

EMANUELLE MACÊDO VIANA

**ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL: A IMPORTÂNCIA DAS PRÁTICAS
EDUCATIVAS NO CONTEXTO ESCOLAR COMO INSTRUMENTO DE
SENSIBILIZAÇÃO**

**UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA
CENTRO DE CIÊNCIAS EXATAS E DA NATUREZA
CURSO DE LICENCIATURA EM CIÊNCIAS BIOLÓGICAS**

João Pessoa - PB

2018

EMANUELLE MACÊDO VIANA

**ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL: A IMPORTÂNCIA DAS PRÁTICAS
EDUCATIVAS NO CONTEXTO ESCOLAR COMO INSTRUMENTO DE
SENSIBILIZAÇÃO**

Trabalho Acadêmico de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Ciências Biológicas, como requisito parcial à obtenção do Grau de Licenciado em Ciências Biológicas da Universidade Federal da Paraíba.

Orientador (a): Profa. Dra. Maria de Fátima Camarotti.

João Pessoa - PB

2018

**Catalogação na publicação
Seção de Catalogação e Classificação**

V614a Viana, Emanuelle Macêdo.

Alimentação saudável: a importância das práticas educativas no contexto escolar como instrumento de sensibilização / Emanuelle Macêdo Viana. - João Pessoa, 2018.

68 f. : il.

Orientação: Maria de Fátima Camarotti.
Monografia (Graduação) - UFPB/CCEN.

1. Alimentação saudável. 2. Promoção da saúde. 3. Ensino de Ciências. 4. Oficina pedagógica. I. Camarotti, Maria de Fátima. II. Título.

UFPB/CCEN

EMANUELLE MACÊDO VIANA

**ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL: A IMPORTÂNCIA DAS PRÁTICAS
EDUCATIVAS NO CONTEXTO ESCOLAR COMO INSTRUMENTO DE
SENSIBILIZAÇÃO**

Trabalho Acadêmico de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Ciências Biológicas, como requisito à parcial obtenção do Grau de Licenciado em Ciências Biológicas da Universidade Federal da Paraíba.

Data: 20 / 06 / 2018.

Resultado: Aprovada

BANCA EXAMINADORA:

Kamarotti

Profª. Dra. Maria de Fátima Camarotti DME/CE/UFPB (Orientadora)

Eliete Lima de Paula Zárate

Profª. Dra. Eliete Lima de Paula Zárate DSE/CCEN/UFPB (Avaliador)

Jorge Cordeiro Chaves

Prof. Dr. Jorge Cordeiro Chaves DME/CE/UFPB (Avaliador)

Profª. Dra. Maria de Lourdes Pereira DME/CE/UFPB (Suplente)

*Dedico esta, bem como todas as minhas
demais conquistas primeiramente a Deus; aos
familiares que me apoiaram e acreditaram na
realização desse sonho.*

Dedico a Mayllou (in memorian).

AGRADECIMENTOS

Agradeço, em primeiro lugar, a Deus, por ter me concedido força e coragem durante toda esta longa caminhada.

À minha mãe Sayonara, meu exemplo de coragem, amor e dedicação.

Ao meu irmão Emerson, por seu apoio e carinho.

À Maylou, meu eterno amor de quatro patas, que me ensinou que não são preciso palavras para se expressar o amor.

A todos os meus familiares que direta ou indiretamente, contribuíram para o que sou hoje.

Às minhas amigas Ray, Geise e Manú por tornarem os meus dias mais leves, com a companhia de vocês tudo se torna mais feliz.

Aos meus amigos de curso e de vida, em especial Maria Braz e Jozeilton Dantas, pelo apoio, compreensão, companheirismo e muitas risadas.

À Universidade Federal da Paraíba (UFPB).

E a todos os professores que ao longo desses cinco anos compartilharam comigo seus conhecimentos.

Em especial à minha orientadora Dra. Maria de Fátima Camarotti, por suas orientações e acima de tudo pelo seu exemplo de competência e profissionalismo.

À Banca Examinadora que tão gentilmente aceitou o convite para participar do encerramento de mais um ciclo em minha vida.

À escola na qual a pesquisa foi realizada, viabilizando este estudo.

A todos e todas que de alguma forma marcaram, contribuíram e, assim, são também, merecidamente, participantes neste trabalho, meu muito obrigada!

