

Educação Alimentar e Nutricional na escola:

Reflexões e Possibilidades



Educação Alimentar e Nutricional na escola:

Reflexões e Possibilidades



**Centro Colaborador em Alimentação e Nutrição do Escolar da Universidade
Federal de Goiás (Cecane UFG)**

Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE)

Organização

Daiany Renally Ferreira Bezerra
Beatriz Vitorino Pereira dos Santos
Géssica Mercia de Almeida

Colaboração

Yasmin de Paula Oliveira
Júlia Alves dos Santos Costa
Rafaella Moraes Godoi
Raize Rayka Silva Santos
Maria Júlia Gomes de Oliveira Alvarenga
Julyana Carvalho Amorim
Graziela Campos de Almeida
Ildany Silva Costa
Laryssa Vitória Sales Viana
Ana Clara Matias de Paula
Gustavo Evangelista Barros Figueiredo
Priscylla Rodrigues Vilella
Luís Gustavo Alves Monteiro

Revisão

Jordana de Oliveira Costa
Karine Anusca Martins
Thaísa Anders Carvalho Souza

Projeto gráfico

Beatriz Vitorino Pereira dos Santos
Daiany Renally Ferreira Bezerra

Diagramação

Beatriz Vitorino Pereira dos Santos

Apoio diagramação

Emilly Botelho Lemos
Evelly Botelho Lemos
Priscylla Rodrigues Vilella

Revisão de texto

Ana Caroline Cavalcante Vallada

Fotos

Banco de imagem dos autores e das Entidades Seleccionadas

Produção:



FANUT
FACULDADE DE
NUTRIÇÃO



UFG
UNIVERSIDADE
FEDERAL DE GOIÁS

Realização:



**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)**

Educação alimentar e nutricional na escola [livro eletrônico] : reflexões e possibilidades / organização Daiany Renally Ferreira Bezerra, Beatriz Vitorino Pereira dos Santos, Gêssica Mercia de Almeida. -- Goiânia, GO : Ed. dos Autores, 2024.
PDF

Vários colaboradores.
Bibliografia.
ISBN 978-65-01-13088-0

1. Alimentação escolar 2. Educação alimentar e nutricional - Brasil 3. Nutrição - Aspectos da saúde 4. Políticas públicas - Brasil I. Bezerra, Daiany Renally Ferreira. II. Santos, Beatriz Vitorino Pereira dos. III. Almeida, Gêssica Mercia de.

24-223922

CDD-613.2

Índices para catálogo sistemático:

1. Educação alimentar e nutricional : Alimentação saudável : Promoção de saúde 613.2

Tábata Alves da Silva - Bibliotecária - CRB-8/9253

Prefácio

O Programa Nacional de Alimentação Escolar (Pnae) é uma das políticas públicas mais antigas e importantes no campo da Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) e do Direito Humano à Alimentação Adequada e Saudável (DHAAS) nas diferentes Entidades Executoras (EEx). Tendo em vista a sua base legal, a Lei nº 11.947/2009 e a Resolução CD/FNDE nº 06/2020, o Pnae tem como objetivo contribuir para o desenvolvimento biopsicossocial, a aprendizagem e o rendimento escolar, atuando por meio da oferta de alimentos saudáveis de acordo com suas necessidades nutricionais diárias, aliadas à prática contínua e permanente da Educação Alimentar e Nutricional (EAN).

A EAN, enquanto uma prática potente e relevante, se materializa na escola como um campo de promoção de hábitos alimentares saudáveis e sustentáveis, oportunizando um espaço vivo de construção e valorização de saberes acerca do ato de comer diante das diferentes realidades. Além de um eixo de atuação, a EAN é também uma diretriz do Pnae, em que reconhece o alimento como a principal ferramenta pedagógica e proporciona a experiência de pensar sobre a comida e os caminhos que ela percorre até o prato.

É importante frisar que o Pnae teve grandes passos e progressões ao longo do tempo, em especial podemos citar em 2022 a Nota Técnica nº 2810740/COSAN/CGPAE/DIRAE, que reconhece a importância da EAN e visa fortalecer a atuação ativa dos diferentes atores sociais no desenvolvimento da EAN no ambiente escolar. Logo, esse marco teve uma influência substancial e propulsora para construção deste *e-book* pela equipe do Centro Colaborador em Alimentação e Nutrição do Escolar da Universidade Federal de Goiás (Cecane UFG).

Os Centros Colaboradores em Alimentação e Nutrição do Escolar (Cecanes) formam uma rede interinstitucional para contribuir na execução do Pnae e surgiram a partir de uma iniciativa do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE). Dentre as atribuições dos Cecanes, pode-se destacar o apoio técnico, científico e operacional às EEx em relação ao Pnae.

De modo especial, em Goiás temos a atuação do Cecane UFG, responsável por assessorar as EEx goianas e os diferentes atores sociais no acesso à informação e no processo de tomada de decisões de forma crítica, consciente e contextualizada.

Este *e-book* objetiva proporcionar reflexões, provocações, discussões e inspirações para as práticas de EAN no ambiente escolar. Ao longo dos capítulos, buscou-se contextualizar o papel da EAN e exemplificar possibilidades. Entendemos que apesar das particularidades e especificidades de cada região brasileira, existem elementos em comum e desafios similares que ajudarão a (re)pensar alternativas e estratégias nesse campo de conhecimento.

Géssica Mercia de Almeida

Professora do curso de Nutrição da Universidade Federal de Goiás

Membro da Rede Brasileira de Pesquisa em Soberania e Segurança Alimentar e Nutricional

Vice-coordenadora do Cecane UFG

Apresentação

Esperamos que este *e-book* possa ser um material de consulta e inspiração. Foi construído a partir do anseio de contribuir, mesmo que de forma tímida, com a literatura. Desejamos que a leitura seja prazerosa, que suscite reflexões e possibilidades.

Portanto, iniciamos o capítulo 1 contextualizando sobre qual EAN estamos falando, aspectos históricos e elementares para sua inserção orgânica no Pnae, a importância do Marco de EAN para as políticas públicas e seus princípios, bem como o reconhecimento dos diversos atores sociais nas práticas de EAN na escola.

O capítulo 2 é voltado para o planejamento das ações educativas. O propósito desse capítulo é apresentar os componentes indispensáveis do processo de pensar, elaborar e planejar as ações de EAN. Exemplificamos um modelo de planejamento simples e que pode ajudar você a estruturar as ações de EAN. Nesse sentido, ressaltamos a necessidade de um planejamento participativo e pautado na realidade.

Reservamos o capítulo 3 para descrever e explorar algumas metodologias e recursos educativos, afinal, o próprio conceito de EAN evoca a necessidade do uso de métodos e abordagens ativas, problematizadoras e transformadoras. Podemos dizer que esse capítulo concentra uma tentativa de reunir algumas possibilidades, compreendendo que ainda é incipiente uma literatura que traga explicitamente um arsenal mais robusto de ideias. Além disso, pode-se considerar que um dos desafios recorrentes no planejamento e na execução da EAN é a escolha/utilização de metodologias e recursos educativos condizentes com o cenário.

Já o capítulo 4 ressalta algumas experiências exitosas da EAN na escola. Retrata vivências desenvolvidas pelos diferentes atores sociais do Pnae do estado de Goiás e exemplifica a dinamicidade do fazer educativo, a riqueza de diversidade e a importância do lúdico, do diálogo e da interação. Assim, esse capítulo se dedica em dar visibilidade ao trabalho colaborativo na escola, é uma seleção de projetos e práticas de EAN que foram compartilhadas por nutricionistas do Pnae.

O último capítulo do *e-book*, capítulo 5, é um compilado de evidências. Apresentamos uma síntese dos resultados de uma pesquisa desenvolvida pelo Cecane UFG sobre as ações de EAN no âmbito do Pnae no Brasil e no estado de Goiás. Os dados relatados contemplam dois momentos temporais, sendo a primeira versão da pesquisa realizada em 2012 e a segunda versão em 2023. Portanto, onze anos após a primeira versão do estudo e tendo em vista os grandes avanços durante a última década do Programa, a segunda versão da pesquisa foi devidamente adaptada, sendo possível traçar um paralelo dos dados encontrados em diferentes períodos históricos. As informações autorreferidas pelas nutricionistas e gestores(as) visam descrever e problematizar como as práticas de EAN são executadas no ambiente escolar, assim como confronta a necessidade de mais pesquisas, sobretudo que abarquem diretamente professores(as), merendeiras(os), agricultores(as) familiares, família/responsáveis pelos(as) estudantes, conselheiros(as) da alimentação escolar e demais atores sociais que fazem da escola um lugar vivo.

Boa leitura!

Géssica Mercia de Almeida

Professora do curso de Nutrição da Universidade Federal de Goiás

Membro da Rede Brasileira de Pesquisa em Soberania e Segurança Alimentar e Nutricional

Vice-coordenadora do Cecane UFG

Sumário



Capítulo 1

Contextualização da Educação Alimentar e Nutricional no Programa Nacional de Alimentação Escolar **página 10**

Parte 1

Marcos históricos de Educação Alimentar e Nutricional na Alimentação Escolar **página 16**

Parte 2

Princípios da Educação Alimentar e Nutricional **página 22**

Parte 3

Atores sociais e possibilidades de atuação em Educação Alimentar e Nutricional **página 33**

Capítulo 2

Como elaborar uma ação educativa de Educação Alimentar e Nutricional **página 46**

Capítulo 3

Conhecendo algumas metodologias ativas e recursos educativos **página 65**

Capítulo 4

Experiências exitosas em Educação Alimentar e Nutricional **página 102**

Capítulo 5

Levantamento das ações de EAN nos municípios goianos **página 143**

Anexos

página 151

Lista de siglas

BNCC	Base Nacional Comum Curricular
CAE	Conselho de Alimentação Escolar
CGPAE	Coordenação Geral do Programa de Alimentação Escolar
COSAN	Conselho de Segurança Alimentar e Nutricional
DCNTs	Doenças Crônicas Não Transmissíveis
DHAAS	Direito Humano à Alimentação Adequada e Saudável
DIRAE	Diretoria de Ações Educacionais
EAN	Educação Alimentar e Nutricional
EJA	Educação de Jovens e Adultos
NAE	Necessidade Alimentar Especial
Pancs	Plantas Alimentícias Não Convencionais
PBL	Aprendizagem baseada em problemas/Problem Based Learning
Pnae	Programa Nacional de Alimentação Escolar
PPP	Projeto Político Pedagógico
SAN	Segurança Alimentar e Nutricional
TBL	Aprendizagem a partir de equipes/Team Based Learning



Capítulo 1

Contextualização da Educação Alimentar e Nutricional no Programa Nacional de Alimentação Escolar

Autoras:

Daiany Renally Ferreira Bezerra

Beatriz Vitorino Pereira dos Santos

Géssica Mercia de Almeida

Significado das palavras

Agentes promotores	Responsáveis por desenvolver determinadas atividades
Alergias alimentares	São respostas do sistema de defesa após consumo ou contato com determinado alimento. As respostas alérgicas podem se apresentar como coceiras, inchaços, enjoos, dificuldade para respirar ou até mesmo levar à morte
Articulação	Colaboração, comunicação entre as pessoas para alcançar um objetivo
Atores sociais	Pessoas que desempenham papel importante em determinada ação
Biopsicossocial	Considera aspectos biológicos, psicológicos e sociais
Comunidade Escolar	Todas as pessoas que compõem o ambiente educacional. Exemplo: gestão escolar, professores(as), estudantes, familiares/responsáveis pelos(as) estudantes, merendeiras(os), agricultores(as) familiares, membros dos conselhos escolares e da alimentação escolar, dentre outros
Conselho de Alimentação Escolar (CAE)	Responsável por realizar o controle social do Programa Nacional de Alimentação Escolar, fiscalizando e monitorando a gestão dos recursos públicos
Consultiva	Poder de emitir parecer sobre algo
Deficiências Nutricionais	Ausência na alimentação ou absorção e/ou produção insuficiente de vitamina e/ou mineral pelo corpo

Demográfico(a)	Busca entender a dinâmica e a estrutura de uma população em determinada área ou região, por meio de estudo de características como: idade, gênero, distribuição geográfica, taxas de natalidade e mortalidade, dentre outros
Diabetes	Condição médica por consequência da falta ou insuficiência de insulina, ou seja, o corpo apresenta dificuldade em controlar os níveis de açúcar no sangue, o que pode causar problemas graves de saúde
Dieta enteral	Trata-se de uma alimentação líquida administrada por uma sonda em pessoas que não conseguem se alimentar pela boca
Direito Humano à Alimentação Adequada e Saudável (DHAAS)	Direito constitucional de toda pessoa a estar livre da fome, da má nutrição e de ter acesso à alimentação adequada e saudável
Diretriz	Conjunto de instruções ou orientações para guiar as decisões em diferentes áreas
Dislipidemias	São caracterizadas pela alteração dos níveis lipídicos, ou seja, de gordura no sangue. Pode aumentar a chance de problemas de saúde, como por exemplo ataques cardíacos ou entupimento da circulação sanguínea
Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNTs)	Grupos de doenças de origem desconhecida, com causas variadas, não são transmitidas e geralmente possuem tratamento contínuo. Exemplo: excesso de açúcar no sangue (diabetes) e pressão alta (hipertensão)
Educação permanente	É um conceito que se refere ao processo de ensinar e aprender no dia a dia do trabalho, no qual a pessoa é o centro do processo de ensino e aprendizagem

Emancipatória	Tornar livre ou independente
Equidade	Tratamento justo e imparcial para todas as pessoas
Formativas	No sentido de formar, capacitar
Hipertensão	Uma doença crônica em que a pressão sanguínea está constantemente alta, podendo ocasionar riscos graves à saúde como doenças cardíacas, derrames ou danos nos rins
Implantar	Realizar o planejamento
Implementar	Colocar em prática o planejamento
Intersetorial	Comunicação entre diferentes setores da sociedade Exemplo: saúde, educação, serviço social
Intolerância alimentar	Dificuldade do corpo em digerir um ou mais alimentos específicos devido a uma falta de uma enzima digestiva. Isso pode causar desconforto, inchaço, gases ou diarreia, mas geralmente sem ter uma resposta do sistema imune
Legitimidade	Reconhecimento de algo como correto e válido
Multiprofissional	Atuação conjunta de profissionais de diferentes áreas
Necessidades nutricionais	Nutrientes que o corpo precisa para funcionar corretamente e manter uma boa saúde
Período letivo	Período de aulas
Políticas Públicas	Ações estratégicas desenvolvidas para garantir direitos à população

Portaria, Nota Técnica, Resolução, Normativa e Decreto	São documentos oficiais publicados pelo governo que dão providências sobre um determinado assunto
Projeto Político Pedagógico (PPP)	Mesmo que currículo escolar. Projeto de propostas educacionais definindo, para isso, métodos, recursos e estratégias pedagógicas
Rede socioassistencial	Rede de apoio às pessoas em situações de fragilidade social
Revogar	Anular
Sazonalidade	Específico de uma determinada época do ano
Segurança Alimentar e Nutricional (SAN)	Garantia do direito de todos ao acesso regular e permanente a alimentos de qualidade e em quantidade suficiente, sem prejuízo a outras necessidades essenciais, tendo como base as práticas alimentares promotoras de saúde respeitando a diversidade cultural e que sejam ambiental, cultural, econômica e socialmente sustentáveis
Seletividade alimentar	Caracteriza-se pela recusa ou desinteresse por um ou mais alimentos, é comum na primeira infância e em casos de autismo pode ser acentuada
Soberania	Autoridade de um povo exercida por meio de seus órgãos constitucionais representativos
Socioeconômico(a)	Se caracteriza por aspectos, fatores ou circunstâncias que englobam a sociedade e a economia de um local ou de uma região. Isso inclui questões como a educação, saúde, emprego ou moradia
Suplementares	Complementar à alimentação
Transdisciplinar	Comunicação entre os diferentes saberes

Você acha que a alimentação da população mudou ao longo dos anos?



Na época de nossos bisavós, avós e até mesmo dos nossos pais, os alimentos eram obtidos na roça e até mesmo no quintal da nossa casa. Ao longo dos anos e com todas as mudanças sociais, políticas, econômicas, culturais e demográficas, passamos a dedicar menos tempo no preparo dos alimentos e aumentamos o consumo de alimentos já prontos, considerando sua facilidade e praticidade no preparo.



Diante desse contexto, a Educação Alimentar e Nutricional (EAN) se estabeleceu ao longo dos anos como uma importante estratégia para a prevenção e controle de problemas e agravos relacionados à alimentação e nutrição. A EAN, além de atuar na prevenção e controle das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNTs) e deficiências nutricionais, valoriza as diferentes expressões da cultura alimentar, fortalece os hábitos alimentares locais e regionais, auxilia na redução do desperdício de alimentos, promove o consumo sustentável e a alimentação saudável.

Dessa forma, podemos compreender o quanto a EAN é importante como uma estratégia de Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) e garantia do Direito Humano à Alimentação Adequada e Saudável (DHAAS).

PNAE

Considerando a importância de conhecer o que é EAN e a sua inserção no Programa Nacional da Alimentação Escolar (Pnae), neste capítulo, que está dividido em três partes, apresentaremos alguns marcos que contribuíram para a promoção da EAN no contexto da educação e do Pnae, bem como o conceito, princípios e os agentes promotores da EAN.

Diante de todas as mudanças envolvendo alimentação e as práticas alimentares, as políticas públicas passaram a incluir em sua agenda os temas relacionados à alimentação e nutrição, bem como apresentaram estratégias, medidas e ações voltadas à inclusão da EAN no dia a dia escolar. A partir de 2006, uma série de eventos marcaram a inclusão da EAN como estratégia de SAN e de garantia do DHAAS no ambiente escolar.

Quais foram esses marcos?



2006

O Ministério da Educação e o Ministério da Saúde publicaram a **Portaria nº 1.010 que estabelece diretrizes para a promoção da alimentação saudável nas escolas da educação básica de todo o país**, sejam elas da rede pública ou privada. Um dos eixos de atuação propostos na portaria é a realização de ações de EAN, considerando os hábitos alimentares que traduzem e refletem a cultura e regionalidade.

Nesse contexto, entende-se que a escola é um ambiente propício para a promoção de hábitos alimentares saudáveis, pois não está afastada das problemáticas e discussões da sociedade, incluindo os temas relacionados à alimentação e nutrição.

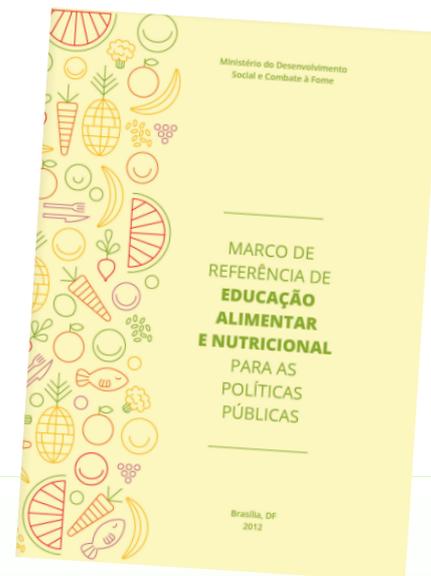




Em seguida vamos apresentar o conceito de EAN, mas antes vamos saber como foi a construção desse conceito?

2012

Frente às discussões em âmbito nacional e internacional, foi publicado o **Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas (Marco de EAN)**, com a colaboração de representantes de diferentes setores da sociedade como: saúde, educação, serviço social, conselho profissional e de segurança alimentar e nutricional, Associação Brasileira de Nutrição, universidades e sociedade civil.



Esse documento reflexivo e orientador da EAN é destinado a todos os setores governamentais e da sociedade civil, além disso traz o conceito da EAN na atualidade, uma vez que, ao longo dos anos, esse conceito foi reconstruído e ampliado de acordo com o período histórico. Não se preocupe, detalharemos melhor.



Mas então...

Qual o conceito de EAN utilizado e difundido atualmente?

“ A Educação Alimentar e Nutricional, no contexto da realização do Direito Humano à Alimentação Adequada e da garantia da Segurança Alimentar e Nutricional, é um campo de conhecimento e de prática contínua e permanente, transdisciplinar, intersetorial, multiprofissional que visa promover a prática autônoma e voluntária de hábitos alimentares saudáveis. ”

Nos anos 1930, o conceito de EAN já era difundido, mas considerava apenas os aspectos biológicos, ou seja, o ato de comer era relacionado à obtenção de nutrientes. Não havia reflexão sobre a realidade socioeconômica e não considerava a biodiversidade, cultura e sazonalidade, por exemplo. Anos depois, a EAN passou a tratar os temas alimentação e nutrição a partir de diferentes áreas de conhecimento ao considerar o território para desenvolvimento das práticas de EAN.

Mas não acaba por aí...

Você pode estar se perguntando: o que reforça a inclusão da EAN no dia a dia escolar?



2017

A **Base Nacional Comum Curricular (BNCC)**, documento normativo que define um conjunto de aprendizagens a serem desenvolvidas ao longo da educação básica, inclui temas como alimentação e nutrição, que precisam ser abordados nas salas de aula.

2019

A **Lei nº13.666/2018**, que altera a **Lei de Diretrizes e Bases da Educação nº 9.394 de 1996**, insere a EAN como um tema transversal, que seja incorporado às áreas de ensino já existentes, considerando a transversalidade e a transdisciplinaridade, sendo a transversalidade a inclusão de temas que ultrapassem a sala de aula e que são de interesse da sociedade e a transdisciplinaridade a relação entre as diferentes áreas do conhecimento. Ou seja:

“Falando de transversalidade curricular e de transdisciplinaridade, as ações de EAN podem se valer dos diferentes saberes e temas relacionados à alimentação, nos campos da cultura, da história, da geografia, dentre outros, para que os alimentos e a alimentação sejam conteúdos de aprendizado específico e também recursos para aprendizagem de diferentes temas. Assim, as ações de EAN devem utilizar o alimento, a alimentação escolar e/ou a horta escolar como ferramenta pedagógica, quando couber.”

2020

Diante desses eventos, e de acordo com o Marco de EAN, o Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE) publicou, no dia 08 de maio, a **Resolução CD/FNDE de nº 06**, que revogou todas as anteriores, além de trazer regulamentações atualizadas sobre a execução do Pnae. Essa normativa dedicou um capítulo exclusivo sobre a EAN, destacando a EAN como:



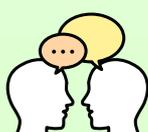
“O conjunto de ações formativas, de prática contínua e permanente, transdisciplinar, intersetorial e multiprofissional, que objetiva estimular a adoção voluntária de práticas e escolhas alimentares saudáveis que colaborem para a aprendizagem, o estado de saúde do escolar e a qualidade de vida do indivíduo.”

Outro marco importante para a EAN foi a publicação da **Nota Técnica nº2810740/2022/COSAN/CGPAE/DIRAE**, que aborda o tema “Educação Alimentar e Nutricional no Pnae: atores sociais e possibilidades de atuação”.

2022



A Nota Técnica reconhece a importância da EAN como um instrumento pedagógico que conecta a alimentação às atividades concebidas no contexto escolar e apresenta recomendações de como os atores sociais do Pnae podem participar ativamente das ações de EAN, sendo engrenagens fundamentais à consolidação e implementação da EAN nas unidades educacionais.



