

Ministério da Educação
Fundó Nacional de Desenvolvimento da Educação
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



Melhores Relatos da Educação Infantil e Ensino Fundamental I e II
2022



Apoio:  Organização das Nações Unidas para a Alimentação e a Agricultura

Organização

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

FUNDO NACIONAL DE DESENVOLVIMENTO DA EDUCAÇÃO

DIRETORIA DE AÇÕES EDUCACIONAIS

COORDENAÇÃO GERAL DO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

COORDENAÇÃO DE SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL

SBS, Quadra 2, Bloco F, 4º andar – Edifício FNDE
CEP. 70.070-929 - Brasília - DF

COORDENADORA GERAL DO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Solange Fernandes de Freitas Castro

COORDENADORA DE SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL

Déborah Bosco Silva

CHEFE DE DIVISÃO DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL

Mariana Belloni Melgaço

Organização da Jornada de EAN

Mariana Belloni Melgaço
Marília Bohnen de Barros

Coordenação Editorial

Mariana Belloni Melgaço
Marília Bohnen de Barros
Déborah Bosco Silva
Juarez Calil Alexandre

Colaboradores

Maria Sineide Neres dos Santos
Raphael Ygor dos Santos Lucena
Laiane Tavares de Rezende

Revisão de textos

Elenita Rodrigues da Silva Luz
Maysa Barreto Ornelas
Lana Carla Duques Neves
Thaís Maria Ribeiro

Capa e Diagramação

Marcos Paulo V. Badaró Moreira da Silva

Auxiliar de diagramação

Ana Flávia Fonseca Monteiro

Ilustração

Assessoria de Comunicação Social – FNDE

Fotos

Banco de imagem dos Autores e das Entidades Seleccionadas

Versão Impressa

Apoio da Organização das Nações Unidas para a Alimentação e a Agricultura (FAO)

J82 Jornada de Educação Alimentar e Nutricional : melhores relatos da educação infantil e ensino fundamental I e II - 2022 / Programa Nacional de Alimentação Escolar. - 4. ed. - Brasília : FNDE, 2023. 152 p. : il. color.

1. Alimentação escolar - Relatos. 2. Crianças – Nutrição. 3. Agricultura familiar. 4. Abastecimento de alimentos. 5. Hábitos alimentares – Formação. 6. Hábitos alimentares – Culinária. I. Programa Nacional de Alimentação Escolar (Brasil). II. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (Brasil). III. Título.

CDU 371.217.2







Saudações do Ministro da Educação

O acesso à alimentação é um direito garantido no artigo 6º da Constituição Federal desde fevereiro de 2010. Entretanto, antes desta conquista, vale destacar a atuação histórica de mais de seis décadas do Programa Nacional de Alimentação Escolar, o PNAE, no campo das políticas públicas de educação e de segurança alimentar e nutricional.

Gerido pelo Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE), o PNAE é referência entre programas de alimentação escolar executados pelo mundo, pois assegura aos estudantes brasileiros acesso universal e gratuito a uma alimentação adequada e saudável, de acordo com diferentes necessidades nutricionais e garantias de segurança alimentar.

Para se ter uma real dimensão da abrangência do programa, ele está presente nos 5.570 municípios brasileiros, atendendo a mais de 40 milhões de alunos, em cerca de 150 mil escolas. Isso significa dizer que, durante o ano letivo regular, mais de 50 milhões de refeições diárias são servidas, totalizando cerca de 10 bilhões de refeições por ano. Para garantir toda essa logística, a previsão de repasses de recursos federais para o ano de 2022 é de R\$ 4 bilhões.

Mas o PNAE vai muito além de colocar comida saudável no prato de nossos estudantes e combater a desnutrição, a má-nutrição e a obesidade nas escolas. Transformou-se em um veículo para promover bons hábitos alimentares e incorporar a Educação Alimentar e Nutricional nas famílias do Brasil, contribuindo para a melhoria da saúde de todos.

Além disso, o PNAE prioriza a aquisição de produtos alimentares diretamente da agricultura familiar e de empreendedores familiares rurais, movimentando a economia local e apoiando o pequeno produtor.

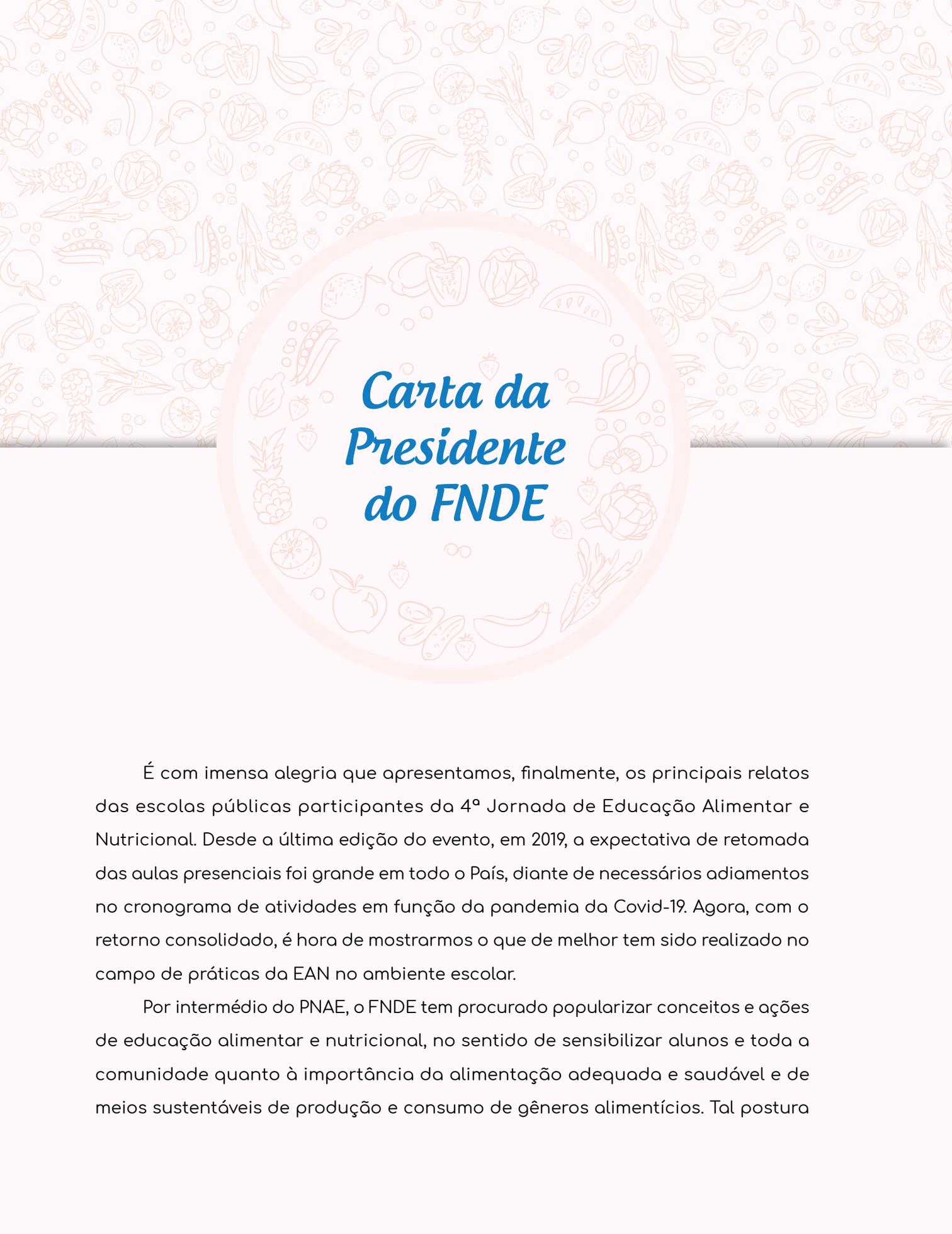
Cabe a todos nós – governo, órgãos de controle, sociedade – o papel de incentivar, executar e fiscalizar programas como o PNAE, oferecendo-lhes condições de pleno funcionamento e potencializando seus resultados transformadores para a educação pública brasileira e para a sociedade em geral.

Camilo Santana

Ministro da educação







Carta da Presidente do FNDE

É com imensa alegria que apresentamos, finalmente, os principais relatos das escolas públicas participantes da 4ª Jornada de Educação Alimentar e Nutricional. Desde a última edição do evento, em 2019, a expectativa de retomada das aulas presenciais foi grande em todo o País, diante de necessários adiamentos no cronograma de atividades em função da pandemia da Covid-19. Agora, com o retorno consolidado, é hora de mostrarmos o que de melhor tem sido realizado no campo de práticas da EAN no ambiente escolar.

Por intermédio do PNAE, o FNDE tem procurado popularizar conceitos e ações de educação alimentar e nutricional, no sentido de sensibilizar alunos e toda a comunidade quanto à importância da alimentação adequada e saudável e de meios sustentáveis de produção e consumo de gêneros alimentícios. Tal postura

estratégica auxilia na luta contra a fome, o desperdício de alimentos e a degradação do meio ambiente. Além disso, propaga a ideia de que a alimentação em si é cercada de vários temas correlatos, como nutrição, cultura, história, agricultura, segurança alimentar, entre outros.

Para subsidiar e fortalecer todo esse debate no processo de ensino-aprendizagem, o PNAE disponibiliza, no portal do FNDE, materiais de apoio a gestores, conselheiros de alimentação escolar, nutricionistas, merendeiras, professores, agricultores familiares, estudantes e demais integrantes da comunidade escolar. São manuais, cartilhas, vídeos, notas técnicas e cursos, próprios e em parceria com universidades públicas, tudo para gerar conhecimento e dar visibilidade aos temas de alimentação e nutrição, possibilitando às pessoas o desenvolvimento da autonomia nas escolhas alimentares e do autocuidado em relação a hábitos saudáveis.

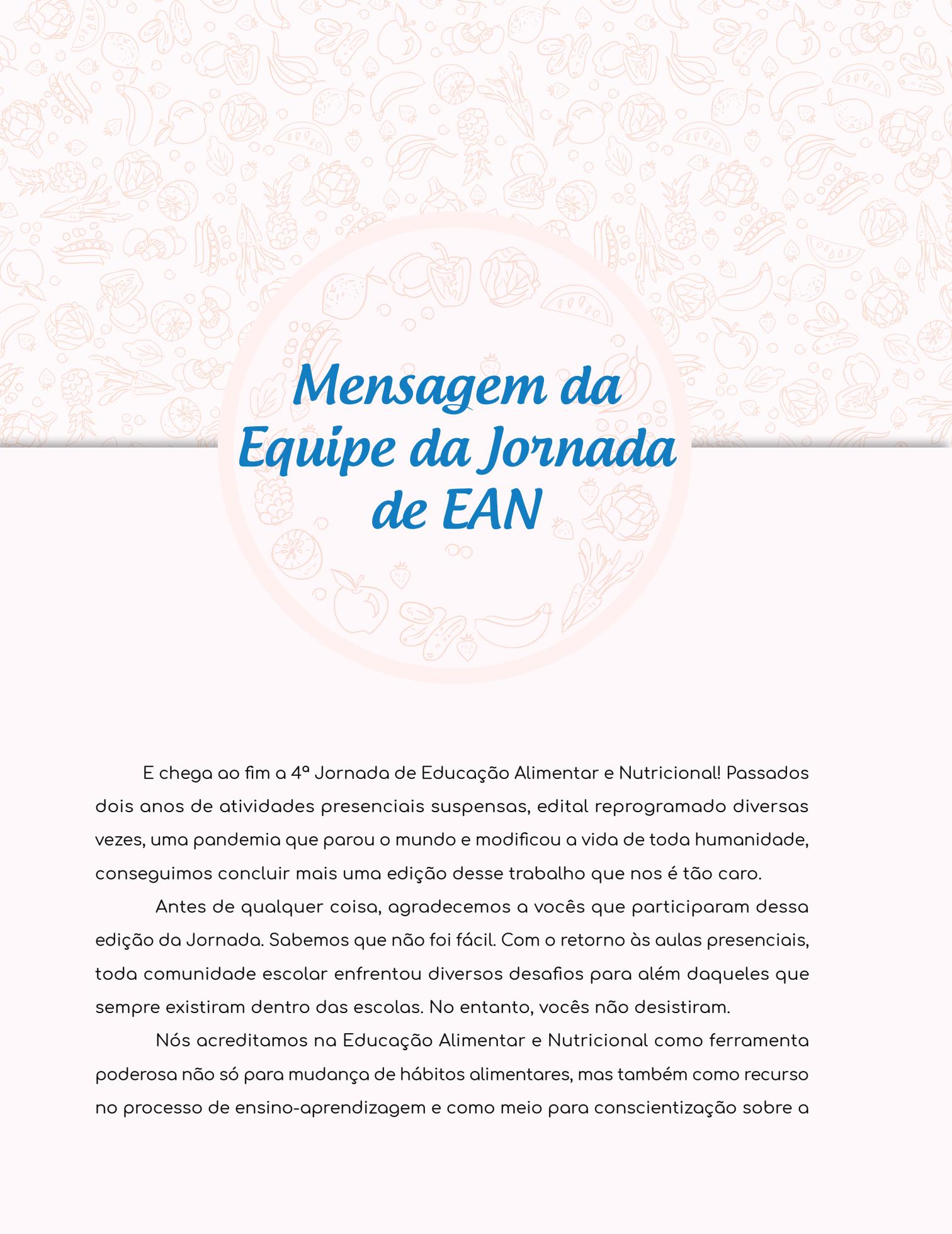
Enfim, aproveite as boas práticas de educação alimentar e nutricional aqui listadas e multiplique-as por toda parte! Sem dúvida, são um caminho consistente para o desenvolvimento biopsicossocial e a melhoria de taxas de matrícula, frequência e desempenho escolar de nossos estudantes.

Fernanda Macedo Pacobahyba

Presidente do FNDE







Mensagem da Equipe da Jornada de EAN

E chega ao fim a 4ª Jornada de Educação Alimentar e Nutricional! Passados dois anos de atividades presenciais suspensas, edital reprogramado diversas vezes, uma pandemia que parou o mundo e modificou a vida de toda humanidade, conseguimos concluir mais uma edição desse trabalho que nos é tão caro.

Antes de qualquer coisa, agradecemos a vocês que participaram dessa edição da Jornada. Sabemos que não foi fácil. Com o retorno às aulas presenciais, toda comunidade escolar enfrentou diversos desafios para além daqueles que sempre existiram dentro das escolas. No entanto, vocês não desistiram.

Nós acreditamos na Educação Alimentar e Nutricional como ferramenta poderosa não só para mudança de hábitos alimentares, mas também como recurso no processo de ensino-aprendizagem e como meio para conscientização sobre a

importância da cultura alimentar, da sustentabilidade do meio ambiente e da riqueza que nosso País carrega em suas tradições. E sabemos que a escola é o espaço ideal para trabalhar ações que envolvam essas temáticas.

Este livro apresenta, apenas, 20 dos mais de mil relatos de atividades que foram executadas pelo Brasil! De Norte a Sul do país, alunos(as), professores(as), diretores(as), merendeiras(os), nutricionistas, agricultores(as) e pais(mães) de alunos foram envolvidos em atividades de Educação Alimentar e Nutricional.

Os temas trabalhados abordaram o caminho percorrido pelo alimento até chegar à escola, o envolvimento dos professores e professoras na promoção da alimentação saudável, a forma como o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) incentiva escolhas saudáveis para além do ambiente escolar e o resgate das tradições familiares no hábito alimentar.

Para cada tema, pudemos contar com a colaboração de colegas comprometidos com a causa da EAN para gravarem vídeos norteadores, que auxiliaram na condução das ações. Agradecemos a cada um destes colaboradores: Rogério Dias, José Arimatea, Gisele Bortolini e Rute Costa.

Agradecemos também à equipe DICFE/FNDE, que deu todo suporte técnico e conduziu o ambiente virtual de aprendizagem (AVA) para que a Jornada fosse realizada, e às Coordenações Geral do Programa Nacional de Alimentação Escolar (CGPAE) e de Segurança Alimentar e Nutricional (Cosan) que apoiaram essa realização.

Mariana Belloni Melgaço e Marília Bohnen de Barros

Organizadoras da Jornada







Apresentação

A alimentação é inerente à vida humana. Uma necessidade básica para sobrevivência do corpo e promoção da saúde. Uma atividade milenar que envolve coleta, plantio e produção de alimentos. Uma prática social no processo de troca, compra e venda de alimentos e utensílios em praças, feiras e mercados. Uma rotina em cozinhas domésticas, escolas e restaurantes comerciais. Um momento de convivência e relação cultural entre famílias, amigos e outros grupos sociais. Alimentação é fonte de trabalho e de renda para milhares de pessoas. É objeto de interesse de grandes empresas, corporações e governos por seu valor financeiro. Tem estreita relação com o meio ambiente, seja por meio de modos de produção sustentáveis ou predatórios. Portanto, a alimentação é essencial à vida em sociedade e no planeta, e precisa ser garantida como um direito.

De acordo com o Estatuto da Criança e do Adolescente, eles têm o direito de comer, aprender, brincar e sonhar. A escola é lugar de comer, aprender, brincar e sonhar. A EAN constitui-se um campo de saberes e de práticas que permite experimentar essas quatro ações. A EAN tem um potencial de tornar a escola mais viva, mais contextualizada com as diferentes realidades, pois considera que cada pessoa tem uma história, um gosto, uma condição socioeconômica e uma relação particular com a comida.

O PNAE é uma política pública que promove a garantia de direitos e tem dois eixos de ações fundamentais: a oferta de refeições e EAN. Por que será? Porque não basta comer, é preciso pensar sobre a comida. Tudo o que acontece na escola é essencialmente pedagógico, inclusive a alimentação.

A experiência de comer na escola contribui para a formação de hábitos, conhecimentos e experiências com a comida pela interação entre as crianças e os adolescentes e deles com os adultos – professoras(es), merendeiras(os) e demais trabalhadoras(es) da escola. Possibilita conhecer novos alimentos e experimentar sabores e formas de preparo. Incentiva a autonomia, a responsabilidade e o senso de coletividade nas atitudes e decisões de onde se sentar, como comer, de entregar o prato, jogar as cascas no lixo, compartilhar o tempo e os espaços com os colegas.

A experiência de pensar sobre alimentação na escola permite conhecer a cultura e a história de diferentes povos do Brasil e do mundo; entender-nos como seres vivos integrados de forma sistêmica com outros seres vivos e com o planeta; perceber e compreender as dinâmicas da vida individual e coletiva, bem como os privilégios e as injustiças sociais; observar as formas de viver e de se comportar em diferentes grupos, povos tradicionais e coletivos religiosos; reconhecer os aspectos materiais e imateriais da alimentação.

Sendo assim, as ações de EAN são valorizadas e incentivadas no espaço escolar. Existem vários marcos legais e documentos orientadores que reconhecem, regulamentam e apoiam essas ações. Dentre os inúmeros documentos, vale destacar o mais recente, que é a Nota Técnica nº 2810740/2022/COSAN/CGPAE/DIRAE, que

apresenta possibilidades de atuação por parte de diversos atores sociais do PNAE, a fim de fomentar o desenvolvimento da EAN nas escolas.

Nesse sentido, uma iniciativa relevante é a Jornada de EAN nas escolas, que vem sendo realizada desde 2017 e tem o propósito de incentivar ações e partilhas de experiências de todo o território nacional. Em sua 4ª edição – 2022, foram propostos 4 (quatro) temas geradores das ações, sendo eles:

Tema 1 – Caminho percorrido pelo alimento: do campo à mesa da escola.

Tema 2 – Promoção da alimentação adequada e saudável: professores(as) em ação!

Tema 3 – Escolhas saudáveis para além da escola: o que aprendemos com o PNAE?

Tema 4 – Resgate de tradições alimentares da família.

Esses temas permitem reflexões e vivências com a alimentação de forma multidimensional – podendo abarcar aspectos ambientais, biológicos, culturais, econômicos, políticos, psicoafetivos e sociais, bem como de forma sistêmica – que permite pensar sobre o eu, o outro, a sociedade e o planeta, em perspectiva individual e coletiva.

