



II CONEDU
CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO

ALTERNATIVA DIDÁTICA PARA O ENSINO DE ALIMENTOS INTEGRADA COM A PIRÂMIDE ALIMENTAR BRASILEIRA

Lucas da Silva Monção¹; Antonio Alves Viana Neto¹; Bruno Gabriel Nunes
Pralon²

*1 Bolsistas PIBID da Universidade Federal do Piauí –
UFPI; lucas_moncao@hotmail.com; antonioneto789@hotmail.com; 2 Coordenador da Área de Biologia –
PIBID da Universidade Federal do Piauí, pralonbra@gmail.com.*

INTRODUÇÃO

Historicamente, o ensino de uma alimentação saudável é pouco valorizado pelas Secretarias de Educação, gestores e pelos próprios discentes, principalmente porque se utiliza uma parcela ínfima, frente ao seu potencial mobilizador (BOOG, 2010).

Educação Alimentar e Nutricional é um campo de conhecimento e prática contínua e permanente, interdisciplinar e multiprofissional. Utiliza diferentes abordagens educacionais problematizadas e ativas, visando principalmente o diálogo e a reflexão junto a indivíduos ao longo de todo o curso da vida. A sociedade, considerando os determinantes, as interações e significados que compõem o comportamento alimentar que aspiram concretizar o Direito Humano à Alimentação Adequada e a garantia da Segurança Alimentar e Nutricional, a valorização da cultura alimentar, a sustentabilidade a comunidade esteja empenhada para a adoção de hábitos alimentares saudáveis e a melhoria da qualidade de vida (BRASIL, 2012).

O conhecimento da nutrição é uma ferramenta científica que tem sido criada para representar um processo cognitivo do indivíduo, relacionado à informação acerca do alimento e nutrição. Uma destas relações seria um maior esclarecimento de informações, aumentando o conhecimento do indivíduo sobre os mesmos, que traria atitudes e comportamentos desejados.



II CONEDU

CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO

Fornecer estas habilidades a criança nas escolas, de fato estimula e aumenta o conhecimento, modulando os mesmos a uma alimentação saudável (VARGAS e LOBATO, 2007).

A partir de 2006, O programa nacional de alimentação escolar(PNAE) passa a incluir em suas diretrizes a inserção da educação alimentar e nutricional no processo ensino aprendizagem, promoção de ações educativas transversais ao currículo escolar e apoio ao desenvolvimento sustentável. Em 2006, através da Portaria Interministerial MEC/MS nº 1.010, de 8 de maio de 2006, o PNAE passa a incluir em suas diretrizes a inserção da educação alimentar e nutricional no processo ensino-aprendizagem, na promoção de ações 4 educativas transversais ao currículo escolar e no apoio ao desenvolvimento sustentável (IULIANO, MANCUSO, GAMBARDELLA, 2009).

A educação nutricional é um processo longo, e como qualquer ação educativa, exige continuidade e permanência, tornando-se um desafio para educadores e profissionais da saúde (RODRIGUES e RONCADA, 2008).Os jovens, principalmente de escola pública, são pouco estimulados a terem uma boa alimentação e não tem acesso a ações que os sensibilize ou esclareçam sobre aspectos de uma alimentação saudável.

Em virtude dessa deficiência no ensino, altos índices de obesidade estudantil e crescimento de escolas modalidade tempo integral, se fez necessário desenvolver o presente trabalho, com objetivo de sensibilizar os alunos de uma escola pública a terem uma alimentação mais saudável, além de ampliar o conhecimento referente aos alimentos e difundir tais conhecimentos.

METODOLOGIA

A atividade foi desenvolvida na Escola Militar Dirceu Arcoverde, no município de Teresina – PI, dentro do Programa PIBID. A mesma passou por avaliação do professor coordenador, Doutor Bruno Pralon e da coordenação pedagógica da escola, e realizada com alunos do 3º ano da unidade, (27 presentes). A atividade teve cerne a pirâmide alimentar brasileira (imagem 1).A priori, os pibidianos trabalharam uma explicação acerca da pirâmide



II CONEDU

CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO

alimentar (imagem 2) correlacionando com os hábitos alimentares vivenciados pelos alunos. Descrevemos também, as refeições servidas na escola, por conta dos pré-conceitos contra elas.

