação a lendas e histórias da cultura amazônica e que atividades envolvendo este tema sempre são muito produtivas.

A respeito das atividades que envolvem a alimentação enquanto cultura o educador deve refletir para propor a construção de práticas educativas em que a questão da diferença e do multiculturalismo se façam cada vez mais presentes. Para tanto, defendemos a perspectiva de educação intercultural enquanto processo de relação, comunicação e aprendizagem entre diferentes culturas promovendo o respeito, a legitimidade mútua, a simetria e a igualdade. Assim, a atividade mencionada acima procurou atender ao princípio da valorização da cultura alimentar local do “Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas” (BRASIL, 2012, Candau, 2008).

Em relação ao aspecto cultural envolvido no desenvolvimento de diversos conteúdos, vale ressaltar a contribuição de Freire (1996, p. 16, grifo nosso)

Por isso mesmo **pensar certo** coloca ao professor [...] o dever de não só **respeitar os saberes** com que os educandos [...] chegam a ela - saberes socialmente construídos na prática comunitária - mas também, [...]

discutir com os alunos a razão de ser de alguns desses saberes em relação com o ensino dos conteúdos.

A “Feira de Ciências” foi realizada como atividade final a fim de promover hábitos saudáveis, aprofundar informações sobre alimentação e nutrição, incentivar a pesquisa e expor as produções dos alunos aos seus familiares e a comunidade escolar. Os alunos foram divididos em grupos que ficaram responsáveis pelos seguintes elementos durante a realização da Feira: exposição de pratos típicos regionais com seus respectivos valores nutricionais; pesquisa sobre tabus alimentares adotando entrevistas a pessoas do convívio das crianças e a confrontação com a comprovação científica; exposição dos trabalhos elaborados pelos alunos durante a execução do projeto.

Na feira de Ciências também ficou exposta a atividade intitulada “O livro mais gostoso de todos” que resultou da construção coletiva de um livro com os alimentos preferidos de cada criança, ele foi dividido nas sessões assim intituladas: alimentos gostosos de ver, alimentos gostosos de ouvir, alimentos gostosos de cheirar, alimentos gostosos de tocar e alimentos gostosos de provar.

Todas as atividades realizadas durante a intervenção pedagógica despertaram o interesse dos alunos e de seus pais e responsáveis, de forma que as mudanças alimentares adotadas foram compreendidas em relação a sua importância para a promoção de uma boa qualidade de vida. Freire (1981,1987) salientou a relevância de trabalhar a conscientização crítica para uma inserção crítica na história e a consequente transformação da realidade dos educandos.

Maldonado *et al* (2021, p. 8) ressalta que é preciso adotar nas práticas de educação voltadas a alimentação na escola a concepção ampliada de EAN evitando reduzir a temática apenas à sua dimensão biológica. Ao considerar as múltiplas dimensões da alimentação é possível dialogar com diversas disciplinas do currículo escolar como História, Geografia, oportunizando aos estudantes “[...] a contextualização das práticas alimentares nos territórios e ao longo dos processos históricos relacionados às mudanças e às permanências nos diferentes contextos de vida”.

Nesta lógica, é possível trabalhar temas diversos de forma transversal nas intervenções pedagógicas como o direito humano para a alimentação adequada enquanto um direito da criança, bem como a compreensão de componentes como a cadeia alimentar, os sistemas alimentares e as práticas alimentares no Ensino Fundamental I. (Maldonado *et al*, 2021)

Neste sentido, o Ensino Fundamental é um momento importante para abordar a EAN visto que é um período de transição no qual as vivências da Educação Infantil começam a se aprofundar para que ocorra o processo de alfabetização. Neste sentido, a ludicidade ainda tem papel relevante, bem como o diálogo e o desenvolvimento do raciocínio lógico. Nesta dinâmica os estudantes constroem sua autonomia e utilizam múltiplas linguagens de forma contextualizada de modo a aprender sobre alimentação e nutrição. É uma janela de oportunidade para desenvolver um olhar mais sensível sobre o conhecimento. (Maldonado *et al*, 2021)

Schwingel e Araújo (2021) realizaram um estudo de publicações do período de 2014 a 2019 sobre a educação em saúde na escola. Elas salientaram a relevância de que os docentes recebam em sua formação inicial e continuada os recursos e estratégias necessários para que possam efetivar ações pedagógicas voltadas a educação em saúde na escola. Para tanto, deve haver uma relação entre a prática e a teoria de modo que a construção de um currículo em saúde esteja voltada às necessidades dos atores sociais escola e de sua comunidade promovendo a autonomia e o empoderamento dos estudantes. À medida que os conhecimentos desenvolvidos se relacionam às principais problemáticas destes sujeitos eles poderão contribuir para transformar ativamente esta realidade.