As Jornadas são fontes de inspiração, pois mostram como educadores e escolas desenvolvem os processos de aprendizagem de crianças e adolescentes de forma criativa, afetuosa e comprometida com a formação de pessoas para a vida e o exercício da cidadania. Como educadora que não se cansa de esperar e acredita no potencial das escolas públicas e da EAN, fiquei curiosa para ler as páginas a seguir e encontrar relatos e imagens que, certamente, refletem a beleza e a diversidade dos territórios e do povo brasileiro.

Thais Salema Nogueira de Souza

Professora da Escola de Nutrição da
Universidade Federal do Estado do
Rio de Janeiro





Lista de Siglas

ADH – auxiliar de desenvolvimento humano

BNCC – Base Nacional Comum Curricular

CAE – Conselho de Alimentação Escolar

CAF – Cooperativa dos Agricultores Familiares

CAp/UFRN – Colégio de Aplicação da Universidade Federal do Rio Grande do Norte

CIM – Centro Infantil Municipal

CMEI – Centro Municipal de Educação Infantil

EAN – Educação Alimentar e Nutricional

EMEF – Escola Municipal de Ensino Fundamental

EMEI – Escola Municipal de Ensino Infantil

EMPAER – Empresa Matogrossense

FNDE – Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação

GCNF – *Global Child Nutrition Forum* (Fórum Global de Nutrição Infantil)

GENTA – Grupo Especializado em Nutrição, Transtornos Alimentares e Obesidade

INCAPER – Instituto Capixaba de Pesquisa, Assistência Técnica e Extensão Rural

PANC – Plantas Alimentícias Não Convencionais

PCT – Povos e Comunidades Tradicionais

PeNSE – Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar

PNAE – Programa Nacional de Alimentação Escolar

PSE – Programa Saúde na Escola

SUMAE – Superintendência Municipal de Alimentação Escolar

UFOB – Universidade Federal do Oeste da Bahia

WWF – *World Wide Fund for Nature* (Fundo Mundial para a Natureza)

3-1

PROJETO ALIMENTAÇÃO

SAUDÁVEL 3-2





Sumário

1 *Caminho percorrido pelo alimento: do campo à mesa da escola* **25**

Do campo à escola: diálogo de saberes 29

Do campo à mesa: a participação da agricultura familiar na alimentação escolar 35

Percorrendo o caminho do alimento 41

Caminho percorrido pelo alimento: do campo à mesa da escola 45

Túnel – Caminho percorrido pelo alimento do campo à mesa da escola 49

2 *Promoção da alimentação adequada e saudável: professores(as) em ação!* **53**

Alimentação saudável e adequada na prática 57

Educação nutricional no ambiente escolar sobre o grau de processamento dos alimentos 61

O mundo divertido das frutas 65

Alimentação saudável: aprendendo na escola 71

A cultura da Mandioca: Protagonismo estudantil em projetos interdisciplinares 77



3 *Escolhas saudáveis para além da escola: o que aprendemos com o Programa Nacional de Alimentação Escolar?* **85**

Conte-me a sua história 89

Descobrimo novas receitas 95

Restaurante do Jardim: uma experiência para além da escola 101

Oficinas culinárias como práticas promotoras da alimentação saudável e adequada 107

A alimentação escolar como mídia poderosa 111

4 *Resgate de tradições alimentares da família* **115**

Escritos de receitas inspirando a prática de uma alimentação saudável 119

Livro de receitas 125

Receitas com Amor 129

Provando o tempero da Vovó 135

Cozinha de gerações 139

Referências **145**

1

CAMINHO PERCORRIDO PELO ALIMENTO: DO CAMPO À MESA DA ESCOLA



A 4ª Jornada de EAN trouxe a discussão, como primeiro tema, o caminho que o alimento fornecido na escola percorre, desde a sua produção até o seu consumo.

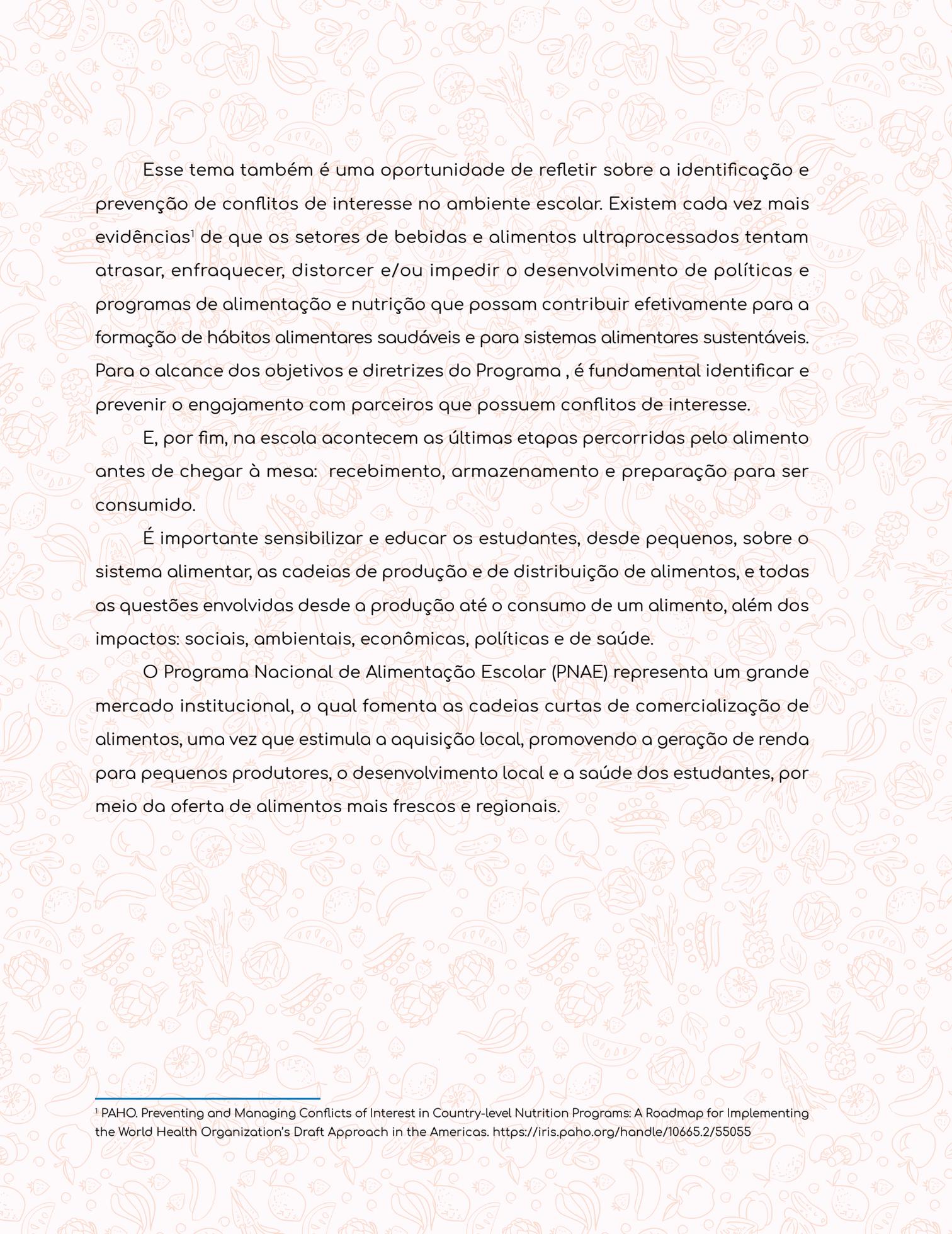
Sabemos que esse caminho pode ser mais curto ou mais longo, a depender das etapas que irá percorrer, por exemplo, se o alimento passará por algum beneficiamento ou processamento e de quem será adquirido. Se virá diretamente do produtor ou de fornecedores que adquirem do produtor ou das indústrias de beneficiamento ou processamento.

Assim, esse tema abre espaço para a reflexão e a aprendizagem sobre as cadeias de produção e de distribuição de alimentos. É um tema que propicia discussões sobre diversos aspectos envolvidos no sistema alimentar.

Um desses aspectos é sobre as formas de produção e cultivo de alimentos, em que podem ser discutidas as seguintes questões: produção de alimentos orgânicos e/ou agroecológicos, utilização de insumos químicos e agrotóxicos; produção familiar de pequenos produtores ou produção em larga escala, de grandes propriedades rurais, do agronegócio; o alimento passa por algum tipo de beneficiamento ou processamento?

Outro aspecto fundamental de que trata o tema é sobre circuitos de comercialização, em que podem ser levantadas algumas questões, como: de que local vem o alimento, do próprio município, da região, do estado, do país, de outro país? O alimento é adquirido diretamente do produtor ou há um fornecedor intermediário? Além disso, por quais e quantos tipos de transporte e armazéns passa esse alimento antes de ser entregue na escola? Ou o alimento percorre um circuito curto, sendo adquirido diretamente do produtor, indo da horta diretamente para a escola?

O presente tema propicia, também, a reflexão e discussão sobre os impactos ambiental, social e econômico gerados ao longo da trajetória do alimento até chegar à mesa da escola. Quando o alimento percorre caminhos mais curtos, gera menos poluição ambiental, mais renda para o produtor, impulsiona a economia local e contribui com o desenvolvimento da comunidade. Menor é o custo desse alimento e, portanto, representa um processo mais sustentável.



Esse tema também é uma oportunidade de refletir sobre a identificação e prevenção de conflitos de interesse no ambiente escolar. Existem cada vez mais evidências¹ de que os setores de bebidas e alimentos ultraprocessados tentam atrasar, enfraquecer, distorcer e/ou impedir o desenvolvimento de políticas e programas de alimentação e nutrição que possam contribuir efetivamente para a formação de hábitos alimentares saudáveis e para sistemas alimentares sustentáveis. Para o alcance dos objetivos e diretrizes do Programa, é fundamental identificar e prevenir o engajamento com parceiros que possuem conflitos de interesse.

E, por fim, na escola acontecem as últimas etapas percorridas pelo alimento antes de chegar à mesa: recebimento, armazenamento e preparação para ser consumido.

É importante sensibilizar e educar os estudantes, desde pequenos, sobre o sistema alimentar, as cadeias de produção e de distribuição de alimentos, e todas as questões envolvidas desde a produção até o consumo de um alimento, além dos impactos: sociais, ambientais, econômicas, políticas e de saúde.

O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) representa um grande mercado institucional, o qual fomenta as cadeias curtas de comercialização de alimentos, uma vez que estimula a aquisição local, promovendo a geração de renda para pequenos produtores, o desenvolvimento local e a saúde dos estudantes, por meio da oferta de alimentos mais frescos e regionais.

¹ PAHO. Preventing and Managing Conflicts of Interest in Country-level Nutrition Programs: A Roadmap for Implementing the World Health Organization's Draft Approach in the Americas. <https://iris.paho.org/handle/10665.2/55055>



Do campo à escola: diálogo de saberes

Município de Alfenas



**Centro Municipal de
Educação Infantil (CEMEI)**
*Professor Pedro Paulo
Csizmar de Oliveira*



Educação
Infantil



Ensino
Fundamental



Ensino
Médio



Minas Gerais



130 estudantes



Equipe

Alexandra Vieira Gonçalves
Participante inscrita na Jornada

Alexandra Vieira Gonçalves
Nutricionista do município

Alexandra Vieira Gonçalves
Marília Couto
Coordenadoras da Jornada

O caminho metodológico referente ao tema 1 da Jornada de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) foi construído de maneira coletiva, a partir do diálogo entre a nutricionista, os estagiários do curso de nutrição da Universidade Federal de

Alfenas, a gestora e a equipe pedagógica do Centro Municipal de Educação Infantil (CEMEI) Professor Pedro Paulo Csizmar de Oliveira.

As ações foram pensadas de forma a envolver diferentes atores sociais no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), para além da equipe de nutrição, tais como: professores, agricultores, merendeiras, familiares e Conselho de Alimentação Escolar (CAE). Um dos caminhos adotados foi o de garantir a transversalidade com o currículo escolar, alinhado com as atividades cotidianas dos estudantes e os princípios das ações de EAN, segundo o Marco de Referência de EAN para as Políticas Públicas. (BRASIL, 2012)

Desenvolvemos um ciclo de atividades, que passou pelas etapas de diagnóstico, planejamento, execução e avaliação. As atividades foram executadas em seis momentos ao longo de um mês. Elas foram costuradas aos conteúdos abordados em sala de aula, tais como: linguagem e vocabulário; vogais, escrita espontânea e desenho livre; numeracia – conjuntos, maior, menor, mesmo tamanho, noção de quantidade, representação na contagem; cores e conceitos matemáticos como leve e pesado.

Os objetivos das ações propostas foram promover um momento de ensino-aprendizagem a respeito do caminho que os alimentos percorrem do campo à escola e mostrar como diferentes pessoas e cuidados são necessários para garantir a segurança alimentar e nutricional.

Inicialmente, realizou-se uma roda de conversa com os estudantes na horta do CEMEI, embaixo do abacateiro, conduzida pela nutricionista e pelos estagiários. O abacateiro tem valor simbólico para as crianças e dialoga com a sazonalidade, pois o abacate estava sendo oferecido nos cardápios da semana em questão.

Pudemos perceber o conhecimento dos alunos sobre o papel das nutricionistas, das merendeiras e das agricultoras e agricultores no cuidado com os alimentos e sobre como os alimentos chegam até a escola. Além disso, descobrimos um pouco sobre a aceitabilidade dos alimentos oferecidos. Utilizamos os alimentos in natura como ferramenta pedagógica, como mostra a figura a seguir.

O segundo momento contou com a elaboração de um vídeo ilustrativo da Jornada, que foi apresentado pela diretora na reunião de pais e familiares. A partir do vídeo, dialogamos sobre a alimentação escolar e a importância das atividades de educação alimentar e nutricional dentro e fora da escola.

O terceiro momento foi conduzido pela auxiliar de desenvolvimento humano (ADH) e pela professora, responsáveis pela turma. Utilizou-se o jogo “O caminho das frutas” com o objetivo de trabalhar de forma lúdica a identificação das frutas e de seus benefícios, bem como as características que diferenciam uma fruta de outra, tais como azeda ou doce; presença de semente ou não; se é cultivada no chão ou em árvores, dentre outras. Ao final, as crianças degustaram amora diretamente na amoreira, e laranja servida na merenda. Depois, ilustraram a atividade por meio de desenho livre.

No quarto momento, figura a seguir, os alunos visitaram a propriedade de um agricultor, o sr. Donizete, que cultiva frutas e hortaliças para a alimentação escolar de Alfenas e região. Donizete assumiu o papel de educador e protagonista dessa ação, conversando e apresentando os alimentos para os alunos, que puderam



Roda de conversa inicial

degustar e conhecer mais sobre como os alimentos são produzidos. Representantes do CAE acompanharam a visita e houve divulgação na televisão local.

O quinto momento, a Oficina Culinária, figura a seguir, foi idealizado para estimular habilidades culinárias com a utilização de alimentos cultivados na horta comunitária do CEMEI, como o abacate, e alimentos produzidos pelas agricultoras e agricultores local. Esses alimentos fizeram parte das vivências no decorrer das atividades do tema 1.

Considerando que existem alunos com necessidades alimentares especiais (intolerância à lactose e alergia à ovo) nessa turma e, também, pelo ponto de vista da sustentabilidade, utilizamos os abacates da horta da escola e selecionamos as seguintes receitas para preparo: pão de mandioca com recheio de guacamole e suco de acerola com laranja. A merendeira Alessandra, membro do CAE, integrou essa ação enquanto educadora, conscientizando as crianças sobre a importância da alimentação escolar e dos bons hábitos alimentares. As crianças aprenderam a preparar a receita e a degustaram.

Na sequência, aplicou-se o teste de aceitabilidade, utilizando a escala hedônica, por meio de urnas confeccionadas com materiais recicláveis. As crianças puderam avaliar as preparações em uma escala de adorei a detestei. O resultado indicou 68% de aceitabilidade a partir da soma das respostas “adorei” e “gostei”. Apesar de os alunos terem expressado que gostaram da atividade e da preparação, o resultado indica que a preparação precisa ser ajustada para melhor aceitabilidade. Após o ajuste, será realizada uma nova aplicação do teste, de acordo com o Manual para Aplicação de Testes de Aceitabilidade do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE), antes que a receita seja, de fato, inserida no cardápio.

O sexto momento culminou com uma atividade avaliativa, realizada de maneira lúdica para averiguar o efeito das atividades desenvolvidas dentro do tema 1 da Jornada. A professora e a ADH levaram imagens para que os alunos identificassem os alimentos e suas características, apresentados nas atividades anteriores. Os alunos recordaram bem a maioria dos alimentos, em especial a pitaya,

o abacate, a acerola e a mandioca. As crianças fizeram desenhos livres sobre as atividades desenvolvidas. A partir dos desenhos, foi confeccionado um mural com todas as etapas do tema 1.

O mural ficou exposto no pátio da CEMEI por alguns dias, e os alunos explicaram para outras crianças suas vivências a partir das próprias percepções. Todas as ações foram divulgadas no Instagram® da alimentação escolar de Alfenas (@alimentacaoescolaralfenas).



Degustação de frutas

Apesar do resultado do teste de aceitabilidade da preparação culinária não ter sido satisfatório, foi possível perceber, por meio de um processo de ensino e aprendizagem baseado numa abordagem crítica, problematizadora e, ao mesmo tempo, criativa e lúdica, utilizando diferentes cenários para realização das atividades, que os alunos se interessaram em conhecer a origem dos alimentos, como e por quem são preparados; aprenderam a valorizar quem planta, planeja e prepara as refeições; e perceberam o cuidado que precisamos ter durante todo o processo.

Outro aspecto positivo observado foi o vínculo criado entre a equipe de trabalho e os alunos. Esse vínculo favorece as próximas ações da Jornada, além de estimular a equipe pedagógica do CEMEI a dar continuidade às ações educativas relacionadas à alimentação, baseadas em metodologias participativas e sob uma visão multiprofissional.



Jogo "O caminho das frutas"

Do campo à mesa: a participação da agricultura familiar na alimentação escolar

Município de Confresa



**Escola Municipal
Governador Agamenon
S. Godoy Magalhães**



Educação
Infantil



Ensino
Fundamental



Ensino
Médio



Mato Grosso



300 estudantes



Cicero Romão Dias Braga
Participante inscrito na Jornada

Ana Laura Marchi Araújo
Nutricionista do município

Fabia Conrado Barbosa
Coordenadora da Jornada

Este relatório refere-se às ações realizadas com os alunos da educação infantil da Escola Municipal Governador Agamenon, relacionadas ao tema 1 proposto pela

Jornada de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) – O caminho percorrido pelos alimentos: do campo à mesa da escola.

Iniciamos os encontros formativos com a equipe escolar e a nutricionista. No primeiro encontro foram apresentados o objetivo e a duração dos temas da Jornada de EAN. Assistimos ao vídeo de apresentação, discutimos quais critérios seriam observados e acertamos as ações a serem desenvolvidas, enfatizando o trabalho do agricultor e o caminho percorrido pelos alimentos até à escola, que atende 300 alunos, sendo 150 por turno.

Dada a compreensão de que o agricultor, como responsável pelo cultivo dos alimentos naturais no contexto da alimentação saudável, é peça fundamental na promoção da educação alimentar e nutricional, definimos como título da ação: “Do campo à mesa: a participação da agricultura familiar na alimentação escolar”, com o objetivo de valorizar e agradecer aos agricultores da região, especialmente, aos pais agricultores da nossa escola.

Escolhemos trabalhar com sequência didática. Iniciamos nossas atividades com uma roda de conversa para apresentar o tema e observar o conhecimento prévio dos alunos, referente à agricultura. Em seguida, assistimos alguns vídeos com as crianças, para melhor compreensão do tema.