Figura 1: Pirâmide alimentar brasileira utilizada na atividade



Fonte: Ministério da Saúde - Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE)

Figura 2: Desenvolvimento da atividade





Fonte: Autores

Como forma avaliativa, retornamos à escola e escolhemos cinco alunos aleatórios para uma entrevista semiestruturada sobre a atividade. Os principais pontos que os alunos ressaltaram foram anotados em uma caderneta. Na avaliação questionamos a opinião dos mesmos sobre a atividade, mudanças que ocorreram na sua alimentação em casa e na escola e se os conhecimentos foram repassados para família.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

No decorrer da apresentação, houve muitas perguntas quanto aos pontos positivos e negativos acerca da rotina alimentar apresentada por alguns alunos, dicas de alimentos antes e depois de alguma atividade física, antes das aulas, e outras eventualidades do cotidiano. As perguntas eram respondidas de maneira clara e sucinta, atendendo um aluno individual por vez, criando um feedback entre os pibidianos e a turma.

Quando questionada aos alunos o julgamento da atividade, obtivemos como resposta imediata que a mesma foi interessante, devido à abordagem de temas complementares sobre a pirâmide alimentar brasileira, pois para cada classe de alimentos fizemos relação com o cotidiano. Em seguida os alunos responderam que foi interativa e que muitas dúvidas foram sanadas. A atividade decorreu em aproximadamente uma hora e trinta minutos, sendo que cinquenta minutos foram destinados exclusivamente para questionamentos e explicando fatos complementares, como relações fisiológicas, bioquímicas, genéticas e evolutivas. Alguns também alegaram ter melhorado seu entendimento sobre o assunto de carboidratos e proteínas que estava sendo ministrado no bimestre pelo professor de biologia.

A pergunta seguinte feita ao grupo foi se houve mudança alimentar após a apresentação. Todos informaram que alteraram seus hábitos, a diferença é que alguns foram mais resistentes à mudança ou foram feitas pequenas modificações (tabela 1). Outros relataram que fizeram mudanças porque compreenderam que para ter uma alimentação



II CONEDU

CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO

saudável, necessita de grupos de alimentos contidos na pirâmide apresentada na atividade, conhecimento que os mesmos não possuíam.

Antes da aplicação da atividade	Após aplicação da atividade
Ausência do café da manhã	Café da manhã composto por frutas e cereais
Ingestão de frutas por dia: 1	Ingestão de frutas por dia: 3
Dispensavam as refeições da escola	Aceitaram as refeições da escola
Alto consumo de enlatados	Redução no consumo de enlatados
Alto consumo de refrigerantes	Redução de refrigerantes e aumento da ingestão de água ao longo do dia

Tabela 1: Hábitos alimentares vivenciados pelos alunos antes e após a atividade.

O ultimo questionamento foi relacionado à transmissão do aprendizado, nesse quesito os alunos relataram que repassaram e tentaram realizar mudanças dentro de seus lares, pois alguns apresentavam pais que possuíam diabetes ou hipertensão, doenças que podem ser controladas com o exercício e boa alimentação. Informaram também, que a equipe transmitiu segurança ao desenvolver a atividade e que o ensino de biologia carece de metodologias nesse sentido.

CONCLUSÃO

Identifica-se que o conteúdo de alimentos é trabalhado apenas na forma tradicional na forma de aula, sem relacioná-lo com o cotidiano alimentar e perfil nutricional dos alunos. A educação alimentar abordava de forma lúdica e contextualizada obtêm resultados mais satisfatórios, tanto no quesito assimilação de conteúdos como encaminhamento de hábitos alimentares mais saudáveis. Com a atividade, identificamos que discorrer esse tema em sala de aula fugindo do modelo “conteudista”, os alunos apresentam-se envolvidos e começam a implementar mudanças alimentares e explanam no âmbito familiar esses saberes, como notado durante a entrevista.



II CONEDU

CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO

REFERÊNCIAS

BOOG, M. C. F. Programa de educação nutricional em escola de ensino fundamental de zona rural. **Rev. nutr**, v. 23, n. 6, p. 1005-1017, 2010. ISSN 1415-5273.

FOME, M. D. D. S. E. C. À.; NUTRICIONAL, D. N. D. S. A. E. **Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas**: Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome Brasília, DF 2012.

IULIANO, B. A.; CERVATO-MANCUSO, A.; GAMBARDELLA, A. M. D. Educação nutricional em escolas de ensino fundamental do município de Guarulhos-SP. **O mundo da saúde**, v. 33, n. 3, p. 264-272, 2009.

Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas. Brasília, DF: Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome; 2012.

RODRIGUES, L. P. F.; RONCADA, M. J. Educação nutricional no Brasil: evolução e descrição de proposta metodológica para escolas. **Comun. ciênc. saúde**, v. 19, n. 4, p. 315-322, 2008. ISSN 1980-0584.

VARGAS, V. D. S.; LOBATO, R. C. O desenvolvimento de práticas alimentares saudáveis uma estratégia de educação nutricional no ensino fundamental. 2007.