Mais adiante retornaremos a falar sobre ela

Mais adiante, houve a publicação do **Decreto de nº 11.821**, que dispõe de princípios, objetivos, eixos estratégicos e diretrizes que visam a promoção da alimentação adequada e saudável no ambiente escolar. A normativa legal reforça a importância dos conceitos que são abordados no Guia Alimentar para a População Brasileira (2014), Guia Alimentar para crianças menores de dois anos (2019), Marco de EAN (2012) e nas diretrizes do Pnae.



O documento reconhece a escola enquanto um espaço promotor de hábitos saudáveis e reforça a necessidade dos países desenvolverem políticas públicas regulatórias sobre o tema. Inclui três eixos: EAN, doação e comercialização de alimentos e bebidas e comunicação mercadológica de alimentos e bebidas nas escolas públicas e privadas do país.

O eixo de EAN prevê a inclusão da temática:

I - no currículo escolar, de forma transversal, com ênfase em alimentação, nutrição e práticas saudáveis de vida no processo de ensino e aprendizagem, que deverá ser inserido no Projeto Político Pedagógico das escolas;

II - nas ações de educação permanente destinadas aos(as) professores(as) e aos(as) colaboradores(as) das escolas;

III - nas atividades práticas com os(as) estudantes, como oficinas culinárias e organização de hortas no ambiente escolar, com a utilização dos alimentos produzidos na alimentação ofertada, respeitada a infraestrutura das escolas;

IV - nas ações destinadas à comunidade escolar que abordam a importância da alimentação adequada e saudável e orientam sobre os lanches levados para a escola.



Agora que os marcos da EAN na alimentação escolar foram apresentados, vamos falar sobre seus princípios e como eles podem ser abordados

Mas, antes disso, vamos retomar o conceito do que é um princípio, certo?

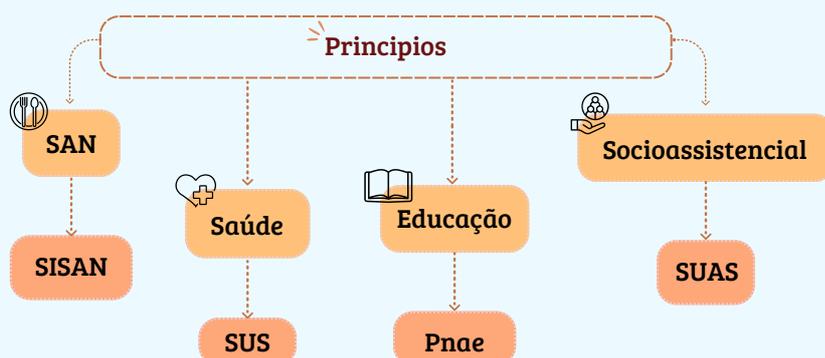
Bem, os princípios são a base, o alicerce, a causa primária de algo. Eles fundamentam e norteiam as ações para a sua efetividade e cumprimento conforme o esperado.



O Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas orienta a inclusão da EAN em diferentes setores: **saúde, educação, SAN, rede socioassistencial, dentre outros**. Para cada um deles é importante observar os princípios estruturantes que formam a base do(a) setor/política.

Para entender melhor, vamos ver um exemplo:

Na esfera da SAN, vale observar os princípios do Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (SISAN); na saúde, os princípios do Sistema Único de Saúde (SUS); na educação, os princípios do Pnae; na rede socioassistencial, os princípios do Sistema Único de Assistência Social (SUAS), e assim sucessivamente.



Os princípios estruturantes de cada programa/política, são somados aos 9 princípios da EAN, sendo eles:

- 

1 Sustentabilidade social, ambiental e econômica
- 

2 Abordagem do sistema alimentar na sua integralidade
- 

3 Valorização da cultura alimentar local e respeito à diversidade de opiniões e perspectivas, considerando a legitimidade dos saberes de diferentes naturezas
- 

4 A comida e o alimento como referências; Valorização da culinária enquanto prática emancipatória
- 

5 A Promoção do autocuidado e da autonomia
- 

6 A Educação enquanto processo permanente e gerador de autonomia e participação ativa e informada dos sujeitos
- 

7 A diversidade nos cenários de prática
- 

8 Intersetorialidade
- 

9 Planejamento, avaliação e monitoramento das ações



Vamos conversar sobre cada um desses princípios?

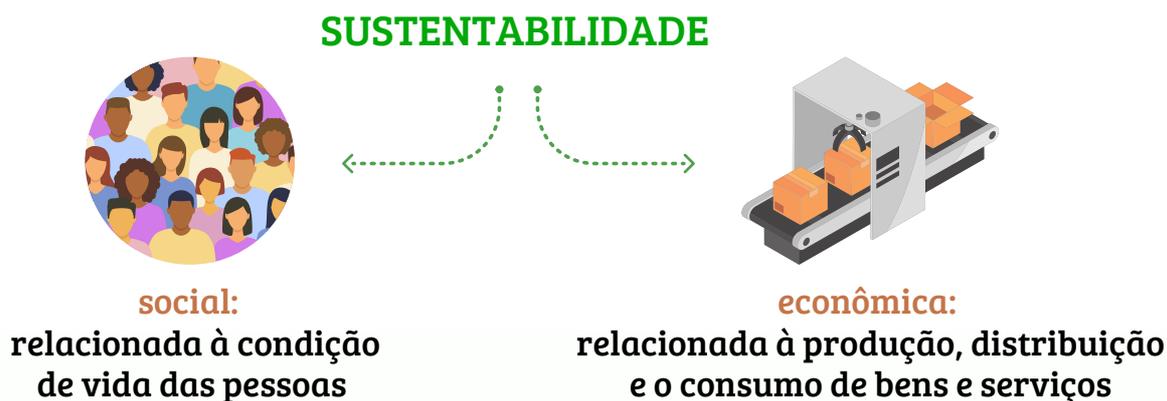


I - Sustentabilidade social, ambiental e econômica

Quando pensamos no termo **sustentabilidade**, costuma vir à mente a dimensão ambiental relacionada à utilização consciente dos recursos naturais (terra, água, energia solar, as florestas, dentre outros).



Mas existem outras dimensões a serem consideradas:



Assim, quando a EAN promove a alimentação saudável, ela está relacionada à satisfação das necessidades alimentares sem prejuízo dos recursos naturais que envolvem as relações econômicas e sociais, respeitando a ética, a justiça, a equidade e a soberania.



Caderno de Referência sobre Alimentação Escolar para Estudantes com NAE

Mas o que são as necessidades alimentares?

As necessidades alimentares especiais (NAE) são compreendidas como **condições alimentares, restritivas ou suplementares**, em decorrência de alguma alteração no organismo em que as pessoas necessitam de adaptação na alimentação, **retirando algum alimento, ingrediente ou nutriente** da sua rotina alimentar ou **mudando a via de administração de alimentos**, por algum período de tempo ou permanentemente.



Saiba mais escaneando ou clicando no QR Code!



Os escolares com NAE precisam que sua alimentação seja adaptada, respeitando os hábitos e cultura alimentares, conforme a Lei nº 12.982/2014, que determina o fornecimento de alimentação escolar própria aos escolares que apresentam estado ou condições de saúde específicas.

Vale ressaltar que para o escolar ter seu cardápio adaptado é necessário que haja comprovação da condição por meio de diagnóstico, ou seja, laudo médico.

Seletividade alimentar relacionada ao autismo



Você pode se perguntar, como a EAN dialoga com esse tema?



Pode apoiar as pessoas na **compreensão dos diferentes aspectos das NAE**; promover a **sensibilização sobre as condições de saúde** relacionadas; conscientizar sobre a temática e **evitar** posturas de **preconceitos** e **discriminação** desse público.

Em casos específicos, como de seletividade alimentar, pode ainda ser instrumento para facilitar a inclusão de novos alimentos. As propostas de atividades apresentadas neste capítulo podem ser reproduzidas com diferentes públicos, incluindo os que apresentam NAE.

II - Abordagem do sistema alimentar na sua integralidade

Primeiro, é importante definir o que é sistema alimentar:

Sistema alimentar é entendido como o **“processo que abrange o acesso à terra, à água e aos meios de produção, às formas de processamento, de abastecimento, de comercialização e de distribuição; perpassa pela escolha e consumo dos alimentos, incluindo as práticas alimentares individuais e coletivas, até a geração e a destinação de resíduos produzidos”**.

Ou seja, é o caminho do alimento desde sua produção até o descarte dos seus resíduos.



A abordagem integral desse sistema pode apoiar a tomada de decisão sobre as escolhas alimentares e essas escolhas podem apoiar ou interferir nas etapas do sistema alimentar.

“

Exemplo prático

Quando você prioriza comprar alimentos da agricultura familiar, haverá apoio à produção e incentivo a essa prática. Ao mesmo tempo, para o(a) agricultor(a), será uma via de venda/distribuição de seus produtos e contribuirá com a economia local e melhores condições de vida para sua família. Por outro lado, quando evita-se o consumo de alimentos ultraprocessados, incide na diminuição da produção desses alimentos pela indústria.

”

III - Valorização da cultura alimentar local e respeito à diversidade de opiniões e perspectivas, considerando a legitimidade dos saberes de diferentes naturezas

A alimentação brasileira tem origem no **processo histórico e na troca cultural com diferentes povos, resultando em uma alimentação diversificada e com particularidades regionais e locais.**



É importante que as ações de EAN reflitam as *“práticas e os saberes mantidos por povos e comunidades tradicionais, bem como diferentes escolhas alimentares, sejam elas voluntárias ou não”*, valorizando os conhecimentos vindos da cultura, religião e da ciência. Desse modo, é possível criar vínculo, sentimento de identidade e pertencimento com o alimento.

IV - A comida e o alimento como referências; Valorização da culinária enquanto prática emancipatória

Os seres humanos mantêm uma relação com a comida que vai além de apenas obter nutrientes para a sobrevivência. A comida e o alimento têm **valor afetivo, sensorial, cultural e até social**.



Provavelmente, tem alguma comida que faz você lembrar de um familiar/pessoa querida ou mesmo que te transporta para alguma memória agradável, como aquela reunião em família ou aquele dia chuvoso, certo?

Mas por que é importante considerar as múltiplas dimensões da comida?



Quando a EAN contempla as diversas possibilidades de relação com o alimento, ela pode permitir vínculo, acolhimento, sentimento de pertencimento e de identidade entre o processo de aprender com os diferentes contextos e necessidades.

E por que valorizar a culinária enquanto prática emancipatória?



Praticar a culinária pode desenvolver a autonomia e aperfeiçoar as informações técnicas de preparo e contato com as diferentes dimensões que o alimento e a comida podem proporcionar. Nas ações educativas nem sempre é possível desenvolver a culinária, mas é importante promover a sensibilização sobre a sua importância enquanto instrumento para a promoção de uma alimentação saudável.

“

Exemplo prático

Estimular a criação e a reprodução de receitas ao longo das gerações; selecionar alguma receita do cardápio escolar e prepará-la com familiares/responsáveis; realizar um piquenique com a turma e cada um trazer de casa uma receita ou algum ingrediente culinário que seja referência para a família.

”

V - A Promoção do autocuidado e da autonomia

A promoção do **autocuidado** visa apoiar as pessoas a se tornarem **agentes promotores da sua saúde**, assim como **desenvolver a autonomia**, permitindo que conheçam sua realidade e a partir disso adotar, mudar ou manter comportamentos que vão contribuir com sua saúde.

O autocuidado também é um meio para garantir o **envolvimento e participação do indivíduo nas ações de EAN**.



“

Exemplo prático

A partir de uma conversa sobre a importância da atividade física, o indivíduo percebe que não a realiza de forma regular e reflete que isso tem afetado sua saúde. A partir dessa reflexão, além de buscar ajuda profissional, começa a realizar atividade física no parque próximo da sua casa.

”

Nesse exemplo, partindo dessa reflexão, a pessoa pode buscar ajuda profissional e começar a realizar atividade física no parque próximo da sua casa. Fica evidente que a partir de uma percepção, a pessoa mudou o comportamento, o que pode contribuir com a melhora da condição de saúde e de bem-estar. É importante que o indivíduo desenvolva senso crítico frente às diferentes situações e possa estabelecer estratégias voluntárias para lidar com elas.

VI - A Educação enquanto processo permanente e gerador de autonomia e participação ativa e informada dos sujeitos

A dimensão **permanente** indica que a EAN precisa passar pelas fases da vida do indivíduo, repercutindo desde a sua **infância até a velhice**, ou seja, contribua com a formação, mudança ou manutenção de hábitos alimentares, seja na infância ou na vida adulta, apoie na tomada de decisão sobre os alimentos que serão consumidos fora de casa, bem como quais alimentos é preciso priorizar o consumo, dentre outros. Desse modo, a **EAN é um caminho para formação do senso crítico e exercício da autonomia**, pois pode promover a reflexão com tomada de decisão baseadas na realidade e visando à saúde.



Outra perspectiva é quanto à participação ativa, pois ela favorece a troca de saberes e práticas populares e leva em consideração as realidades dos indivíduos e coletividade, além de possibilitar a integração permanente entre a teoria e a prática.



Fortalecer a **participação ativa e a autonomia** pode contribuir com a ampliação da percepção do indivíduo sobre si e do mundo ao seu redor, assim como da **capacidade de escolher, decidir e mudar a própria vida**.

É importante refletir também que as condições sociais influenciam as escolhas individuais e coletivas, os chamados **determinantes sociais (fatores sociais, econômicos, políticos e ambientais)**, os quais influenciam na capacidade efetiva de modificar uma realidade.



Ainda ficou confuso(a)?

A seguir vamos apresentar um exemplo prático:

“

Exemplo prático

Somos frequentemente bombardeados com informações sobre a facilidade na aquisição e preparo dos alimentos ultraprocessados, que estimulam seu consumo. A partir de rodas de conversa sobre a importância de uma alimentação saudável e os malefícios dos ultraprocessados, a pessoa pode refletir criticamente dentro da sua realidade e fazer escolhas alimentares adequadas que contribuam com uma melhor qualidade de vida ao longo do tempo.

”

VII - A diversidade no cenários de prática

A EAN pode ser desenvolvida em diferentes espaços: **praças, feiras, local de produção rural (fazenda, roças e sítios), parques, no refeitório, cantina e cozinha escolar, horta comunitária ou escolar, restaurantes comunitários, bancos de alimentos**, dentre outros, entendendo que o cenário da prática também pode colaborar com as estratégias e o alcance dos objetivos propostos.



De que forma?

“

Exemplo prático

Levar os escolares para conhecer a produção dos(as) agricultores(as) familiares locais ou à feira da região pode permitir a troca de conhecimentos e aproximar os escolares dos alimentos ofertados na alimentação escolar, assim como conhecer a origem dos alimentos, produção e seu caminho até o prato.

”

VIII - Intersetorialidade

A intersetorialidade é entendida como a **articulação entre os diferentes setores da sociedade**, além disso, os setores governamentais têm a responsabilidade conjunta pela garantia da alimentação adequada e saudável. Assim, as ações intersetoriais precisam da **troca, construção coletiva e participativa de saberes**, visando elaborar soluções para a melhoria da alimentação e vida.

MINISTÉRIO DO
DESENVOLVIMENTO
E ASSISTÊNCIA SOCIAL,
FAMÍLIA E COMBATE À FOME



MINISTÉRIO DA
SAÚDE

MINISTÉRIO DA
EDUCAÇÃO

Exemplo prático

A articulação entre as secretarias de educação, saúde, assistência social e de agricultura e meio ambiente para o desenvolvimento de um projeto com o objetivo de implementar hortas nas unidades educacionais da rede.

Todos os setores podem contribuir com ações que envolvem desde a implementação das hortas até ações de monitoramento e seu progresso, além da promoção de medidas para envolver a comunidade local e contribuir com a sustentabilidade da ação.

IX - Planejamento, avaliação e monitoramento das ações

Seguir as etapas de elaboração do planejamento é importante para o sucesso e a sustentabilidade/perpetuação das ações de EAN.

Fazem parte do planejamento:

Planejamento das ações de EAN

Diagnóstico

Identificação das prioridades

Estratégias para alcançá-las

Desenvolvimento de instrumentos de ação

Previsão de custos e recursos necessários

Detalhamento de plano de trabalho

Definição de responsabilidades e parcerias

Definição de indicadores de processo de resultados e avaliação



A **avaliação**, mesmo que aplicada, geralmente, ao final das atividades, deve ser pensada durante o planejamento.

O **monitoramento** vem como uma garantia do caráter permanente e contínuo dessas ações.



Ressalta-se que o planejamento precisa ser **participativo e colaborativo**, pois pode gerar melhores resultados, impactos e sustentabilidade das iniciativas.

⚠
Não se preocupe,
falaremos melhor dessas
etapas no capítulo 2



Por fim, chegamos aos atores sociais, agentes importantes para a realização das ações da EAN. A princípio, você pode imaginar que essa atribuição no ambiente escolar é exclusiva do nutricionista do Pnae.



Porém, o Marco de EAN (2012), a Resolução CD/FNDE nº 6/2020 e a Nota Técnica nº 2810740/2022/COSAN/CGPAE/DIRAE reconhecem que os responsáveis pelas ações de EAN são:



Assim, de acordo com as normativas do Pnae, as secretarias de educação, atuando em conjunto e com articulação entre os profissionais da educação e equipe de nutrição, devem incluir a EAN no processo de ensino e aprendizagem, conforme vimos neste capítulo.

Lembrando que outros setores também são responsáveis pela realização das ações de EAN, já que essas ações precisam perpassar por todas as políticas públicas.

Mas e os escolares? Você sabia que eles também são agentes promotores de EAN? Sim, eles precisam atuar como protagonistas das ações, realizando um papel importante no processo de ensino e aprendizagem.



Logo, todas as pessoas que estão envolvidas com a execução do Pnae são agentes promotores de EAN, formando assim uma grande rede de articulação e cooperação.

A seguir, apresentamos algumas propostas de como cada ator social pode contribuir com as ações de EAN.



Querido(a) leitor(a), lembre-se de que a comunidade escolar é composta por todas as pessoas que fazem a escola, incluindo: gestão escolar, professores(as), familiares/responsáveis pelos(as) estudantes, merendeiras(os), agricultores(as) familiares, membros dos conselhos escolares e da alimentação escolar, estudantes, dentre outros.



Recomendações para o(a) Nutricionista:

incentivar a inclusão da EAN como **tema transversal** no Projeto Político Pedagógico (PPP) das unidades educacionais;



conhecer, valorizar e considerar a cultura e a história alimentar do território, inserindo-os como tema das ações de EAN;

promover atividades formativas junto a toda comunidade escolar para **instrumentalizá-la** sobre a importância das ações de EAN como estratégia para a promoção da alimentação adequada e saudável e para sensibilizá-la quanto ao seu papel enquanto agentes promotores de saúde;



envolver os escolares e demais membros da comunidade escolar reconhecendo-os enquanto membros ativos e que têm função educativa no processo de desenvolvimento das ações de EAN pautadas em metodologias ativas e dialógicas;

elaborar e sistematizar materiais sobre EAN e compartilhá-los com as escolas para servirem de referência, serem utilizados como abordagem metodológica ou recursos didáticos;





Recomendações para o(a) Nutricionista:

apoiar o desenvolvimento colaborativo das ações de EAN, incluindo a participação de diferentes profissionais, setores, instituições e/ou órgãos, visando a trocas de experiências e discussões;



Guia alimentar para a População Brasileira (2014)



Guia alimentar para crianças menores de 2 anos (2019)

incentivar a substituição da abordagem da pirâmide alimentar pelas informações contidas no **Guia Alimentar para a População Brasileira** e no **Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores de 2 anos**, pois essa nova abordagem pensa o alimento a partir de seu grau de processamento e não mais o colocando em grupos como sugerido pela pirâmide alimentar;

sensibilizar e formar a comunidade escolar sobre temas variados que envolvem aspectos da alimentação e nutrição (*sugestões de temas você pode consultar no capítulo 3*);



formar a comunidade escolar para **identificar e prevenir situações de conflitos de interesses** no ambiente escolar, ou seja, não promover a divulgação de marcas e de produtos, bem como a construção de imagem positiva sobre determinada empresa;

incentivar a participação e integração entre os diferentes membros da comunidade escolar durante o desenvolvimento das atividades de EAN, promovendo o compartilhamento e valorização dos saberes.





Recomendações para Gestão escolar (diretores(as)/ coordenadores(as) pedagógicos):

Incentivar a **participação da comunidade escolar no processo de planejamento pedagógico** e manter o diálogo permanente com membros da comunidade escolar para ampliar e potencializar as possibilidades de ações de EAN;



integrar as ações de EAN no PPP para que essas sejam previstas e desenvolvidas ao longo do ano letivo e perpassem o currículo de forma transversal;

oferecer e buscar subsídios técnicos, material e operacional aos membros da comunidade escolar para que tenham motivação e condições para o desenvolvimento das ações de EAN pautadas em metodologias ativas e dialógicas;



promover a **gestão participativa** no desenvolvimento das ações de EAN, com envolvimento de toda a comunidade escolar, diferentes setores, instituições e/ou órgãos;

envolver todos os membros da comunidade escolar, reconhecendo-os enquanto sujeitos ativos e que têm função educativa no processo de desenvolvimento das ações de EAN pautadas em metodologias ativas e dialógicas;



promover e apoiar as **formações da comunidade escolar** sobre temas relacionados com alimentação e nutrição;



Recomendações para Gestão escolar (diretores(as)/ coordenadores(as) pedagógicos):

buscar **parcerias livres de conflitos de interesses**, ou seja, que não promovam a divulgação de marcas e de produtos, bem como a Construção de imagem positiva sobre determinada empresa;



implantar mecanismos que propiciem a **democratização e a gestão participativa** nas escolas e que permitam o diálogo entre todos os membros da comunidade escolar, favorecendo a troca de saberes;

apoiar e gerenciar a implantação de projetos com foco na EAN;



criar mecanismos de **aproximação e de diálogo entre toda a comunidade escolar** (gestão escolar, professores(as), estudantes, familiares/responsáveis pelos(as) estudantes, merendeiras(os), agricultores(as) familiares, membros dos conselhos escolares e da alimentação escolar, dentre outros) com foco na participação ativa desses agentes para a promoção da alimentação adequada e saudável dentro e fora da unidade educacional.