Convidamos o agricultor Deilson Sousa Luz para uma visita à escola. Ele fez uma exposição com os diferentes tipos de alimentos cultivados em seu sítio. Deilson nos contou que fornece parte dos alimentos para a merenda escolar do município e, para que esses alimentos cheguem até a mesa, é preciso cuidar do plantio, do transporte e do preparo. As crianças fizeram algumas perguntas como: o senhor só fica na roça? A mandioca demora a ser colhida? Mandioca é gostosa? Com milho faz o que? Deu-se ênfase à mandioca e ao milho, pois além de serem alimentos fornecidos pelo senhor Deilson, são típicos da região e de fácil cultivo.

Em agradecimento ao agricultor, as crianças, juntamente com as professoras, recitaram poemas e ofereceram presentes contendo kit de proteção para o trabalho diário.

Visitamos a chácara do senhor Deilson e ele mostrou algumas plantações, como hortaliças, mandioca, milho, abóbora, quiabo, batatas, entre outras, esclarecendo modos de cultivo, época para a colheita, e diferença entre raiz, tubérculo e folhagem. Os alunos conheceram, também, alguns animais que produzem alimentos.

O senhor Deilson apresentou suas ferramentas de trabalho, e a que mais chamou a atenção dos alunos foi a moto cultivadora usada no preparo dos canteiros para hortaliças. As professoras fizeram alguns questionamentos, como: o senhor consegue viver só da agricultura? Além de fornecer os produtos para as escolas, o senhor vende nas feiras da cidade? Os alimentos cultivados aqui possuem agrotóxico?

Deilson relatou que, além de entregar nas escolas os alimentos cultivados, ele vende, também, em feiras livres. O agricultor afirma que toda a sua produção é orgânica, livre de agrotóxicos, e que a terra é complementada com substratos derivados de compostagens.



Ele explicou, em seguida, que existe outra forma de cultivo de hortaliças, além do plantio na terra: a hidroponia. Visitamos uma hidroponia para que os alunos pudessem compreender um pouco mais sobre essa forma de cultivo. O proprietário, senhor Sócrates, explicou como é realizado o preparo da semente e das mudas antes de serem expostas nas bancadas, e fez demonstrações, para que os alunos compreendessem, na prática, como se dá esse processo. Conhecemos toda a horta e diferentes tipos de plantação nos sítios vizinhos.

Em seguida, os alunos fizeram desenhos livres relatando o passeio e, na oportunidade, foi trabalhada a letra “A” do agricultor. Confeccionamos cartazes em agradecimento aos agricultores e parceiros da nossa escola, com os seguintes dizeres:

- Mãos sagradas dos agricultores confresenses cultivam alimentos pelo sertão. Nossos sinceros agradecimentos por fazerem parte da educação.

- Agricultores, aqueles que nos alimentam e muitos não dão valor. Muitos os chamam de caipira ou matuto, mas os considero doutor.

- No sertão a vida é dura, mas é cheia de beleza. É fértil na agricultura e de tudo tem na mesa.

Continuamos a atividade com os alunos preparando o lanche, cujo cardápio foi quibebe de mandioca e bolo de milho. Eles participaram desde a colheita até o cozimento, com o auxílio da coordenadora, do diretor, dos professores e das merendeiras, seguindo as medidas de segurança e higiene. No processo de colheita da mandioca, as crianças mostraram entusiasmo ao descobrir que as raízes ficam dentro do chão e que o milho “tem cabelo”.

Fechamos as ações convidando alguns pais agricultores para ensinarem às crianças o passo a passo de como cultivar a mandioca e o milho. As crianças fizeram vários questionamentos aos pais: onde sai a folha? Quando ela vai nascer? Quando pode comer? Precisa molhar todos os dias? Em seguida, socializamos com pratos preparados pelos pais com ingredientes orgânicos.

Os pais relataram a satisfação de fazerem parte desse incentivo e, ainda, a importância daqueles pratos. A nutricionista complementou ressaltando a importância

do projeto e de comer bem. A coordenadora pedagógica enfatizou a importância de adquirir alimentos vendidos nas feiras livres e da participação das crianças na escolha e no preparo dos alimentos. Essa participação desperta mais interesse na degustação, facilitando a implementação de uma alimentação de qualidade.

Finalizamos nosso tema distribuindo um envelope com selo do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE), contendo ramas de mandioca e sementes de milho para serem cultivadas pelos alunos. Pedimos retorno com vídeos e fotos da plantação e dos cuidados com ela.

Durante a execução do tema 1, foi possível observar que os pais, as crianças e os profissionais da escola perceberam a importância da agricultura familiar enquanto promotora de uma alimentação escolar e familiar saudável, entendendo-a como o início do percurso dos alimentos saudáveis até à mesa.



Participação dos alunos na preparação do bolo de milho

Notamos a satisfação dos agricultores em saber que eles são fundamentais na promoção de uma alimentação saudável, e que contribuem com esse processo educativo nos ambientes escolares e em casa.

Sobre os conhecimentos adquiridos pelas crianças, foi possível observar que, durante a execução das atividades, algumas delas relataram que comeriam mais frutas e verduras. Uma aluna que nunca tinha provado o lanche da escola, provou pela primeira vez durante a execução do tema 1; outra criança, que nunca tinha comido carne, repetiu a refeição por duas vezes no dia em que o lanche foi preparado com a sua ajuda. Outra criança relatou que o bolo de milho preparado pela turma foi um dos mais gostosos de toda a sua vida.

Os desafios agora são: continuar valorizando os agricultores, enquanto agentes responsáveis pelo cultivo consciente de alimentação de qualidade; auxiliar os professores e demais funcionários no trabalho com as crianças para adquirirem hábitos alimentares mais saudáveis; bem como, transmitir aos familiares, amigos e vizinhos a mensagem desse tema.



Roda de conversa com os alunos

Percorrendo o caminho do alimento

Município de Recife



**EREFEM Monsenhor
Manuel Marques**



Educação
Infantil



Ensino
Fundamental



Ensino
Médio



Pernambuco



800 estudantes



Equipe

Iara Alves Diniz
Participante inscrito na Jornada

Iara Alves Diniz
Nutricionista do município

Iara Alves Diniz
Ariana Selma Santos Coutinho
Coordenadoras da Jornada

Para a realização da primeira etapa da Jornada, a nutricionista contou com a participação da gestora da escola, de professoras convidadas pela gestão, além de outros colaboradores da escola.

Na semana que antecedeu o desenvolvimento dessa etapa, as professoras envolvidas trabalharam em sala de aula o tema “Caminho percorrido pelo alimento: do campo à mesa da escola”, com vídeos educativos.

No dia da atividade, no período da manhã, foram montados quatro cenários no pátio da escola. Os cenários se interligavam por um caminho representativo no chão, e o objetivo era fazer com que os alunos pudessem vivenciar, na prática, o percurso do alimento desde o campo até à mesa da escola.

Foram montados, então, os seguintes ambientes:

1. Uma fazenda, nomeada como “Fazenda Monsenhor Manuel Marques”, montada ao lado da horta da escola. A fazenda continha cercado de madeira, figuras de animais (vacas, galinhas, porco) e utensílios representativos do campo (carroça, enxada, pá etc.). Nela havia alunos caracterizados de fazendeiros.
2. Uma feirinha orgânica de frutas, verduras, leite e ovos. Esse ambiente foi montado com barraquinhas, confeccionadas na própria escola, que dispunham



Ambiente representando a feirinha orgânica

de diversas frutas, verduras, legumes, além de caixotes e objetos de feira. Havia alunos caracterizados de feirantes, simulando uma verdadeira feirinha de alimentos vindos do campo.

3. Um mercadinho, “Mercadinho Monsenhor Manuel Marques”, contendo prateleiras com produtos alimentícios naturais ou que passaram pelo processo industrial, porém considerados saudáveis, como o arroz, o feijão, o macarrão etc.

4. A mesa da merenda escolar, representando a cantina escolar, cujo cardápio foi elaborado com os alimentos encontrados no caminho que os alunos fizeram da fazenda até o mercadinho.

No horário do almoço, os alunos foram com os professores até o pátio da escola. Lá os aguardavam: a gestora da escola, os merendeiros, a nutricionista e demais colaboradores envolvidos na ação. Todos os colaboradores estavam uniformizados com camiseta contendo a logo da Jornada. Eles receberam os alunos de forma bastante acolhedora. Os alunos demonstravam grandes expectativas para participarem da ação, visto que receberam muitas informações em sala de aula na semana anterior.



Ambiente representando a cantina escolar

Inicialmente, a gestora desejou boas-vindas aos alunos e passou a palavra para a nutricionista, que palestrou sobre a “história completa” do alimento, desde o campo, varejo, até à mesa da escola. A nutricionista falou sobre a importância do consumo de alimentos naturais, pois possuem maior valor nutricional quando comparados aos alimentos industrializados e ultraprocessados. Ela alertou os alunos sobre a importância de manter uma alimentação natural e balanceada, consumindo alimentos vindos do campo, como frutas, verduras, legumes, tubérculos e, também, as proteínas animais, para assim manterem os seus corpos sempre saudáveis.

Logo em seguida, os alunos foram convidados a percorrerem, de forma lúdica, o caminho dos alimentos, passando por todos os cenários construídos no local, vivenciando o percurso na prática. Os alunos foram organizados em fila e recebiam mais informações dos professores envolvidos na ação quando passavam em cada ambiente: o campo – representado pela fazenda; o urbano – representado pela feirinha e pelo mercado; e, finalmente, a cantina escolar – representada pela mesa.

Ao final, chegaram no ambiente representativo da cantina escolar, onde estava a mesa com uma alimentação balanceada, variada e deliciosa. Neste último cenário, contamos com a presença das merendeiras, que, na verdade, não estavam representando. Ali os alunos puderam ser servidos da alimentação preparada na escola pelas merendeiras, compreendendo como foi o trajeto do alimento até chegar ao seu prato. Os alunos recebiam suas refeições e eram direcionados para as mesas posicionadas no local, onde almoçaram e confraternizaram entre si.

Após almoçarem, os alunos ficaram livres para passear pelos ambientes, tirar dúvidas e confraternizar com os colaboradores envolvidos na ação. Todos aproveitaram para tirar fotos descontraídas em cada cenário.

Foi um momento educativo bem interativo, que despertou a curiosidade dos alunos e envolveu os colaboradores da escola. Essa atividade contou com a participação ativa dos alunos e incentivou-os à autonomia e à tomada de decisão em relação à alimentação saudável.

Caminho percorrido pelo alimento: do campo à mesa da escola

Município de Lagoa Santa



*Escola Municipal
Dona Aramita*



Educação
Infantil



Ensino
Fundamental



Ensino
Médio



Minas Gerais



411 estudantes



Renata Moura Borges Velame
Participante inscrita na Jornada

Marina Marcolino Braga
Nutricionista do município

Iasmine Lelis de Freitas Vieira
Coordenadora da Jornada

Para trabalhar o primeiro tema da Jornada de EAN, elaboramos um vídeo sobre o caminho percorrido pelos alimentos provenientes da agricultura familiar do município de Lagoa Santa/MG até chegarem à mesa da escola.

O projeto foi desenvolvido tendo em vista a importância da agricultura familiar para a promoção de uma alimentação saudável aos alunos, além de realizar ações de educação alimentar e nutricional e de fomento à economia local, bem como de permear estratégias de redução da insegurança alimentar.

Os objetivos da ação foram mostrar de onde vêm os alimentos servidos na escola, descobrir suas qualidades nutricionais e sanitárias, apresentar os agentes envolvidos no processo e valorizar os agricultores familiares da cidade e da região.

O assunto foi trabalhado de forma interdisciplinar e envolveu todos os atores da cadeia administrativa e produtiva. O vídeo institucional abordou aspectos relacionados à agricultura familiar, como circuitos de comercialização, impactos gerados ao longo do caminho, formas de produção e cultivo dos alimentos.

Os seguintes profissionais participaram da atividade: a equipe de alimentação escolar – o chefe de departamento, as nutricionistas da alimentação escolar e o agente administrativo; a equipe da comunicação da prefeitura – o jornalista e o cinegrafista responsável pela filmagem; os agricultores familiares do município; as manipuladoras



Exibição do vídeo institucional

de alimentos de uma das escolas municipais; e a direção da escola que organizou o local.

O primeiro passo para realizar a ação foi planejar e escrever o roteiro do vídeo, descrevendo os pontos mais importantes a serem abordados. Depois, contactamos os agricultores para verificar a possível filmagem e o local da plantação. Houve contato, também, com a escola e com os manipuladores de alimentos que concordaram em participar. Depois de tudo acordado, solicitamos à equipe de comunicação a realização da filmagem e, logo em seguida, agendamos uma visita à plantação dos agricultores para verificação do espaço e planejamento das cenas. Em outro momento, foi realizada a filmagem com os produtores, os manipuladores de alimentos na escola, uma mãe, uma aluna e com a equipe do setor de alimentação escolar.

No vídeo, são retratadas cenas das plantações locais do município, de onde provêm alguns alimentos utilizados na alimentação escolar, tais como hortaliças, frutas e alguns tubérculos. Buscamos apresentar todo o processo, desde a aquisição até a distribuição aos estudantes.

Os alimentos são adquiridos por meio de chamadas públicas, elaboradas pela chefe do Departamento da Alimentação Escolar, diretamente do produtor rural, seguindo os critérios previstos em lei. Na aquisição dos gêneros alimentícios, são consideradas a regionalidade, a cultura local e a sazonalidade. O agricultor é responsável pela entrega dos produtos de forma segura, do ponto de vista higiênico-sanitário. A conferência da qualidade e da quantidade entregue é realizada quando os alimentos chegam às escolas. Os alimentos são preparados com cuidado, seguindo as normas de Boas Práticas de Manipulação de Alimentos e de acordo com o cardápio elaborado pelas nutricionistas. No vídeo, esse processo é acompanhado por meio de cenas que mostram as plantações, o transporte e a entrega nas unidades escolares. O vídeo contou com depoimentos dos agricultores, das nutricionistas, da chefe de departamento de alimentação escolar e dos servidores responsáveis pelo preparo das refeições.

Depois da edição e da aprovação pelo Setor de Alimentação Escolar, o vídeo

foi enviado, por meio de comunicação virtual, como o whatsapp, aos pais e/ou responsáveis de cada turma, e exibido aos alunos durante as aulas.

O vídeo foi destinado aos 411 alunos da escola, sendo: 27 alunos do maternal; 52 alunos das séries de educação infantil I e II e 306 alunos das séries de ensino fundamental (1º ao 9º ano); e aos seus pais ou responsáveis. Explicamos aos estudantes quem são os agricultores que aparecem no vídeo, e a importância dos alimentos produzidos pela agricultura familiar para a alimentação escolar.

Os alunos assistiram ao vídeo e relataram que gostaram de seu conteúdo, acharam interessante. Veja, a seguir, alguns relatos de pais enviados pelo whatsapp:

- “Oi. Bom dia! Gostei muito de saber de onde vêm os alimentos que os nossos filhos comem, pois a educação alimentar é muito importante para um crescimento saudável.”
- “Eu também gostei muito. Isso realmente é importante. Parabéns.”
- “Graças a Deus que ainda existem pessoas que trabalham com honestidade e dedicação. Que haja mais pessoas assim! Que Deus abençoe todos nós!”

Alguns desafios foram encontrados para a realização deste tema, como dificuldade em chegar ao local, reunir todos os agricultores e demais agentes participantes da ação numa mesma data; produzir o vídeo de forma a abranger todas as fases da cadeia produtiva sem que ele se tornasse extenso ou cansativo para o público; e dificuldade de encontrar uma linguagem que atingisse a todas as idades de forma clara e objetiva.

Dentre os resultados identificados, observamos um maior interesse dos alunos pelo consumo de alimentos como verduras, legumes e frutas, e, também, a admiração pelos agricultores locais. Outras pessoas da comunidade escolar que não conheciam o programa com mais profundidade elogiaram a alimentação escolar.

Por meio das atividades desenvolvidas, enfatizamos aos alunos e a toda a comunidade escolar a importância da agricultura familiar local, despertando o interesse sobre a alimentação saudável e adequada. As ações promoveram fomento à economia, incentivo aos pequenos agricultores e, ainda, valorização do Programa

Túnel - Caminho percorrido pelo alimento do campo à mesa da escola

Município de Rio Verde



EMEF *Alfredo Nasser*



Educação Infantil



Ensino Fundamental



Ensino Médio



Goiás



27 estudantes



Tércia de Souza Bispo Valadares
Participante inscrita na Jornada

Débora Fernanda Sartori
Nutricionista do município

Adriana Lemes Silva
Coordenadora da Jornada

Este relato tem por objetivo apresentar as atividades trabalhadas com o tema 1- Caminho percorrido pelo alimento: do campo à mesa da escola. O tema foi desenvolvido a partir de atividades sugeridas pela Jornada de Educação Alimentar e Nutricional.

Para apresentar o caminho que o alimento fornecido à escola percorre, a equipe escolar – diretora, coordenadora, professora regente, agente de apoio e merendeiras da Escola Municipal de Ensino Fundamental (Emef) Alfredo Nasser – trabalhou no projeto. Esse projeto contou com a participação de 21 alunos do 3º ano A, com vistas a incentivar o debate sobre as etapas que o alimento percorre até chegar à mesa escolar, reconhecendo a importância de cada alimento para se ter uma alimentação saudável.

Em um primeiro momento, trabalhamos os vídeos sugeridos pela Jornada de Educação Alimentar e Nutricional, realizamos uma roda de conversa e projetamos alguns slides sobre “O caminho dos alimentos”, enfatizando: a origem dos alimentos, como eles chegam até a escola e quem são os profissionais envolvidos para que esse alimento seja servido no lanche escolar. Depois, questionamos os alunos sobre o trajeto dos alimentos até a nossa cantina. Para incentivar o diálogo entre os estudantes, foram expostos cartazes de alimentos que consumimos na escola, como melancia, banana, maçã, laranja, cenoura, arroz, feijão e carne bovina.



Registro da recepção aos alunos e roda de conversa

Contextualizamos o fato de que os alimentos saem de um local até chegar a nossa cantina, e abordamos o papel do campo para o ciclo da cadeia produtiva, até à distribuição dos alimentos. Os trabalhos em grupos, a exploração de imagens e os vídeos para trabalhar a sequência de atividades foram de suma importância para o entendimento do caminho percorrido pelos alimentos, corroborando com o processo de ensino-aprendizagem.

Construímos, em grupos, o caminho que frutas, legumes, arroz, feijão e carne bovina fazem até chegar à cantina da nossa escola. Cada grupo recebeu ilustrações, numa folha de papel, de um determinado alimento, e as crianças foram instruídas a organizarem os caminhos de produção, circulação e consumo. Nesse momento, os alunos eram protagonistas da própria aprendizagem, pois, por meio de pesquisas selecionadas pela professora, apresentaram para a turma os caminhos do alimento recebido.

Ao final da apresentação, conversamos sobre a relação entre campo e cidade, integrando o tema ao componente curricular Geografia, e a outros componentes curriculares, como Língua Portuguesa, Matemática, Arte e Ciências, visando ao aprendizado sobre a origem dos alimentos e ao avanço na leitura, escrita e situações-problemas envolvendo o tema. No desenvolvimento das atividades, os alunos demonstraram interesse sobre o caminho que os alimentos percorrem até chegar à mesa da escola.

Problematizamos as desvantagens de um circuito longo entre o cultivo e o consumo, como, por exemplo, o custo e o impacto ambiental de se transportar um alimento cultivado em uma região (ou localidade) para outra; e a necessidade de os alimentos serem colhidos sem estar totalmente maduros para suportar o tempo de transporte e de venda.

Enfatizamos a importância da aquisição de alimentos produzidos por agricultores da região e pela agricultura familiar. Após as discussões, os alunos ilustraram o caminho percorrido pelos alimentos. Trabalhamos, também, produção de texto, lista de alimentos e situações-problemas com o tema em estudo.