RESUMO

Alimentar-se saudavelmente tornou-se uma conquista diante da rotina da sociedade moderna, cujo tempo se restringe a administração de atividades cotidianas, influenciando mudanças no estilo de vida que alcançam hábitos alimentares desde a infância e adolescência. Para melhor aproveitamento da sensibilização desse grupo etário o presente estudo teve como objetivo compreender as percepções e concepções dos educandos sobre alimentação saudável, utilizando atividades pedagógicas no ambiente formal de ensino, como estratégia de sensibilização durante o Ensino de Ciências. Proporcionando a investigação do impacto das mesmas no processo de ensino e aprendizagem de 36 educandos do Ensino Fundamental II, em uma escola pública da Paraíba, durante os meses de janeiro à maio de 2018. A metodologia utilizada foi de caráter qualitativo e quantitativo, e método etnográfico com elementos da observação participante. Os dados coletados, através de questionário, foram analisados de acordo com a técnica de análise de conteúdo, construção de tabelas e porcentagens, que possibilitaram a interpretação dos dados tanto anteriores quanto posteriores às intervenções pedagógicas. Entre os diversos questionamentos, observou-se que as definições de alimentação saudável mais citadas pelos estudantes destacaram o consumo de produtos in natura, representado 64% dos mesmos antes das atividades de sensibilização e 42% após as mesmas. Os demais questionamentos também apresentaram pequenas oscilações. Evidenciando que o conhecimento prévio dos participantes refletiu impasses no processo ensino aprendizagem dos educandos. O curto período de tempo de desenvolvimento do estudo foi insuficiente para favorecer significativamente os educandos quanto ao desenvolvimento de hábitos alimentares, a partir de ações pedagógicas de sensibilização vivenciadas na escola. Ressaltando a possibilidade de um estudo amplo e aprofundado, sendo considerados aspectos sociais, econômicos, culturais e comportamentais que envolvam a nutrição, a fim de favorecer a constância do assunto no ambiente escolar e a expansão da temática no meio acadêmico como componente importante da promoção de saúde e qualidade de vida.

Palavras-chave: Alimentação saudável. Promoção da Saúde. Ensino de Ciências. Oficina Pedagógica.

ABSTRACT

Healthy eating has become an achievement in the routine of modern society, whose time is restricted to the administration of daily activities, influencing changes in lifestyle that reach eating habits from childhood and adolescence. To better understand the awareness of this age group, the present study aimed to understand the perceptions and conceptions of learners about healthy eating, using pedagogical activities in the formal teaching environment, as a strategy to raise awareness during Science Teaching. Providing the investigation of impact on teaching and learning process of 36 students of Elementary School, in a public school in Paraíba, during the months of January to May 2018. The methodology used was qualitative and quantitative, and method ethnographic with elements of participant observation. The data collected through a questionnaire were analyzed according to the technique of content analysis, construction of tables and percentages, which enabled the interpretation of data both before and after the pedagogical interventions. Among the several questions, it was observed that the definitions of healthy eating most cited by the students highlighted the consumption of in natura products, represented 64% of them before the sensitization activities and 42% after them. The other questions also presented small oscillations. Evidence that the previous knowledge of the participants reflected obstacles in the learning process of the students. The short period of development of the study was insufficient to make significantly changes in the development of eating habits in the students, based on pedagogical actions of sensitization experienced in the school. Highlighting the possibility of a broad and deep study, considering social, economic, cultural and behavioral aspects that involve nutrition, in order to favor the constancy of the subject in the school environment and the expansion of the thematic in the academic environment as an important component of the promotion of health and quality of life.

Keywords: Healthy eating. Health promotion. Science teaching. Pedagogical activities.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 - Estrutura interna da EEEFM Professor Celestin Malzac, localizada no bairro Valentina Figueiredo, João Pessoa – PB; A – Entrada principal; B- Sala de aula; C- Corredor que dá acesso às salas de aula; D- Refeitório; E- Pátio da Escola; F – Quadra de esportes;	33
Figura 2 - Exposição dialogada sobre alimentação saudável para os estudantes do 8º ano do Ensino Fundamental II da EEEFM Professor Celestin Malzac, João Pessoa – PB; A – Exposição dialogada; B- Exemplares alimentares.....	35
Figura 3 – Oficina pedagógica - palavras cruzadas sobre alimentação saudável, realizada pelos estudantes do 8º ano do Ensino Fundamental II da EEEFM Professor Celestin Malzac, João Pessoa – PB.	36
Figura 4 – Oficina pedagógica - cartazes didáticos dos nutrientes, realizada pelos estudantes do 8º ano do Ensino Fundamental II da E.E.E.F.M. Professor Celestin Malzac, João Pessoa – PB.	37
Figura 5 – Oficina pedagógica - pirâmide alimentar, realizada pelos estudantes do 8º ano do Ensino Fundamental II da EEEFM Professor Celestin Malzac, João Pessoa – PB.	38
Figura 6 – Oficina pedagógica - cardápio de doenças, realizada pelos estudantes do 8º ano do Ensino Fundamental II da EEEFM Professor Celestin Malzac, João Pessoa – PB.	39
Figura 7 – Oficina pedagógica - semáforo da alimentação, realizada pelos estudantes do 8º ano do Ensino Fundamental II da EEEFM Professor Celestin Malzac, João Pessoa – PB.	40
Figura 8 – Lanche coletivo organizado pelos estudantes do 8º ano do Ensino Fundamental II da EEEFM Professor Celestin Malzac, João Pessoa – PB.....	40