A análise das pesquisas sobre educação em saúde na escola realizada por Schwingel e Araújo (2021, p. 483) apontou que se faz necessária “a interação dialógica entre conhecimentos, valores e práticas na ação educativa do tema da saúde.” Este equilíbrio da tríade é componente essencial para o empoderamento dos discentes sobre a educação em saúde, visto que a adoção de comportamentos saudáveis é um processo interligado, coletivo e crítico. Do contrário, as meras prescrições não se concretizarão na realidade dos sujeitos.

Neste sentido, ao ensinar o docente precisa acreditar que a mudança é possível, pois “[...] onde quer que haja mulheres e homens há sempre o que fazer, há **sempre o que fazer**, há sempre o que ensinar, há sempre o que aprender.” (FREIRE, 1996, p. 51, grifo nosso)

Em face do contexto, destaca-se o “Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas” que coloca enquanto um de seus princípios a educação enquanto processo permanente e gerador de autonomia e participação ativa e informada dos sujeitos. Considerando tal enfoque o presente projeto de intervenção pôde contribuir para fazer parte de um processo educacional que deve ser permanente e englobar diversos níveis de ensino, diferentes faixas

etárias, linguagens diferenciadas e metodologias inovadoras. Longe de pretender esgotar as possibilidades de intervenção pedagógica a respeito do tema, nossa pretensão foi tão somente estimular sua reflexão para que novas ações sejam planejadas com vistas a tornar os sujeitos cidadãos ativos, empoderados e críticos a respeito de tema tão essencial como a educação alimentar.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo abordou uma intervenção pedagógica sobre Educação Alimentar e Nutricional (EAN) em uma turma de ensino fundamental de uma escola em Belém, Pará. As atividades educativas desenvolvidas relacionaram o lúdico a iniciativas como a confecção de fantoches, dramatização e realização de uma feira, entre outros. Isto contribuiu para o aprendizado dos estudantes a respeito do tema.

Como fator relevante deste processo destaca-se a interação entre as pesquisadoras e as crianças que proporcionou a participação dos todos os sujeitos sociais envolvidos no processo da pesquisa. A promoção da conscientização das pessoas envolvidas permeou todas as práticas educativas que serviram de embasamento para as discussões realizadas em grupos.

Observou-se ao longo deste processo a atenção e o envolvimento dos alunos e de seus responsáveis, permitindo que as práticas alimentares adotadas em sala passassem a fazer parte da rotina das crianças e de suas famílias, o que foi constatado ao observar a mudança dos hábitos alimentares durante o período do lanche.

Em face do contexto verifica-se a importância da adoção de práticas de saúde no processo de ensino-aprendizagem de crianças reside na internalização e adoção de hábitos de higiene, alimentação e estudo facilitando o processo de desenvolvimento dos educandos submetidos a esta intervenção.

A análise dos dados sobre a intervenção permitiu observar o interesse dos educandos e de suas famílias pela temática, bem como a adoção de uma alimentação saudável como estratégia de obtenção de uma melhor qualidade de vida. A análise dos portfólios construídos a partir dos trabalhos das crianças e das demais atividades resultantes da aplicação deste projeto revelou que os alunos compreenderam as características e relevância de uma alimentação saudável e adequada e modificaram sua rotina alimentar, passaram a utilizar a pesquisa como forma de aprofundar as informações que mais lhes despertam o interesse e se tornaram multiplicadores dos conhecimentos adquiridos.

Sendo assim, percebe-se a importância do papel da escola enquanto uma instituição social promotora de hábitos saudáveis de alimentação, além de sua atuação na realização de práticas de educação em saúde que estimulem o diálogo e a problematização das condições sociais e institucionais em que são produzidas essas práticas.

REFERÊNCIAS

BRASIL. **Constituição da República Federativa do Brasil**: promulgada em 5 de outubro de 1988. Disponível em: www.planalto.gov.br Acesso em: 09 março 2023.

BRASIL. Lei n.º 8.080. 19 set. 1990. **Dispõe sobre as condições para a promoção, proteção e recuperação da saúde, a organização e o funcionamento dos serviços correspondentes, e dá outras providências**. Disponível em: www.cff.org.br. Acesso em: 12 fev. 2023.

BRASIL. Ministério da Educação e do Desporto. **Parâmetros Curriculares Nacionais**. v. 9. Brasília: MEC/SEF, 1997.