Finalizamos as atividades com a construção de um túnel, utilizando materiais recicláveis. Nele foram expostos, de forma explicativa, os caminhos dos alimentos. O túnel foi confeccionado pela equipe escolar: diretora, coordenadora, professora regente e agente de apoio. Os alunos passaram pelo túnel em pequenos grupos e, ao final, encontraram pessoas fantasiadas de cenoura, banana e alface e, também, duas pessoas fantasiadas de crianças, para interagirem com os alunos. À medida que os alunos terminavam o trajeto, recebiam uma fatia de melancia no palito, para um momento de degustação, preparado pela nossa merendeira. A merendeira também preparou um lanche, utilizando alimentos ilustrados no túnel.

Os alunos amaram a passagem pelo túnel e ficaram maravilhados com a organização das ilustrações, com a recepção que tiveram das pessoas fantasiadas e com a degustação saudável da melancia. As atividades foram trabalhadas de forma integrativa, contribuindo para uma aprendizagem lúdica e envolvente.



Túnel – Caminho percorrido pelo alimento do campo à mesa da escola

2

PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO ADEQUADA E SAUDAVÉL: PROFESSORES(AS) EM AÇÃO!



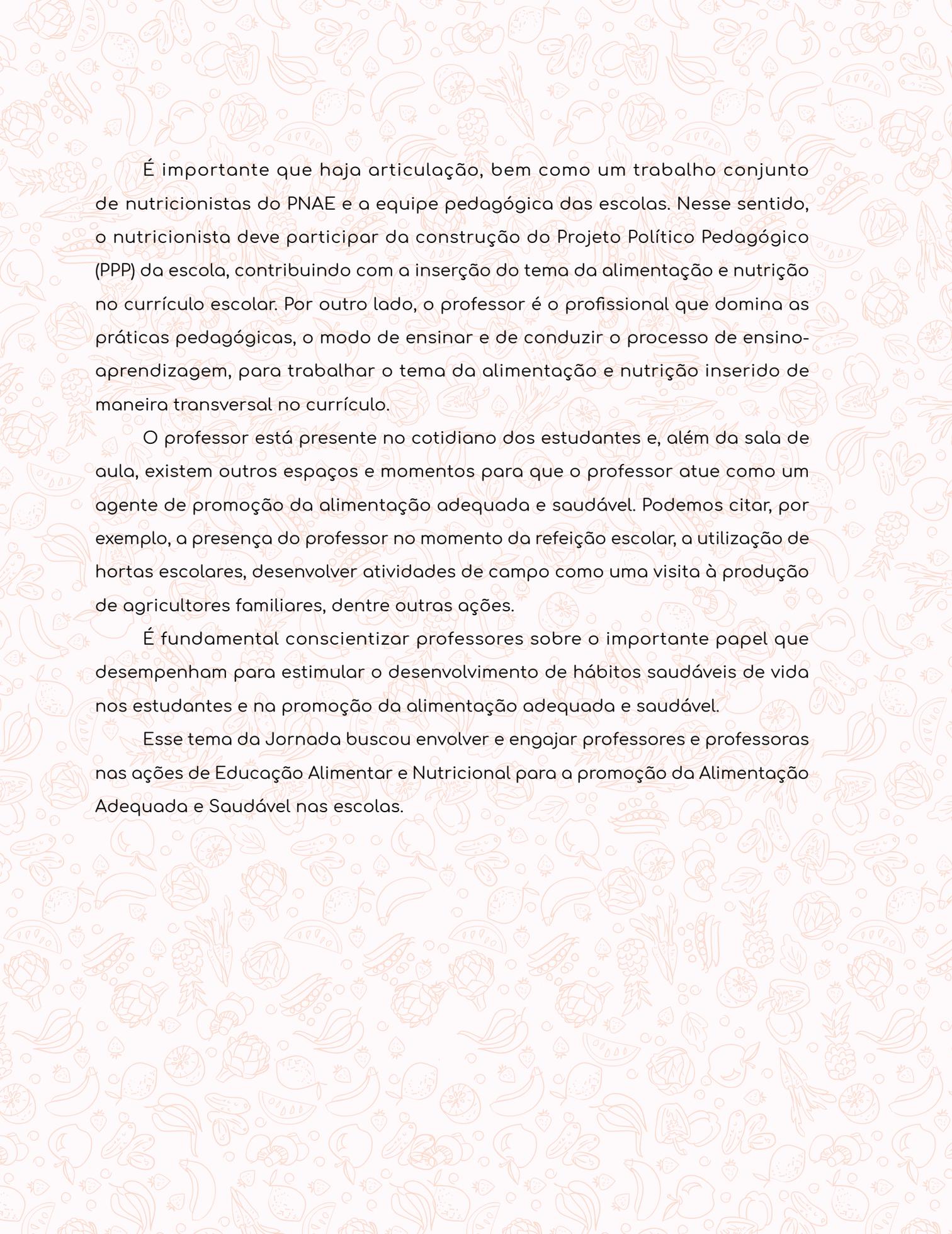
A promoção da Alimentação Adequada e Saudável integra as diretrizes da Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN) no Brasil.

O Guia Alimentar para a População Brasileira, o qual constitui uma importante estratégia para implementação dessa diretriz, traz o seguinte conceito de alimentação adequada e saudável:

é um direito humano básico que envolve a garantia ao acesso permanente e regular, de forma socialmente justa, a uma prática alimentar adequada aos aspectos biológicos e sociais do indivíduo e que deve estar em acordo com as necessidades alimentares especiais; ser referenciada pela cultura alimentar e pelas dimensões de gênero, raça e etnia; acessível do ponto de vista físico e financeiro; harmônica em quantidade e qualidade, atendendo aos princípios da variedade, equilíbrio, moderação e prazer; e baseada em práticas produtivas adequadas e sustentáveis. (Brasil, 2014)

O emprego da alimentação adequada e saudável também integra as diretrizes do PNAE. Dentro da escola, a promoção da Alimentação Adequada e Saudável acontece não apenas pela oferta das refeições que são servidas aos estudantes diariamente, mas também deve ser promovida por meio das ações de EAN. Segundo a Resolução CD/FNDE nº 06/2020, essas ações devem estar inseridas no processo de ensino-aprendizagem, por passar de maneira transversal o currículo escolar, abordando o tema alimentação e nutrição e o desenvolvimento de práticas e habilidades que promovam modos de vida saudáveis.

A Lei do PNAE – Lei nº 11.947/2009 – estabelece que estados e municípios devem promover a educação alimentar e nutricional nas escolas, com o intuito de formar hábitos alimentares saudáveis aos estudantes, mediante atuação conjunta dos profissionais de educação e do nutricionista responsável técnico pelo Programa. Assim, professores e professoras têm um papel fundamental no desenvolvimento de ações de EAN que promovam a Alimentação Adequada e Saudável.



É importante que haja articulação, bem como um trabalho conjunto de nutricionistas do PNAE e a equipe pedagógica das escolas. Nesse sentido, o nutricionista deve participar da construção do Projeto Político Pedagógico (PPP) da escola, contribuindo com a inserção do tema da alimentação e nutrição no currículo escolar. Por outro lado, o professor é o profissional que domina as práticas pedagógicas, o modo de ensinar e de conduzir o processo de ensino-aprendizagem, para trabalhar o tema da alimentação e nutrição inserido de maneira transversal no currículo.

O professor está presente no cotidiano dos estudantes e, além da sala de aula, existem outros espaços e momentos para que o professor atue como um agente de promoção da alimentação adequada e saudável. Podemos citar, por exemplo, a presença do professor no momento da refeição escolar, a utilização de hortas escolares, desenvolver atividades de campo como uma visita à produção de agricultores familiares, dentre outras ações.

É fundamental conscientizar professores sobre o importante papel que desempenham para estimular o desenvolvimento de hábitos saudáveis de vida nos estudantes e na promoção da alimentação adequada e saudável.

Esse tema da Jornada buscou envolver e engajar professores e professoras nas ações de Educação Alimentar e Nutricional para a promoção da Alimentação Adequada e Saudável nas escolas.



Alimentação saudável e adequada na prática

Município de Parauapebas



*Escola Municipal de
Educação Infantil Leide
Maria Torres Ferreira*



Educação
Infantil



Ensino
Fundamental



Ensino
Médio



Pará



567 estudantes



Equipe

Edna Maria Souza Gomes Neves
Participante inscrita na Jornada

Elisangela Cristina Martins da Silva
Nutricionista do município

Edna Maria Souza Gomes Neves
Selma Pereira da Silva Lemos
Coordenadoras da Jornada

A Escola Municipal de Educação Infantil Leide Maria Torres Ferreira foi inscrita na 4ª Jornada de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE). A Escola realizou a segunda ação da Jornada,



Stands Receitas com Milho

“Promoção da alimentação adequada e saudável: professores(as) em ação!”, com a finalidade de mostrar às crianças e aos familiares os perigos do consumo de alimentos ultraprocessados e proporcionar a eles mais conhecimento sobre hábitos alimentares saudáveis, contribuindo, dessa forma, para o crescimento e desenvolvimento das crianças nos aspectos biológico, social e psicológico.

A temática foi desenvolvida a partir de ações pedagógicas realizadas pelas professoras regentes das turmas. As docentes trabalharam em rodas de conversa com as crianças usando estratégias com caixas surpresas para apresentar as frutas e os seus benefícios. Ministraram aulas com alimentos ultraprocessados, processados, minimamente processados e in natura, utilizando o Guia Alimentar para a População Brasileira (BRASIL, 2014). Prepararam receitas como vitaminas de frutas, produção de tapioca, broas com fubá de milho, cookie com frutas naturais, e ampliaram a receita do arroz de cuxá, permitindo novas experiências alimentares para os alunos.

Encerramos o tema com exposição de uma mesa com os alimentos que devem ser consumidos com moderação, os que precisam ser evitados, os que podemos



Professoras que desenvolveram o tema

consumir sem restrição e com uma palestra de orientação aos pais, ministrada pela nutricionista que acompanha a escola.

Regidas pelas professoras, as crianças dramatizaram a história “O sapo da boca grande”. As crianças apresentaram as músicas De abóbora faz melão, O batidão das frutas, Salada de frutas da Xuxa; e teve, também, recitação da parlenda Bananinha pintadinha. Houve exposições em stands com alimentos produzidos a partir das receitas realizadas com as crianças no momento das aulas. Todas as pessoas que estavam presentes apreciaram e degustaram as deliciosas receitas, e as crianças estavam felizes e interagiram de forma espontânea com o público.

Acreditamos nos resultados das ações realizadas com os discentes, pois já é possível apreciar a mudança de hábitos alimentares no momento das refeições. As crianças estão comendo saladas, arroz, feijão, legumes, frutas, e tomando sucos naturais. Percebemos que nossos alunos têm preferido os alimentos saudáveis, desenvolvendo cada vez mais suas potencialidades.



Educação nutricional no ambiente escolar sobre o grau de processamento dos alimentos

Município de Pocinhos



Colégio Municipal
Padre Galvão



Educação
Infantil



Ensino
Fundamental



Ensino
Médio



Paraíba



900 estudantes



Liandra de Souza Oliveira
Participante inscrita na Jornada

Eduarda Emanuela Silva dos Santos
Nutricionista do município

Jordana Costa Soares Araújo
Samara Ferreira Lourenço de Souto
Coordenadoras da Jornada

A ação de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) no ambiente escolar foi desenvolvida de maneira transversal e multiprofissional, de acordo com o projeto político pedagógico (PPP) escolar. Após refletir e buscar as questões-chaves para

Alimentar e Nutricional" (BRASIL, 2018), para uma melhor organização dos recursos necessários, para registrar e avaliar a ação.

Destaca-se que as ações de EAN, debatidas e aplicadas em sala de aula, são de grande importância no componente curricular, uma vez que a relação de confiança estabelecida entre aluno/professor tem significativa contribuição no aprendizado, gerando uma melhor absorção do conteúdo ministrado.

Com o intuito de desenvolver o tema "Promoção da alimentação adequada e saudável: professores(as) em ação!" proposto pela Jornada de EAN e de disseminar informações sobre o processamento dos alimentos, a professora de Língua Portuguesa e a coordenadora da Jornada, Samara Ferreira Lourenço de Souto, colocaram em prática uma atividade proposta no Caderno de atividades do ensino fundamental II – Promoção da alimentação adequada e saudável. Essa atividade teve por objetivo mostrar as mudanças dos alimentos em função do seu grau de processamento. Participaram desse momento 23 estudantes do 9º ano do ensino fundamental do Colégio Municipal Padre Galvão, a coordenadora da Jornada, a professora e as nutricionistas da alimentação escolar.

Inicialmente, os alunos receberam informações sobre o grau de processamento dos alimentos por meio do iconográfico do Guia Alimentar para a População Brasileira do Ministério da Saúde (BRASIL, 2014). Nessa atividade, utilizamos recursos visuais, com "círculos de diferentes tamanhos e cores", para apresentar os diferentes grupos de alimentos e os produtos que fazem parte de cada grupo. Na face principal de cada círculo, havia imagens de alimentos que representam cada categoria alimentar e, no verso, uma breve explicação sobre o que são e as recomendações de ingestão de cada categoria, de acordo com o Guia.

O maior círculo representa a primeira categoria de alimentos: in natura e minimamente processados. Esses produtos devem ser a base da alimentação e é recomendado que sejam consumidos em grande variedade.

A segunda categoria (óleos, gorduras, sal e açúcar) é representada pelo círculo pequeno. Esse produtos devem ser usados em pequenas quantidades, para temperar e criar preparações culinárias.

Representado pelo círculo médio, a terceira categoria corresponde aos alimentos processados. Esses devem ter seu consumo limitado e serem utilizados, preferencialmente, como ingredientes ou parte de refeições.

A quarta categoria são os alimentos ultraprocessados, que devem ser evitados devido ao excesso de açúcar, sódio, gordura e ingredientes exclusivamente industriais. Essa categoria modifica práticas alimentares convencionais.

Em seguida, organizamos a turma em 4 (quatro) grupos e entregamos a cada grupo uma foto da embalagem (incluindo o rótulo) de: milho in natura, milho em conserva, óleo de milho e salgadinho de pacote à base de milho. Solicitou-se aos alunos que preenchessem uma tabela com informações sobre o alimento recebido: nome, origem, modo de consumo, ingredientes e data de validade. Feito o preenchimento, propusemos aos grupos que apresentassem cada alimento e sua respectiva ficha. Durante as apresentações, os alunos foram estimulados a perceberem as diferenças entre os alimentos à medida que se aumenta o grau de processamento.



Alunos, professora e nutricionistas e participantes da atividade

O mundo divertido das frutas

Município de Cosmópolis



**E.M.E.B. Prof^a Honorina
Frota Rogero Bosshard**



Educação
Infantil



Ensino
Fundamental



Ensino
Médio



São Paulo



185 estudantes



Luana dos Santos
Participante inscrita na Jornada

Daniela Belinatti Menardo
Nutricionista do município

Luana dos Santos
Vanessa Silvério de Siqueira
Coordenadoras da Jornada

O projeto foi desenvolvido na EMEB Prof.^a Honorina Frota Rogero Bosshard, que atende alunos da modalidade de educação infantil, totalizando 185 (cento e

Colaboradores: diretora da escola participante: Renata Moz Scian; Coordenador: Elisabete Alves Nogueira dos Santos; técnicas em nutrição: Daniela Fernanda Tozin e Aurea Catozzi; motorista e ajudante: Paulo Sthal e as cozinheiras da unidade Maria Ursulina, Maria Tescari e Maria Elizabete Corrêa. Nutricionistas do município: Luana dos Santos, Vanessa Silvério de Siqueira, Ana Paula Kroll da Silva, Isabel Ferreira Parras e Auxiliar de serviços gerais: Rosalina Benício.

oitenta e cinco) crianças. A ação contou com a participação de quatro nutricionistas do setor de alimentação escolar, duas técnicas de nutrição, diretor, vice-diretor, cozinheiras, professores e famílias, tendo como público-alvo os estudantes.

As atividades propostas tiveram como objetivo incentivar o consumo das frutas trabalhadas no projeto pelos alunos. O tema foi incluído no projeto político pedagógico (PPP) da unidade. Os professores foram os atores principais nesse processo de educação alimentar e nutricional, e o projeto não interferiu nos conteúdos dessa etapa de ensino.

Inicialmente, cada sala e seu respectivo professor representavam uma fruta, sendo essas: maçã, pitua, morango, manga, laranja, melancia, banana e uva.



Atividade em sala sobre as frutas

Em seguida, elaboramos um cronograma, trabalhando a cada semana um tipo de fruta com todos os alunos, por meio de atividades lúdico-pedagógicas que já constavam no componente curricular. As atividades incluíam, também, a degustação



Plantio de duas árvores frutíferas (limão e amora) no dia do meio ambiente

da respectiva fruta como sobremesa da merenda escolar. Desenvolvemos as seguintes atividades: carimbo das frutas; pintura das frutas com tinta guache e giz de cera; oficina culinária (vitaminado de frutas e salada de frutas); recorte e colagem; e quebra-cabeça.

Para a degustação, algumas frutas foram cedidas pelo setor de alimentação escolar, outras foram doadas por algumas famílias de alunos, e outras adquiridas pela escola, ficando pendente apenas a degustação da uva e do morango.

Ademais, a escola disponibilizou material para customização de aventais, e cada um continha o tema de uma fruta. Utilizamos os aventais na apresentação de um jogo para as crianças, elaborado com um tabuleiro humano, em que as peças eram os professores representando a fruta de sua respectiva sala.

O tabuleiro, elaborado pelas nutricionistas do setor de alimentação escolar, foi utilizado como uma ferramenta de educação alimentar e nutricional, para incentivar o consumo de frutas em casa e na escola e evitar o desperdício. As regras do jogo consistiam em avançar casas quando os alunos consumiam frutas e voltar quando não consumiam ou desperdiçavam.

Durante esse período, as professoras realizaram uma oficina culinária ensinando o preparo de um vitaminado de frutas para os alunos, que incluiu a maçã e a banana. As crianças degustaram o vitaminado.

Ao término das atividades desse tema, as nutricionistas, técnicas de nutrição e cozinheiras fizeram uma oficina culinária com toda a escola, demonstrando o preparo de uma salada de frutas que incluía as frutas trabalhadas nesse projeto. A salada foi servida a todos.

Além disso, em comemoração ao dia do meio ambiente, plantamos na escola duas árvores frutíferas: amora e limão. Essa atividade envolveu alunos, professores, direção e nutricionistas.

Como resultado, verificou-se um grande envolvimento de toda a equipe do setor de alimentação escolar, unidade escolar, alunos e famílias. As degustações possibilitaram o consumo de frutas por alguns alunos nunca antes consumidas.

Percebemos, também, uma maior conscientização sobre a importância do consumo das frutas e menor índice de desperdício das frutas ofertadas na merenda escolar.

A atividade de degustação das frutas morango e uva não foi concretizada devido ao alto custo delas, por estarem fora da safra. Houve apenas a escolha das turmas representantes dessas frutas e algumas atividades.

As degustações e novas atividades sobre essas frutas estão planejadas para acontecerem no segundo semestre e, no decorrer do ano, outras atividades serão realizadas com esse tema, dando continuidade ao projeto.



Oficina culinária (salada de frutas), degustação e atividade desenvolvida em sala de aula pelos professores



Degustação e atividade sobre a manga, desenvolvida em sala de aula pelos professores

Alimentação saudável: aprendendo na escola!

Município de Goianá



*Escola Municipal Prefeito
José Loures Ciconeli*



Educação
Infantil



Ensino
Fundamental



Ensino
Médio



Minas Gerais



250 estudantes



Michelle Andrade Moreira
Participante inscrita na Jornada

Michelle Andrade Moreira
Nutricionista do município

Erica Fernanda de Souza Dias
Thagnani Reis do Carmo Ferreira
Coordenadoras da Jornada

A atividade foi realizada com os alunos do 1º ano do ensino fundamental (2 turmas), em sala de aula, no refeitório e na quadra da escola, no mês de junho. Teve como objetivos: abordar a alimentação saudável nos conteúdos das disciplinas;

falar da importância de comer vegetais e frutas; relacionar alimentação saudável à atividade física; trabalhar os órgãos do sentido.