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1 - Definição de alimentação saudável dos estudantes do 8º ano da EEEFM Professor Celestin Malzac, João Pessoa – PB em 2018, antes e após as atividades de sensibilização.....	43
Gráfico 2 - Respostas sobre a adequação alimentar dos estudantes do 8º ano da EEEFM Professor Celestin Malzac, João Pessoa – PB em 2018.	45
Gráfico 3 - Respostas sobre a frequência diária de alimentação dos estudantes	46
Gráfico 4 - Respostas sobre o consumo diário de frutas dos estudantes do 8º ano da EEEFM Professor Celestin Malzac, João Pessoa – PB em 2018.	47
Gráfico 5 – Respostas sobre o reconhecimento de carboidratos pelos estudantes do 8º ano da EEEFM Professor Celestin Malzac, João Pessoa – PB em 2018.....	48
Gráfico 6 – Resposta sobre a troca de refeições por lanches pelos estudantes.....	49
Gráfico 7 – Respostas sobre a preocupação das escolhas alimentares pelos estudantes do 8º ano da EEEFM Professor Celestin Malzac, João Pessoa – PB em 2018.....	51
Gráfico 8 – Respostas sobre as consequências à saúde do consumo excessivo de alimentos ricos em açúcar pelos estudantes do 8º ano da EEEFM Professor Celestin Malzac, João Pessoa – PB em 2018.	52
Gráfico 9 – Respostas sobre o acréscimo de sal nas refeições pelos estudantes do 8º ano da EEEFM Professor Celestin Malzac, João Pessoa – PB em 2018.	53
Gráfico 10 - Dúvidas sobre alimentação saudável dos estudantes do 8º ano da EEEFM Professor Celestin Malzac, João Pessoa – PB em 2018, antes e após as atividades de sensibilização.....	54

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 - Atividades de sensibilização sobre a temática alimentação saudável com os estudantes do 8º ano do Ensino Fundamental II da EEEFM Professor Celestin Malzac, João Pessoa – PB.....	31
Quadro 2 - Faixa etária dos estudantes do 8º ano da EEEFM Professor Celestin Malzac, João Pessoa – PB em 2018.	41

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

BNCC:	Base Nacional Comum Curricular
EEEFM:	Escola Estadual de Ensino Fundamental e Médio
EJA:	Educação de Jovens e Adultos
IBGE:	Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística
IDEB:	Índice de Desenvolvimento da Educação Básica
INEP:	Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira
LDBEN:	Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional
MEC:	Ministério da Educação e Cultura
MS:	Ministério da Saúde
PCN:	Parâmetros Curriculares Nacionais
PPP:	Projeto Político Pedagógico
PNS:	Pesquisa Nacional de Saúde

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	14
1 REFERENCIAL TEÓRICO	17
1.1 A ESCOLA E A FORMAÇÃO DE HÁBITOS SAUDAVÉIS	17
1.2 O ENSINO DE CIÊNCIAS NO ENSINO FUNDAMENTAL	21
1.3 O PAPEL DO PROFESSOR NO PROCESSO ENSINO APRENDIZAGEM	24
2 OBJETIVOS	26
2.1 GERAL	26
2.2 ESPECÍFICOS	26
3 MATERIAL E MÉTODOS	27
3.1 TIPO DE PESQUISA	27
3.2 PÚBLICO ALVO	28
3.3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS	29
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	32
4.1 DIAGNOSE DA ESCOLA	32
4.2 ATIVIDADES DE SENSIBILIZAÇÃO.....	34
4.3 ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS QUESTIONÁRIOS	41
CONCLUSÃO E CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	57
REFERÊNCIAS.....	59
APÊNDICES	63

INTRODUÇÃO

Alimentar-se saudavelmente nos dias atuais, pode ser considerada um problema para a rotina da sociedade moderna, cujo tempo destinado a cuidados pessoais se restringe cada vez mais com a correria do dia a dia, influenciando mudanças no estilo de vida e hábitos alimentares, que podem até provocar prejuízos à saúde devido a possíveis desequilíbrios nutricionais.