Recomendações para Professores(as):

apoiar no **desenvolvimento das ações de EAN**, identificando possibilidades de ações conjuntas com outros profissionais, setores, órgãos e/ou instituições;



utilizar **diferentes equipamentos sociais** (praças, feiras, banco de alimentos, restaurantes comunitários, parques, comércio local, refeitório, biblioteca, cozinha escolar, dentre outros) como ambientes de aprendizagem;

contribuir com a **formação crítica** dos(as) estudantes e demais membros da comunidade escolar quanto a informações e a mensagens sobre alimentos e alimentação veiculadas em propagandas comerciais e redes sociais;



Incluir temáticas de alimentação e nutrição em suas aulas e demais atividades pedagógicas em articulação com o currículo, utilizando como referência o Guia Alimentar para a População Brasileira, o Guia Alimentar para crianças menores de 2 anos e o Marco de EAN;



Guia alimentar para a População Brasileira (2014)



Guia alimentar para crianças menores de 2 anos (2019)



Marco de EAN para as políticas públicas



Recomendações para Professores(as):

desenvolver projetos que articulem as atividades pedagógicas das **diferentes áreas de conhecimento escolar e/ou disciplinas**, tendo EAN como tema transversal articulador de saberes;



envolver os(as) **estudantes e demais membros** da comunidade escolar reconhecendo-os como **sujeitos ativos e que têm função educativa**, na elaboração das ações de EAN, que devem estar pautadas em metodologias ativas e dialógicas;

buscar a **aproximação e o diálogo** com os(as) **agricultores(as) familiares** e os **demais membros da comunidade escolar**, com a valorização e a promoção da troca de saberes;



propor atividades que **mobilizem, envolvam e integrem a/os família/responsáveis** pelos(as) estudantes, assim como os demais membros da comunidade escolar.



Recomendações para Merendeiras(os)/manipuladores(as) de alimentos/cozinheiras(os):

reconhecer-se como **membro ativo da equipe escolar** e seu papel de relevância enquanto agente promotor da alimentação adequada e saudável;



buscar a **aproximação e o diálogo com os(as) nutricionistas e membros da comunidade escolar**, a fim de fortalecer a EAN e melhorar a adesão e a qualidade da alimentação escolar servida nas escolas;



participar do **desenvolvimento do PPP** e das atividades de EAN;



participar de **cursos de formação permanente**, a fim de fortalecer as ações de EAN;



Recomendações para Agricultores(as) familiares:

reconhecer-se como membro da comunidade escolar e a **importância dos seus saberes** para a formação pedagógica dos(as) estudantes;



disponibilizar-se a **receber os(as) estudantes e outros membros da comunidade escolar** em seu local de produção;

entender-se como **agente enriquecedor** da discussão e aprendizagem do processo educativo relacionado à produção e oferta dos alimentos;



auxiliar na realização de **atividades pedagógicas coletivas** associadas ao cooperativismo na agricultura familiar

auxiliar na construção e na manutenção de **hortas pedagógicas**;





Recomendações para Família/responsáveis pelos(as) estudantes:

participar ativamente de **oficinas práticas formativas e grupos de discussão** com a temática da alimentação adequada e saudável, além de reflexões sobre práticas saudáveis de vida;



participar ativamente de **atividades propostas** por professores(as) que **mobilizem e envolvam a/os família/responsáveis** pelos(as) estudantes, como entrevistas e produção textual para conhecer os hábitos familiares, receitas de família, dentre outros;

visitar as dependências da escola para conhecer a alimentação escolar, a cozinha, o refeitório e a(o) merendeira(o) da escola, integrando-se com a comunidade escolar;



participar ativamente da **elaboração do PPP** e das atividades de EAN.



Recomendações para membros do CAE:

reconhecer e valorizar o seu papel na articulação e mediação quanto às demandas educacionais, especialmente no que diz respeito à EAN, junto aos(as) gestores(as) das escolas e equipe da alimentação escolar;



buscar e **participar das formações** sobre EAN, fortalecendo suas funções: normativa, consultiva, mobilizadora e fiscalizadora das diretrizes da alimentação escolar, em especial da EAN;

incentivar a participação de agricultores(as), merendeiras(os), família/responsáveis pelos(as) estudantes no desenvolvimento das ações de EAN;



Referências

Brasil. Ministério da Educação. Portaria Interministerial nº 1.010, de 8 de maio de 2006. Institui as diretrizes para a Promoção da Alimentação Saudável nas Escolas de educação infantil, fundamental e nível médio das redes públicas e privadas, em âmbito nacional. **Diário Oficial da União**. 9 Maio 2006.

BRASIL. **Lei nº 11.947, de 16 de junho de 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. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007 - 2010/2009/lei/l11947.htm. Acesso em 04 jun. 2024.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. **Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas**. Brasília-DF: Ministério da Saúde, 2012.

BRASIL. **Lei nº 13666, de 17 de maio de 2018**. Altera a Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996 (Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional), para incluir o tema transversal da educação alimentar e nutricional no currículo escolar. Diário Oficial da União - Seção 1, p. 1, mai. 2018.

BRASIL. **Resolução CD/FNDE nº 6, de 8 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. Brasília, Seção 1, p. 38-44, 12 mai. 2020.

BRASIL. **Decreto nº 11.821, de 12 de dezembro de 2023**. Dispõe sobre os princípios, os objetivos, os eixos estratégicos e as diretrizes que orientam as ações de promoção da alimentação adequada e saudável no ambiente escolar. Brasília, DF. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2023-2026/2023/decreto/D11821.htm. Acesso em: 04 jun. 2024.

FNDE - Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (Brasil). FNDE. **NOTA TÉCNICA Nº 2810740/2022/COSAN/CGPAE/DIRAE**. Disponível em: https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/legislacao/SEI_FNDE2810740NotaTcnica.pdf . Acesso em: 04 jun. 2024.



Capítulo 2

Como elaborar uma ação educativa de EAN

Autoras:

Daiany Renally Ferreira Bezerra

Beatriz Vitorino Pereira dos Santos

Júlia Alves dos Santos Costa

Géssica Mercia de Almeida

Significado das palavras

Comportamentos alimentares

Ações em relação ao comer, como, quando, com quem e onde alimentar-se. Crenças, pensamentos e sentimentos em relação aos alimentos não são comportamentos, são atitudes que permitem compreendermos os comportamentos

Feedback

Resposta a um estímulo/ação/situação como maneira para avaliá-lo

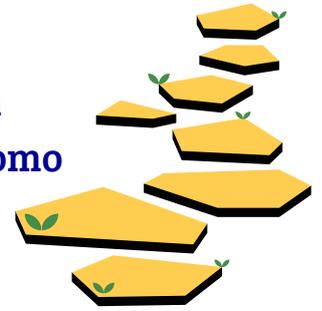
Projeto Político Pedagógico (PPP)

Mesmo que currículo escolar
Projeto de propostas educacionais definindo, para isso, métodos, recursos e estratégias pedagógicas

Sistemas alimentares

É o caminho do alimento desde a sua produção até o descarte de resíduos, abrange também o acesso à terra, à água, perpassa pela escolha e consumo dos alimentos, incluindo as práticas alimentares individuais e coletivas

Até aqui, refletimos sobre alguns marcos relevantes para a inserção da EAN na educação e na alimentação escolar, bem como seu conceito e princípios.



Agora, vamos discutir a importância dessas ações, o porquê planejá-las e o que considerar no planejamento e execução de uma prática de EAN.

Qual a importância das ações de EAN?

Bem, não há apenas um motivo que justifique a realização das ações de EAN, mas um dos grandes pilares dessas ações é a **promoção da autonomia para que as pessoas tomem decisões conscientes**, ou seja, sensibilizar o indivíduo e/ou coletividades sobre as escolhas alimentares e os sistemas alimentares: “**o que comemos?**”, “**de onde vem nosso alimento?**”, “**por que comemos o que comemos?**” e “**quem produz nosso alimento?**”.

Logo, a EAN é uma ferramenta de promoção da saúde que pretende favorecer o senso crítico sobre as práticas alimentares e aspectos da alimentação e nutrição, e desse modo auxiliar no processo de **transformação** de comportamentos alimentares de forma voluntária e autônoma para promoção da alimentação saudável, adequada e sustentável.



E por que planejar as ações de EAN?

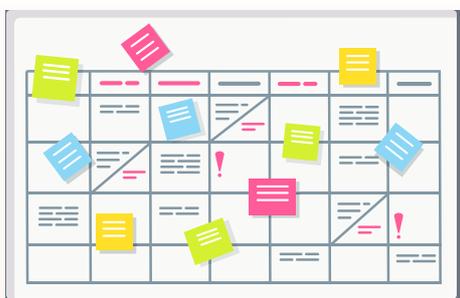


O **objetivo** do planejamento é que se **alcance o que se deseja**, ou seja, o planejamento é um instrumento que busca organizar as etapas necessárias para a execução das ações, considerando todos os elementos necessários para realizá-las e avaliá-las.

Mas, e aí?

O que deve ser considerado antes de iniciar o planejamento da ação de EAN?

Quando pretendemos falar sobre alimentação e nutrição, é importante considerar o contexto social, econômico, histórico, político, afetivo, ambiental e cultural em que os participantes da ação estão inseridos, assim como levar em consideração seus conhecimentos e saberes populares, pois a abordagem contextualizada torna o aprendizado significativo e estimula a curiosidade e participação.



**Agora, vamos pensar:
Como elaborar o planejamento
de uma ação educativa de EAN?**

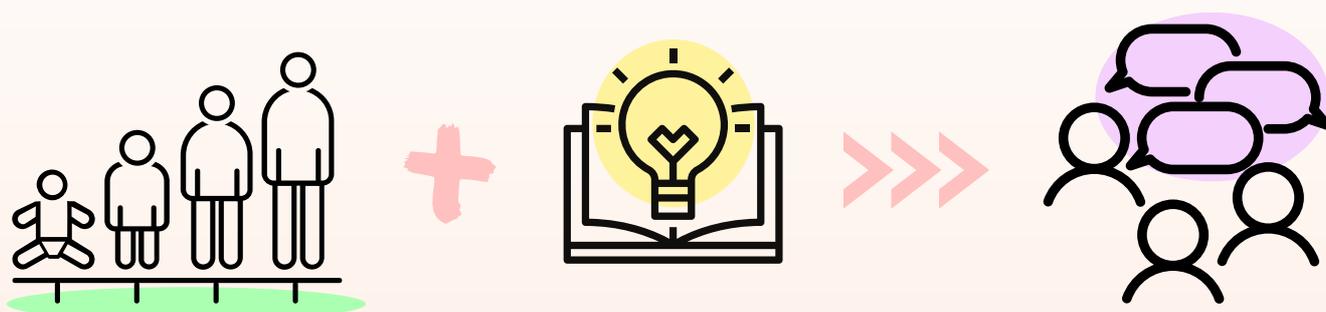
No capítulo 1, falamos sobre o princípio nove (**página 31**), que enfatiza as reflexões sobre o planejamento, monitoramento e avaliação das ações educativas em EAN. Neste capítulo, apresentaremos algumas etapas a serem consideradas neste planejamento educativo. Fique tranquilo(a), não é algo engessado, apenas sugerimos uma atenção na sequência lógica das etapas, pois elas são importantes. Vamos conhecê-las?

- Diagnóstico:** identificação das prioridades.
- Objetivo:** elaboração dos objetivos.
- Metodologia/abordagem educativa:** estratégias para alcançar os objetivos, desenvolvimento de instrumentos de ação, previsão de custos e recursos necessários e detalhamento de plano de trabalho, definição de responsabilidades e parcerias.
- Avaliação e Monitoramento:** definição de indicadores de processos e resultados.

A primeira etapa do **planejamento** é o **DIAGNÓSTICO**.

Ele serve para conhecer as características do público-alvo, em qual contexto está inserido e quais os pontos-chave que podem ser abordados na prática de EAN. Também trata-se de uma etapa em constante atualização, à medida que novas informações são descobertas.

Um exemplo prático de aspectos que podem ser essenciais no diagnóstico é o **contexto da escola**, portanto é importante **compreender onde ela fica localizada, a faixa etária e a escolaridade do público-alvo a que/quem se destina a ação**, e considerar o que os participantes já entendem sobre o assunto a ser abordado, ou seja, os conhecimentos prévios, pois aumentam as chances de participação e interação durante a atividade.



Para uma melhor efetividade no diagnóstico e planejamento de uma ação de EAN, também é necessário considerar as necessidades observadas/relatadas, as curiosidades e o conhecimento do público-alvo.

Para facilitar a compreensão sobre o diagnóstico, na página seguinte apresentamos um modelo de algumas perguntas norteadoras para o desenvolvimento dessa etapa:



Modelo de Diagnóstico voltado para unidades educacionais

1°

Conhecer o contexto social



Realidade social

Quais as informações demográficas e socioeconômicas dos(as) estudantes e famílias/responsáveis?

Quais as condições de moradia dos(as) estudantes e famílias/responsáveis?

Quais as informações de saúde dos(as) estudantes e famílias/responsáveis?

Quais as práticas culturais da localidade?

Há presença de estabelecimentos de comercialização e consumo de alimentos (restaurantes, lanchonetes, padarias, cafés, sorveterias, supermercados, feiras livres e mercados municipais)?

Quais os programas e políticas públicas os(as) estudantes têm acesso? (Exemplos: Programa Bolsa Família, Programa Saúde na Escola, dentre outros.)

2°

Conhecer a unidade escolar



Localidade

Onde a unidade escolar está localizada?

É de fácil ou difícil acesso?



Espaço

A unidade possui um espaço específico onde as ações podem ser desenvolvidas?

As ações serão desenvolvidas nas salas de aulas?

Há algum espaço próximo onde as ações podem ser realizadas? (Exemplos: praças, parques, feiras, produção rural).

3°

Identificar o público-alvo



Faixa etária

Qual a faixa etária do público-alvo?

Características

Quais as principais características do público-alvo?

4°

Estabelecer o quantitativo do público-alvo na ação



Quantidade

Quantos escolares estão matriculados?
A ação será desenvolvida com todos?

5°

Determinar o tempo destinado à ação



Duração

A ação será desenvolvida em quanto tempo (horas e minutos)?
Quantos dias serão necessários para realizar a ação tendo em vista o objetivo?

6°

Definir os dias, horários, ambientes e momentos em que as ações serão realizadas

Observação: lembrando que não devem ser pontuais, mas sim, serem contempladas no dia a dia escolar e inclusive estarem descritas no currículo que rege as atividades da escola.



Dia

Qual(is) o(s) dia(s) disponível(is)?

Horário

Qual(is) será(ão) o(s) horário(s) de início e fim da ação?



Ambiente

Será(ão) no refeitório da escola, no pátio, em sala de aula, em um ambiente de convivência ou ambiente externo?

(Pensar cuidadosamente no local, de forma que seja estratégico para o que se espera de cada atividade).



Momento

Será(ão) quando os escolares chegarem à escola, estiverem indo embora, antes, durante ou após as refeições?

7°

Estabelecer os atores sociais que serão envolvidos na ação



Atores sociais

Quem poderá apoiar e executar essa ação?

(gestores(as), diretor(a), coordenação pedagógica, professores(as), merendeiras(os), família/responsáveis pelos(as) estudantes, membros do conselho da alimentação escolar ou agricultores(as) familiares).

8°

Definir parcerias



Parceiros

Quais instituições/órgãos públicos/pessoas podem apoiar a realização das ações?

(universidades/faculdades, secretaria de educação, secretaria de saúde, agricultores(as) familiares, família/responsáveis pelos(as) estudantes, dentre outros).

9°

Avaliar os recursos disponíveis



Recursos disponíveis

Quais os recursos disponíveis? Vamos pensar em alguns?

- **Recursos audiovisuais/tecnológicos:** televisão, gravadores, caixa de som, computador, notebook, celular, pen drive, datashow ou slides?

- **Recursos pedagógicos:** imagens, fotos/figuras, painéis, folders, cartazes, murais, fantoches, flanelógrafos, livros, álbum seriado, jornais, revistas, textos, mapas, desenhos, gráficos, maquetes ou histórias em quadrinhos?

- **Recursos de papelaria:** lápis, lápis para colorir, borracha, apontador, caneta, marcadores coloridos, cartolina, tesoura, cola, barbante, tinta, pincel, corretivo escolar, papel colorido, papelão, régua, caderno ou prancheta?

- **Recursos financeiros:** caso não exista um material que possa ser utilizado durante a realização da ação, ou necessidade de custo com deslocamento, por exemplo, existe algum recurso financeiro destinado à realização da ação?

- **Recursos humanos:** existe a possibilidade de outras pessoas apoiarem a realização da ação? Quem são essas pessoas?

Observação: os recursos podem ser construídos com materiais simples do cotidiano, por exemplo: pneus, garrafas, tampinhas, embalagens reutilizáveis, meias, caixas, dentre outros.

Abaixo, apresentamos algumas perguntas que podem nortear o levantamento dos pontos-chave a partir dos dados coletados no diagnóstico:

1 - Qual a situação de prioridade, ou seja, o que é identificada como um ponto-chave que precisa de intervenção/mudança?



Exemplo: prevalência de sobrepeso e obesidade entre os escolares.



2 - Quais as causas da situação problema?

Exemplo: alto consumo de alimentos ultraprocessados pelos escolares.

3 - Quais os principais problemas a serem resolvidos?

Exemplo: estimular o consumo da alimentação escolar, sensibilizar os(as) estudantes e família/responsáveis sobre a importância da alimentação adequada e saudável.



4- Quais metodologias ativas seriam interessantes para trabalhar a temática? E nesse sentido, quais os recursos pedagógicos podem ajudar na comunicação com o público?

Exemplo: abordagens pedagógicas: rodas de conversa, oficinas culinárias, aprendizagem baseadas em problema, estudo de caso, dentre outras (no capítulo seguinte apresentamos mais possibilidades)
Recursos pedagógicos: murais/cartazes, jogos, fantoche, dentre outros.

5 - Quais recursos disponíveis para o desenvolvimento das ações?

Exemplo: se possui materiais de papelaria ou parcerias com outros (as) profissionais e setores para apoiar a ação.





Essa etapa pode ser realizada por meio de conversa diretamente com o público-alvo, análise documental, observação da realidade, entrevistas individuais, visitas, dentre outras formas. É importante destacar a necessidade de conhecer o contexto e o território onde será desenvolvida a ação de EAN.



Alguns pontos-chave podem surgir por intermédio de parceiros(as) e líderes da comunidade, de terceiros ou da observação da realidade, mas a etapa de diagnóstico precisa ser realizada de forma participativa, pois precisa considerar outros aspectos pertinentes do cenário de prática e que baseiam o planejamento da ação.

Após a etapa do diagnóstico, é importante definir os OBJETIVOS. E como construí-los?

Os objetivos dizem respeito ao **“que se quer atingir”**, ou seja, é preciso responder qual o intuito/finalidade da ação. Eles precisam ser explícitos, diretos e alcançáveis. Para melhor organização, os objetivos podem ser divididos em dois grupos: **geral e específicos**.

O objetivo geral apresenta a finalidade da ação e os objetivos específicos apontam quais delineamentos devem ser seguidos para o cumprimento do objetivo geral.



Vamos ver alguns exemplos?

Exemplo 1: você notou que o tema “alimentação e nutrição” não está inserido no currículo escolar.

Ação: inserção do tema “alimentação e nutrição” no Projeto Político Pedagógico

Objetivo geral

- Integrar o tema “alimentação e nutrição” no currículo escolar.

Objetivos específicos

- Sensibilizar a comunidade escolar sobre a importância das ações de EAN para a promoção dos hábitos alimentares saudáveis;
- sensibilizar os(as) professores(as) para a inserção transversal e articulada do tema alimentação e nutrição nas diferentes disciplinas do ensino;
- apresentar os princípios da EAN para a comunidade escolar;
- apresentar as estratégias de ações de EAN para os diferentes atores sociais;
- instrumentalizar a comunidade escolar sobre as etapas para a inserção da EAN no currículo escolar;
- elaborar projetos de EAN considerando seus princípios.



Exemplo 2: você notou que os(as) estudantes de uma determinada unidade educacional estão levando alimentos ultraprocessados de casa.

Ação: importância da promoção de uma alimentação saudável e adequada na escola.

Objetivo geral

- Sensibilizar a comunidade escolar quanto à importância da alimentação escolar.

Objetivos específicos

- Contextualizar sobre as regulamentações do Pnae para família/responsáveis pelos(as) estudantes;
- apresentar os benefícios de uma alimentação saudável e sustentável para os escolares;
- sensibilizar a comunidade escolar sobre a importância da alimentação adequada e saudável.

O terceiro passo é a definição da **METODOLOGIA/ABORDAGEM EDUCATIVA** da ação.

Então é necessário olhar com atenção para tudo que você coletou durante a fase de diagnóstico:



Público-alvo



Faixa etária



Condições socioeconômicas



Duração da ação



Pontos-chave levantados



Possíveis parceiros (as)



Recursos disponíveis (humanos, financeiros, logísticos, por exemplo)

Nesta etapa, é preciso:

- ❑ **considerar** os(as) responsáveis pela elaboração e desenvolvimento da ação;
- ❑ **definir** em tópicos o que pretende-se abordar e pesquisar os métodos e estratégias adequadas para atingir seu objetivo;
- ❑ **respeitar** a cultura local e utilizar a linguagem adequada com os(as) participantes para estimular a atenção e adesão à ação;
- ❑ **estabelecer** as parcerias que podem apoiar o desenvolvimento da ação;
- ❑ **levantar** os recursos (humanos, financeiros, audiovisuais) disponíveis e os possíveis materiais que podem ser produzidos a partir desses recursos.

Fique atento e considere: custo, acessibilidade, facilidade de aplicação da metodologia/recurso educativo e demais fatores que exigem adaptação da metodologia para, se necessário, traçar um plano B.

No final deste capítulo, vamos apresentar um modelo de quadro resumo para elaboração de uma ação educativa de EAN que pode ajudar você a pensar sobre a descrição de cada etapa.

Além disso, no próximo capítulo também apresentaremos propostas de metodologias ativas e de recursos educativos que podem auxiliar nessa construção.

Chegamos na última etapa do planejamento de uma ação educativa de EAN, vamos conversar agora sobre a AVALIAÇÃO E O MONITORAMENTO.

A avaliação consiste em analisar criticamente o cumprimento da ação desenvolvida.

Mas para que serve a avaliação?



Verificar

se os objetivos e as metas foram alcançados;

Escutar

o que os(as) participantes têm a dizer, se estão gostando, se precisam de maior suporte ou se precisa mudar algo;

Identificar

os erros e acertos ocorridos em todas as fases de execução, visando o aperfeiçoamento de ações futuras.

Sugerimos que a avaliação seja contínua e participativa, pois permite intervenções, adaptações e aprimoramentos das práticas educativas.

Alguns pontos para a avaliação são:



adesão do grupo durante a ação: os(as) participantes demonstraram interesse?



compreensão do grupo sobre o tema abordado: houve compreensão dos temas abordados?



observar a reação do grupo sobre o tema: as expressões/reações são de confusão? Compreensão? Aceitação?



avaliação dos métodos e recursos utilizados: foram suficientes em quantidade e número? Foram adequados ao público?



feedback dos(as) participantes: positivo? Negativo? Sugestões?



formulário com questões abertas e/ou fechadas para avaliação do aprendizado;



análise de conversas informais que registram a fala e opiniões dos(as) participantes.

Normalmente, a avaliação ocorre após a ação, mas é válido ressaltar que se faz necessário **MONITORAR** todas as etapas de execução e pontuar as observações para adaptações em práticas futuras. Contudo, a **avaliação e o monitoramento** precisam ter suas estratégias definidas durante o planejamento.

Não existe uma fórmula pronta para realizar uma avaliação, mas é preciso entender que os objetivos precisam ser “mensuráveis/medidos”.