A atividade foi realizada em parceria com as professoras regentes das turmas do 1º ano, Ercília e Laís; a professora de Ciências da Natureza, Angélica; o professor de Educação Física, Oswaldo; e a nutricionista Michelle. A sugestão do tema foi do supervisor da escola, pois os professores e os alunos do 1º ano se interessariam muito.

A nutricionista reuniu-se com os professores do 1º ano para decidirem quais atividades seriam realizadas. A reunião foi produtiva, surgiram boas ideias, e resultou no planejamento do calendário das atividades que seriam aplicadas. É importante destacar que as atividades planejadas estão de acordo com a Base Nacional Comum Curricular (BNCC), referência seguida pela instituição de ensino, e com o plano político pedagógico (PPP) da escola, que tem como um de seus fundamentos a interdisciplinaridade. Os temas saúde e alimentação foram abordados de forma transversal às disciplinas curriculares dos alunos.

A intervenção de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) foi realizada nas turminhas separadas e em etapas, como descrito a seguir, além de atividades em aula que incluíram o tema alimentação saudável.

A primeira etapa consistiu na leitura do livro “A cesta da Dona Maricota”, de Tatiana Belinky, para os alunos, pelas professoras Ercília e Laís, que, ao contarem a história, conversaram sobre o livro e combinaram uma encenação com os alunos para a nutricionista.

O livro conta a história de Dona Maricota. Ela foi à feira comprar legumes, verduras e frutas. Ao voltar para casa, foi descansar. Enquanto isso, os vegetais conversavam entre si, falando de suas características. A conversa parou quando Dona Maricota chegou e separou as frutas para fazer compota e os legumes e as verduras para fazer um sopão.

Em sala, as professoras definiram quem seria cada vegetal que aparece na história e quem seria a dona Maricota. Os alunos ficaram muito empolgados! No

horário da merenda, eles chegaram contando para a nutricionista: “Eu sou a laranja”, “Eu vou ser o espinafre”, “Tia já decorei minha fala, olha!”. Foi muito gratificante ver essa animação toda!

No dia da encenação, os alunos fizeram um teatrinho muito lindo. Encenaram a história, com figurino e tudo, para a nutricionista. Foi muito bacana e bonito de se ver. Registramos a apresentação com fotos e filmagem.

Após a apresentação, a nutricionista conversou sobre os vegetais da história, sobre a importância de consumi-los, por serem saudáveis, e entregou a cada aluno



Turminha do primeiro ano do ensino fundamental com a professora regente Ercília e a nutricionista Michelle no dia da encenação do livro “A cesta de Dona Maricota”

duas palavras representando os alimentos que aparecem na história. Depois, foram disponibilizadas letras de plástico, de um brinquedo pedagógico da escola, para que os alunos formassem as palavrinhas que receberam.

Esse momento foi bastante didático, pois as crianças se ajudaram, e perguntavam ora sobre o alimento em questão, ora sobre a palavra em si. A nutricionista e a professora trabalharam em conjunto. Assim, foram trabalhadas características dos alimentos e características das palavras, como: primeira letra, letra do nome, quantidade de letras, quantidade de sílabas.

Por fim, a nutricionista pediu para separarem as palavras que representavam os legumes e as verduras, porque elas seriam jogadas na panela para fazer um sopão igual ao da Dona Maricota, mas seria sopão de palavras. Os alunos colocaram as palavras na panela e participaram da atividade mexendo o panelão. As crianças aprenderam muito nesse dia e a nutricionista avisou para se prepararem para caçar o “tesouro da natureza” na aula de Educação Física.

Quando as crianças chegaram para a aula de Educação Física, numa segunda-feira, estavam prontas para caçarem o “tesouro da natureza”, e descobriram que eram as frutas, de acordo com a introdução da atividade de EAN exposta pela nutricionista. Os objetivos da “caça ao tesouro da natureza” foram completar as atividades propostas e abrir o “baú do tesouro”.

As crianças foram organizadas em dois grupos: um liderado pelo professor de Educação Física, e o outro liderado pela nutricionista. Na pista, os alunos chegavam a um ponto da quadra e precisavam cumprir desafios, como pular um número de vezes, fazer um círculo e cantar uma cantiga, pular com um pé só, quicar a bola, entre outros, criados pelo professor de Educação Física.

Ao completar o quebra-cabeça da chave, o baú foi aberto, momento de muita comemoração dos alunos. Foi muito divertido! As crianças puderam ver as frutas inteiras ao abrirem o baú e, nesse momento, a nutricionista falou sobre a importância das frutas. “Podemos comer, tia?” “Hum, que delícia!” “Quero essa

laranja!" foram algumas das falas dos alunos ao abrirem o baú.

No mesmo dia da brincadeira "caça ao tesouro", as turmas tiveram aula de Ciências da Natureza. A professora Angélica, que estava trabalhando os órgãos do sentido, relembrou as aulas anteriores e disse que haveria uma brincadeira muito legal. Ela informou que o objetivo da brincadeira era adivinhar os alimentos por meio de três sentidos: o tato, o olfato e o paladar. A nutricionista selecionou os alimentos, incluindo alguns que apareceram no livro "A cesta da dona Maricota".



Alunos do primeiro ano formando palavras (alimentos que aparecem no livro) com brinquedo pedagógico

Os alunos foram chamados à frente da sala, um por vez. Após ter os olhos vendados, a criança escolhia uma fichinha. Cada ficha representava um sentido: ou tinha uma boca (língua), ou um nariz, ou uma mão. Assim, as crianças teriam que descobrir qual era o alimento por meio do paladar, do olfato ou do tato. Os alunos gostaram muito: “Tia, posso ir de novo?”, “Quero que seja o paladar agora para mim”, “Palmito? Também quero experimentar isso!”.

Nesse dia, a nutricionista conversou com as crianças sobre os alimentos e mostrou alguns que apareceram na cesta da Dona Maricota. Algumas crianças não conheciam os alimentos, ou nunca haviam experimentado palmito, espinafre, abacate... Todas puderam ver e experimentar. Esse dia terminou com uma roda de partilha de frutas, e todas as crianças puderam comer as frutas caçadas na atividade anterior.

Durante os dias do projeto, os professores abordaram muitos assuntos sobre os alimentos e fizeram várias atividades. Por meio de corte e colagem, os alunos aprenderam a diferenciar fruta, legume e verdura. Copiaram frases do livro, desenharam e conversaram sobre as características dos alimentos, como cor, sabor e tamanho. Nas aulas de Matemática, montaram um gráfico representando a fruta favorita da turma.

A última etapa dessa intervenção de EAN foi o preparo do sopão da Dona Maricota na merenda de quarta-feira. A nutricionista passou nas salas do primeiro ano avisando que teria a sopa de merenda e que as crianças poderiam degustar a merendinha feita com carinho pelas tias da cozinha. Nesse dia, a nutricionista comprou macarrão de letrinhas e a sopa ficou ainda mais interessante. “Tia, achei a letra do meu nome!” “Tem letrinha? Então vou comer!” E a nutricionista foi conversando com eles durante o horário de merenda.

Diante do apresentado, a intervenção de EAN alcançou os objetivos propostos!

A cultura da mandioca: protagonismo estudantil em projetos interdisciplinares

Município de Manaus



Escola Estadual Professor Benício Leão



Educação Infantil



Ensino Fundamental



Ensino Médio



Amazonas



431 estudantes



Equipe

Dheysse Araújo de Lima
Participante inscrita na Jornada

Dheysse Araújo de Lima
Nutricionista do município

Andreza Juliana de Lima Santos
Dheysse Araújo de Lima
Coordenadoras da Jornada

A mandioca, um tubérculo domesticado pelas populações indígenas da Amazônia há mais de 9 mil anos, é uma planta-chave para a segurança alimentar e nutricional. Popularmente conhecida como o “pão da Amazônia”, o estado do

Amazonas tem a mandioca como a sua principal fonte de carboidrato para a alimentação humana, sendo um componente indispensável na dieta do amazônida. Em Manaus, a mandioca é incluída na alimentação escolar, seja em sua forma cozida ou em forma de farinha amarela ou farinha de tapioca.

Servida juntamente com o açaí ou com as preparações salgadas, a farinha de tapioca e a farinha amarela são complementos das refeições incluídas no cardápio da alimentação escolar regionalizada das escolas do ensino fundamental e médio do estado do Amazonas, como previsto nas Diretrizes da Alimentação Escolar, no Art. 2º da Lei nº 11.947/2009, o qual preconiza que o emprego da alimentação saudável e adequada compreende o uso de alimentos variados, seguros, que respeitem



Farinha Amarela – alimento derivado da mandioca

BOLO DE
MACAXEIRA

PÉ DE MOLEQUE

Pé de moleque e Bolo de macaxeira – alimentos derivados da mandioca

a cultura, as tradições e os hábitos alimentares saudáveis, contribuindo para o crescimento e o desenvolvimento dos alunos e para a melhoria do rendimento escolar.

No Amazonas, o Programa de Regionalização da Merenda Escolar (Preme), executado em parceria com a Agência de Desenvolvimento Sustentável do Amazonas



Salgados com massa à base de Mandioca



Explicação da Equipe de Alunos do 5º Ano 1 sobre as preparações culinárias à base de Mandioca

(ADS), é responsável pela contratação de cooperativas regionais e pelo repasse rotineiro dos itens alimentícios às escolas do estado, incluindo a mandioca, que no decorrer do tempo tornou-se o fruto que representa a “brasilidade” na cozinha e na alimentação escolar. A mandioca e seus produtos alimentícios derivados são de sabor e valor nutritivo incomparáveis, e bem aceitos pelos alunos. Esses foram motivos suficientes para que o alimento fosse escolhido para ser trabalhado no tema 2 da 4ª edição da Jornada de Educação Alimentar e Nutricional (EAN).

O tema 2 foi desenvolvido na Escola Estadual Professor Benício Leão, localizada na cidade de Manaus, capital do estado. Atualmente a escola apresenta entre 201 e 500 matrículas no ensino fundamental, do 1º ao 5º ano. A atividade “A cultura da mandioca: protagonismo estudantil em projetos interdisciplinares” foi organizada pela professora Zilda Andrade Ribeiro, com o auxílio da pedagoga Raimunda Nonata Brígida, sob supervisão da gestora Luciele Oliveira da Silva. A atividade foi executada pelos alunos da turma do 5º ano 1.

Os objetivos da ação foram apresentar a mandioca, o benefício do seu consumo, as preparações que podem ser feitas com ela e curiosidades, que incluiu a lenda amazônica sobre a origem da mandioca, sensibilizando os estudantes, desde pequenos, para o importante papel desse alimento no âmbito nutricional, bem como na cultura da região norte.

A atividade foi organizada de modo que o espaço físico, no caso, uma sala de aula, funcionasse como um ambiente de visitação das outras turmas da escola, proporcionando uma experiência de aprendizagem ativa. A turma encarregada pelo desenvolvimento da atividade foi dividida em cinco equipes, responsaveis por: painel, apresenta o dos slides (multiplicadores de conteúdo), mesa de exposi o com produtos   base da mandioca, recep o das turmas que participaram como público ouvinte e transferência dos alunos entre as salas de aula e a sala da atividade.

A atividade fez parte da aprendizagem escolar e produziu conhecimento significativo. Toda a escola foi mobilizada e se sentiu motivada a ajudar na execu o desse projeto. O objetivo da escolha de apenas uma turma para participar da

atividade foi garantir a fixação do aprendizado. Cada turma que adentrava a sala da atividade se acomodava nas cadeiras (que ficaram dispostas em uma configuração diferente da habitual) para assistir à apresentação sobre a mandioca. Foram abordados os seguintes assuntos: a importância desse alimento, as propriedades físico-químicas e nutricionais, os benefícios do seu consumo, os subprodutos extraídos da mandioca e a lenda amazônica desse tubérculo.

De seus lugares, os alunos podiam visualizar o painel construído em um fundo azul, com colagem de figuras de frutas, legumes e verduras, e tendo como destaque central a figura da mandioca. Após a explanação do assunto, os alunos tiveram a oportunidade de visitar uma mesa decorada em que estavam dispostos alimentos derivados da mandioca, tais como: a farinha, o tucupi, a farinha de tapioca e a fécula de mandioca. Além desses alimentos, estavam dispostas na mesa preparações culinárias doces e salgadas, como bolo, pães, pé de moleque, salgados com massa de mandioca e a famosa tapiquinha. A variedade de alimentos se justifica pela mandioca ser considerada um alimento bastante frequente na alimentação regional.

Os alunos visualizaram os produtos e degustaram as preparações culinárias. Aproveitando o ambiente de aprendizagem e para fixar o conteúdo, a professora fazia perguntas aos alunos visitantes que, quando acertavam, ganhavam um brinde alusivo ao tema. Para decorar a mesa, colocamos no centro a planta da mandioca, e os alunos conheceram de onde vem esse tubérculo.

O fato de visualizarem a planta aguçou a curiosidade dos alunos sobre a origem do alimento e concretizou, de forma prática, o que foi explanado na apresentação dos alunos. Ao final, os alunos, os professores, a nutricionista e a gestora degustaram as preparações culinárias e conheceram um pouco mais sobre um alimento tão importante no hábito alimentar da região.

A atuação da professora no planejamento e na execução da atividade foi de suma importância. O professor, no ambiente escolar, pode ser o principal influenciador de hábitos alimentares saudáveis, pois passa maior parte do tempo com os alunos, conhece suas realidades e tem grande capacidade comunicativa.

O educador tem um papel muito importante por ser o mediador que conduz ao conhecimento para atender às necessidades do educando, e deve estar atento aos procedimentos que envolvem a oferta da alimentação às crianças durante o período em que elas estão na escola, com um olhar para a segurança alimentar e nutricional e, acima de tudo, respeitando a criança como cidadã.



Alunos da Turma 5º Ano 1, Professora Zilda Andrade Ribeiro, Gestora Luciele Oliveira da Silva e Nutricionista Dheysse Araújo de Lima

3

ESCOLHAS SAUDÁVEIS PARA ALÉM DA ESCOLA: O QUE APRENDEMOS COM O PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), segundo a Lei nº 11.947/2009, tem como uma de suas diretrizes:

1 - emprego da alimentação saudável e adequada, compreendendo o uso de alimentos variados, seguros, que respeitem a cultura, as tradições e os hábitos alimentares saudáveis, contribuindo para o crescimento e o desenvolvimento dos alunos e para a melhoria do rendimento escolar, em conformidade com a sua faixa etária e seu estado de saúde, inclusive dos que necessitam de atenção específica.

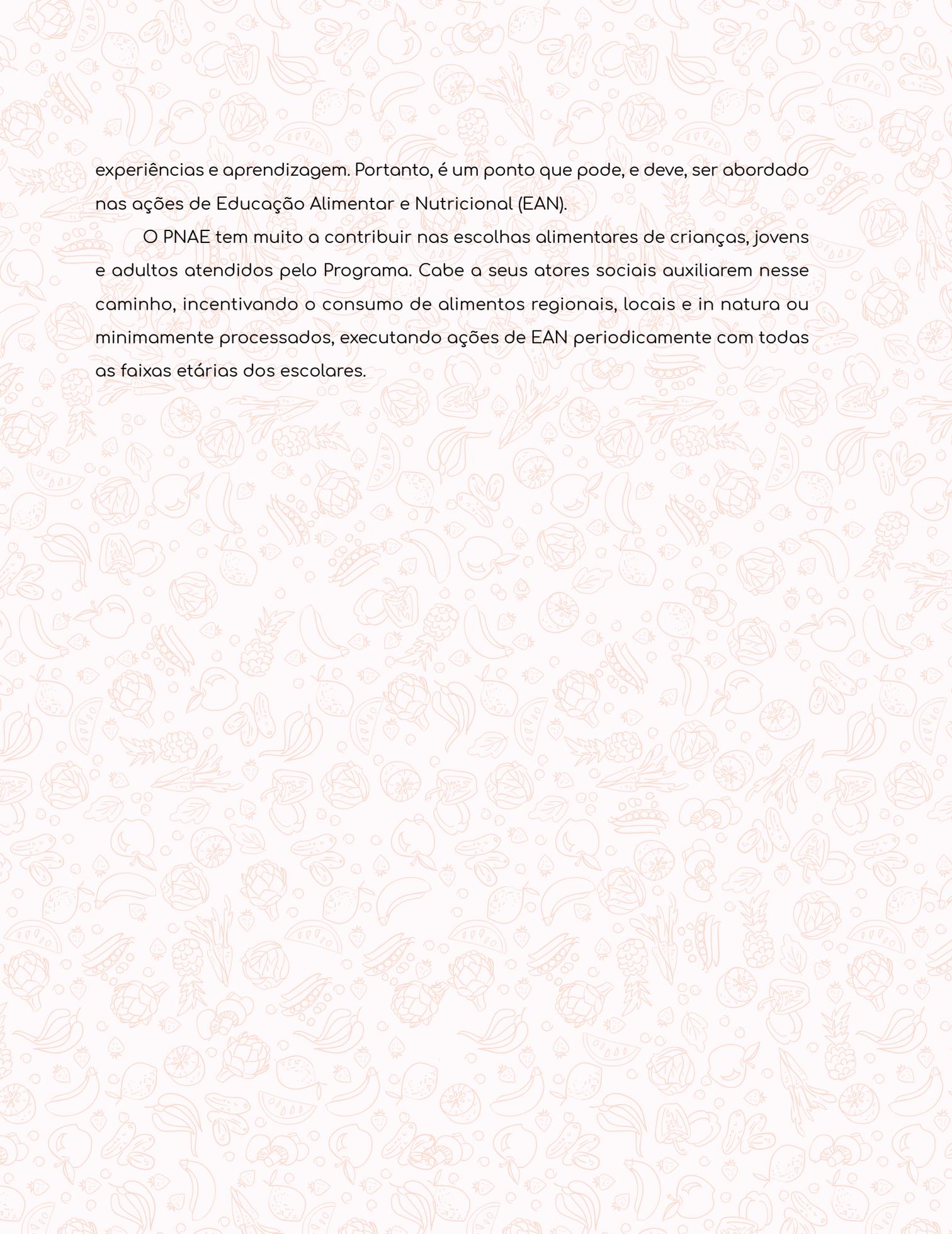
A partir disso, entende-se que o Programa, além de suprir parte das necessidades nutricionais dos estudantes, também interfere no hábito alimentar de maneira positiva, integrando à alimentação produtos variados e saudáveis.

Em consonância com o Guia Alimentar para a População Brasileira (BRASIL, 2014), o FNDE publicou, em 2020, uma nova resolução para o PNAE. A Resolução CD/FNDE nº 6/2020 determina que a alimentação escolar deve ser constituída, em sua maioria, por alimentos in natura e minimamente processados, reduzir a oferta de alimentos processados e evitar ou proibir, no caso das creches, a oferta de alimentos ultraprocessados.

Além disso, a normativa também torna obrigatória a oferta de 280g/estudante/semana de frutas in natura, legumes e verduras para as turmas de ensino parcial e 520g/estudante/semana do mesmo grupo de alimentos para as turmas em período integral. Em complemento, restringe ou proíbe, no caso das creches, a oferta de alimentos doces, bebidas lácteas, alimentos em conserva e embutidos.

Dessa forma, e com os cardápios sendo planejados por profissionais nutricionistas, a alimentação ofertada nas escolas públicas passa a ser, além de fonte de nutrientes, um incentivo para escolhas alimentares mais saudáveis. O objetivo é que essa rotina influencie os estudantes e os faça levar melhores hábitos para seu ambiente familiar.

A última Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), realizada em 2019, revelou que 69,7% dos alunos de escolas públicas almoçaram ou jantaram regularmente com seus pais ou responsáveis. Há neste espaço uma oportunidade rica de troca de



experiências e aprendizagem. Portanto, é um ponto que pode, e deve, ser abordado nas ações de Educação Alimentar e Nutricional (EAN).