BRASIL. **Indicadores do Censo Escolar**. 2020. Disponível em: <https://www.gov.br/inep/pt-br/areas-de-atuacao/pesquisas-estatisticas-e-indicadores/censo-escolar> Acesso em: 10 jun. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional**: relatórios de acesso público. Brasília, DF: MS, 2020. Disponível em: <http://sisaps.saude.gov.br/sisvan/relatoriopublico/index>. Acesso em: 29 jun. 2023.

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

BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular – BNCC**. MEC: Brasília, 2017.

BRASIL. Secretaria de Educação Básica do Ministério da Educação. **Caderno saúde Educação alimentar e nutricional**. Brasília, DF, 2022. (Série temas contemporâneos transversais. Base Nacional Comum Curricular). Disponível em: basencionalcomum.mec.gov.br/images/implementacao/cadernos_tematicos/caderno_saude_consolidado_20102022.pdf Acesso em 10 maio 2023

BUB, M. C.; MEDRANO, C.; DA SILVA, C. D.; WINK, S.; LISS, P. E.; DOS SANTOS. A noção de cuidado de si mesmo e o conceito de Autocuidado na Enfermagem. **Texto Contexto Enfermagem**. Florianópolis. n. 15, p. 157-152. 2006. Disponível em <https://www.scielo.br/j/tce/a/LP6Z97VFMXBTRKkHqwyJQBj/> Acesso em 10 jun. 2023.

CANDAU, V. Multiculturalismo e educação: desafios para a prática pedagógica. In:

CANDAU, V.; ; MOREIRA, A. (Org.) **Multiculturalismo: diferenças culturais e práticas pedagógicas**. Rio de Janeiro: Vozes, 2008.

FAZENDA, I. (Org.). **O Que é interdisciplinaridade?** São Paulo: Cortez, 2008.

FREIRE, P. **Pedagogia da autonomia**. São Paulo: EGA, 1996.

FERNÁNDEZ, Alicia. **A inteligência aprisionada**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1990.

KISHIMOTO, T. M. **Jogo, brinquedo, brincadeira e a educação**. 14. Ed. São Paulo: Cortez, 2017.

KNAUTH, D.R.; LEAL, A.F. A expansão das ciências sociais na saúde coletiva: usos e abusos da pesquisa qualitativa, **Interface**, v. 18, n. 50, p. 457-467, 2014.

MALDONADO, L. *et al* Proposta de educação alimentar e nutricional integrada ao currículo de Educação Infantil e Ensino Fundamental. **Cad. Saúde Pública**. n. 37. p. 1-18, Rio de Janeiro, 2021.

MELLO, C.D., ALVES, R.O., LEMOS, S.M. Metodologias de ensino e formação na área da saúde: revisão de literatura. **Revista Cefac**, v. 6, n. 16, p. 2015-2028, 2014.

MELLO, C; MIRANDA, M; MUZKAT, M. **Neuropsicologia do desenvolvimento**: conceitos e abordagens. São Paulo: Memnon, 2005.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Overweight and obesity**. 2021. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>. Acesso em: 29 Set. 2023.

THIOLLENT, MICHEL. **Metodologia da pesquisa-ação**. 4. ed. São Paulo: Autores Associados Cortez, 1988.

VIANA, M. R; NEVES, A. S., CAMARGO, JR. K. R., PRADO S. D., MENDONÇA, A. L. O. A racionalidade nutricional e sua influência na medicalização da comida no Brasil. **Ciênc Saúde Colet**, n. 22, p. 447-56, 2017.

VYGOTSKY, L. S. The problem of age. In: R. W. RIEBER (Org.) **The collected works of L. S. Vygotsky**. Vol. 5. Child psychology. p. 187-205, New York: Plenum Press. 1998.

SCHWINGEL, T. C. P. G.; DE ARAÚJO, M. C. P. Educação em Saúde na escola: conhecimentos, valores e práticas na formação de professores. **Rev. Bras. Estud. Pedagog**. v. 102, n. 261, p. 465 – 485, maio, ag. 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbeped/a/SyWtYZyNMDdgN9TFbCQ87kp/?lang=pt#> Acesso em: 10 out 23.

STOCCO-PADILHA, A. B. **Ações de educação alimentar e nutricional no ambiente escolar**: uma revisão de escopo. 2023.115 f. Orientador: Ana Claudia German. Dissertação de mestrado (Formação Interdisciplinar em Saúde) - Faculdade de Odontologia, Universidade de São Paulo. São Paulo, 2023. São Paulo, 2023.

STRECK, D et al. **Dicionário Paulo Freire**. São Paulo: Autêntica, 2008.