Avalie índices: seja de redução de desperdícios, maior ou menor frequência no consumo de alimentos. Uma boa estratégia é realizar os testes de aceitabilidade, planilhas de controle e lista de verificação. Tudo depende de qual o melhor método de avaliação para a sua ação de EAN!



Lembre-se: para que a avaliação seja eficiente, sugerimos atenção especial na sua elaboração para a adequação ao público-alvo, considerando nível de escolaridade, faixa etária, dentre outras particularidades.

Vale destacar também que o processo avaliativo passa pela subjetividade. Logo, um exemplo é considerar **TAMBÉM** os comentários (*feedbacks*), a adesão do público e a participação no geral.

Conforme mencionamos no capítulo, a seguir, traremos um modelo de quadro resumo para nortear o planejamento das ações de EAN:

Tema:	<i>qual o nome/assunto da ação?</i>	
Local:	<i>onde será?</i>	
Público-alvo:	<i>a quem se destina?</i>	
Data:	<i>quando fazer? (dia, mês e ano)</i> <i>Refletir quantas atividades serão desenvolvidas e quantos encontros serão necessários para desenvolver o tema definido.</i>	
Horário:	<i>qual a hora de início e de término?</i>	
Responsável(s):	<i>quem vai fazer?</i>	
Objetivos		
Objetivo geral	Objetivos específicos	
<i>Por que fazer?</i>	<i>Como alcançar o objetivo geral?</i>	
Metodologia		
Descrição da ação	Parcerias	Recursos disponíveis
<i>Como fazer?</i>	<i>Quem pode apoiar?</i>	<i>O que utilizar/ quanto custa?</i>
Avaliação		
<i>Os objetivos foram atingidos?</i> <i>Quais serão os métodos para avaliar as ações?</i>		
Monitoramento		
<i>Os recursos foram suficientes? Houve adesão à ação? O que precisa ser aprimorado?</i>		

A seguir, apresentamos o modelo preenchido com o exemplo da horta escolar como recurso pedagógico:



Tema:	<i>horta escolar como recurso pedagógico</i>
Local:	<i>escola</i>
Público-alvo:	<i>comunidade escolar</i>
Data:	<i>xx/xx/xxxx</i>
Horário:	<i>xx:xxh a xx:xxh</i>
Responsável(s):	<i>gestores(as) escolares, professores(as), estudantes e família/responsáveis pelos(as) estudantes, membros do CAE e nutricionistas</i>

Objetivos

Objetivo geral	Objetivos específicos
<i>Implementar horta escolar como recurso pedagógico.</i>	<ul style="list-style-type: none"> - <i>sensibilizar a comunidade escolar sobre a importância da horta como ferramenta de aprendizado e estratégia para promoção de alimentação saudável;</i> - <i>reunir com os parceiros para definir sobre as responsabilidades;</i> - <i>criar um cronograma de atividades e de recursos necessários;</i> - <i>instrumentalizar a comunidade escolar sobre as etapas para implementação da horta escolar;</i> - <i>envolver professores(as), estudantes, merendeiras(os), agricultores(as) familiares, membros do CAE, família/responsáveis pelos(as) estudantes no planejamento e execução da horta escolar;</i> - <i>integrar a horta ao PPP da escola, perpassando as disciplinas, explorando diversos temas e assuntos de forma transdisciplinar, planejando atividades regulares que envolvam os(as) estudantes e demais membros da comunidade escolar;</i> - <i>estabelecer parcerias com agricultores(as) locais, secretaria de saúde e de agricultura, empresas ou organizações que possam fornecer suporte técnico e operacional, doações de materiais ou orientação sobre práticas agrícolas sustentáveis;</i> - <i>criar um sistema de monitoramento e avaliação para acompanhamento do progresso da horta e sua inserção como recurso de aprendizagem.</i>

Metodologia		
Descrição da ação	Parcerias	Recursos disponíveis
<ul style="list-style-type: none"> - reunião com a comunidade escolar para apresentar o projeto e realização de adaptações, se necessário; - formação da comunidade escolar para instrumentalizá-la sobre as potencialidades da horta escolar como recurso pedagógico. As formações seriam contínuas e utilizarão das seguintes metodologias ativas: rodas de conversa, estudo de caso e dinâmicas; - reunião com parceiros para definições de responsabilidades (doações de insumo, cuidados e manejo com a horta, manutenção em períodos de férias); - reuniões com professores e demais membros da comunidade escolar para inserção da horta escolar no currículo escolar; - elaborar cronograma de atividades das disciplinas, incluindo o tema alimentação e nutrição; -acompanhamento e assessoramento das atividades realizadas. 	<p>secretaria de educação, saúde, agricultura e meio ambiente, instituições de ensino superior, assistência técnica rural e agricultores(as) familiares locais.</p>	<p>insumos para horta (terra, enxada, pás, adubo, mudas e sementes, parceiros (órgãos/instituições).</p>
Avaliação		
<p>observacional, por meio de formulário para acompanhar o destino da produção e como está a vivência da comunidade escolar com o progresso da horta enquanto um recurso pedagógico.</p>		
Monitoramento		
<p>acompanhar todos os processos de implementação da horta e registrar os relatos para as adequações necessárias.</p>		



Referências

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. **Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas**. Brasília-DF: Ministério da Saúde, 69 p., 2012.

FNDE - Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (Brasil). FNDE. **NOTA TÉCNICA Nº 2810740/2022/COSAN/CGPAE/DIRAE**. Disponível em: https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/legislacao/SEI_FNDE2810740NotaTcnica.pdf . Acesso em: 15 jan 2024.

BRASIL. **Resolução CD/FNDE nº 6, de 8 de maio de 2020**. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE. Diário Oficial da União, Brasília, Seção 1, p. 38-44, 12 mai. 2020.

MENEZES, M. F. G.; MORGADO, C. M. C.; MALDONADO, L. A. **Diálogos e práticas em Educação Alimentar e Nutricional**. 1 ed. Rio de Janeiro: Rubio, 2019. 210 p.

NORONHA, G. A.; CARVALHO, T. L. G.; SOUZA, M. S. M. Proposta de oficina pedagógica sobre educação ambiental e alimentar usando a horta escolar como uma metodologia ativa de aprendizagem no ensino fundamental II. In: VI CONGRESSO NACIONAL DE PESQUISA E ENSINO EM CIÊNCIAS, 2021. **Anais do VI CONAPESC**. Campina Grande: Realize Editora, 2021.

CONCEIÇÃO, A. C.; COSTA, E. C., SILVA, L. O. S., CARDOSO, E. D. A., SANTOS, B. V. S., DUARTE, E. S. B.; MENDONÇA, X. M. F. D., GOMES, R. S. L. C. S. Ludicidade e método ativo na educação alimentar e nutricional do escolar. **Interdisciplinary Journal of Health Education**, v. 4, n. 2, p. 34 - 41, 2019.

DA SILVA NETO, J. G.; BRAGA, F. A.; SANTOS, A. C. F.; BRITO, A. N. M. Metodologias lúdicas de ensino e aprendizagem para educação alimentar e nutricional para crianças. **Revista Científica da Faculdade Estácio de Teresina**, v. 2, n. 1, p. 77-87, 2021.

NOGUEIRA, A. A.; SILVA, B. G. V. da; ARAÚJO, F. L. de; SOUZA, R. S. de; SANTOS, T. F. dos; BEZERRA, I. P.; SILVA, O. L. P. da. Construção de um Jogo para Realização de Educação Alimentar e Nutricional com o uso de Métodos Ativos de Aprendizagem: Um relato de Experiência. **South American Journal of Basic Education, Technical and Technological**, v. 8, n. 1, p. 970-976, 2021.

Significado das palavras

Agrotóxico

Tipo de produto ou agente utilizado em processos físicos, químicos ou biológicos que visam modificar a composição de plantas e animais, com a finalidade de inibir a ação danosa de seres vivos considerados nocivos. Essas substâncias também apresentam o potencial prejudicial à saúde, associada à ocorrência de várias doenças e complicações

Determinantes sociais da saúde

Compreendem os fatores sociais, culturais, econômicos, étnicos/raciais, psicológicos e comportamentais que afetam a ocorrência de problemas de saúde na população

Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNTs)

Grupos de doenças com origem desconhecida, com causas variadas, não são transmitidas de uma pessoa para outra e geralmente possuem tratamento contínuo. Exemplo: excesso de açúcar no sangue (diabetes) e pressão alta (hipertensão)

Equipamentos sociais

No sentido de serem potenciais locais que podem ser utilizados como cenário de prática para o desenvolvimento das ações de EAN. Exemplo: parques, praças, feiras, mercados municipais, teatros, restaurantes comunitários, banco de alimentos, local das produções rurais, dentre outros

Escuta ativa

Ouvir com atenção, interesse e empatia, àquele que fala

Feedback

Resposta a um estímulo/ação/situação como maneira para avaliá-lo

Significado das palavras

Índice de massa corporal (IMC)

É utilizado para classificar o peso do corpo de acordo com a altura, sendo um indicador muito aplicado em coletividades

Lúdico

Estratégia de entretenimento para chamar atenção e gerar envolvimento dos participantes em uma determinada atividade

Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANCs)

São partes de plantas que podem ser consumidas e apresentam uma grande variedade no universo culinário e nutricional, mas não são comumente conhecidas como alimentos

Produção agroecológica

É um modelo de agricultura que busca integrar e aplicar conceitos ecológicos e sustentáveis na produção de alimentos

Produção orgânica

Modelo de agricultura livre de produtos sintéticos, como fertilizantes ou agrotóxicos



Agora que você conheceu aspectos necessários para a elaboração de uma ação educativa de EAN, vamos apresentar a seguir algumas possibilidades de metodologias ativas e recursos educativos que podem auxiliar na realização das ações.

Esse tema ganhou um capítulo exclusivo neste *e-book* porque, apesar das ações de EAN serem realizadas, muitas vezes as metodologias não valorizam o diálogo, o lúdico e a interação entre os(as) envolvidos(as).



Vale enfatizar que a escolha da metodologia deve acontecer somente depois de conhecer melhor o público e seu contexto.



Ainda, elas precisam estar alinhadas aos diferentes elementos observados no diagnóstico, como por exemplo:



linguagem da ação educativa



espaço



tempo de duração



recursos disponíveis no momento, entre outros aspectos.

Mas, afinal, o que são metodologias ativas e quais as suas vantagens?

As metodologias ativas são aquelas que visam promover maior autonomia dos(as) participantes, logo, colocam as pessoas e coletividades no centro da aprendizagem, considerando seus saberes e conhecimentos prévios.





São abordagens diferenciadas porque partem da ideia de trabalhar de forma **lúdica, interdisciplinar, contextualizada, reflexiva, crítica e motivadora.**

Apesar de ser desafiador utilizar metodologias ativas, é fundamental considerar que elas possibilitam que os **indivíduos e coletividades atuem ativamente na construção do conhecimento**, ao invés de serem vistos como “repositórios” de informações, em que apenas escutam passivamente, sem que haja interação e troca de saberes entre os(as) envolvidos(as) na prática educativa.

Sendo assim, o **diálogo** é uma característica fundamental nas metodologias ativas, o que permite uma comunicação mais inclusiva entre as pessoas, que possibilita o compartilhamento do seu modo de vida, cultura e tradições alimentares.



As discussões costumam ser ricas, com ampla interação entre os(as) participantes, o que estimula a formação do senso crítico.

Toda essa construção do diálogo pode permitir que o aprendizado seja levado para as famílias, casas, comunidades e até mesmo perdure pelas fases da vida, desde a infância até a velhice.

A seguir, apresentaremos alguns exemplos de metodologias ativas e de recursos educativos que podem auxiliar no processo de execução de uma ação educativa de EAN:

Exemplos de Metodologias ativas



Roda de conversa

Oficina culinária

Horta escolar

Sala de aula invertida/*Flipped classroom*

Aprendizagem baseada em problemas/
Problem Based Learning (PBL)

Aprendizagem baseada em equipe/
Team Based Learning (TBL)

Estudo de caso

Mapa afetivo

Palestra

Teatro

Exemplos de Recursos educativos



Murais/cartazes

Gamificação

Flanelógrafo

Álbum seriado

Vídeos

Fique tranquilo(a) que mais adiante descreveremos cada um deles.

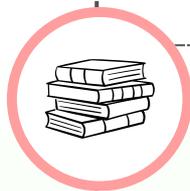
Mas e se eu tiver dificuldade em desenvolver as ações baseadas nessas metodologias?



Procure conhecer melhor como ela pode ser executada e até mesmo adaptada para sua realidade;



procure por outras experiências de EAN que tenham utilizado a metodologia de interesse, leia, pesquise e se informe sobre a abordagem;



parcerias também podem ser feitas com profissionais e atores que já tenham utilizado as metodologias ativas, essa troca de vivência enriquece o processo educativo e criativo;



a parceria com instituições de ensino superior pode ser de mútuo interesse e colaboração.



Mas como nosso objetivo é ajudar você a saber mais sobre essas metodologias e recursos educativos, descreveremos cada um deles seguidos de sugestões de como utilizá-los, lembrando que todo o planejamento precisa ser discutido com os(as) envolvidos(as) de forma participativa.





Metodologias ativas

Roda de conversa

Consiste em uma abordagem em que se reúne os(as) participantes, preferencialmente sentados(as), no formato de um círculo. É importante pensar em um espaço que comporte todo o grupo, além de priorizar locais bem iluminados, ventilados e que gerem conforto.



Durante a realização da roda de conversa, pode-se começar a discussão retomando as atividades e temas abordados em ações anteriores. Citar espontaneamente essas informações pode estimular a recordação dos(as) participantes.

Além disso, filmes, séries, personagens, podem ser utilizados como referências para contextualizar e incentivar a participação de todos(as). Recursos visuais como fotos, desenhos, vídeos e/ou músicas relacionados com o tema podem ser uma estratégia para atrair a atenção dos(as) participantes.



As rodas de conversa podem ser realizadas em espaços externos como praças, parques, centros comunitários, feiras e demais equipamentos sociais.

Atenção: sugere-se que durante a ação todos(as) tenham oportunidade de falar para possibilitar a troca e construção coletiva. Além disso, é uma metodologia que visa também desenvolver a escuta ativa.



Possibilidades de público-alvo:



escolares



merendeiras(os)



agricultores(as) familiares



família/responsáveis
pelos(as) estudantes



equipe
pedagógica



membros
do CAE

Oficinas culinárias



São atividades práticas que envolvem a preparação de alimentos de forma educativa e interativa nas quais os(as) participantes aprendem sobre os alimentos e técnicas de preparo. Durante as oficinas, os(as) participantes podem compreender todo o processo de preparação dos alimentos, por exemplo a seleção dos ingredientes, a execução das receitas, dentre outros.

 As oficinas culinárias têm objetivos educacionais que incluem:

- desenvolvimento de habilidades culinárias;
- ensino de noções básicas de nutrição;
- promoção da alimentação saudável;
- o incentivo à criatividade na cozinha.

Esses objetivos proporcionam uma combinação de instrução teórica, demonstração prática, degustação e *feedback* construtivo.

 Essas oficinas são uma ótima maneira de aprimorar habilidades culinárias e adquirir conhecimento técnico sobre diversos aspectos de uma alimentação saudável. Além disso, realizar visita à cozinha e à dispensa da escola, montar livros de receitas elaboradas pelos(as) participantes e degustar as preparações de olhos fechados permitem maior interação nas oficinas culinárias.

Nos anexos deste e-book, estão descritas algumas receitas que podem ser utilizadas nas oficinas culinárias.

Possibilidades de público-alvo:



escolares



família/
responsáveis
pelos(as)
estudantes

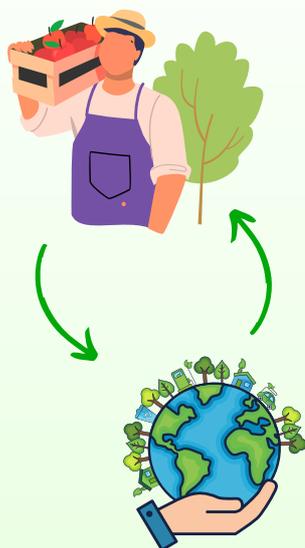


merendeiras(os)



equipe
pedagógica

Horta escolar



É o espaço escolar destinado ao plantio e cultivo de frutas, verduras e legumes, no qual os(as) participantes podem participar ativamente do processo. Também é utilizada como recurso pedagógico em diferentes disciplinas e contextos.

A construção da horta escolar desempenha um papel importante na educação dos(as) participantes, pois fornece uma oportunidade prática para aprender sobre agricultura, nutrição, meio ambiente, habilidades de vida e sobre a importância de uma alimentação saudável e equilibrada.

Além disso, pode-se cultivar, colher e consumir os alimentos produzidos na alimentação escolar, o que contribui para uma alimentação mais rica em nutrientes.



Caso a produção seja em larga escala, os alimentos podem ser destinados à(aos) família/responsáveis pelos(as) estudantes ou até mesmo a elaboração de uma feira, criando um novo cenário de prática e aprendizado.

Possibilidades de público-alvo:



escolares



família/
responsáveis
pelos(as)
estudantes



merendeiras(os)

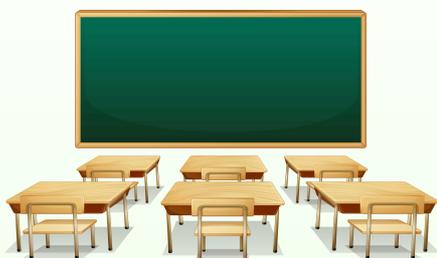


equipe
pedagógica



agricultores(as)
familiares

Sala de aula invertida/ *Flipped Classroom*



Na sala de aula invertida, os(as) participantes estudam anteriormente os materiais de aprendizado disponibilizados e usam o tempo de execução da ação para discussões, apresentações, atividades práticas e esclarecimento de dúvidas.

Possibilidades de público-alvo:



escolares



equipe
pedagógica



merendeiras(os)



membros
do CAE

Aprendizagem Baseada em Problema/ *Problem Based Learning (PBL)*

Método de ensino e aprendizagem em que os(as) participantes investigam e buscam responder a um questionamento ou a um problema baseando-se na realidade, sendo os(as) participantes protagonistas de todo o processo.



Nessa abordagem, os problemas são percebidos como estímulos que impulsionam a aprendizagem e o aprimoramento das habilidades de resolução.



Possibilidades de público-alvo:



escolares



equipe pedagógica



agricultores(as) familiares



merendeiras(os)



membros do CAE

Aprendizagem baseada em equipe/ *Team Based Learning (TBL)*

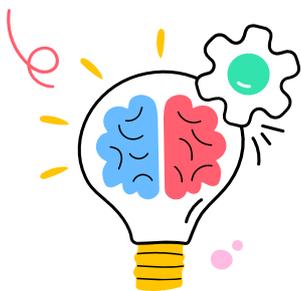


Aprendizagem baseada em equipe se caracteriza como um método dinâmico para promoção da aprendizagem, pois apresenta um momento individual e em grupo, motivando a participação e possibilitando a interação entre os(as) participantes, por meio do compartilhamento de informações.

É uma estratégia de ensino e aprendizagem ativa e colaborativa.



Inicialmente se constitui por uma sequência de atividades individuais e logo após é realizada em pequenos grupos, sendo o mediador um facilitador do processo.



Essa abordagem considera e estimula a exposição dos conhecimentos prévios, favorecendo a aprendizagem significativa, o pensamento crítico, o raciocínio e a inteligência emocional.

Possibilidades de público-alvo:



membros do CAE



escolares



equipe pedagógica



merendeiras(os)

Estudo de caso

Abordagem de ensino e aprendizagem que se baseia em situações da realidade. Consiste na apresentação de uma situação na qual os(as) participantes são estimulados(as) a refletirem sobre possíveis soluções e medidas a serem tomadas, bem como os fatores causais e as possíveis consequências.



Essa metodologia pode promover o desenvolvimento de habilidades e competências relacionadas à resolução de problemas, tomada de decisão, capacidade de argumentação e ao trabalho em equipe.

Possibilidades de público-alvo:



escolares



família/responsáveis pelos(as) estudantes



merendeiras(os)



equipe pedagógica



agricultores(as) familiares

Mapas afetivos

Mapas afetivos são representações gráficas que ajudam a visualizar e compreender as emoções e estados afetivos em relação a um determinado tema, experiência ou situação.



Quando relacionados à nutrição e alimentação saudável, podem ser úteis para entender como as pessoas se relacionam com suas escolhas alimentares, bem como identificar seus sentimentos, os obstáculos, motivações e necessidades.



Possibilidades de público-alvo:



escolares



merendeiras(os)



equipe pedagógica



membros do CAE



família/responsáveis pelos(as) estudantes



agricultores(as) familiares

Palestra

Metodologia expositiva que consiste na contínua exposição de assuntos para promoção da sua compreensão. Pode-se usar recursos visuais para ajudar no compartilhamento e exposição de ideias. Os questionamentos pelo(a) mediador(a) podem servir de estímulo para promoção da participação.



As palestras podem acontecer em diversos lugares, como pátios, quadras, auditórios ou salas de aula, e precisam se adequar ao público-alvo, especialmente ao tempo de duração, pois a depender das estratégias utilizadas e das características dos(as) participantes, podem se tornar cansativas.

Possibilidades de público-alvo:



escolares



merendeiras(os)



agricultores(as)
familiares



família/responsáveis
pelos(as) estudantes



equipe
pedagógica



membros
do CAE

Teatro

Performance de interpretação realizada por uma ou mais pessoas para contar/narrar uma história.

Durante a peça teatral, pode-se explicar ideias, apresentar conceitos e argumentar sobre diferentes pontos de vista.



Além disso, é possível utilizar-se de casos reais ou criados, interagir com o público e envolvê-lo na história. Essa estratégia pode contar com a participação dos(as) ouvintes e utilizar-se de figurinos, cenários, músicas e outros elementos para brincar com a imaginação e promover a interação e participação.

Possibilidades de público-alvo:



escolares



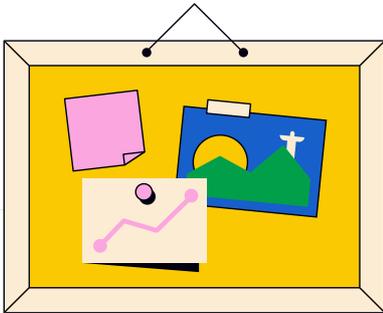
merendeiras(os)



equipe
pedagógica



Murais/cartazes



Murais/cartazes são recursos que podem ser confeccionados em papel cartão ou cartolina, com finalidade de transmitir uma informação de forma precisa e concisa, além de auxiliar na divulgação de informações.

A produção de murais e cartazes é uma excelente maneira de abordar ativamente a promoção de hábitos alimentares saudáveis e sensibilizar sobre temas da alimentação e nutrição.



Ao criar murais e cartazes sobre essa temática, é possível aprender mais sobre o valor nutricional dos alimentos e a importância de escolhas saudáveis, tornando os(as) participantes protagonistas no processo educacional.



Além disso, estimula o pensamento criativo, a expressão artística e a habilidade de comunicar mensagens de forma visual.

Os(as) participantes podem desenhar, pintar, colar, recortar, escrever textos e criar composições visuais que transmitam mensagens importantes sobre alimentação e nutrição.