O PNAE tem muito a contribuir nas escolhas alimentares de crianças, jovens e adultos atendidos pelo Programa. Cabe a seus atores sociais auxiliarem nesse caminho, incentivando o consumo de alimentos regionais, locais e in natura ou minimamente processados, executando ações de EAN periodicamente com todas as faixas etárias dos escolares.



Conte-me a sua história

Município de Presidente Kubitschek



Escola Municipal Nossa Senhora das Dores/CMEI Sirley Pedro da Silva



Educação Infantil



Ensino Fundamental



Ensino Médio



Minas Gerais



475 estudantes



Equipe

Déborah Jaqueline Miranda de Moraes Nunes
Participante inscrita na Jornada

Déborah Jaqueline Miranda de Moraes Nunes
Nutricionista do município

Geralda Irene Pereira Nunes
Luciana de Fátima Assis
Coordenadoras da Jornada

Para a realização das atividades da terceira fase da Jornada de Educação Alimentar e Nutricional, a equipe de desenvolvimento da Jornada na escola decidiu incluir toda a comunidade escolar: pais, alunos, nutricionista e professores.

Decidimos realizar no CMEI um concurso das melhores fotografias sobre o que as crianças aprenderam com a merenda escolar, e enviar aos pais um questionário com perguntas relacionadas à importância do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE).

Para dar início às atividades no CMEI, os pais receberam um recado com os seguintes dizeres:

Prezados pais e responsáveis, viemos, por meio deste, convidar vocês a participarem conosco da IV Edição da Jornada de Educação Alimentar e Nutricional. O tema desta fase é: Escolhas saudáveis para além da escola: o que aprendemos com o Programa Nacional de Alimentação Escolar? Convidamos você a fazer uma fotografia bem bonita e criativa de algo que seu filho aprendeu a comer na escola e que ele goste muito, ou uma foto em família mostrando algo que aprenderam com a merenda escolar. Envie a foto digitalmente nos grupos de whatsapp da turma do seu filho ou impressa no caderno de recados. As fotos serão expostas em um mural na escola e serão premiadas as mais criativas. Você também está recebendo uma pesquisa para ajudar a descobrir a importância do Programa Nacional de Alimentação Escolar, assim poderemos também contar mais um pouco sobre essa nossa história na Jornada de Alimentação.

Junto com o recado, enviamos o seguinte questionário:

1. Pais ou responsáveis, vocês acreditam que a merenda escolar contribui com a economia do município? Se sim, cite como.
2. Vocês acham que a merenda escolar pode ajudar na preservação do meio ambiente?
3. Vocês acham que a merenda escolar pode ajudar para a melhoria da saúde?
4. A merenda escolar já contribuiu para a saúde da sua família?

5. Você acha que a merenda escolar contribui para reduzir a desigualdade social? Como?

Após o envio das atividades pelos pais, a nutricionista confeccionou um mural com as fotografias e as melhores respostas ao questionário.

Veja algumas respostas dos pais sobre o questionário enviado:

- “A merenda escolar ajuda o município porque as frutas e vegetais podem ser comprados de agricultores locais, e também nos ajuda a economizar no orçamento familiar.”
- “A merenda escolar protege o meio ambiente quando evita alimentos ultraprocessados, cheios de embalagens, diminui a quantidade de lixo e o destina adequadamente.”
- “A merenda escolar valoriza a gastronomia local, a saúde e a boa alimentação. É saudável e nutritiva!”
- “Acreditamos que as refeições da escola garantem a promoção da educação, favorecem um bom desempenho escolar, reduzem a incidência de doenças e ensinam as crianças a conhecerem os alimentos.”



Mural com as respostas e fotografias das famílias

Conte aqui o que você começou a comer, ou uma história legal que aprendeu com a merenda escolar:

Nome completo: _____

“A merenda escolar é importante para aquelas crianças que não podem trazer de casa. E ela é igual para todos, não faz diferenciações ou exclusões”.

Posteriormente, montamos três equipes para votação das três melhores fotos. A primeira equipe foi composta pela administração das escolas (secretária de educação, coordenadora de merenda escolar, diretores, nutricionista e assistente); a segunda equipe foi composta por professores do CMEI; e a terceira contou com a participação das merendeiras. As famílias responsáveis pelas fotos premiadas receberam um porta-retratos com sua foto impressa.

Na Escola Municipal, colocamos, no refeitório, uma caixa decorada e um cartaz informativo da terceira fase da jornada. O cartaz estimulava os alunos a deixarem um bilhete contando suas experiências e o que já aprenderam com o Programa de Alimentação Escolar. Além do cartaz e da caixa, disponibilizamos também os bilhetes para preenchimento, como o do exemplo a seguir:

Após duas semanas de exposição, recolhemos a caixa e os bilhetes para selecionar as melhores histórias e confeccionar um mural na cantina escolar.

A seguir, estão alguns dos apontamentos das crianças sobre a alimentação escolar:

- “Comer frutas e legumes é saudável e faz bem para o nosso corpo. E dá bastante energia.”
- “Eu aprendi a comer macarrão com sardinha, que eu não gostava, e aprendi a não desperdiçar comida.”

- “Eu aprendi a comer frutas e vegetais e a não desperdiçar comida”.
- “Eu aprendi que alimentar faz muito bem e é saudável”.
- “As cozinheiras são as melhores para fazerem o lanche, para nós comermos e ficarmos bem fortes”.
- “Eu gosto da merenda da escola porque as cozinheiras tem a mão abençoada. Eu gosto muito, eu até raspo o prato. Eu gosto muito das cozinheiras, eu gosto muito das merendas todas.”

Posteriormente, convidamos os pais dos alunos a participarem de um momento de debate com a nutricionista, a Secretária de educação e a Coordenadora da alimentação escolar. No debate, os pais puderam expor os benefícios e as experiências de suas famílias com a Alimentação Escolar. Após esse momento de discussão, a nutricionista fez uma breve apresentação, por meio de slides, sobre o que é a Jornada de EAN, seus objetivos, quais temas foram e ainda serão desenvolvidos durante este ano.

A nutricionista contou um pouco sobre a história do PNAE e suas particularidades, como, por exemplo: controle financeiro, participação social, importância para a proteção do meio ambiente, valorização e respeito das culturas e da



Mural sobre os aprendizados com a atividade

agricultura familiar. Explicou, ainda, as regras vigentes da alimentação escolar em conformidade com a Resolução CD/FNDE nº 6, de 8 de maio de 2020, as recomendações e sobre necessidades nutricionais específicas. Apresentou, também, as atribuições do nutricionista e mostrou fotos da realização dessas atribuições em ambiente escolar.

A nutricionista atualizou os pais a respeito do resultado geral de avaliação antropométrica das crianças e explicou a importância de nos atentarmos para a alimentação delas.

Em seguida, os pais puderam, também, em grupo, responder as mesmas questões disponibilizadas para os pais das crianças do CMEI. Alguns deles foram à frente falar sobre a importância daquele momento, pois não é comum esse espaço para os pais participarem de reuniões a respeito da alimentação escolar. Ao final, os pais participaram do sorteio de uma cesta com frutas da agricultura familiar que haviam sido ofertadas para as crianças durante a semana.

Descobrimos novas receitas

Município de São José do Rio Preto



Escola Municipal Prof^{ra}
Elvira de Guzzi Ribeiro



Educação
Infantil



Ensino
Fundamental



Ensino
Médio



São Paulo



164 estudantes



Equipe

Ednéia Margareth de Azevedo da Silva
Participante inscrita na Jornada

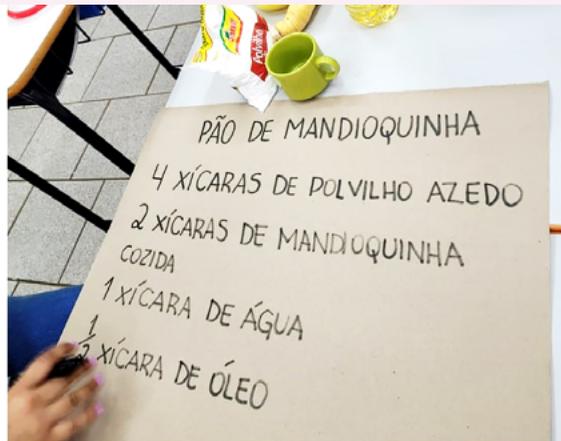
Ednéia Margareth de Azevedo da Silva
Nutricionista do município

Clenir do Santos Rocha
Glauciana Paro Delgado De Marchi
Coordenadoras da Jornada

O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), gerenciado pelo Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE), autarquia vinculada ao Ministério da Educação, é um importante programa de Segurança Alimentar e Nutricional reconhecido internacionalmente pela oferta de alimentação saudável

e pela execução de ações de educação alimentar e nutricional aos estudantes de todas as etapas da educação básica pública.

O Programa Nacional de Alimentação Escolar tem como diretriz o emprego de uma alimentação adequada e saudável, compreendendo o uso de alimentos variados e seguros, que respeitem a cultura, as tradições e os hábitos alimentares saudáveis, bem como o apoio ao desenvolvimento sustentável, com incentivos para a aquisição preferencial de alimentos produzidos em âmbito local, pela agricultura familiar e pelos empreendedores familiares rurais.



A escola é um espaço privilegiado para a execução de ações educativas de alimentação e nutrição com potencial de influenciar, de forma positiva, a formação de hábitos saudáveis e o desenvolvimento de competências para realizar escolhas saudáveis que não coloquem a saúde dos estudantes em risco.



É importante promover a alimentação adequada e saudável aos estudantes desde a primeira infância, para que os hábitos alimentares saudáveis se perpetuem ao longo da vida.

A formação de hábitos e práticas comportamentais alimentares saudáveis tem início na infância, momento propício para incentivar e apresentar alimentos às crianças, possibilitando que participem da escolha do que irão comer e favorecendo o envolvimento delas na organização dos espaços.

Para a realização das ações do terceiro tema – Escolhas saudáveis para além da escola: o que aprendemos com o PNAE?, foi apresentado, em reunião com a diretora e coordenadora, o livro “Receitas inovadoras para alimentação escolar”, em atendimento às normas da Resolução CD/FNDE nº 6 de 2020/PNAE (FNDE, 2022).

O título foi decidido como: “Descobrimos novas receitas”, e as propostas das ações foram levadas para o HTPC para que os professores conhecessem o livro e decidissem quais receitas seriam trabalhadas em sala de aula com as crianças.

Após conhecerem o livro, os professores escolheram as seguintes receitas: pão de mandioquinha e iogurte de inhame com morango (uma adaptação da receita iogurte de inhame com manga), batizada como “inhaminho”.

O objetivo da atividade era apresentar novas receitas com alimentos ainda não conhecidos pelos alunos e que, até aquele momento, não faziam parte do cardápio. No futuro, os alimentos e as receitas fáceis de fazer poderiam ser incluídas no cardápio.

Trabalhamos as seguintes receitas:

Pão de mandioquinha

Ingredientes:

- 4 xícaras de polvilho azedo
- 2 xícaras de mandioquinha cozida
- .1 xícara de água
- 1/2 xícara de óleo
- Sal (a gosto)
- Ervas finas (a gosto)

Modo de fazer:

Misture o polvilho com o sal, as ervas finas (caso utilize) e o óleo. Adicione a mandioquinha e misture. Acrescente a água aos poucos até a massa ficar homogênea. Modele bolinhas com pequenas porções da massa e disponha em assadeira untada levemente com óleo. Asse em forno médio, preaquecido a 180°C, até que cresça e doure. Sirva em seguida.

Rendimento: 50 unidades.

Curiosidades: mandioquinha, batata baroa, também chamada de batata-salsa e cenourinha-amarela, é uma raiz tuberosa cheia de bons nutrientes e benefícios para a saúde. A mandioquinha é excelente fonte de energia, potássio, cálcio, vitamina C e vitaminas do Complexo B.

Inhaminho

Ingredientes:

- 6 Inhames
- 30 morangos

Modo de fazer:

Descasque, corte e coloque os inhames para cozinhar com água. Quando o inhame estiver mole, bata com os morangos no liquidificador. Despeje o conteúdo em copinhos e coloque na geladeira. Aguarde 30 minutos para saborear.

Rendimento: aproximadamente 55 porções de 30 g.

Curiosidades: o inhame é um tubérculo rico em carboidratos de médio índice glicêmico e um tipo de carboidrato que aumenta os níveis de glicose no sangue gradativamente. Por conter boa quantidade de fibras, o inhame ajuda, também, a diminuir a velocidade de absorção do açúcar, equilibrando os níveis de glicose no sangue e ajudando no controle da diabetes.

O morango é uma fruta rica em vitamina C, potássio e compostos antioxidantes que fornecem diversos benefícios para a saúde, tais como: ajuda a diminuir o colesterol, melhora a capacidade cognitiva e previne doenças como Alzheimer e câncer, por exemplo.



Saboreando o “inhaminho”

Restaurante do Jardim: uma experiência para além da escola

Região administrativa de Recanto das Emas



Jardim de Infância 603
do Recanto das Emas



Educação
Infantil



Ensino
Fundamental



Ensino
Médio



Distrito Federal



527 estudantes



Equipe

Tamara Braz Ribeiral
Participante inscrita na Jornada

Quelen de Sousa Rocha
Nutricionista do município

Grazielly Albuquerque Montenegro
Tamara Braz Ribeiral
Coordenadoras da Jornada

O Jardim de Infância 603 é uma escola localizada no Recanto das Emas, Distrito Federal. A escola atende 527 crianças na faixa etária de 4 e 5 anos de idade, matriculadas no 1º e 2º períodos e em classes especiais.

O tema 3 (três) da Jornada de Educação Alimentar e Nutricional, intitulado “Escolhas saudáveis para além da escola: o que aprendemos com o PNAE?”, está em consonância com os objetivos do projeto desenvolvido em nossa escola: “Projeto Alimentação na Educação Infantil: mais que cuidar, educar, brincar e interagir”, por meio do qual buscamos desenvolver ações que extrapolem os muros da escola e cheguem à comunidade e às casas das crianças, mudando, assim, os hábitos alimentares.

A partir de ações, como o compartilhamento da experiência com o Projeto de alimentação no Jardim, trouxemos a comunidade para dentro da escola e as crianças tiveram a oportunidade de mostrar as receitas saudáveis que estavam sendo trabalhadas, apresentar a horta, além de divulgar o projeto.

Ao trazer a comunidade para a escola, também pudemos mostrar às famílias como a alimentação escolar é preparada de forma balanceada e com nutrientes importantes para a criança, e como o alimento chega à mesa da escola. Trabalhamos a conscientização sobre a necessidade e a importância de optar por alimentos saudáveis, principalmente no preparo do lanche das crianças, evitando alimentos industrializados, doces, refrigerantes, etc.

Aproveitamos para incentivar o consumo da alimentação que é ofertada na escola, pois assim as crianças degustam alimentos que ainda não haviam experimentado e, o melhor, que são opções muito mais saudáveis. Contar com as famílias como parceiras nesse projeto certamente contribui para que tenhamos um êxito maior.

No Jardim, para oferecer às crianças experiências de escolherem alimentos mais saudáveis, uma das atividades desenvolvidas foi o “Restaurante do Jardim”. No pátio da escola, montamos um refeitório com o mobiliário das salas de aulas – mesas e cadeiras, já que não contamos com um refeitório em nosso espaço. Essa é uma experiência maravilhosa, em que as crianças vivenciam a autonomia e a coletividade.

Nessa atividade, além de escolherem os alimentos que irão ao prato, as crianças dosam a quantidade e experimentam alguns alimentos ainda não degustados, compartilhando tal experiência com seus familiares.

Os objetivos desse projeto foram proporcionar as crianças o autosservimento (autonomia ao servir sua própria comida), e o desenvolvimento do protagonismo em toda a ação, ao escolherem o que colocar no prato, ao se alimentarem e ao devolverem os utensílios em local apropriado após o uso.

A atividade "Restaurante do Jardim" também engloba alguns objetivos de aprendizagem propostos no Currículo em Movimento da educação infantil, como, por exemplo: proporcionar o desenvolvimento motor da criança ao manipular as conchas, pratos e talheres; ensinar a conservar e a utilizar os utensílios com cuidado; a dosar a quantidade de comida que vai ao prato para evitar o desperdício; a experimentar novos alimentos; e a reconhecer a importância de bons hábitos alimentares para a manutenção da saúde.

Observamos o envolvimento e a mobilização de todos os profissionais da escola: as merendeiras, os servidores da limpeza, a equipe gestora, as coordenadoras, as professoras, os educadores sociais voluntários, todos ofereceram suporte para que as atividades acontecessem da melhor maneira.

As merendeiras elaboraram as receitas com todo carinho e ofereceram as preparações culinárias em sistema de autosserviço. Foram disponibilizadas sobre a mesa arroz, feijão, hortaliças, carnes, saladas e jarras de suco. As crianças fizeram uma fila para se servirem e depois se deslocaram para o local de sentar, compartilhando esse momento especial com todos os coleguinhas da escola.

Orientamos as crianças a servirem somente o que fossem comer, para evitar o desperdício. Ensinamos a importância de caminhar devagar com o prato na mão e como proceder caso algum colega derrubasse um prato no chão: se afastar e ficar parado no lugar esperando um adulto. Por fim, orientamos as crianças a devolverem os utensílios a um local próprio.



Momento da refeição coletiva

Foi muito gratificante ver que a realização de um projeto só se tornou possível quando conseguimos envolver toda a equipe escolar, quando todos abraçam a causa em prol do desenvolvimento das nossas crianças.

A atividade “Restaurante do Jardim” foi um verdadeiro sucesso pelo empenho de todos! As ações desenvolvidas apresentam um resultado bastante positivo, pois percebeu-se a mudança nos hábitos alimentares das famílias. A maioria delas, que opta por enviar para a escola uma complementação do lanche, já está selecionando alimentos mais saudáveis, e as crianças, por sua vez, têm demonstrando uma maior aceitação ao experimentarem a alimentação escolar, o que, para nós, é algo muito significativo.

Segue mais um registro fotográfico do nosso restaurante:



Distribuição das preparações culinárias

Oficinas culinárias como práticas promotoras da alimentação saudável e adequada

Município de Ribeirão Preto



EMEF Maria Ignez
Lopes Rossi



Educação
Infantil



Ensino
Fundamental



Ensino
Médio



São Paulo



498 estudantes



Helena Vassimon Bernardes
Participante inscrita na Jornada

Helena Vassimon Bernardes
Nutricionista do município

Aline Silva Ribeiro
Maria Carolina Gameiro Antônio
Coordenadoras da Jornada

A atividade envolveu alunos e pais das turmas A e B do 6º ano do ensino fundamental, com o objetivo de promover uma oficina culinária para ensinar os alunos sobre alimentação adequada e saudável e obter informações das famílias sobre o conhecimento que possuem a respeito da alimentação saudável.

O projeto foi elaborado e realizado pela nutricionista Helena e pela professora Maria Carolina Gameiro Antônio.

A primeira atividade consistiu em cada aluno entrevistar uma pessoa da família, residente na mesma casa, para obter informações sobre a alimentação saudável.

Elaboramos um questionário, com as seguintes perguntas: O que você sabe sobre a alimentação saudável? Você acha fácil ou difícil ter uma alimentação saudável? Por quê? O que você acha do cardápio da escola? Cite alimentos que você tem em casa e considera saudáveis. Cite alimentos que você tem em casa e considera não saudáveis.

Recebemos devolutiva de 19 alunos do 6º ano A. O questionário não foi enviado aos alunos do 6º ano B. Verificamos diferentes respostas e, em muitos



Alunas preparando a banana verde para a receita

da turma respondeu que é difícil ter uma alimentação saudável, principalmente por ser cara, e que os itens não saudáveis são mais gostosos e disponíveis. A outra metade respondeu que é fácil, dependendo de organização, utilização de alimentos naturais e disponibilidade de dinheiro. Outras respostas interessantes foram sobre o cardápio escolar: metade afirma que o cardápio é saudável e algumas mencionam a presença da nutricionista, outras 5 (cinco) informam que poderia melhorar, e alguns participantes não responderam. Quanto aos alimentos saudáveis que possuem em casa, todos os participantes citaram alimentos in natura e minimamente processados. Como não saudáveis, citaram itens ultraprocessados e processados, como refrigerantes, bolachas, miojo, entre outros.

Dessa forma, foi possível observar que as atividades realizadas pela Jornada têm impacto positivo no conhecimento dos pais sobre a alimentação saudável.

A segunda atividade foi a realização de uma oficina culinária coordenada por Fulvio Iermano, educador e membro do slow food. Os pais e alunos receberam convites para a oficina sobre alimentos produzidos na Fazenda da Barra, onde várias associações vendem alimentos para o cardápio escolar. O alimento escolhido foi a banana verde, por ser abundante no local. Estabelecemos duas datas para a



Alunos preparando a massa do nhoque de banana verde

realização da oficina, no contraturno das aulas. No primeiro dia, participaram 19 alunos e 3 adultos da família e, no segundo, participaram 20 alunos.

Fulvio apresentou o alimento escolhido, banana verde, e a receita: nhoque de banana verde. Posteriormente, ele conversou com os alunos enquanto orientava como preparar a receita, pois os alunos “colocaram a mão na massa”, descascaram, amassaram e misturaram as bananas com a farinha. Alguns alunos foram escolhidos para auxiliarem no cozimento do nhoque. Durante esse tempo, foram abordados, em uma roda de conversa, temas como afetividade e alimentação saudável, reforçando a importância das habilidades culinárias em casa e em família.



Chef Fulvio ministrando a oficina culinária

A alimentação escolar como mídia poderosa

Município de Xangri-Lá



*Escola Municipal de
Ensino Fundamental
Nayde Emerim Pereira*



Educação
Infantil



Ensino
Fundamental



Ensino
Médio



Rio Grande do Sul



420 estudantes



Equipe

Juliana Favero Guilherme
Participante inscrita na Jornada

Juliana Favero Guilherme
Nutricionista do município

Josiane Fernandes
Louise de Souza Barbosa
Coordenadoras da Jornada

Escolhas saudáveis para além da escola: o que aprendemos com o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE)? O tema proposto na terceira etapa foi

trabalhado pelas turmas de sexto e sétimo ano da escola. Embora seja uma diretriz do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) o emprego da alimentação saudável e adequada de modo a contribuir para o crescimento e o desenvolvimento dos alunos.

Os estudantes não tinham conhecimento ou talvez não tivessem parado para pensar o quanto a alimentação servida diariamente é recheada de bons alimentos e temperada com muito carinho, por meio da dedicação das merendeiras no preparo e no uso de ingredientes variados e saudáveis. Os alunos, até aquele momento, não tinham noção do quanto a alimentação servida interferia em seus hábitos alimentares de maneira positiva, incentivando-os a fazer escolhas alimentares mais saudáveis e incentivando, também, as escolhas de seus familiares.

A ideia, então, foi demonstrar aos alunos como a mídia é a principal responsável por veicular propagandas ilusórias sobre uma alimentação inadequada e repleta



Atividade em sala sobre as frutas

de alimentos ultraprocessados. Essas propagandas fazem a família e a própria criança acreditarem que o produto alimentício apresentado é muito bom para ser consumido. Não é à toa que o padrão e os hábitos alimentares da população vêm sendo alterados nos últimos anos com um consumo crescente, dentro das famílias, de alimentos ultraprocessados.

A publicidade voltada para esse público utiliza recursos para captar a atenção das crianças e, muitas vezes, para esconder o verdadeiro conteúdo nutricional dos produtos por meio do uso de embalagens com personagens infantis, brinquedos, embalagens que imitam animais ou mudam de cor, assim como marcas que veiculam artistas e/ou famosos como garoto propaganda. Todos esses artifícios fazem com que as crianças deem preferência a esses produtos, deixando de lado a atenção ao perfil nutricional desses alimentos.

Pensando nisso, o grupo de educação alimentar e nutricional reuniu-se com as professoras das turmas, a orientadora da escola e os alunos, na sala de vídeo.



Cartaz com propaganda sobre o feijão

Apresentamos dois vídeos sobre os malefícios do açúcar e da alimentação baseada em produtos ultraprocessados e, na sequência, várias propagandas de alimentos.

A ideia foi promover uma reflexão sobre a influência da publicidade nos hábitos alimentares por meio dos seguintes questionamentos: quais alimentos estavam envolvidos na publicidade? A qual público eram destinados? Quais interesses, desejos e sentimentos eram despertados pelas propagandas?

BENEFÍCIOS DO BRÓCOLIS

- COMBATE O ENVELHECIMENTO
- FORTALECE OS OSSOS
- AJUDA NO CONTROLE DE AÇÚCAR NO SANGUE
- COMBATE DIVERSAS DOENÇAS

PORQUE:

- TEM O PRÓPRIO AÇÚCAR DA FRUTOSE
- E ALÉM DE MELHORAR A SAÚDE E O BEM-ESTAR, VOCÊ PODE ADICIONAR EM QUALQUER PRATO

BRÓCOLIS PODE SER MELHOR QUE

DISPENSA AÇÚCAR
HIDRATAÇÃO
ENERGIA
BEM-ESTAR
SAÚDE

PROPORCIONA

TIPOS DE BRÓCOLIS

- RAMA
- HÍBRIDO

BRÓCOLIS SUPRESSÃO DO DESENVOLVIMENTO DA FLOR

REPOLHO SUPRESSÃO DO COMPRIMENTO DOS ENTRE-NÓS

REPOLHO CRESCO AMPLIAÇÃO DAS FOLHAS

MOSTARDA SILVESTRE

COUVE-FLORES FLORES ESTEREIS

COUVE-RÁBANO

AUMENTA AS DEFESAS DO ORGANISMO

E PROTEGE O ORGANISMO DE INFECÇÕES

4

RESGATE DE TRADIÇÕES ALIMENTARES DA FAMÍLIA



Pouco se fala sobre isso, mas aquele caderno de receitas preenchido a mão, sujo de açúcar, farinha e outros ingredientes culinários, com receitas que nos remetem aos sabores da infância, são um verdadeiro patrimônio!

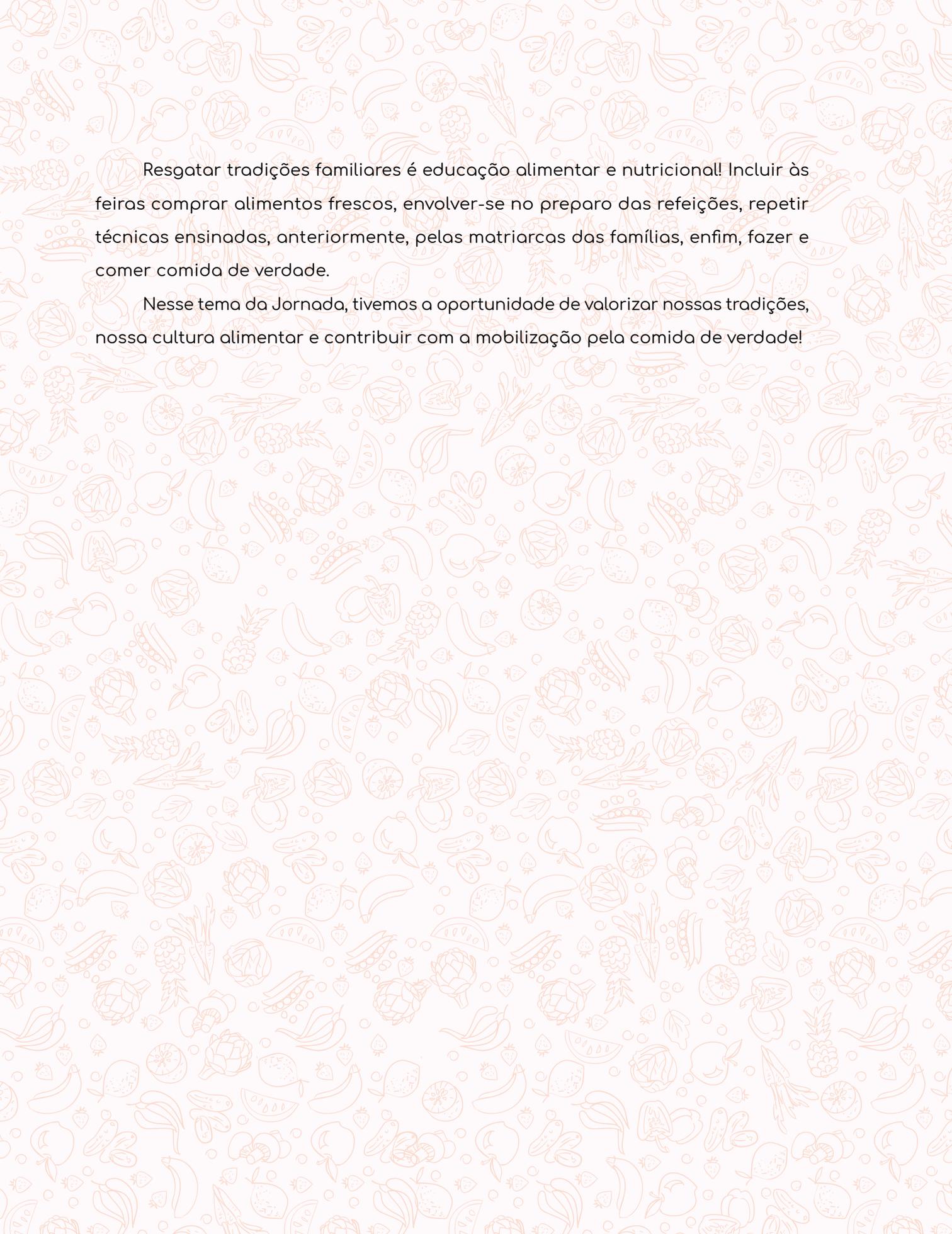
As preparações que aprendemos a fazer com nossas mães, avós e bisavós carregam cultura e tradição. No entanto, nos dias corridos e atribulados que vivemos hoje, tais preparações perdem a vez para comidas prontas e ultraprocessadas, com sabores artificiais e carregadas de conservantes.

A mudança no perfil da alimentação dos brasileiros não é prejudicial apenas do ponto de vista biológico. É fato que o consumo excessivo dos produtos ultraprocessados, cheios de gorduras, açúcares e sódio faz mal à saúde do corpo humano, mas os prejuízos vão além da fisiologia.

Os produtos adquiridos nos mercados, produzidos por grandes empresas e cobertos por várias camadas de plástico não carregam história, tampouco significado. Diferente disso, os alimentos plantados e cultivados pela agricultura familiar, os quitutes preparados pelas avós, o almoço de domingo feito pelo pai, o bolo quentinho assado pela mãe e o lanche saudável preparado pela merendeira entregam, além dos nutrientes, tradição e cultura.

É importante salientar que o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) preconiza essa valorização aos hábitos culturais colocando como uma de suas diretrizes "o emprego da alimentação saudável e adequada, compreendendo o uso de alimentos variados, seguros, que respeitem a cultura, as tradições e os hábitos alimentares saudáveis (...)" (BRASIL, 2009).

Assim, promover a alimentação saudável e adequada envolve mais do que a escolha de alimentos. Relaciona-se com a defesa da sustentabilidade, o reconhecimento da herança cultural e o valor histórico do alimento, estimulando a cozinha típica regional e contribuindo para o resgate das tradições e do prazer da alimentação.



Resgatar tradições familiares é educação alimentar e nutricional! Incluir às feiras comprar alimentos frescos, envolver-se no preparo das refeições, repetir técnicas ensinadas, anteriormente, pelas matriarcas das famílias, enfim, fazer e comer comida de verdade.

Nesse tema da Jornada, tivemos a oportunidade de valorizar nossas tradições, nossa cultura alimentar e contribuir com a mobilização pela comida de verdade!



Escritos de receitas inspirando a prática de uma alimentação saudável

Município de Florianópolis



Escola de Educação Básica
Hilda Teodoro Vieira

Modalidades
oferecidas



Educação
Infantil



Ensino
Fundamental



Ensino
Médio



Santa Catarina



420 estudantes



Equipe

Adriana Soares Lobo
Participante inscrita na Jornada

Adriana Soares Lobo
Nutricionista do estado

Luciane Baretta
Rosângela Alves Assunção
Coordenadoras da Jornada

O último tema da 4ª edição da Jornada de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) é “Resgate de tradições alimentares da família”. Finalizamos as ações de EAN com os estudantes do 3º ano da EEB Hilda Teodoro Vieira, sob responsabilidade

da professora Rosângela Alves de Assunção. Trabalhamos escritos de receitas com o intuito de inspirar a prática de uma alimentação saudável.

Inicialmente, foi lembrado com os estudantes o conceito do gênero textual “receita” e foi estabelecido um diálogo sobre o que é alimentação tradicional. Durante essa conversa, as crianças falaram sobre seus pratos favoritos em festas familiares.

Os alunos assistiram a um vídeo sobre comidas típicas das diferentes regiões e a um documentário sobre “Alimentação, Cultura e Identidade”. A professora solicitou que os alunos trouxessem cadernos ou livros de receitas familiares para fazer uma exposição na escola denominada “Exposição Escritos de Receitas do 3º Ano”. A exposição teve como objetivo aproximar as crianças do universo das



Livros e cadernos de receitas diversos emprestados por professores, funcionários e familiares dos estudantes da escola e estudantes do 4º ano - vespertino durante a exposição realizada na biblioteca dos anos iniciais

receitas escritas. Os professores da escola também foram convidados a contribuir com livros para a exposição.

Para trabalhar o processo de escrita cursiva dos alunos, pedimos que eles fizessem um cartão com o dia e local da mostra para colarem em seus cadernos, antes da exposição. Algumas crianças do turno vespertino também confeccionaram convites para a exposição. Os convites foram entregues à equipe gestora e aos professores dos anos iniciais.

Em parceria com o professor de artes, Fábio Savicki Henschel, os estudantes do 3º ano do turno matutino confeccionaram miniaturas de comidas para complementar a exposição.

No dia da exposição, os estudantes de 1º a 5º ano vivenciaram o gênero textual “receita”, por meio de livros, revistas, cadernos manuscritos, pastas datilografadas e outros. Os educandos que tinham dificuldades na leitura ou que não estavam ainda alfabetizados puderam contar com o auxílio da professora regente, durante a mediação, ou com o auxílio de colegas, que liam o escrito de seu interesse. Eles podiam optar, também, em assistir aos vídeos de receitas que estavam passando durante a exposição.

A ideia da exposição - com a participação dos alunos de 1º ao 5º ano e seus professores regentes - surgiu da professora Rosângela, ao perceber que as crianças tinham pouco repertório para confeccionar os próprios escritos e elaborar seus livros de receitas favoritas, resgatando as receitas familiares.

Para realizar as atividades com os estudantes do 3º ano, a professora fez parceria com outros professores (Magda, professora auxiliar da educação especial; e Fábio, professor de artes). Cada grupo ficou aproximadamente 15 minutos na biblioteca dos anos iniciais e, nesse tempo, puderam ler os escritos e apreciar as miniaturas de alimentos feitas em massinha de modelar. As turmas de 1º, 2º, 4º e 5º anos foram recepcionadas pela professora e acompanhadas por seus professores regentes e/ou de artes.

Após a experiência com os escritos de receitas, as crianças do 3º ano escolheram

uma receita da exposição para copiar e compor o livro com suas receitas favoritas. Outra atividade que os alunos farão e que será ampliada para todos os estudantes dos anos iniciais que desejarem participar, será o varal das receitas. Essa atividade também fez parte da mostra pedagógica realizada no mês de novembro de 2022.

A experiência da exposição foi muito importante, pois possibilitou que as crianças do 1º ao 5º ano tivessem contato com livros, cadernos, revistas e anotações de receitas de diferentes países e regiões brasileiras. Elas ficaram motivadas a transcrever, com suas letras, as receitas que mais lhes chamaram a atenção.



Miniaturas das preparações feitas em massinha de modelar



☆ ✉️ ♥ Confite ♥ ✉️ ☆
Para
professora
do 2º Ano
Escola: Escritas de receitas.

Local: Biblioteca de Cimes Iniciais.

data: 18 de outubro.



As atividades desenvolvidas possibilitaram o resgate do ato de registrar as receitas que tocam o coração, que tem sabor de amor e de saudade. Durante diálogo com as crianças do 3º ano sobre o entendimento de alimentação tradicional, várias citaram os pratos consumidos em ocasiões especiais, como os preparados por suas mães, tias e avós nas festas de fim de ano.

Durante a exposição ficou evidente que o ato de registrar a forma de fazer os alimentos podem inspirar as crianças a ter uma alimentação mais saudável, pois, além dos estudantes do 3º ano, outros alunos e alunas pediram para copiar receitas dos escritos disponibilizados. Foi possível verificar, também, que registrar receitas é importante para manter laços familiares e de amizade ao longo do tempo, por meio de lembranças proporcionadas pelos sabores dos alimentos. Lembranças essas que contribuem para a formação cultural e construção da identidade dos estudantes.

Livro de receitas

Município de Canoinhas



**Grupo Escolar Municipal
Ney Pacheco de Miranda
Lima**



Educação
Infantil



Ensino
Fundamental



Ensino
Médio



Santa Catarina



130 estudantes



Equipe

Cristiane Mattesen Weinfurter
Participante inscrita na Jornada

Cristiane Herbst Mota
Nutricionista do município

Larissa Del-Gobo Kruger Baluta
Oswaldo João de Aguiar Junior
Coordenadores da Jornada

Para trabalhar o 4º tema da jornada de EAN: Resgate de tradições alimentares da família, a professora das turmas de educação infantil de nossa escola (Pré-escola 2, matutino e pré-escola 1, vespertino), Larissa Del Gobo Kruger Baluta, junto com a monitora de inclusão da turma, Adriane Jurek Biluk Lukachinski, criaram, em

parceria com as famílias, o Livro de receitas da turma. A criação desse livro teve por objetivo levar para a sala de aula as receitas tradicionais de cada família. Para que essa atividade fosse realmente significativa, as crianças deveriam compartilhar as tradições de suas famílias com pessoas do seu convívio, no caso, colegas e professores de turma. Sendo assim, cada turma criou o seu livro de receitas.

As tradições familiares são repassadas naturalmente de geração em geração (de mãe para filha, de avó para neta e assim por diante) e, dentre essas tradições, temos as tradições culinárias. Assim, procuramos com o trabalho desenvolvido na escola resgatar a receita tradicional de cada família para que ela se perpetue, também, fora do âmbito familiar e ganhe notoriedade.

O trabalho com crianças pequenas já possibilita uma interação mais próxima com as famílias, seja no contato diário no momento de recebimento e entrega das crianças, seja por meio de mensagens e perguntas relacionadas ao dia a dia da rotina escolar. Na educação infantil é comum as famílias estarem mais próximas da escola.

Para iniciar o trabalho, a professora confeccionou um bilhete e enviou para



as famílias com o intuito de explicar a participação das turmas na Jornada de Educação Alimentar e Nutricional, bem como, explicar o objetivo da atividade. Junto a esse bilhete foi enviado um formulário padrão para cada família e, nesse formulário, eles teriam que escrever os dados de sua receita, tais como: nome da receita, ingredientes, modo de preparo, nome da criança e do familiar que a ajudou. No bilhete, explicamos que um adulto teria que escrever, em uma folha à parte, as palavras da receita em letras maiúsculas, caixa alta, para que a criança realizasse a cópia dessas palavras. Solicitamos que eles fizessem a receita naquela semana, com auxílio da criança em todo o processo de preparação. Foi solicitado, também, que toda a preparação da receita fosse registrada com fotos, a serem enviadas posteriormente à escola.