Os murais e cartazes podem ser expostos em eventos, como feiras de saúde, reuniões com a família/responsáveis pelos(as) estudantes e espaços da escola, para que toda a comunidade escolar se envolva na promoção de uma alimentação saudável.



Os murais podem ser interativos, informativos e com enquetes (levantamento de informações).

Facilidades:

- ✓ produção com recursos existentes;
- ✓ participação de escolares na construção;
- ✓ baixo custo;
- ✓ podem ser transportados.



Possibilidades de público-alvo:



escolares



merendeiras(os)



família/responsáveis
pelos(as) estudantes



agricultores(as)
familiares



equipe
pedagógica



membros
do CAE

Gamificação

A gamificação consiste em aplicar elementos característicos de jogos, como competição, incentivos/recompensas, desafios e metas, com o objetivo de engajar os(as) participantes na atividade.



É uma estratégia eficaz para incentivar a adoção de hábitos alimentares saudáveis. Podem ser utilizados jogos de tabuleiro ou virtuais, caça ao tesouro, dinâmicas, gincanas, dentre outros.

Possibilidades de público-alvo:



escolares



família/responsáveis
pelos(as) estudantes



merendeiras(os)



equipe
pedagógica

Flanelógrafo

Trata-se de uma superfície rígida, recoberta por flanela ou material semelhante, sobre a qual são colocadas imagens em entretelas (material aplicado ao tecido para dar estrutura).



Sua cor pode variar, de acordo com as necessidades do(a) narrador(a), e as dimensões devem ser satisfatórias para leitura a distância.

É um material bastante utilizado para contações de histórias. Favorece a concretização do ensino, tornando ideias e conceitos mais próximos da realidade.

Possibilidade de público-alvo:



escolares

Ideia

Realidade

Álbum seriado

Recurso visual auxiliar de ensino, formado por páginas em sequência lógica. É uma coleção de folhas organizadas e relacionadas entre si. No álbum seriado consta uma série de ilustrações (desenhos, recortes, gráficos e fotografias) acompanhadas de textos e legendas curtas e com escrita simples.



Possibilidades de público-alvo:



escolares



equipe
pedagógica



agricultores(as)
familiares



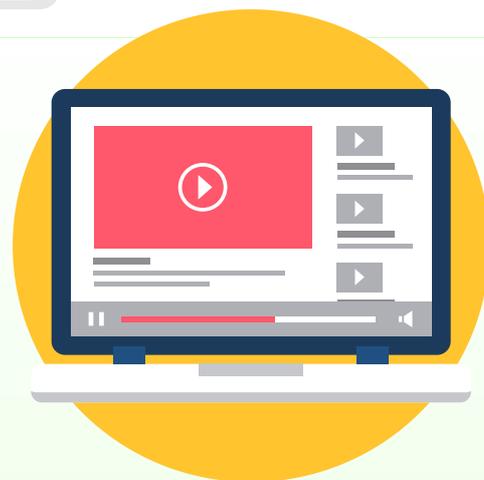
membros
do CAE



família/responsáveis
pelos(as) estudantes

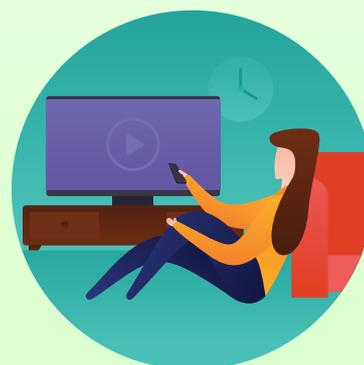
Vídeos

O vídeo é um recurso que pode conter imagens sequenciais com impressão de movimento, podendo ou não ter som. Esse recurso pode propiciar a experimentação de sensações e observação da realidade e conceitos.



Podem ser utilizados para tornar o processo de ensino e aprendizagem mais atrativo e diversificado, contribuindo com o objetivo da ação e facilitando ou intensificando a aprendizagem.

O vídeo pode ser elaborado pelos participantes ou pode ser utilizado de terceiros.



Possibilidades de público-alvo:



escolares



equipe
pedagógica



agricultores(as)
familiares



membros
do CAE



família/responsáveis
pelos(as) estudantes

“

Dica: outra ideia de recurso educativo são os fantoches que podem ser utilizados para ações de EAN com crianças a partir dos 3 anos de idade. São utilizados para contar histórias e estimular a imaginação. Uma proposta que depende de baixo investimento financeiro são os fantoches de meias e para a sua confecção pode-se utilizar meias velhas, artigos de papelaria, como papel EVA, canetas coloridas, tintas, entre outros, para caracterização dos personagens. Abuse da criatividade e pense em estratégias que podem minimizar os custos.



”

Material elaborado pelos(as) estudantes da Faculdade de Nutrição da Universidade Federal de Goiás durante a disciplina de Educação Alimentar e Nutricional, componente obrigatório no currículo do curso



Além de eleger uma boa metodologia e recurso educativo, também é muito importante aprofundar cada vez mais sobre temas específicos relacionados com a alimentação e nutrição, pois, na maioria das ações, os temas são abordados de forma superficial, não sendo discutido em toda sua potencialidade.



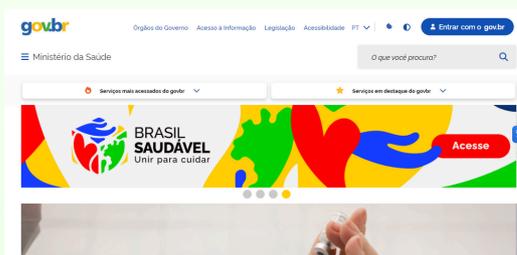
Procure por referências em livros, artigos, cartilhas e materiais governamentais, bem como em *site* confiáveis, como por exemplo:



Guia alimentar para a População Brasileira (2014)



Guia alimentar para crianças menores de 2 anos (2019)



Site do Ministério da Saúde



Site do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE)



Site da Rede Brasileira de Alimentação e Nutrição Escolar (Rebrae)



Site do Observatório de Alimentação Escolar (ÓAÊ)



Site da Biblioteca Virtual em Saúde



Site do Ministério do Desenvolvimento Social (MDS)

Você percebeu que dentre as metodologias ativas e recursos educativos não citamos a pirâmide alimentar. Mas por quê?

Primeiro, vamos entender o que é a pirâmide alimentar: é uma representação gráfica (imagem) dos grupos de alimentos com recomendação de porções para consumo diário. Ao longo do tempo, a pirâmide foi/é utilizada em diferentes ações, seja de forma expositiva ou até mesmo a partir da construção coletiva. No entanto, ela não aborda com clareza qual o grau de processamento do alimento que precisamos priorizar no consumo.



Ficou confuso? Continue aqui que vamos explicar melhor:

O iogurte com açúcar adicionado, na lógica da pirâmide alimentar, seria um alimento do grupo do leite e derivados? Ou do grupo de açúcares e doces?



Essas dúvidas podem causar confusão, certo?

Outro ponto que precisamos destacar é que os alimentos podem ser classificados, de acordo com sua composição, em dois ou mais grupos alimentares, como no caso do milho, ora podemos classificá-lo como uma hortaliça, ora podemos classificá-lo como um cereal, nesse caso pode gerar confusão em qual nível da pirâmide podemos incluí-lo.



Somado a isso, reduzir a alimentação saudável em porções não é tão interessante, pois cada pessoa é única, com seu próprio metabolismo, necessitando de uma alimentação individualizada.

Diante desses apontamentos, o **Guia Alimentar para a População Brasileira, publicado em 2014**, traz a alimentação a partir de recomendações e orientações que visam contribuir com a autonomia nas escolhas alimentares, desestimulando a recomendação por porções e grupos alimentares trazidos na pirâmide alimentar.



Guia alimentar para a População Brasileira (2014)

Sendo assim, **a representação gráfica da pirâmide alimentar deve ser evitada**, uma vez que preza pelas quantidades a serem consumidas, já o **Guia (2014)** aborda sobre as escolhas alimentares a serem priorizadas diariamente, baseadas no grau de processamento dos alimentos.



Trabalhar o Guia Alimentar desde a infância é primordial para a efetividade da construção de pensamento consciente sobre a qualidade alimentar, gerando autonomia para escolhas mais saudáveis que perpassem as fases da vida.



Você conheceu um pouco mais sobre as metodologias ativas e recursos educativos, mas em qual momento essas ações podem ser realizadas?

Os espaços disponíveis para a aplicação dessas metodologias são diversos. Como já conversamos, a **EAN deve ser contínua e permanente**, por isso sua **inserção no planejamento do currículo escolar e nas disciplinas escolares é fundamental e está previsto em lei** (conforme falamos no capítulo 1).

Vemos muito o tema alimentação e nutrição ser desenvolvido em semanas específicas, como semana da alimentação e/ou Dia Mundial da Saúde, mas é relevante destacar que a **promoção da alimentação saudável e sustentável inicia com a alimentação escolar**, logo, o **alimento é uma ferramenta pedagógica poderosa**, por isso o tema alimentação e nutrição deve ser incorporado como **atividades pré-definidas no currículo anual** das unidades educacionais e nas práticas profissionais diárias. Ou seja, deve estar **no dia a dia dos escolares**. O **apoio do(a) nutricionista** nesse processo pode fazer a diferença.



Em seguida, apresentaremos algumas **propostas de temas e atividades** que podem ser trabalhadas utilizando-se as **metodologias ativas e recursos educativos** descritos acima:





Algumas propostas de temas e atividades

> Alimentação diversificada/colorida

> As quatro leis da alimentação:

- > Lei da quantidade;
- > Lei da qualidade;
- > Lei da harmonia;
- > Lei da adequação.

> Guia Alimentar Para a População Brasileira (2014):

- > A alimentação sendo mais que ingestão de nutrientes;
- > A comensalidade;
- > Os alimentos com base no grau de processamento;
- > Quais são os grupos alimentares (laticínios, leguminosas, hortaliças, carnes, dentre outros);
- > Os 10 passos para alimentação saudável;
- > Os ingredientes culinários (sal, açúcar, óleos, ervas, dentre outros).

> Porcionamento dos alimentos:

- > Como montar um prato saudável?

> Conhecendo os rótulos dos alimentos

- > Nova legislação: objetivos, para que serve;
- > Como interpretar os rótulos.

> Alimentos sazonais, culturais e as práticas e tradições alimentares locais

> Sabores da nossa terra: as raízes da alimentação brasileira

> A ingestão de água e direito e acesso à água potável

> Hábitos alimentares saudáveis

> Direito Humano à Alimentação Adequada e Saudável

> Alimentação Escolar e o Direito Humano à Alimentação Adequada e Saudável



Algumas propostas de temas e atividades

- **Guia Alimentar Para Crianças Brasileiras menores de 2 anos (2019):**
 - Aleitamento materno e alimentação complementar saudável;
 - Os doze passos para uma alimentação saudável.

- **Sustentabilidade ambiental, social e econômica**

- **Por que evitar o desperdício de alimentos?**

- **Geração de resíduos: aproveitamento integral dos alimentos (receitas);**

- **Caminho do alimento: do plantio à mesa**

- **Os sete “Rs”:**
 - Reduzir;
 - Reutilizar;
 - Reciclar;
 - Repensar;
 - Recusar;
 - Restaurar;
 - Responsabilidade.

- **Agrotóxicos:**
 - Panoramas;
 - Riscos à saúde.

- **Sistema alimentar e ambientes alimentares**

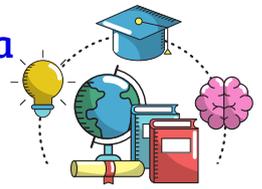
- **Higiene pessoal e dos alimentos**

- **Tipos de contaminação dos alimentos e Doenças Transmitidas por Alimentos (DTA's)**

- **Plantas Alimentícias Não Convencionais (Pancs) na alimentação**

- **Ser humano e natureza/terra/produção de alimentos com base no saber popular dos agricultores familiares**

Agora, vamos conhecer alguns temas que podem ser abordados na EAN dentro das diferentes áreas de conhecimento (línguas, matemática, ciências da natureza e ciências humanas).



Educação infantil (creche e pré-escola)

Área do conhecimento

Observação: sabemos que a educação infantil não é dividida em componentes curriculares, por isso trazemos, de modo geral, algumas maneiras de realizar as ações de EAN.

Sugestões de como abordar Educação Alimentar e Nutricional

- ⊗ Reconhecimento dos alimentos e sua origem;
- ⊗ Sopa de letrinhas;
- ⊗ Os sentidos por meio dos alimentos (tato, olfato, visão, audição e paladar);
- ⊗ Jogo da memória (figura do alimento e par com suas característica ou órgão favorecido);
- ⊗ Pé de quê? Reconhecendo as frutas/hortaliças e sua origem
- ⊗ Oficina culinária (introdução de novos alimentos);
- ⊗ Contação de histórias sobre temas da alimentação e nutrição.



Ensino fundamental e Ensino Médio

Observação: inclui-se também a modalidade de ensino de Educação de Jovens e Adultos (EJA)

Área do conhecimento

Língua portuguesa **ABC**

Sugestões de como abordar Educação Alimentar e Nutricional

- ⊗ ABC da horta;
- ⊗ Estimular a leitura de livros sobre os temas da alimentação e nutrição;
- ⊗ Contação de história de forma coletiva;
- ⊗ História sobre as frutas e hortaliças;
- ⊗ Incentivar a pesquisa, leitura e escrita com temas da alimentação e nutrição;
- ⊗ Abordagens sobre conceito de segurança alimentar e nutricional com apresentações e produção de materiais;
- ⊗ Incentivar a pesquisa e exposição oral e escrita sobre as leis e políticas de alimentação e nutrição.



Ensino fundamental e Ensino Médio

Observação: inclui-se também a modalidade de ensino de Educação de Jovens e Adultos (EJA)

Sugestões de como abordar Educação Alimentar e Nutricional

- ⊗ Estimular a produção textual sobre relação da alimentação e estilo de vida e o desenvolvimento de DCNTs;
- ⊗ Assinalar frases certas e erradas sobre alimentação;
- ⊗ Elaborar exercícios com escrita correta das palavras e efetuação do singular para o plural utilizando o nome dos alimentos;
- ⊗ Complementação de frases, exemplo: a laranja é rica em vitamina...;
- ⊗ Explicar as diferenças entre tabu, crença e mito relacionados à alimentação;
- ⊗ Interpretação dos rótulos dos alimentos: lista de ingredientes, conhecendo o significado das palavras desconhecidas.



Área do conhecimento

História



Sugestões de como abordar Educação Alimentar e Nutricional

- ⊗ História dos alimentos;
- ⊗ O papel do fogo na alimentação;
- ⊗ Hábitos alimentares regionais;
- ⊗ Transição Nutricional;
- ⊗ Ler e analisar artigos e propagandas de alimentos (naturais e industrializados);
- ⊗ Explicar sobre a diferença entre os costumes das religiões
- ⊗ A comida no cinema: escolha um filme e comente sobre o filme;
- ⊗ Explicar os efeitos da globalização, mudança de hábitos e a influência dos meios de comunicação;
- ⊗ Mitos e verdades sobre a alimentação e seu contexto histórico;
- ⊗ A fome no país (surgimento dos programas e das políticas públicas, terra para plantio e transporte dos alimentos);
- ⊗ O que é nutrição? Contexto histórico e conceito.



Ensino fundamental e Ensino Médio

Observação: inclui-se também a modalidade de ensino de Educação de Jovens e Adultos (EJA)

Área do conhecimento

Matemática / Álgebra / Geometria



- ⊗ Rótulo de alimentos: porcentagem e porções;
- ⊗ Cálculos de energia, macro e micronutrientes;
- ⊗ Cálculo para preparação de receitas;
- ⊗ Unidade de medida com alimentos;
- ⊗ Formas geométricas e volumes a partir de embalagens de alimentos;
- ⊗ Avaliar os preços cobrados nos encartes de supermercados e verdurões (simulação de compras);
- ⊗ Aproveitar a construção de uma horta para calcular a metragem dos canteiros, distância das mudas, quantidade de hortaliças, entre outras;
- ⊗ Ensine operações de somar, subtrair, multiplicar e dividir, aproveitando os ingredientes para fazer uma receita salgada ou doce;
- ⊗ Durante uma brincadeira de roda, recite um verso com rima criado para divertir e ajudar a memorizar números;
- ⊗ Analisar as informações nutricionais das embalagens dos alimentos;
- ⊗ Explicar o cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC) para adequação do peso à altura.

Sugestões de como abordar Educação Alimentar e Nutricional



Ensino fundamental e Ensino Médio

Observação: inclui-se também a modalidade de ensino de Educação de Jovens e Adultos (EJA)

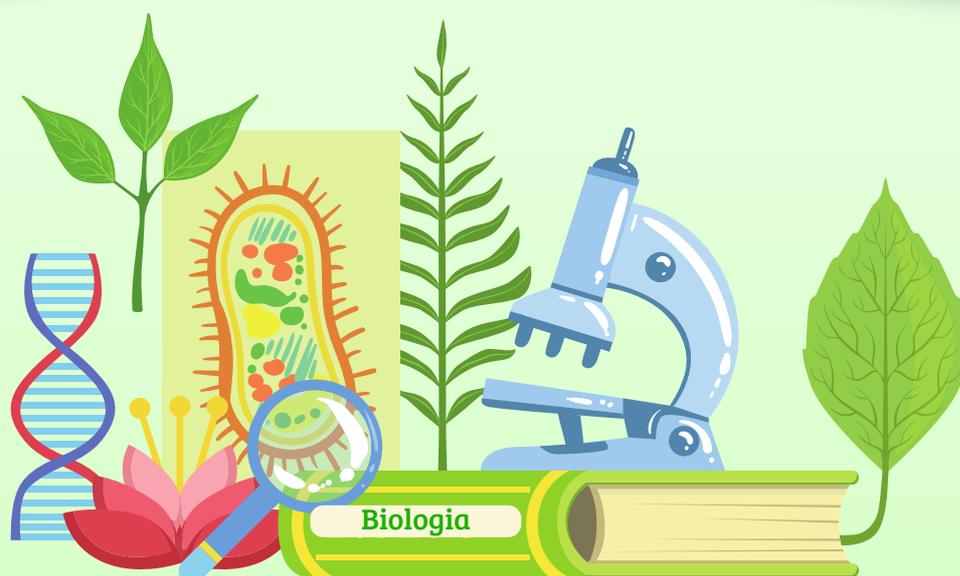
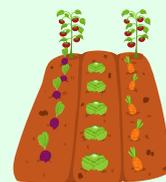
Área do conhecimento

Ciências / Biologia



Sugestões de como abordar Educação Alimentar e Nutricional

- ⊗ Grau de processamento dos alimentos;
- ⊗ Oficina culinária de aproveitamento integral de alimentos;
- ⊗ Horta como recurso pedagógico (fotossíntese, tipos de folhas, caule, raízes, relações inter e intraespecíficas, dentre outras);
- ⊗ Doenças Transmitidas por Alimentos (DTA);
- ⊗ Agrotóxicos e impactos para o ser humano;
- ⊗ Sistemas alimentares;
- ⊗ Relação entre alimentação e desenvolvimento de DCNTs;
- ⊗ Tipos de produção: orgânica, agroecológica e convencional;
- ⊗ Definir e explicar sobre os tipos, funções e fontes dos nutrientes e das fibras;
- ⊗ Como o alimento é levado para todas as partes do nosso corpo e explicar sobre os sistemas;
- ⊗ Conceito de caloria do alimento e como analisar o seu valor nutricional;
- ⊗ Higiene pessoal e dos alimentos;
- ⊗ Conservação dos alimentos mais perecíveis (*freezer* e congelador) e menos perecíveis (temperatura ambiente).



Ensino fundamental e Ensino Médio

Observação: inclui-se também a modalidade de ensino de Educação de Jovens e Adultos (EJA)

Área do conhecimento

Geografia



Sugestões de como abordar Educação Alimentar e Nutricional

- ⊗ Alimentos regionais;
- ⊗ Tipos de solo e influência da produção;
- ⊗ Tipos de solo e cultivo de alimentos;
- ⊗ Estações do ano e sazonalidade (safra) dos alimentos;
- ⊗ Meio ambiente e reciclagem do lixo;
- ⊗ Segurança alimentar, o caminho dos alimentos da produção até o consumo;
- ⊗ Importância da água: criar trabalhos (desenho, colagem, maquete, música ou texto) inspirados neste tema;
- ⊗ Hábitos e tradições alimentares regionais;
- ⊗ Horta como recurso pedagógico (tipos de solo, irrigação, rotação de culturas, umidade, composição do solo, dentre outros);
- ⊗ Leis da alimentação.

Área do conhecimento

Artes



Sugestões de como abordar Educação Alimentar e Nutricional

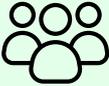
- ⊗ Cor dos alimentos;
- ⊗ Pinturas dos alimentos com suas respectivas cores;
- ⊗ Desenhar os alimentos de diferentes grupos;
- ⊗ Produção de pigmentos a partir dos alimentos;
- ⊗ Produção teatral sobre alimentação saudável (os personagens são os alimentos, dramatização: reproduzir ou criar histórias sobre a função dos alimentos);
- ⊗ Simulação de uma propaganda de alimentos (alimentos saudáveis).



Ensino fundamental e Ensino Médio

Observação: inclui-se também a modalidade de ensino de Educação de Jovens e Adultos (EJA)

Área do conhecimento

Sociologia 

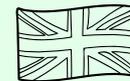
Sugestões de como abordar Educação Alimentar e Nutricional

- ⊙ Conversa sobre o que é Segurança Alimentar e Nutricional e a construção desse conceito;
- ⊙ Leis que incentivem a alimentação saudável;
- ⊙ Determinantes sociais da saúde;
- ⊙ Debates sobre construção da cidadania, compreensão da realidade social e dos direitos e responsabilidades em relação à vida pessoal, coletiva e ambiental com ênfase em temas sobre alimentação e nutrição.



Área do conhecimento

Língua estrangeira: inglesa/espanhola



Sugestões de como abordar Educação Alimentar e Nutricional

- ⊙ Nome das frutas/hortaliças em inglês/espanhol com roda de conversa sobre cada uma;
- ⊙ Textos sobre alimentação e nutrição para tradução e leitura.



Área do conhecimento

Filosofia 

Sugestões de como abordar Educação Alimentar e Nutricional

- ⊙ Momento de reflexão sobre alimentos atuais e de anos atrás - a vida pelas lentes da comida ao longo da história da humanidade.



Ensino fundamental e Ensino Médio

Observação: inclui-se também a modalidade de ensino de Educação de Jovens e Adultos (EJA)

Área do conhecimento

Física



Sugestões de como abordar Educação Alimentar e Nutricional

- ⊙ Estados físicos utilizando os alimentos: líquido, sólido e gasoso.



Área do conhecimento

Química



Sugestões de como abordar Educação Alimentar e Nutricional

- ⊙ Composição química das vitaminas;
- ⊙ O que acontece com as vitaminas e os minerais no corpo;
- ⊙ Contaminação dos alimentos com foco na contaminação química;
- ⊙ Demonstrar os efeitos dos agrotóxicos;
- ⊙ Aditivos químicos e seus efeitos;
- ⊙ Composição dos agrotóxicos;
- ⊙ A química dos sentidos (tato, olfato e paladar).



Área do conhecimento

Educação Física



Sugestões de como abordar Educação Alimentar e Nutricional

- ⊙ Relação entre alimentação e esporte;
- ⊙ Avaliação de consumo alimentar e nível de atividade física;
- ⊙ Gincanas com o tema de alimentação e nutrição.



Vale destacar que essas sugestões visam desenvolver **hábitos saudáveis e senso crítico** sobre a alimentação e nutrição, para **autonomia e escolhas alimentares saudáveis**.



Lembrando que umas das dimensões da EAN é a **transdisciplinaridade**, então sugerimos o diálogo e planejamento constante de ações que promovam a comunicação de diferentes áreas de conhecimento.

Que tal envolver um ou mais profissionais no desenvolvimento das ações?

“

Reforçamos que as atividades lúdicas, metodologias ativas e o diálogo propiciam um ambiente com participação ativa e a reflexão de todos(as) os(as) envolvidos(as). Os recursos educativos são ótimos instrumentos, materiais e ferramentas para desenvolver a ação educativa. Podem ser adquiridos ou construídos em conjunto.

”

Referências

BARROWS, H. S. A Taxonomy of Problem-Based Learning methods. **Medical Education**, v.20, p. 481-486, 1986.

BANDEIRA, D. M. A.; SILVA, M. A.; VILELA, R. Q. B. Aprendizagem Baseada em Equipe. **Revist. Port.: Saúde e Sociedade**, v. 2, n. 1, p.371- 379, jan. 2017.

BRASIL. Lei nº 12.982/2014, de 16 de junho de 2009. Altera a Lei nº 11.947, de 16 de junho de 2009, para determinar o provimento de alimentação escolar adequada aos alunos portadores de estado ou de condição de saúde específica. Diário Oficial da União: Brasília, DF. Disponível em: <https://www2.camara.leg.br/legin/fed/lei/2014/lei-12982-28-maio-2014-778811-publicacaooriginal-144230-pl.html>. Acesso em: 05/06/2024.

BENDER, W. N. **Aprendizagem baseada em projetos: educação diferenciada para o século XXI**. Porto Alegre: Penso Editora, 2015. 159 p.

FLANELÓGRAFO - ferramenta para a contação de histórias e educação infantil. **Cursos CPT**. Disponível em: <https://www.cpt.com.br/cursos-educacao-infantil/artigos/flanelografo-ferramenta-para-a-contacao-de-historias-e-educacao-infantil>. Acesso em: 12 dez. 2023.

LOPES, E. B. **Álbum seriado: recursos auxiliares de ensino**. Curitiba, 2017. Disponível em: <https://ceca.ufal.br/professor/jhqc/Album%20Seriado.pdf>. Acesso em: 15 jan. 2024.

FNDE - Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (Brasil). FNDE. **NOTA TÉCNICA Nº 2810740/2022/COSAN/CGPAE/DIRAE**. Disponível em: https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/legislacao/SEI_FNDE2810740NotaTcnica.pdf . Acesso em: 15 jan 2024.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Caderno de atividades: promoção da alimentação adequada e saudável**: ensino fundamental I. Rio de Janeiro: Editora MS, 2018. 128 p.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Caderno de atividades: promoção da alimentação adequada e saudável**: educação infantil. Rio de Janeiro: Editora MS, 2018. 93 p.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Caderno de atividades: promoção da alimentação adequada e saudável**: ensino fundamental II. Rio de Janeiro: Editora MS, 2019. 140 p.

MOREIRA, M. A. **Mapas conceituais e diagramas**. Porto Alegre: Ed. do Autor, v. 103, 2006.

Referências

NUNES, M. J. C.; ROSA, A. C. Q.; MACEDO, D. M.; ALVES, L. P.; ROCHA, M. T.; FIGUEIRÊDO, L. D.; ABRAÃO, M. R.; SOUZA, R. G. M.; BORGES, E. R.; RIBEIRO, E. S.; YAMAMOTO, T. CARDOSO, V. **Educação Alimentar e Nutricional: Proposta de Atividades**. 2 ed. Goiânia, 2011.

PERES, João. Após 26 anos de trabalho, pirâmide dos alimentos não quer se aposentar, O Joio e O Trigo, São Paulo, **6 ago. 2018**. Disponível em: <https://ojoioetrigo.com.br/2018/08/apos-26-anos-de-trabalho-piramide-dos-alimentos-nao-quer-se-aposentar/>. Acesso em: 5 jun. 2024.



Capítulo 4

Experiências exitosas em Educação Alimentar e Nutricional

Autoras:

Daiany Renally Ferreira Bezerra

Beatriz Vitorino Pereira dos Santos

Yasmin de Paula Oliveira

Géssica Mercia de Almeida

Significado das palavras

Centros Municipais de Educação Infantil (CMEIs)	Centros de ensino municipais que ofertam ensino às crianças de 0 a 5 anos, garantindo o acesso à primeira etapa da educação básica
Doenças Crônicas Não-Transmissíveis (DCNTs)	Grupos de doenças com origem desconhecida, com causas variadas, não são transmitidas de uma pessoa para outra e geralmente possuem tratamento contínuo. Exemplo: excesso de açúcar no sangue (diabetes) e pressão alta (hipertensão)
Esfigmomanômetro	Instrumento utilizado para medir a pressão arterial
Feedback	Resposta a um estímulo/ação/situação como maneira para avaliá-lo
In natura e minimamente processados	Alimentos <i>in natura</i> são aqueles que foram obtidos diretamente de fontes vegetais (plantas) e animais, mas não sofreram nenhuma alteração para o consumo. Alimentos minimamente processados são alimentos <i>in natura</i> que sofreram alterações mínimas no seu processamento pela indústria. Exemplo: moagem, secagem, pasteurização, dentre outras
Plantas Alimentícias Não Convencionais (Pancs)	São partes de plantas que podem ser consumidas e apresentam variadas possibilidades no universo culinário e nutricional, mas não são comumente conhecidas como alimentos
Sementes crioulas	São as sementes “originais”, ou seja, que não foram alteradas pelo ser humano e sua seleção natural ocorreu de forma espontânea, elas têm grande diversidade, além de serem mantidas por agricultores(as) locais



Neste capítulo, apresentaremos alguns relatos de experiência de ações de EAN realizadas nos municípios goianos e selecionadas durante a execução do projeto intitulado de **“Levantamento das ações de EAN nos municípios goianos”** desenvolvido pelo Cecane UFG no ano de 2023.

Continue a leitura, pois após conhecer algumas possibilidades de ações e reflexões dessas práticas, no capítulo seguinte (capítulo 5), apresentaremos também alguns **dados levantados na pesquisa que sugerem reflexões sobre a abrangência das ações de EAN no estado.**

Além disso, os relatos aqui apresentados podem servir de inspirações e referências para você, ator social do Pnae, desenvolver e propor estratégias e atividades em EAN. Adiantamos que não é necessária a reprodução na íntegra e você pode modificá-las de acordo com a realidade de cada público-alvo, com recursos disponíveis e a temática a ser abordada.

Os relatos a seguir foram compartilhados pelas nutricionistas responsáveis técnicas do Pnae de cada município e envolveram a participação de diferentes atores sociais como: estudantes, família/responsáveis pelos(as) estudantes, agricultores(as) familiares e gestores(as), conforme orienta a Nota Técnica nº 2810740/COSAN/CGPAE/DIRAE, demonstrando que é possível sua aplicação.

Se inspire e use a criatividade no planejamento e na execução das ações de EAN!



HIDROLÂNDIA

Tema da ação

Resgate do consumo tradicional da jabuticaba.



Objetivo

Inserir a jabuticaba, fruta símbolo do município de Hidrolândia, na alimentação escolar valorizando a cultura, tradição, história e seus aspectos nutricionais.

Público-alvo

Comunidade escolar.

Abordagem metodológica

Palestra, roda de conversa e visita *in loco*.

Descrição da ação

Inicialmente, realizou-se a sensibilização entre os(as) responsáveis pela compra da alimentação escolar e mapeamento agrícola local para aquisição da jabuticaba proveniente da agricultura familiar. Na região, essa fruta é abundante, porém ocorre muita perda, pois os produtores não conseguem mercado para vender esse alimento. Com isso, a partir da compra da jabuticaba para a alimentação escolar, a fruta passou a ser inserida no cardápio por meio de diferentes formas de apresentação: fruta *in natura*, suco e bolo.

Antes da inserção nos cardápios, realizou-se a apresentação da fruta por meio de rodas de conversas, em que os escolares relataram suas experiências com a fruta, além de palestras com a temática e degustação, enfatizando a importância da fruta para a história do município e seus aspectos nutricionais.

Observação: Uma das unidades educacionais do município participou da Jornada de Educação Alimentar e Nutricional, promovida pelo Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação, que incluiu a visita a maior fazenda de jaboticabas do mundo, localizada em Hidrolândia. Durante a visita, os escolares foram recepcionados pelos(as) proprietários(as) da fazenda que apresentaram a história desde a fundação. Em seguida, conheceram o pomar e degustaram a fruta *in natura* e algumas preparações.

Recursos utilizados

- fruta: jaboticaba;
- insumos para as preparações com jaboticaba: suco e bolo;
- fotos;
- *data show* (slides para apresentação);
- transporte para deslocamento dos escolares.

Avaliação

A avaliação foi observacional, em que os(as) participantes demonstraram interesse e aceitação das preparações propostas com a jaboticaba na alimentação escolar.

Principais resultados

- fortalecimento da agricultura familiar;
- valorização da produção local;
- contato direto dos escolares com a fruta;
- incentivo ao consumo de jaboticaba e preparações elaboradas a partir da fruta;
- momentos de descontração e diversão durante a degustação para as turmas que visitaram a fazenda de jaboticaba.

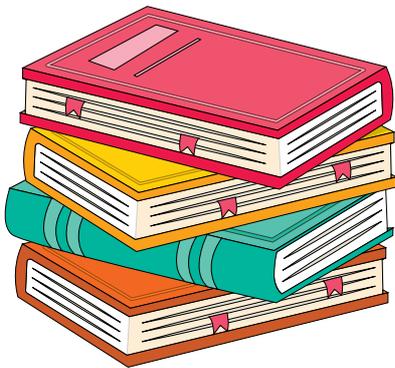
Demais fotos da ação





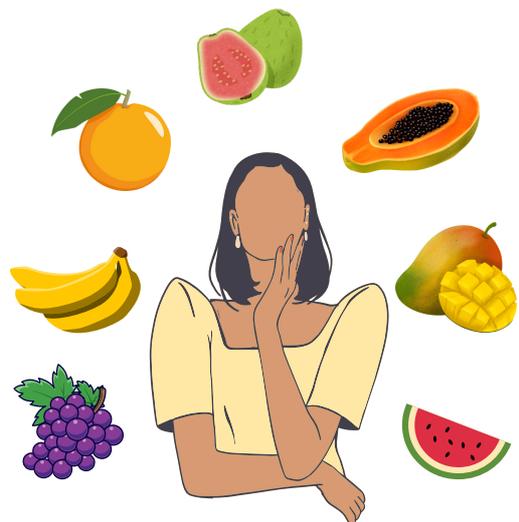
Para refletir...

Essa ação demonstra a atuação da nutricionista no fortalecimento da compra de alimentos de origem da agricultura familiar e também no resgate histórico do consumo tradicional da fruta, valorizando o hábito alimentar local. A visita ao jabuticabal, ambiente externo à escola, permite o contato com a natureza, interação entre os(as) participantes e contato direto com o local de produção da fruta.



Entender a história e os símbolos locais favorecem o desenvolvimento de atividades que tornam a aprendizagem significativa, pois o conhecimento passa a fazer sentido e o(a) participante se identifica e se sente pertencente ao contexto.

Uma das atribuições obrigatórias do(a) **nutricionista** do Pnae é de propor e realizar ações de EAN. Nessa ação em específico, conhecer a cultura alimentar do território foi um diferencial para o desenvolvimento dessa atividade, assim como envolver os(as) agricultores(as) familiares nos processos pedagógicos e promover o contato e aproximação dos escolares com a agricultura local.



ALEXÂNIA

Tema da ação

Visita à fazenda: de onde vem os alimentos?



Objetivos

- apresentar aos escolares o local em que são produzidos os alimentos;
- proporcionar momento de integração com a terra, animais, plantas e com os(as) agricultores(as);
- estimular o consumo de hortaliças pelo contato com o alimento no local onde são produzidos.

Público-alvo

Escolares do CMEI.

Abordagem metodológica

Contação de histórias, visita *in loco* e oficina culinária.

Descrição da ação

Inicialmente, houve a introdução sobre a origem dos alimentos a partir da horta escolar e por meio de contação de histórias adaptadas, para melhor compreensão do tema pelos escolares. Posteriormente, eles(as) tiveram experiências diretamente com agricultores(as) no local sobre ordenha e alimentação dos animais, bem como a colheita de frutas e vegetais. Por fim, a visita foi finalizada com o preparo de refeições a partir dos alimentos colhidos na fazenda.

Recursos utilizados

- disponibilidade da fazenda;
- transporte para os escolares e professores(as);
- alimentos coletados para o preparo das refeições;
- ferramentas para coleta dos alimentos;
- utensílios para preparação de receitas.

Avaliação

Observacional, a partir de relatos dos(as) gestores(as) e da(os) família/responsáveis pelos(as) estudantes.

Principais resultados

- Melhora no consumo de vegetais e frutas ofertados na alimentação escolar e em casa.

Demais fotos da ação

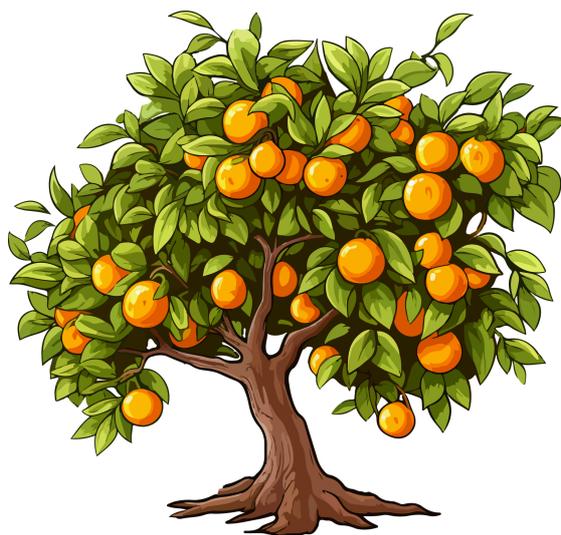




Para refletir...

Outra proposta interessante de ação de EAN são as visitas à fazenda/ produção rural, permitindo que os(as) participantes tenham contato com a natureza e também conheçam uma das etapas do sistema alimentar. É uma ação que foge da rotina do dia a dia e desperta a curiosidade dos escolares, além de ser uma abordagem diferente para desenvolver o interesse por uma alimentação saudável.

Caso não seja possível levar os escolares a esses campos, essa ação pode ser desenvolvida em uma praça onde contenha árvores frutíferas, por exemplo, ou mesmo em feiras locais. O ponto central dessa proposta é o caminho percorrido pelos alimentos e como eles são produzidos. Simular as etapas do sistema alimentar na própria escola, integrando os(as) colaboradores(as) e estudantes e até convidando os(as) agricultores(as) familiares, também pode ser tão lúdico quanto a visita *in loco*.



O diálogo direto com os(as) **agricultores(as) familiares**, seja no campo, feira ou escola, propicia o contato com seus saberes e vivências, além de enriquecer a discussão e contribuir para a promoção de práticas alimentares saudáveis e sustentáveis.



ALTO PARAÍSO DE GOIÁS

Tema da ação

Biodiversidade do Cerrado.



Objetivo

Apresentar a biodiversidade do Cerrado: frutos e animais.

Público-alvo

Escolares do ensino fundamental e demais membros da comunidade escolar.

Abordagem metodológica

Atividades envolvendo pinturas, leituras de poemas e oficina culinária.

Descrição da ação

No Dia do Meio Ambiente, a escola foi decorada a caráter, criando um cenário lúdico e temático, com exposição de painéis retratando os frutos, fauna e flora do bioma Cerrado. Previamente, os(as) professores(as) abordaram a biodiversidade do bioma, com elaboração de pinturas, leitura e pesquisa sobre o tema. Posteriormente, os(as) professores(as) e demais membros da equipe pedagógica, nutricionista, merendeiras(os) e estudantes, produziram pães, bolos, biscoitos e mousses à base de baru, jatobá e araticum para degustação, e todos esses alimentos foram adquiridos da agricultura familiar. A nutricionista apresentou os alimentos por meio de ilustrações, frutos *in natura* e a farinha dos frutos, além disso recitou poesia sobre as sementes crioulas. A atividade culminou na entrega de mudas nativas que foram doadas por pessoas da comunidade.

Recursos utilizados

- decoração para o Dia do Meio Ambiente;
- materiais para abordar a biodiversidade do bioma Cerrado (tinta, pincel, quadro, cartazes, cartolina);
- ilustrações de fauna e flora do Cerrado;
- mudas de árvores nativas;
- alimentos oriundos da agricultura familiar;
- utensílios de cozinha para a preparação das refeições;
- insumos para o preparo das receitas.

Avaliação

Observacional, a partir do *feedback* dos participantes.

Principais resultados

Reconhecimento das frutas nativas do cerrado e suas aplicações.

Demais fotos da ação





Para refletir...

Essa ação evidencia as potencialidades dos biomas brasileiros que são vastos em relação à fauna e flora. Essa atividade propicia aproximação dos escolares com o ambiente no qual vivem e reflexões sobre conservação do meio ambiente. Por um lado, os escolares que não conhecem os frutos passam a conhecê-los, enquanto outros passam a consumi-los não só no quintal de casa. Abordar os alimentos no ambiente escolar também permite apresentar novas preparações com o mesmo alimento, proporcionando aos escolares experimentarem novos sabores, cores e texturas. Vale ressaltar que as atividades precisam ser contextualizadas para que façam sentido e contribuam com a autonomia de escolhas de vida saudável.



Jatobá



Murici



Árvore de murici



Pequi

BARRO ALTO

Tema da ação

Que seu alimento seja seu remédio.



Objetivos

- sensibilizar a comunidade escolar sobre a importância de uma alimentação saudável;
- apresentar os efeitos benéficos do consumo de frutas, verduras e legumes para a saúde, auxiliando na prevenção de DCNTs;
- incentivar a(os) família/responsáveis pelos(as) estudantes a acompanhar o desenvolvimento do escolar durante o seu processo de aprendizagem, inclusive envolvendo aspectos da alimentação e nutrição, além de participar das ações promovidas pela escola.

Público-alvo

Toda a comunidade escolar.

Abordagem metodológica

Feira de culminância das atividades realizadas em sala de aula.

Descrição da ação

A nutricionista apresentou a proposta de projeto à comunidade escolar, bem como divulgou o projeto nas redes sociais da unidade educacional e rádio local para envolvimento e participação das famílias e responsáveis pelos escolares.

Os temas selecionados foram discutidos pelos(as) professores(as) nas salas de aula e todas as atividades culminaram em uma feira aberta para a comunidade local. Durante a feira, a equipe de saúde realizou a aferição da pressão arterial, medição dos níveis de glicose e deu orientações de saúde.

Todas as tendas foram decoradas de acordo com o tema abordado previamente em sala de aula, sendo eles: aproveitamento integral dos alimentos, intolerância à lactose, doença celíaca, vegetarianismo, diabetes, hipertensão, preparações saudáveis e alimentação escolar nos CMEIs, contando com a participação ativa dos escolares durante todo o processo.

Ao final houve a premiação em um concurso de receitas, em que os escolares reproduziram uma receita saudável com a família/responsáveis e gravaram todo o processo. Os critérios para seleção da receita foram estabelecidos previamente e as unidades escolares criaram uma comissão para votação.

Recursos utilizados

- rádio local para divulgação;
- carro de som;
- rede social da escola;
- materiais de papelaria;
- tendas;
- mesas para exposição;
- materiais para decoração das tendas (cartazes, panos, fita adesiva etc);
- insumos para a elaboração de receitas;
- aparelhos eletrônicos para gravação dos vídeos, dentre outros;
- prêmios/brindes;
- aparelho para aferir a pressão arterial (esfigmomanômetro)
- aparelho para medir glicose;
- materiais de papelaria (lápiz, pincel atômico, cartolinas etc).

Avaliação

Avaliação processual da ação, com escuta ativa dos(as) participantes para levantamento dos pontos positivos e negativos da ação, a fim de aprimorar a atividade para edições futuras.

Principais resultados

- contribuição para formação de hábitos alimentares saudáveis;
- Participação da comunidade escolar;
- Parcerias com demais secretarias (saúde).

Demais fotos da ação





Para refletir...

Desenvolver um projeto é uma ideia muito interessante para trabalhar a EAN, pois poderá envolver diferentes pessoas, órgãos e atividades.

Sugerimos um planejamento real das etapas, para não gerar frustrações e desmotivação por parte dos(as) planejadores(as). Outra questão é que, nessa proposta, os escolares desenvolveram receitas com a(os) família/responsáveis e isso proporciona vínculo, valorização e divulgação da cultura e tradições alimentares locais e até mesmo individuais.



A participação da(os) **família/responsáveis** pelos(as) estudantes nessa ação destaca a importância desses agentes promotores de EAN que, quando abraçam e colaboram com as atividades propostas pela escola, incentivam a sua realização. Além disso, os escolares protagonizaram a elaboração de receitas e da realização da feira, sendo sujeitos ativos do seu processo de aprendizado e, portanto, não podem ser vistos como receptores de informações, já que apresentam pré-concepções e saberes que devem ser considerados.

Os temas propostos podem ser diversos (**reveja alguns no capítulo 3**) e serem discutidos de diferentes maneiras no dia a dia escolar, ressaltando a importância do(a) **professor(a) e demais membros da comunidade escolar** como agentes promotores desse conhecimento, entendendo que esse espaço é uma extensão da comunidade e, portanto, não deve se dissociar das reflexões sobre as temáticas que envolvem a alimentação e nutrição.

Outro ponto importante de destacar é que essa atividade foi realizada em uma praça, um ambiente que precisa ser ocupado e um local agregador de diferentes grupos de pessoas, permitindo a descoberta e resgate da memória, história e cultura locais.



PLANALTINA

Tema da ação

Semana da Alimentação Saudável.

Objetivos

- sensibilizar sobre a importância da alimentação saudável;
- identificar alimentos saudáveis e o prejuízo do consumo de alimentos ultraprocessados;
- sensibilizar sobre a importância de higienizar os alimentos;
- explorar a capacidade analítica e interpretativa, raciocínio lógico e percepção visual, tátil, olfativa e gustativa dos(as) participantes;
- aumentar a conscientização quanto à importância de uma boa alimentação.

Público-alvo

Escolares da Educação de Jovens e Adultos (EJA).

Abordagem metodológica

Roda de conversa, elaboração de cartazes/murais e piquenique.

Descrição da ação

Essa ação foi dividida em diferentes etapas, com a realização de momentos práticos e de debates. Discutiu-se sobre: a origem dos alimentos, seu papel no organismo, importância da alimentação saudável, atividade física, alimentos ultraprocessados e os malefícios à saúde, higienização, armazenamento e reaproveitamento integral dos alimentos.