Feito isso, a professora foi recebendo o retorno das famílias com as fichas contendo a cópia das receitas tradicionais. A cada receita recebida, a professora conversava com os alunos com o intuito de valorizar o retorno das famílias, bem como, trabalhar: o letramento (por meio da cópia das receitas); o reconhecimento dos numerais e suas relações com as respectivas quantidades (por meio das quantidades dos ingredientes); relações de peso e medidas (por meio dos medidores usados, como, por exemplo, gramas, xícaras, colheres...); além, é claro, de ser trabalhado o paladar, questionando as crianças: Será que essa é uma receita doce, salgada, amarga, azeda? As crianças, observando os ingredientes relatados, opinavam sobre o sabor da receita. O autor da receita dizia, ao final das perguntas, quem seria o vencedor.

Cada criança confeccionou a capa de seu livro, copiando do quadro o título: Resgate de tradições alimentares das famílias. Elas fizeram, também, a escrita do próprio nome e pintaram um desenho que representava crianças cozinhando em família. Todas as receitas foram encadernadas com a capa criada pelas crianças e as fotos dos preparos enviadas pelas famílias. Foram tiradas cópias das receitas para montar um livro de receitas para cada criança. Cada aluno recebeu seu livro com a sua receita original, como forma de valorizar o apoio e o comprometimento

da família com a atividade. Esse livro foi encadernado e enviado para todas as famílias.

Esse processo de construção do livro de receitas foi muito enriquecedor e serviu para aproximar ainda mais as famílias da escola. Participaram da atividade 49 (quarenta e nove) crianças, juntando as duas turmas. Houve casos de famílias que não quiseram participar, seja pelo não envio da receita ou das fotos do preparo. Nesses casos, a professora não cobrou da criança, mas enviou lembretes nos grupos de WhatsApp das turmas avisando da atividade. As crianças que não levaram a receita participaram da atividade e, ao final, também receberam o livro de receitas. A única diferença foi que o livro recebido não tinha a sua contribuição, mas em nenhum momento isso foi questionado ou exposto ao grupo.

O compartilhamento das receitas copiadas pelas próprias crianças levou, à cada casa, um pedacinho da escola. Todas as crianças foram incentivadas e saíram animadas para fazer as receitas dos colegas em suas casas, demonstrando que o objetivo da atividade foi atingido, as tradições familiares foram repassadas e os momentos prazerosos de cozinhar em família foram incentivados, além, é claro, de todos os aspectos culturais e de aprendizagem correlacionados.



Receitas com Amor

Município de Buritis



Escola Municipal de Ensino Infantil e Fundamental Maria Alves de Souza

Modalidades oferecidas



Educação Infantil



Ensino Fundamental



Ensino Médio



Rondônia



150 estudantes



Equipe

Damaris Silva Mercado
Participante inscrita na Jornada

Damaris Silva Mercado
Nutricionista do município

Damaris Silva Mercado
Egly da Costa Freitas
Coordenadoras (as) da Jornada

Para a realização da 4ª Jornada de Educação Alimentar e Nutricional nas escolas de educação infantil e ensino fundamental atendidas pelo Programa Nacional de Alimentação (PNAE), tivemos o apoio de diversos profissionais da Secretaria Municipal de Educação Cultura e Esporte (Semece), sendo eles: o Coordenador Municipal do Programa de Alimentação Escolar, Alecsandro Farias da

Silva, que atuou na liberação do automóvel para a locomoção dos participantes; todas as Nutricionistas do município, sendo uma responsável técnica (RT) e duas para apoiar as atividades. A responsável técnica exerceu a ação em conjunto com o gestor auxiliar da escola, Egly da Costa Freitas, que atua como segundo coordenador da jornada. Contamos, ainda, com a participação da professora Cleite Ribeiro Reatti Mandu, que contribuiu para realização da atividade.

A atividade foi realizada no dia 20 de outubro de 2022 e teve como público-alvo 26 (vinte e seis) alunos do 4º ano, matutino, da modalidade presencial, pertencentes à Escola Municipal de Ensino Infantil e Fundamental Maria Alves de Souza. A escola em que a ação foi realizada está localizada na zona rural do município de Buritis – RO e possui 150 (cento e cinquenta) alunos matriculados, com atendimento apenas no período matutino.

A ação foi planejada com os seguintes objetivos: resgatar as tradições e culturas familiares e o prazer da alimentação com a comida de verdade; conscientizar que comida boa é comida de verdade; e envolver o lado afetivo das crianças, visto que por trás de cada receita sempre existe uma história.

A nutricionista responsável entrou em contato com a professora para explicar com seria a atividade e se ela estaria interessada em participar. Como a resposta da professora foi positiva, foi criado um grupo no WhatsApp com todos os pais dos alunos da turma escolhida. Nesse grupo, explicamos como seria a atividade e como a participação dos pais seria fundamental para a ação. Os pais enviaram, pelo grupo do WhatsApp, vídeos feitos junto com seus filhos, explicando a receita. Os pais trocaram receitas e enviaram imagens da preparação.

No dia 20 de outubro de 2022, ao chegarmos à escola, por volta das 8h, os alunos ainda estavam fazendo o desjejum. Ao retornarem para a sala de aula, fizemos uma breve explicação de como ocorreria a atividade e explicamos, ainda, que um aluno por vez iria até a frente da turma para apresentar a receita e contar um pouco da cultura da família. Nesse momento, fiquei muito emocionada com a história de uma aluna chamada Maria. Ela leu a receita de um bolo de fubá



Alunos apresentando sua receita e contando um pouco da cultura alimentar da família

para a turma e finalizou com a seguinte frase: "Agora só restam lembranças da minha avó! Quando como bolo de fubá, me faz lembrar ela". Essa aluna terminou a apresentação com lágrimas nos olhos.

Alguns alunos fizeram vídeos com os pais explicando a preparação da receita, falando como é a cultura da família e com que frequência a preparação é consumida. Esses vídeos foram transmitidos na televisão para que todos da turma pudessem assistir. Foi uma das partes mais lindas da atividade, pois os alunos ficaram entusiasmados vendo o seu vídeo na televisão.

Outra história que também marcou a atividade foi a de um aluno chamado José. Ele apresentou uma receita de torta de palmito que era feita por sua tataravó e que foi passando de geração em geração. O aluno comentou que a família consome essa receita apenas uma vez ao ano, na data comemorativa de Sexta-Feira Santa. Comentou ainda que todo ano a família já espera por essa preparação típica e ela não pode faltar. Depois que todos os alunos se apresentaram, montamos a mesa com as preparações que eles levaram. Ficou muito lindo! Estavam presentes, por meio desses alimentos, cada família com suas tradições e culturas. Tivemos diversas receitas, como por exemplo: pão caseiro, torta de palmito, bolo de fubá, bolo de milho, pastel de frango, canjica branca, curau, croquete crocante, bolo de chocolate, torta de carne moída, pão de leite condensado, entre outras.

Era explícita a felicidade no rosto de cada criança falando para seus amiguinhos experimentarem a receita de sua família. José aproveitou bastante a sua preparação familiar, comeu uns três pedaços de torta de palmito para depois provar as preparações dos colegas. Ele disse que esse ano a mãe abriu uma exceção e fez a receita duas vezes. Alguns colegas da turma gostaram muito da receita e a copiaram em seus cadernos, para levar para suas mães; já outros alunos não gostaram, pois tinha sardinha na preparação. As receitas ficaram maravilhosas! Os alunos gostaram tanto das preparações que não sobrou nenhuma para levar de volta para casa. Os demais profissionais que participaram da atividade tiraram fotos de algumas receitas para fazerem em suas casas. Eu, particularmente, gostei

muito da receita da família do José; copiei a receita e vou preparar em casa, mas claro que não vai sair tão gostosa como a que eu comi hoje.

Ao final da atividade, constatamos que todo alimento da cultura e tradição familiar possui memórias afetivas e esses momentos ficarão guardados para o resto da vida das crianças. E essas lembranças maravilhosas que guardamos na infância sempre têm o cheiro ou o gosto de algum alimento específico que nos faz viajar em nossas memórias.

Fechamos essa etapa da jornada com chave de ouro. Foi gratificante trabalhar essa atividade com as crianças, porque foi a atividade que elas mais gostaram, por envolver sentimentos e família. Os depoimentos dos pais no grupo do WhatsApp, após as atividades, nos proporcionaram aquela sensação de dever cumprido. Um dos depoimentos foi da mãe da aluna Brenda, que disse o seguinte: “Muito bom ver a alegria das crianças e, também, foi bom para elas aprenderem culturas diferentes”. A mãe da aluna Lua relatou: “Minha filha chegou em casa dizendo que hoje foi o melhor dia de todos”. Esses depoimentos foram muito importantes para nós. Por meio deles constatamos como nosso trabalho tem surtido efeito nos hábitos alimentares das crianças. E não vamos parar por aqui, vamos nos atualizar para continuar realizando essas atividades com os alunos.



Momento de degustação das preparações culinárias preparadas pelas famílias

Provando o tempero da Vovó

Município de Pimenta Bueno



**E.M.E.I.E.F. Assunta Maria
Gianini Favaleça**



Educação
Infantil



Ensino
Fundamental



Ensino
Médio



Rondônia



230 estudantes



Lourivaldo Lisboa de Souza
Participante inscrito na Jornada

Rosineia Landim de Mira Leite
Nutricionista do município

Sulei Gottselig Cristino
Coordenadora da Jornada

No decorrer do 4º bimestre foi realizado o Projeto Provando o tempero da Vovó com as turmas do 1º ao 5º ano do ensino fundamental da E.M.E.I.E.F. Assunta Maria Gianini Favaleça, os professores, a coordenação pedagógica e a direção escolar. Essa foi a última etapa da 4ª edição da Jornada de Educação Alimentar e

Colaboradoras: Professoras Dirce Leme Domingues Barbosa; Ivanete de Jesus Araujo Lopes e Sonia Costa Arruda.

Nutricional (EAN), com o tema: Resgate de tradições alimentares da família.

Os professores trabalharam por turma e de forma interdisciplinar. Os alunos



Estudante preparando alimento

pesquisaram, leram e escreveram receitas antigas das tradições alimentares de suas famílias e, após relatos conjuntos em sala, decidiram quais receitas seriam colocadas em prática. Cada professor escolheu a ação didática que permitiria um melhor entendimento e aprendizagem de seus alunos. A professora do primeiro ano demonstrou, na prática, como socavam os alimentos in natura no pilão, naquele caso, o milho, que se transformou em canjica. Os alunos provaram a canjica feita pela professora.

A professora do segundo ano trabalhou com o café e apresentou aos alunos



Estudantes preparam canjica, desde debulhar o milho de espiga

o torrador e moedor de café dos tempos da vovó. Ela também levou para a sala de aula os grãos de café, o coador de tecido e xícaras antigas e atuais, demonstrando todo o processo de fazer o café. No final, os alunos provaram o cafezinho.

As professoras do terceiro, quarto e quinto ano trabalharam os conteúdos do planejamento escolar, utilizando o tema da Jornada.

Em um dia, previamente agendado, todas as turmas participaram do momento de degustação dos alimentos preparados. Foi uma partilha no refeitório da escola com a presença dos pais, alunos, professores, gestores e da nutricionista da nossa secretaria municipal de educação. As mães presentes falaram um pouco sobre a cultura alimentar de suas famílias. Esse momento foi muito importante para que os alunos conhecessem um pouco sobre hábitos alimentares antigos. Seguem as fotos das atividades realizadas.

Cozinha de gerações

Município de Barreiras



Escola Municipal Professor
Itarajú Queiroz Santos



Bahia

Modalidades
oferecidas



Educação
Infantil



Ensino
Fundamental



Ensino
Médio



824 alunos



Equipe

Luciene de Souza Pinto
Participante inscrita na Jornada

Geisa Santos da Cruz Lessa
Nutricionista do município

Geisa Santos da Cruz Lessa
Luciene de Souza Pinto
Coordenadoras do Jornada

Trata-se de uma ação de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) realizada com alunos do 4º ano do turno vespertino da Escola Municipal Professor Itarajú Queiroz Santos. A ação foi feita pelas nutricionistas do quadro técnico municipal,

Ruannita Maria de Sousa Rufino e Luciene de Souza Pinto, e pela estagiária de nutrição em saúde coletiva, Kedma Porto, do curso de Nutrição da Universidade Federal do Oeste da Bahia (UFOP). A atividade aconteceu nos dias 19 e 24 de outubro de 2022. O objetivo principal dessa ação foi recordar as tradições e hábitos alimentares presentes na família, fortalecendo a cultura alimentar por meio do envolvimento familiar. Além disso, buscou-se fortalecer a interação entre aluno e família, ao solicitar que registrassem as tradições alimentares que a família ainda mantém.

Solicitamos, ainda, que os alunos fizessem uma comparação entre os hábitos e tradições do passado com os hábitos do presente. Para que os nossos objetivos fossem alcançados, dividiu-se a ação em dois momentos: o primeiro aconteceu no dia 19 de outubro de 2022 e consistiu em uma rápida visita das nutricionistas à escola para conversar com os alunos e com as professoras sobre os objetivos da atividade e para entregar à turma um questionário para que eles entrevistassem a pessoa mais velha da família. O questionário era composto de perguntas sobre os alimentos consumidos pela família no passado, como era feita a aquisição desses alimentos, se as pessoas da família plantavam, como os alimentos eram preparados,



Momento de montagem do mural

os utensílios e equipamentos utilizados, receitas da família, comensalidade, entre outras.

O segundo momento da atividade aconteceu no dia 24 de outubro de 2022 às 14 horas e teve a duração de uma hora e vinte minutos. Participaram da ação 26 alunos da referida turma, de ambos os sexos e com idade entre 9 e 10 anos. Ao entrar na sala, fomos recebidas com bastante entusiasmo pela turma, que já nos aguardava com os questionários respondidos. Pedimos que os alunos abrissem uma roda e dispomos no centro o mural feito de papel madeira e gravuras para colagem no mural, de acordo com as respostas encontradas nas entrevistas. Assim, os alunos sentaram-se próximo ao material e as respostas das entrevistas foram discutidas com eles.

A cada ciclo de respostas, eles escolhiam figuras que representassem as respostas das entrevistas, completando o lado do mural intitulado “Hábitos e tradições dos nossos avós”. Logo após, fomos completando o lado do mural intitulado “Nossos hábitos” com as figuras que, ao longo da discussão, os alunos identificaram como as que representavam mais a atualidade e o modo como nos comportamos frente à alimentação. A ação realizada foi de grande proveito, pois observamos alto nível de participação e animação dos alunos na discussão das respostas e na busca de figuras para colagem. A todo o momento, indagávamos se aquela tradição alimentar relatada pelos familiares era fácil de vivenciar atualmente.

Durante a atividade, os estudantes relataram que atualmente existem muitos alimentos presentes no cotidiano deles que antigamente não existiam como, por exemplo, massa de bolo pronta, macarrão instantâneo, refrigerante e nuggets. Relataram, também, que hoje em dia a aquisição e preparo dos alimentos é muito mais prática do que no tempo dos avós, já que muitos deles precisavam plantar, colher e cozinhar em fogão a lenha.

No questionário respondido pelos familiares foi abordado, também, como era o momento das refeições no passado. Nas respostas apresentadas, relataram que se reuniam à mesa para almoçar, jantar e fazer orações antes das refeições.

Com base nessas respostas, os alunos foram questionados sobre o local em que eles costumavam fazer suas refeições; a maioria relatou que as refeições eram feitas na sala, assistindo a televisão, usando o celular ou no quarto. Nesse momento, iniciamos uma discussão sobre a importância das refeições em família, sem distrações, prestando atenção àquilo que se está comendo, além de ser um momento de interação familiar.

Foi relatado, também, sobre os eventos tradicionais, tais como a Sexta-feira Santa, as Festas Juninas e o Natal, que representam momentos de comensalidade importantes. Neles, a família se reúne para preparar e partilhar as comidas como forma de celebrar essas datas. A ação permitiu, ainda, que os alunos percebessem o envolvimento da família em todo o processo de produção dos alimentos, o que atualmente é raro de se encontrar.

Por exemplo: para fazer o cuscuz, os avós plantavam e colhiam o milho, deixavam secar, ralavam e pilavam em pilão de madeira para conseguir a farinha de milho; o arroz era colhido e pilado para tirar a casca; para se fazer uma farofa o avó deixava a carne secar para fritar e depois usava o pilão para socar, juntamente com farinha, pois não existia liquidificador ou outro utensílio destinado a esse



Mural pronto após atividade

trabalho. Os alimentos comprados em mercearias à granel como farinha, feijão e arroz eram armazenados em caixas e latas, já que armários como vemos atualmente eram raros e difíceis de adquirir.

Foi relatado, ainda, que as receitas eram escritas em cadernos e passadas de geração em geração; que, atualmente, basta acessar a internet e procurar a receita desejada. Ao fim da colagem e com o mural todo completo, recapitulamos as diferenças observadas entre as tradições alimentares e os hábitos da atualidade. Cabe ressaltar que, durante a discussão das respostas, aproveitamos para falar sobre alimentação saudável, alimentos ultraprocessados e seus malefícios.

Falamos, também, sobre fazer as refeições com atenção e em companhia e, sobre o desenvolvimento de habilidades culinárias e a valorização da feira livre da nossa cidade. A partir dessas discussões, foi possível notar que os alunos faziam associações com os temas trabalhados em sala de aula, indo até o livro e nos mostrando textos que se encaixavam com os assuntos debatidos.

Diante do que foi exposto e ante os resultados obtidos, acredita-se que a realização da atividade de EAN trouxe diversos pontos positivos, contribuindo para a interação entre aluno e família por meio do resgate das tradições e culturas alimentares e da discussão sobre os hábitos que permeiam a atualidade, principalmente no tocante à valorização da alimentação saudável. Dessa forma, ressalta-se a importância do desenvolvimento de ações de educação alimentar e nutricional no ambiente escolar, sendo uma ferramenta promotora de hábitos alimentares saudáveis.





Referências

BRASIL. Lei nº 11.947, de 16/06/2009: Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar e do Programa Dinheiro Direto na Escola aos alunos da educação básica; altera as Leis nos 10.880, de 9 de junho de 2004, 11.273, de 6 de fevereiro de 2006, 11.507, de 20 de julho de 2007; revoga dispositivos da Medida Provisória no 2.178-36, de 24 de agosto de 2001, e a Lei no 8.913, de 12 de julho de 1994; e dá outras providências. Diário Oficial da União. Brasília. Disponível em: <https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2009/lei/l11947.htm>.

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

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia alimentar para a população brasileira. 2. ed., 1. reimpr. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

BRASIL. Ministério da Saúde. Caderno de atividades: Promoção da Alimentação Adequada e Saudável - Ensino Fundamental I. Ministério da Saúde, Universidade do Estado do Rio de Janeiro. Brasília: Ministério da Saúde, 2018.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social. Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. Departamento de Estruturação e Integração dos Sistemas Públicos Agroalimentares. Coordenação-Geral de Educação Alimentar e Nutricional. Princípios e Práticas para Educação Alimentar e Nutricional. Brasília: MDS, 2018.

BRASIL. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. Resolução 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, 12 maio 2020.

BRASIL. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. Nota Técnica nº 2810740/2022/COSAN/CGPAE/DIRAE. Educação Alimentar e Nutricional no PNAE: atores sociais e possibilidades de atuação. Disponível em <<https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/media-pnae/encontros-tecnicos/NotaTecnicaEANassinada.pdf>>.

IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. PeNSE - Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar. Disponível em <https://www.ibge.gov.br/estatisticas/sociais/educacao/9134-pesquisa-nacional-de-saude-do-escolar.html?edicao=9135&t=oque-e>.



HORTIFRUTI

PAGUE COM UM
CARINHO

SOMENTE
DINHEIRO
SÓCADO
OU
APERTO DE MÃO

FRUTAS
FRESQUINHAS

ABACAXI- MIRCA-
LIMÃO- MELANCIA-
BANANA- MELÃO-
MAMÃO-GOIA







Brasília, 2023.





REDMI NOTE 8
EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL
Escolhas Saudáveis Além da Escola:
O QUE APRENDEMOS COM O PNAE?
CEMEL SOSSEGO MAMÃE



FNDE

MINISTÉRIO DA
EDUCAÇÃO

GOVERNO FEDERAL
BRASIL
UNIÃO E RECONSTRUÇÃO