Foram realizadas rodas de conversa para introdução do tema, proporcionando grande interação entre os(as) participantes que apresentaram seus conhecimentos prévios sobre o assunto.



No momento prático, houve elaboração de cartazes para exposição na escola. A culminância da atividade foi com um piquenique na sala de aula com alimentos *in natura*, incluindo frutos do Cerrado.

Recursos utilizados

- cartazes;
- figuras de alimentos;
- rótulos de alimentos;
- lápis de cor e pincéis
- figuras de alimentos;
- jornal;
- revistas;
- folha sulfite;
- tesoura e cola;
- insumos e utensílios para o piquenique.

Avaliação

Avaliação observacional e por meio de *feedback*.

Principais resultados

- demonstração de interesse pela temática;
- participação e interação entre os envolvidos;
- compartilhamento das experiências;
- os relatos de todos demonstraram algum nível de conhecimento sobre a temática da alimentação saudável, mas, devido à correria do dia a dia, possuem dificuldade em manter uma alimentação saudável;
- o processo de escuta permitiu a valorização dos conhecimentos de cada um, somados às informações científicas trazidas pelos(as) mediadores(as).

Demais fotos da ação





Para refletir...

As atividades de EAN podem ser realizadas com públicos de diferentes faixas etárias, desde que haja adequação pedagógica para garantir adesão pelos(as) participantes e estimulem a participação e o aprendizado.

Nessa ação, fica evidente que as rodas de conversas são ótimas aliadas, pois permitem o compartilhamento de diferentes realidades e proporcionam crescimento mútuo, além de reforçarem, mesmo com os adultos, a importância de manter ou mudar alguns comportamentos para uma boa alimentação.

Vale a pena destacar sobre a importância de não ser uma ação pontual, em uma semana específica do ano letivo. As atividades de EAN precisam perpassar o currículo escolar para serem bem sucedidas e alcançarem os objetivos desejáveis.



RIO VERDE

Tema da ação

Inserção de Planta Alimentícia Não Convencional (Panc): *Ora-pro-nóbis* no cardápio escolar.



Objetivos

- incentivar o consumo e cultivo de *Ora-pro-nóbis*;
- promover alimentação diversificada, saudável e sustentável entre os escolares.

Público-alvo

Escolares das unidades educacionais rurais.

Abordagem metodológica

Roda de conversa e oficinas culinárias.

Descrição da ação

Inicialmente, houve o treinamento e sensibilização das(os) merendeiras(os) e nutricionistas das escolas rurais quanto ao cultivo, preparo e uso da *Ora-pro-nóbis* na alimentação escolar. Após essa etapa, deu-se início ao plantio na escola, a partir das mudas doadas pelo Instituto Federal local. Contou-se com a participação de um estudante de agronomia, que deu instruções de plantio e entregou um panfleto com informações complementares. Quando estavam prontas para consumo, foram introduzidas, gradualmente, no cardápio escolar e seguem mantidas até o momento, nas seguintes preparações: feijão tropeiro, carnes ao molho, sopas, quibebe e farofas. Após essa introdução, foram realizados testes de aceitabilidade para acompanhar a adesão pelos escolares.

Recursos utilizados

- mudas de *Ora-pro-nóbis*;
- insumos para horta: terra, adubo, água, enxada, rastelo, pás, regador
- canteiro;
- panfleto com informações adicionais;
- material para teste de aceitabilidade (fichas, lápis, balança).

Avaliação

Testes de aceitabilidade e *feedbacks* orais.

Principais resultados

- Diversidade alimentar;
- Fonte adicional de nutrientes e boa aceitação da planta pelos escolares.

Demais fotos da ação





Para refletir...

A inclusão de um alimento não convencional nos cardápios escolares é uma ótima iniciativa, pois contribui para a diversidade do cardápio, valorização da cultura alimentar local e melhora a qualidade nutricional das refeições. Esse processo é potencializado quando os escolares se integram ao processo, pois, como na ação da horta, há a valorização da alimentação escolar e do contato com os alimentos *in natura*, instigando, assim, a interação entre os escolares e maior desenvolvimento das habilidades motoras.



Vale ressaltar que a inserção de uma Panc no cardápio escolar precisa ser contextualizada e de forma processual para maior aceitação pelos escolares. Abordar a planta em sala de aula de diferentes formas aproxima e aguça a curiosidade sobre o alimento.

Uma ideia interessante é utilizar oficinas culinárias para inserir novas preparações na alimentação escolar, uma vez que os escolares participam ativamente do processo e ficam curiosos para provar o alimento preparado por eles. Outra possibilidade é contar com a participação das(os) **merendeiras(os)**, um ator social de extrema importância para as ações de EAN, porque são figuras-chave no preparo das refeições e nas oficinas, pois podem apresentar os utensílios, a cozinha e formas de manter o controle higiênico-sanitário das preparações, além de estimularem o consumo dos alimentos, pois criam vínculos afetivos com os escolares e contribuem para a formação de hábitos alimentares saudáveis, maior adesão à alimentação escolar e combate ao desperdício.



VILA PROPÍCIO

Tema da ação

Horta sustentável.

Objetivo

Incentivar a prática de consumo de alimentos *in natura* e minimamente processados e reutilização de materiais recicláveis.

Público-alvo

Escolares de 4 a 8 anos.

Abordagem metodológica

Horta escolar.

Descrição da ação

O primeiro passo incluiu a elaboração do projeto para traçar as etapas necessárias à implementação de uma horta escolar, esta etapa contou com participação da nutricionista e coordenação escolar, além do apoio da secretaria de educação. O segundo passo foi apresentar o projeto para a comunidade escolar, por meio de roda de conversa. O terceiro passo abrangeu a aquisição de insumos necessários para implementação da horta e o quarto e último passo, contemplou a execução do plantio das mudas na horta envolvendo todos da unidade escolar.

Recursos utilizados

- pneus;
- garrafas *pet*;
- tinta;
- sementes e mudas de hortaliças;
- terra, adubo, água, enxada, rastelo, pá, regador, dentre outros materiais necessários para jardinagem.



Avaliação

Observação do nível de participação e *feedback* dos participantes.

Principais resultados

- sensibilização sobre a importância do consumo de alimentos *in natura* e minimamente processados;
- inclusão dos alimentos plantados na alimentação escolar.

Demais fotos da ação





Para refletir...

Essa horta, em especial, foi construída em uma área de assentamento e possibilitou a inclusão de alimentos *in natura* na alimentação escolar, pois o acesso e transporte desses alimentos nessa região são limitados. A implementação da horta foi uma excelente estratégia para melhoria da qualidade e diversidade da alimentação escolar.



Como podemos perceber nessa atividade, a horta é um excelente instrumento pedagógico que contempla as temáticas de EAN, mas não só. Também estimula a consolidação de conhecimentos sobre botânica, solo, práticas e alternativas de plantio, dentre outros, e ainda atua como instrumento de consumo, visto que o que é plantado pode ser consumido pelos escolares.

Enquanto recurso pedagógico, a partir da horta podemos ensinar/aprender sobre medidas, áreas, geometria (matemática); ditado, palavras, acentuação (português); solo, irrigação, drenagem (geografia); origem dos alimentos, história dos alimentos (história); sistema vascular, tipos de folhas e caules (biologia), por exemplo. Os alimentos também podem ser incluídos na alimentação escolar e, em caso de excedentes, podem ser distribuídos entre as famílias dos escolares.

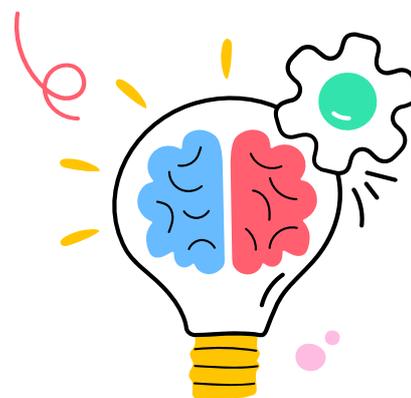




Para refletir...

A horta escolar e o manejo para a sua manutenção podem contribuir com a aproximação dos(as) participantes com os alimentos, valorizando, dessa maneira, a alimentação escolar e os alimentos *in natura*, instigando, assim, o contato e a curiosidade com esses alimentos e sua forma de produção. Além disso, o processo de reciclagem de materiais, a interação com diferentes pessoas e com o solo podem permitir o desenvolvimento de diferentes habilidades e competências.

Destaca-se ainda a importância da **gestão escolar** em dar suporte nas ações de EAN, acolhendo e propondo projetos, abrindo as portas das escolas para o desenvolvimento das atividades e fornecendo recursos técnicos e operacionais para execução das ações.



Outra reflexão importante nos casos das hortas escolares é buscar parcerias para obtenção dos insumos necessários à sua manutenção (mudas, sementes, terra, extrato, utensílios), como universidades e outros setores da prefeitura, além de estabelecer, no planejamento, quem serão os responsáveis pela manutenção, especialmente em períodos de férias, para evitar a inatividade dessa área nesses períodos. Envolver a(os) família/responsáveis pelos(as) estudantes é uma excelente medida para colaboração mútua e permanência da horta em períodos das férias escolares.

CRISTALINA

Tema da ação

Benefícios de manter uma alimentação saudável.

Objetivos

Apresentar os benefícios da alimentação saudável e os malefícios do consumo exagerado de alimentos ultraprocessados.

Público-alvo

Escolares do ensino fundamental.

Abordagem metodológica

Roda de conversa e palestra.

Descrição da ação

A princípio, o tema foi introduzido nas salas de aula pelos(as) professores(as), por meio de roda de conversa. Em seguida, as nutricionistas do Pnae, em parceria com a escola, planejaram um dia de atividades para abordar o tema. Neste dia, iniciou-se a programação com uma palestra interativa, permitindo a participação ativa dos escolares, que tiraram suas dúvidas.

Com o auxílio de um cartaz, intitulado "Desrotulando", apresentou-se alguns alimentos ultraprocessados que são consumidos com grande frequência. O intuito foi apresentar cada alimento, expondo a quantidade de açúcar, óleo e sal (sódio), bem como os problemas que podem ser causados a longo prazo pelo consumo excessivo desses alimentos. Após a apresentação, houve um espaço para esclarecimento de dúvidas e, em seguida, foi entregue aos escolares um esquema abordando os alimentos que precisamos priorizar, moderar e evitar o consumo.



Por último, houve apresentação de alimentos que precisam ser a base da nossa alimentação, os *in natura* e minimamente processados, com destaque aos seus benefícios e enfatizando a importância da alimentação escolar para o processo de aprendizagem. A atividade culminou em um piquenique de frutas em que todos puderam desfrutar desses alimentos.

Recursos utilizados

- cartazes com ilustrações de alimentos ultraprocessados;
- esquema abordando os alimentos que devem ser priorizados;
- *data show*
- Frutas *in natura*;
- Utensílios de cozinha para piquenique (pratos, garfos, guardanapo).

Avaliação

Observou-se a expressiva participação e interação de todos os participantes.

Principais resultados

- compreensão sobre os benefícios de uma alimentação baseada em alimentos *in natura* e minimamente processados;
- compreensão sobre os malefícios de uma alimentação baseada em alimentos ultraprocessados;
- importância da alimentação escolar para o processo de aprendizagem.

Demais fotos da ação





Para refletir...

As propostas que utilizam-se de recursos visuais são ótimas para estimular a atenção dos(as) participantes. Outra possibilidade é elaborar esses murais de forma dinâmica e interativa, envolvendo os escolares na produção, que podem trazer de casa as embalagens dos alimentos que são comumente consumidos por eles.

Algumas perguntas também podem provocar o pensamento crítico dos(as) participantes:

“Por que esse alimento eu preciso evitar e esse consumir mais vezes?”

“Quais desses alimentos têm na alimentação escolar?”

“Esse alimento é feito de quê?”

São provocações que tornam o momento mais significativo. Além disso, outras áreas do conhecimento podem ser envolvidas, como por exemplo a matemática, ao calcular a quantidade de açúcar, sal e óleo presentes nos alimentos.

Nessa ação, evidencia-se a atuação dos(as) **professores(as)** enquanto agentes promotores de EAN, pois, dentre outras recomendações, podem incluir as temáticas de alimentação e nutrição no currículo das disciplinas e apoiar o desenvolvimento e perpetuação dos projetos encabeçados por eles(as) ou por outros atores sociais.



FORMOSA

Tema da ação

Alimentação Saudável.



Objetivo

Promover a formação de hábitos alimentares saudáveis.

Público-alvo

Escolares dos CMEIs.

Abordagem metodológica

Roda de conversa e dinâmica lúdica.

Descrição da ação

Realizou-se uma dinâmica com o auxílio de uma panela de pressão identificada com a frase “O que tem aqui dentro?” para instigar a curiosidade dos(as) participantes. No interior da panela, havia material visual com ilustrações de diferentes alimentos e, à medida que eram retiradas, os escolares foram estimulados a identificarem os alimentos e se os consumiam. Ao redor da mesa expositiva, além da panela de pressão, havia as frutas e hortaliças demonstradas nos materiais visuais. As placas continham ilustrações de alimentos com alto teor de açúcar e gordura, assim como de frutas e verduras. Durante a atividade, houve a discussão sobre os diferentes grupos de alimentos e quais são aqueles que precisam ser consumidos com maior frequência e aqueles que precisamos evitar o consumo. A atividade foi encerrada com a música “viro, vira, virou”, que mencionava os utensílios presentes na cozinha.

Recursos utilizados

- Guia alimentar para crianças menores de 2 anos;
- panela de pressão;
- papel sulfite;
- lápis de cor;
- caneta ou marcador permanente;
- placas para anexar as imagens dos alimentos;
- palito de picolé;
- aparelho de som;
- imagens ilustrativas de alimentos;
- frutas e hortaliças.

Avaliação

A avaliação foi observacional e houve relato da equipe escolar sobre a melhor aceitação de frutas e hortaliças pelos escolares.

Principais resultados

Melhora da aceitação de frutas e verduras ofertadas na alimentação escolar.

Demais fotos da ação





Para refletir...

Essa atividade demonstra que com materiais do cotidiano é possível criar um cenário propício para discutir sobre alimentação e nutrição. A ludicidade foi bem explorada a partir de elementos como a panela e a música, que podem tornar a experiência mais participativa e significativa.



Outro ponto positivo foi a inclusão de alimentos *in natura* e minimamente processados na ação, pois promove contato direto entre os participantes e os alimentos.

Vale lembrar que, com os escolares de menor faixa etária, é importante refletir o tempo e a proposta da atividade, pois esse público se dispersa mais rapidamente e envolvê-lo pode estimular sua atenção.

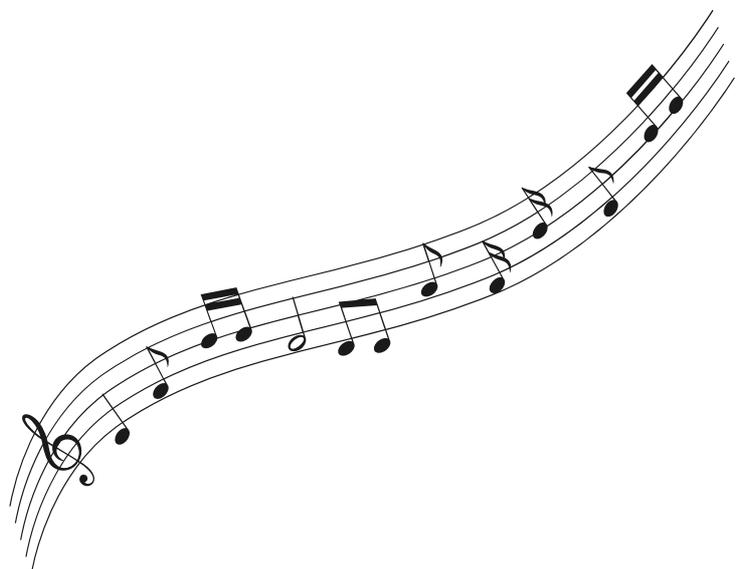


Uma sugestão é de que cada um(a) dos(as) participantes seja estimulado(a) a retirar os alimentos da panela. Além da questão simbólica do recipiente, ser questionado(a) se o consome, se gosta, se conhece ou se está presente na alimentação escolar são boas estratégias que podem estimular o envolvimento e a participação.

Letra da música utilizada na ação

E agora a gente vai se transformar em um monte de coisas muito malucas
Como por exemplo:

Em uma caneca
Uma chaleira
Uma colherinha
E um colherão
Um prato raso
Um prato fundo
Um garfinho
E um facão
Em um saleiro
Açucareiro
E uma panela... que faz feijão
Fu fuuu!
Ô ô ô ô ô ô ô!
Viro vira virou



NERÓPOLIS

Tema da ação

Conhecendo as frutas.

Objetivo

Apresentar as frutas de modo a auxiliar a sua aceitação pelos escolares.

Público-alvo

Turmas do maternal I e II (CMEIs).

Abordagem metodológica

Roda de conversa e análise sensorial das frutas.

Descrição da ação

A atividade iniciou-se com a montagem de uma mesa expositora com algumas frutas expostas e cortadas para posterior consumo. A nutricionista apresentou cada uma das frutas, enfatizando sua importância para a saúde. Após essa etapa, os escolares puderam experimentar cada fruta, tocá-las para conhecer sua textura, sentir o cheiro e sabor.

Recursos utilizados

- frutas *in natura*;
- faca;
- pratos para exposição dos alimentos;
- guardanapos;
- utensílios para se servir.



Avaliação

Observacional.

Principais resultados

- melhora na aceitação de frutas;
- maior interesse das crianças pelos alimentos oferecidos na alimentação escolar.

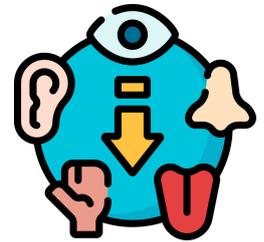
Demais fotos da ação





Para refletir...

Nessa ação, vemos uma ideia simples de como desenvolver a EAN com os(as) pequenos(as). É uma forma de apresentar esses alimentos estimulando os diferentes sentidos, visão, paladar e tato, reconhecendo, assim, a diversidade de sensações por meio das frutas e uma abordagem diferente da alimentação saudável.



Diferentes frutas ou alimentos podem ser utilizados como recurso pedagógico. Atividades como essas podem ser potencializadas, se desenvolvidas em ambiente externo ao da sala de aula, como em um parque ou em feiras livres, por exemplo.



Outra sugestão é utilizar as frutas regionais e da época, respeitando a cultura alimentar. Essa atividade pode ser adaptada para escolares de maior faixa etária, criando um cenário de piquenique, contação de história, dentre outras possibilidades.



Não sei se você sentiu falta, mas não houve relatos em específico sobre o papel dos membros do Conselho de Alimentação Escolar (CAE) na promoção e realização de ações de EAN apresentadas.



O CAE é um órgão colegiado, deliberativo, fiscalizador, consultivo e de assessoramento que tem o papel de fiscalizar a aplicação dos recursos destinados à alimentação escolar e acompanhar o cumprimento das diretrizes do Programa, sendo uma delas a inserção de EAN como estratégia para o desenvolvimento de práticas saudáveis de vida na perspectiva da Segurança Alimentar e Nutricional. Desse modo, os(as) conselheiros(as) podem propor, participar e executar as ações de EAN, assim como também podem solicitar o cumprimento dessa diretriz junto à gestão do Programa.

Mas quem forma esse CAE?

Professores(as) e/ou trabalhadores(as) da educação, a(os) família/responsáveis pelos(as) estudantes, organizações sociais, associações, fundações e outras entidades similares e sem fins lucrativos, até mesmo estudantes. Sendo assim, esses podem ser atores sociais que já estejam presentes nas ações apresentadas anteriormente, que envolveram professores(as) e família/responsáveis pelos(as) estudantes, por exemplo.



Você pode ter percebido que a maioria das avaliações das ações de EAN apresentadas neste capítulo ocorreu de forma observacional e de feedbacks, mas vale ressaltar que existem muitas possibilidades de ampliação dessa avaliação, conforme mencionamos no capítulo 2. As avaliações são utilizadas para obter o resultado concreto da ação, nortear adaptações para novas atividades, considerando as impressões dos envolvidos em relação ao aprendizado adquirido e à execução prática do que foi planejado.

Referências

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. **Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas**. Brasília-DF: Ministério da Saúde, 2012. Disponível em: https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2017/03/marco_EAN.pdf. Acesso em 16 jan. 2024.

CD/FNDE – Conselho Deliberativo. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. **Resolução nº 6, de 8 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. Disponível em <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/resolucao-n-6-de-8-de-maio-de-2020-256309972>. Acesso em 16 jan. 2024.

Brasil. Ministério da Educação. **Portaria Interministerial nº 1.010, de 8 de maio de 2006**. Institui as diretrizes para a Promoção da Alimentação Saudável nas Escolas de educação infantil, fundamental e nível médio das redes públicas e privadas, em âmbito nacional. Diário Oficial da União. 9 Maio 2006.

BRASIL. **Lei nº 11.947, de 16 de junho de 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, DF, 17 jun. 2009. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2009/lei/l11947.htm. Acesso em: 16 jan. 2024.

BRASIL. **Lei nº 13.666, de 17 de maio de 2018**. Altera a Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996 (Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional), para incluir o tema transversal da educação alimentar e nutricional no currículo escolar. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 18 maio 2018. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_Ato2015-2018/2018/Lei/L13666.htm. Acesso em: 16 jan. 2024.

FNDE - Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (Brasil). FNDE. **NOTA TÉCNICA Nº 2810740/2022/COSAN/CGPAE/DIRAE**. Disponível em: https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/legislacao/SEI_FNDE2810740NotaTcnica.pdf. Acesso em: 15 jan 2024.

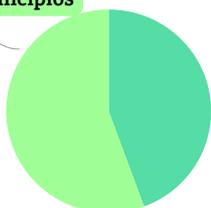
BEZERRA, J. A. B. **Educação alimentar e nutricional: articulação de saberes**. Fortaleza: Edições UFC, 2018

Cervato-Mancuso, A. M. **Elaboração de programas de educação alimentar e nutricional**. In: Diez-Garcia RW, Cervato-Mancuso AM, editor. Mudanças alimentares e educação alimentar e nutricional. Rio de Janeiro: Guanabara-Koogan; 2011. p. 187-197.

EAN nos municípios goianos

Inserção de ações de EAN no Projeto Político Pedagógico nas unidades escolares em 2012

119 municípios

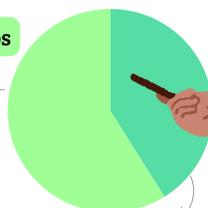


Sim

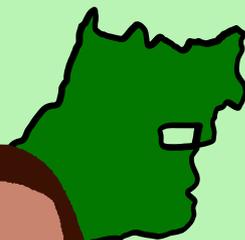
Não

Inserção de ações de EAN no Projeto Político Pedagógico nas unidades escolares em 2023

126 municípios



88 municípios



Capítulo 5

Levantamento das ações de EAN nos municípios goianos

Autoras:

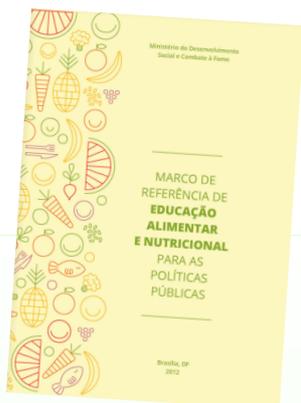
Daiany Renally Ferreira Bezerra

Raize Rayka Silva Santos

Beatriz Vitorino Pereira dos Santos

Géssica Mercia de Almeida

Tendo em vista a importância de **conhecer o cenário das ações de Educação Alimentar e Nutricional (EAN)**, o Cecane UFG conduziu em dois momentos (2012 e 2023) duas pesquisas, ambas **via ligação telefônica**, com o intuito de realizar o levantamento das ações de EAN no âmbito nacional e regional, bem como **entender como os(as) nutricionistas e/ou gestores conduzem essas práticas**.



A primeira versão da pesquisa aconteceu em 2012, três anos após a publicação da Lei que institui o Pnae e no mesmo ano da publicação do Marco de EAN. Essa primeira versão teve abrangência nacional, sendo possível realizar um recorte do estado de Goiás.

Marco de Educação Alimentar e Nutricional para políticas públicas (Marco de EAN)



Já **em 2023**, onze anos após a primeira versão da pesquisa e considerando os avanços durante uma década da Lei que instituiu o Programa, **essa pesquisa foi reproduzida e adaptada especificamente para o estado de Goiás**, para **analisar e comparar os avanços e desafios** ainda presentes, sendo possível traçar um paralelo com os dados anteriores.



Na primeira edição da pesquisa, observou-se que dos 214 municípios goianos entrevistados, **195 souberam informar que as ações de EAN eram realizadas nas unidades escolares**, enquanto **na segunda versão**, das 236 entrevistas feitas com os representantes do Pnae, **220 alegaram contemplar as ações de EAN nas creches e escolas** da rede.

Realização de ações de EAN em 2012 nas unidades escolares: 

Realização de ações de EAN em 2023 nas unidades escolares: 



Em ambos os estudos, dentre as atividades apresentadas, as mencionadas com mais frequência foram palestras e atividades lúdicas.



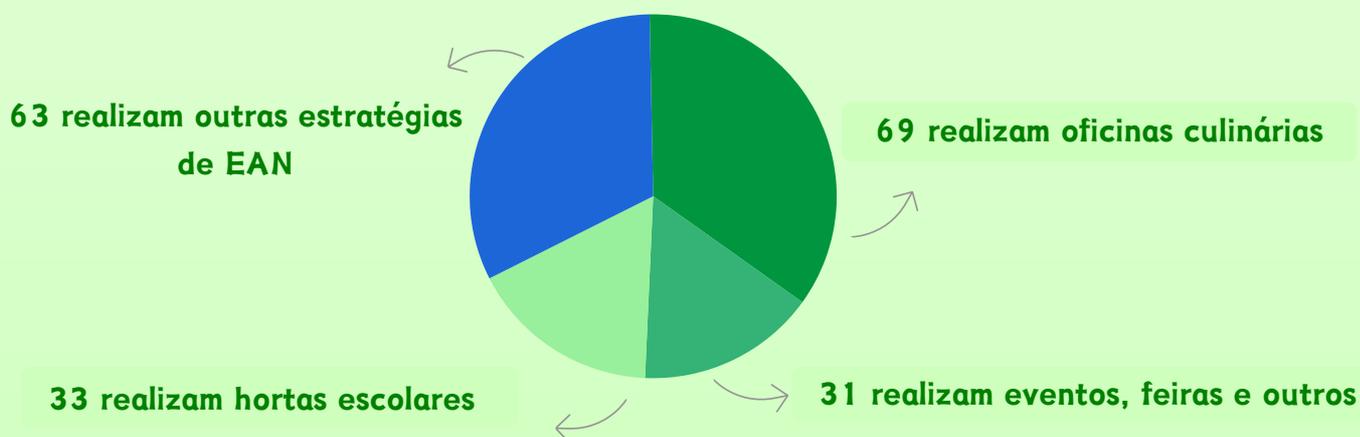
Na pesquisa de 2012, as palestras foram as mais citadas, diferente daquelas levantadas em 2023, em que o destaque ficou com as atividades lúdicas, seguidas de oficinas culinárias, hortas escolares e eventos, como feiras e semanas da alimentação.



Principais metodologias utilizadas em ações de EAN realizadas em unidades escolares em 2012:



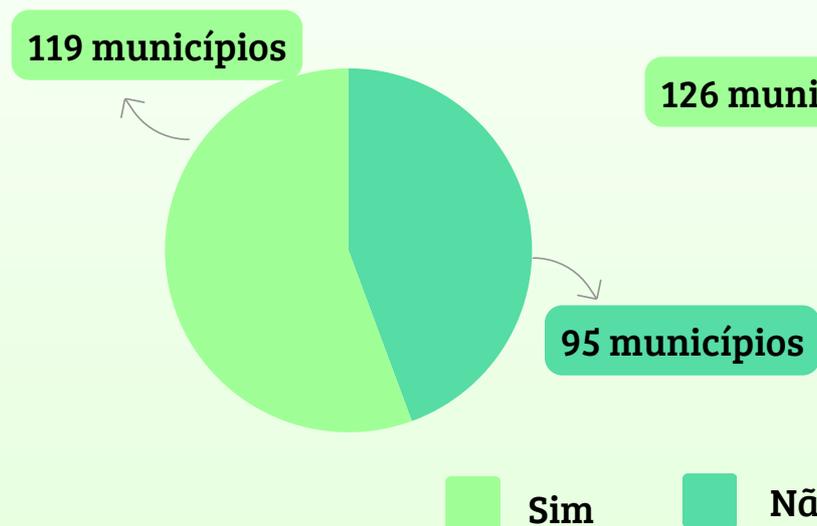
Metodologias utilizadas para ações de EAN em 2023 nas unidades escolares:



Com relação à **inserção das ações de EAN no Projeto Político Pedagógico (PPP) das unidades escolares**, conforme previsto na Lei nº 13.666/2018, no primeiro estudo, 119 municípios informaram que as ações estavam inseridas no PPP das unidades escolares, enquanto, na segunda versão da pesquisa, 126 municípios afirmaram que as ações de EAN estavam inseridas nos PPPs de todas as unidades escolares, consonante ao que é previsto em lei.



Inserção de ações de EAN no Projeto Político Pedagógico nas unidades escolares em 2012:



Inserção de ações de EAN no Projeto Político Pedagógico nas unidades escolares em 2023:



Os **principais atores sociais responsáveis pela realização das ações de EAN**, em ambos os estudos (2012 e 2023), foram predominantemente os(as) nutricionistas, seguidos pelos(as) professores(as).

Principais responsáveis pelas ações de EAN nas unidades escolares nos anos de 2012 e 2023:



Diante do cenário de responsabilidade apresentado, verifica-se a **necessidade de planejamento e articulação de estratégias para ampliar a coparticipação de demais atores sociais** responsáveis pela execução dessas ações, tais como: gestores(as), merendeiras(os), membros do CAE, a(os) família/responsáveis pelos(as) estudantes, conforme orientações do **Marco de EAN e da Nota Técnica nº 2810740/2022/COSAN/CGPAE/DIRAE**.

Demais atores sociais, além de nutricionistas e professores, responsáveis pela execução de ações de Educação Alimentar e Nutricional nas unidades escolares:



gestores



**manipuladores de alimentos/
merendeiras (os)**



**membros
do CAE**

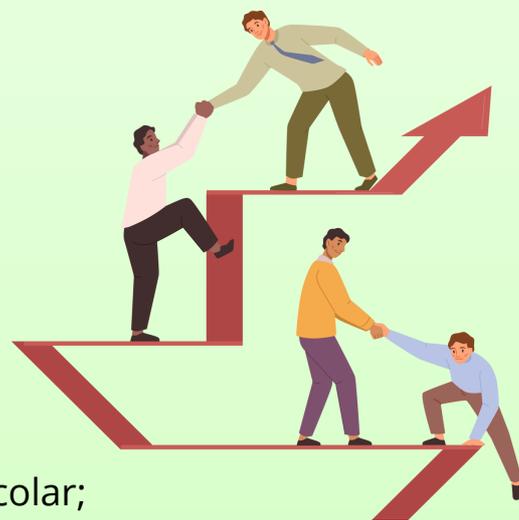


**família/responsáveis
pelos(as) estudantes**

No que se refere aos desafios, nos dois estudos foram citados pontos em comum.

Principais desafios enfrentados para a execução de ações de EAN nas unidades escolares em 2012 e 2023:

- > falta de tempo do(a) nutricionista;
- > insuficiência de quadro técnico;
- > falta de recursos financeiros;
- > desinteresse da equipe pedagógica;
- > entraves para inclusão da EAN no currículo escolar;
- > falta de formação dos(as) professores(as);
- > falta de eventos formativos sobre EAN;
- > falta de apoio, parcerias, recursos financeiros, materiais e/ou estrutura para a realização das ações.



Ainda, embora em menor frequência, outros desafios também foram apontados, como:

- > falta de interesse da família/responsáveis pelos(as) estudantes;
- > distância entre as unidades escolares;
- > resistência dos escolares, professores(as), em virtude da cultura alimentar local;
- > falta de equipamentos e espaço adequado.



Em conclusão, a partir do exposto, **a replicação e adaptação da última pesquisa (2023) reforçou a importância de se conhecer a realidade do território**, que é dinâmica e passível de mudanças.

E então, a partir disso, ser possível **planejar e colocar em prática estratégias** que colaborem com a execução das ações de EAN no âmbito escolar, que contemplem a **participação de toda a comunidade escolar** para que elas ocorram de **forma contínua, permanente, transdisciplinar, multisetorial e multiprofissional**, além de perpassar pelo currículo escolar.



Dados mais detalhados do estudo de 2023 serão divulgados em formato de artigos científicos e materiais de divulgação. Para obter informações detalhadas do estudo de 2012, acesse os artigos publicados.

Referências

ALMEIDA, G. M.; SILVA, S. U.; SOARES, G. B.; GREGÓRIO, N. P.; MONEGO, E. T. Educação Alimentar e Nutricional no exercício profissional do nutricionista atuante no Programa Nacional de Alimentação Escolar: um panorama brasileiro, **Demetra: Alimentação, Nutrição & Saúde**, v. 13, n. 4, p. 851-873, 2018.

SILVA, S. U.; MONEGO, E. T.; SOUZA, L. M.; ALMEIDA, G. M. As ações de educação alimentar e nutricional e o nutricionista no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 23, n. 8, p. 2671-2681, 2018.

EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL

Inspire-se e seja também inspiração!

Como fazer as ações educativas?

Anexos



Anexos

Pão de queijo

Ingredientes:

60g de queijo muçarela - 3 fatias

60g de massa de tapioca - 3 colheres de sopa cheias



Opcional: sal a gosto

1. Misturar o queijo e a tapioca com as mãos em um recipiente até se tornar uma massa homogênea
2. Enrolar em formato de bolinhas
3. Dispor as bolinhas em uma bandeja untada com manteiga ou em uma folha de papel manteiga/vegetal
4. Levar ao forno pré-aquecido a 200° por 15 minutos ou até dourar

Rendimento: 8 unidades pequenas / 4 unidades médias (30g)

Mini pizzas saudáveis

Ingredientes:

1 copo americano de farinha de aveia - 100g

1 colher de chá de sal - 3g

1/3 copo americano de iogurte natural desnatado - 70ml

1 copo americano de molho de tomate - 190g

3 fatias de queijo muçarela - 60g

orégano, manjericão, tomate cereja, queijo parmesão ralado (sugestão para recheio)



1. Misturar a farinha de aveia e o sal em um recipiente
2. Adicionar o iogurte, aos poucos, e mexer até a massa desgrudar das mãos
3. Abrir a massa e fazer formato de pequenos discos (mini pizza)
4. Dispor em uma forma untada ou coberta com papel manteiga/vegetal
5. Levar ao forno pré-aquecido a 200° por 10 minutos
6. Rechear como preferir e volte ao forno até que o queijo derreta.

Rendimento: 13 unidades (32g cada).

Bolinho de arroz

Ingredientes:

Massa:

8 colheres de sopa cheia de arroz cozido - 200g

1 ovo - 50g

1 colher de sopa cheia de molho de tomate (opcional)

Temperos a gosto: sal, pimenta do reino e salsinha

2 colheres de sopa cheias da farinha de sua preferência (arroz ou aveia) - 40g

Recheio:

2 fatias de muçarela - 30g



Para empanar:

Passar no flocão de milho (opções: farinha de amêndoas ou farinha de rosca)

1. Misturar o arroz cozido com o ovo, molho de tomate e temperos em um recipiente
2. Levar ao processador ou liquidificador para triturar - observar o ponto da massa e tomar cuidado para que não fique mole
3. Adicionar a farinha e misturar
4. Abrir a massa, rechear com queijo, enrolar e passar no flocão de milho
5. Finalizar na frigideira (por 15 minutos) ou *airfryer* ou forno (por 30 minutos)
6. Dispor em recipiente e servir

Rendimento: 16 unidades médias (20 g cada).

Sorvete de banana com casca

Ingredientes:

5 bananas nanicas maduras médias - 775g

1/4 xícara (chá) de mel - 80g



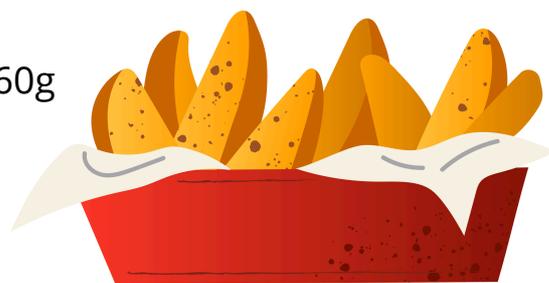
1. Lavar e higienizar as bananas
2. Para higienizar dilua 1 colher de sopa de hipoclorito de sódio (água sanitária com essa função no rótulo) para cada 1 L de água, por 10 minutos
3. Congelar as bananas com as cascas
4. Depois de congeladas, picar as bananas com casca em rodela finas e colocar no liquidificador junto com o mel
5. Bater até formar uma consistência de sorvete e servir imediatamente.

Rendimento: 19 bolas pequenas (45g).

Batata Canoa (com casca)

Ingredientes:

Batata inglesa com casca - 3 unidades médias - 360g
Sal a gosto
Azeite de oliva - 2 colher de chá - 4g
Pimenta-do-reino a gosto
Orégano a gosto



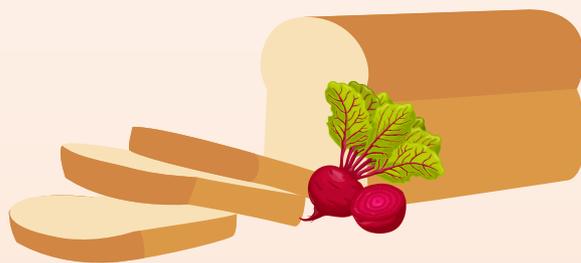
1. Pré aqueça o forno/*Airfryer* a 200°C
2. Lavar bem as batatas e corte-as em fatias finas no sentido do comprimento (formato de meia lua). Deixando cerca de 1 cm na base para que elas fiquem em pé
3. Em uma tigela, misturar as fatias de batata com azeite, sal e pimenta-do-reino e o orégano (todos os ingredientes são a gosto), até que estejam todas bem revestidas
4. Colocar as fatias de batatas em uma assadeira ou dentro do cesto de sua *Airfryer*, deixando um pequeno espaço entre elas para que as batatas possam dourar por igual
5. Levar a assadeira ao forno por cerca de 30-40 minutos ou na *Airfryer* por cerca de 15-20 minutos, abra na metade do tempo para verificar o cozimento
6. Após o término do tempo, retirar do forno/*Airfryer* e servir quente
7. Você pode adicionar outros temperos e especiarias de acordo com o seu gosto. As batatas canoa são uma ótima opção de acompanhamento para diversas refeições.

Rendimento: 6 porções (60g cada).

Pão integral de liquidificador com talos

Ingredientes:

1/2 xícara de chá de talos de beterraba lavados e picados - 50 g
2 ovos médios - 100 g
2 colheres de sopa de açúcar - 20 g
1/2 colher de sopa de sal - 8 g
1/2 xícara de chá de óleo - 120 ml
2 xícaras de chá de leite desnatado - 480 ml
1 e 1/2 xícara de chá de folhas de beterraba lavadas e picadas - 50 g
1 envelope de fermento biológico seco - 10 g
4 e 1/2 xícaras de chá de farinha de trigo - 565 g
2 e 1/2 xícaras de chá de farinha de trigo integral - 325 g
1 xícara de chá de aveia em flocos finos - 110 g



Manteiga para untar

Farinha de trigo para polvilhar

1. Em uma panela, cozinhar os talos de beterraba em água;
2. No liquidificador, bater os ovos, açúcar, sal, óleo, leite, os talos e folhas;
3. Em uma tigela, misturar o fermento em um pouco de farinha de trigo, adicionar o conteúdo do liquidificador, o restante das farinhas e a aveia;
4. Misturar e sovar até obter uma massa homogênea;
5. Deixar a massa descansar por aproximadamente 1 hora em local protegido;
6. Depois de crescer, dividir a massa e abra um retângulo com o auxílio de um rolo;
7. Enrolar a massa como se fosse um rocambole, tomando cuidado para não deixar buracos;
8. Colocar o pão em uma forma para pães ou forma de bolo inglês untada com margarina e enfarinhada;
9. Assar em forno, por aproximadamente 50 minutos a 180°C.

Rendimento: 2 unidades médias (919g cada).

Bolinho de casca de banana

Ingredientes:

2 xícaras de casca de banana (da sua preferência) bem picadinha-90g;

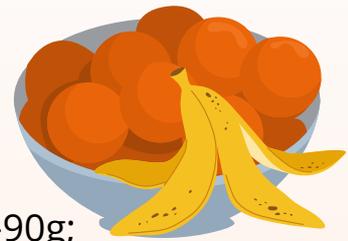
1 ovo inteiro - 50g

1 xícara de chá de leite - 240g

1 colher de sobremesa de sal - 8g

2 xícaras de farinha de trigo (aproximadamente) - 460g

1 colher de sopa cheia de fermento em pó - 12g



1. Colocar em uma tigela os ingredientes na ordem citada e misturá-los até formar uma massa;
2. Pré-aquecer o forno a 200°C e depois ir fazendo os bolinhos com o auxílio de uma colher;
3. Deixar assar até que doure, virando os bolinhos quando um lado dourar, para que doure o outro lado;
4. Servir quente.

Rendimento: 21 unidades médias (40g cada).

Lista de *links* de materiais de apoio:

[Princípios e Práticas para Educação Alimentar e Nutricional](#)

[Caderno de Atividades Promoção da Alimentação Adequada e Saudável Ensino Fundamental I](#)

Caderno de Atividades – Promoção da Alimentação Adequada e Saudável – Ensino Fundamental II

Caderno de Atividades Promoção da Alimentação Adequada e Saudável Educação Infantil

Educação Alimentar e Nutricional: articulação de saberes

Guia Alimentar para a População Brasileira

Guia alimentar para crianças brasileiras menores de 2 anos

Educação alimentar e nutricional de adolescentes: complexidade, resiliência e autonomia

Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as políticas públicas

Instrutivo: metodologia de trabalho em grupos para ações de alimentação e nutrição na atenção básica

Caderno de Ações de Educação Alimentar e Nutricional

O Laboratório de Inovação em Educação Alimentar e Nutricional (LIS-EAN) celebra os 10 anos do Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas

Educação Alimentar e Nutricional em Escolas Brasileiras Nutrição Além das Refeições Escolares: Estratégias de Educação Alimentar e Nutricional Curricular

Manual de Atividades de Educação Alimentar e Nutricional

Construindo caminhos para a Educação Alimentar e Nutricional

Atividades de EAN para o desenvolvimento de hortas

Saiba mais sobre as Metodologias Ativas:

Você sabe como fazer uma roda de conversa?

Dicas para organizar uma horta escolar e introduzi-la de forma didática:

<https://youtu.be/xTmsudFU9io?si=-Zo9hVkJDaccK6wA>

<https://www.youtube.com/watch?v=Vo8QflN3kww>

https://youtu.be/ArO3wUAe22M?si=_NSzJ9WODqQja0jn

<https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/horta.pdf>

Sala de aula invertida na prática

<https://youtu.be/1XTxK2LeZz0?si=Pj7F8yubLBIOyOFV>

<https://youtu.be/EFtCTLvMX6M?si=ZH2UyBz7qeVz9sTv>

<https://youtu.be/pADyAN15cZ0?si=fTwAoLZVEITweG5X>

[https://www.ifg.edu.br/attachments/article/19169/Sala%20de%20aula%20invertida%20por%20onde%20come%C3%A7ar%20\(21-12-2020\).pdf](https://www.ifg.edu.br/attachments/article/19169/Sala%20de%20aula%20invertida%20por%20onde%20come%C3%A7ar%20(21-12-2020).pdf)

Conhecendo melhor o *Problem Based Learning* (PBL)

<https://youtu.be/w7KVDHiolD4?si=e4rffQSkpPpc7qdw>

https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/4655925/mod_resource/content/1/PBL%20-%20Problem%20Based%20Learning.pdf

https://profqui.vilavelha.ifes.edu.br/images/stories/Produtos_Educacionais/Guia_Did%C3%A1tico_-_S%C3%A9rie_-_Ensino_de_Qu%C3%ADmica_-_n%C2%BA_003-_Karoliny_Mendes_da_Costa_31082020.pdf

<https://blog.saraivaeducacao.com.br/aprendizagem-baseada-em-problemas/>

Destrinchando a metodologia *Team Based Learning* (TBL)

<https://youtu.be/LAB0c2p8d0s?si=obXvPxdSuLZWSpDT>

<https://publica.ciar.ufg.br/ebooks/metodologias-ativas/capitulos/07.html>

Estudo de Caso e as práticas pedagógicas

https://youtu.be/Z8fifpMbY7U?si=OdZXflBxSdOPx_UG

Como construir um Mapa Afetivo

<https://youtu.be/Esnq-Ja8Ssk?si=T-V3ft7RidcpgwzR>

<https://movimentobocalixo.wordpress.com/2016/09/08/rede-de-leitura-em-peixinhos-peixinhos-ruas-becos-e-vielas/>

Metodologia gamificação na escola

https://youtu.be/MPEAQ6de1bo?si=kX_k_gVHWbQi8qnv

<https://youtu.be/OqkVMuO6dFg?si=9ZlcexbwsnfQEB4p>

<https://fazeducacao.com.br/aplicar-gamificacao-educacao-infantil/>

Saiba mais sobre Recursos educativos:

Como construir um álbum seriado

<https://ceca.ufal.br/professor/jhqc/Album%20Seriado.pdf>

Como fazer um flanelógrafo

<https://youtu.be/ZwjIAZOSclY?si=ZsVYEqBlyhpPxCww>

<https://youtu.be/sMK0rF0Ys2Y?si=TqYaWSG4ewH8BfQs>

<https://youtu.be/bslZWd8-A2I?si=ku8fSni3GlxpKu8x>