Segundo Brasil (2014) a Pesquisa Nacional de Saúde (PNS), realizada pelo Ministério da Saúde (MS), em parceria com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), em 2014 a ingestão diária brasileira de frutas, legumes e verduras já estava abaixo dos níveis recomendados de 400g para mais de 90% da população, representando uma preferência de 60% por alimentos mais gordurosos, caracterizando o desequilíbrio na oferta de nutrientes e a ingestão excessiva de calorias.

Além disso, ainda conforme Brasil (2014), tais mudanças constituem importantes índices crescentes de excesso de peso, tanto na população adulta quanto infantil, configurando a chamada transição nutricional, marcada anteriormente por condições de desnutrição.

Porém, embora a alimentação saudável seja tão importante para o desenvolvimento pessoal e para as políticas nacionais de conduta preventiva e promoção de saúde de um país que ciclicamente passa por crises, ainda há poucas intervenções pedagógicas no ensino formal que permitam a reflexão sobre melhores hábitos alimentares.

Dentro desse cenário, segundo Brasil (2008), já é reconhecido que o incentivo de práticas alimentares saudáveis na infância e adolescência está inserido no contexto da adoção de modos de vida saudável sendo, portanto, componente importante da promoção da saúde e qualidade de vida.

Esse fato se reafirma na proposição de Souza e Lopes (2002), na qual expõem que a escola é um espaço propício para educação e saúde, que colabora na melhoria da qualidade de vida da comunidade escolar e contribui direta e indiretamente para o futuro de nosso país.

Evidenciando assim, que a educação formal pode influenciar na conduta dos indivíduos, reduzindo atitudes incoerentes ou instigando e sensibilizando através do conhecimento, podendo levá-los à mudança de comportamento.

Essas considerações acima citadas proporcionaram uma inquietação para compreender: Como os educandos enxergam a importância de hábitos alimentares saudáveis? Como são identificados os riscos de uma refeição não balanceada? Qual influência das práticas educativas no contexto escolar? Uma vez que, esses educandos chegam ao ambiente escolar com dificuldades em reconhecer os valores nutricionais dos alimentos muitas vezes consumidos por eles todos os dias.

Nesse contexto, mediante a presença da temática sobre alimentação e educação alimentar constituir parte dos conteúdos curriculares do Ensino de Ciências, foi proposta a análise das percepções dos educandos sobre alimentação saudável, utilizando atividades pedagógicas no ambiente formal de ensino, como estratégia de sensibilização. Possibilitando, a investigação do impacto das mesmas no processo de ensino e aprendizagem dos educandos do Ensino Fundamental II, em uma escola pública da Paraíba.

Nesse sentido a Base Nacional Comum Curricular (BNCC) (BRASIL, 2017), menciona que ao estudar Ciências, as pessoas aprendem a respeito de si mesmas, dos processos manutenção da vida e da aplicação dos conhecimentos científicos nas várias esferas da vida humana. Favorecendo-se do conhecimento para a construção de hábitos, que distanciam futuras carências nutricionais.

Para tanto, Brasil (1998) retrata que as atividades pedagógicas diferenciadas são a melhor escolha, sobretudo por promover uma maior participação no processo educativo, no envolvimento com o participante e na otimização da comunicação.

Sendo assim o presente estudo teve o intuito de compartilhar ações educativas realizadas no ambiente escolar, para favorecer significativamente os educandos quanto à importância do desenvolvimento de habilidades pessoais para beneficiar escolhas saudáveis.

Dessa forma, contribuindo com informações que possibilitem a reflexão e sensibilização não só sobre práticas discursivas como também sobre as ações pedagógicas referentes à educação alimentar vivenciadas na escola.

Portanto, este trabalho está composto de uma introdução, na qual é feito uma apresentação sobre a investigação; seguida do referencial teórico sob o olhar da literatura específica; objetivos (geral e específicos); metodologia destacando os tipos de pesquisa utilizado, público alvo e procedimentos metodológicos; resultados e discussão trazendo a explanação das atividades de sensibilização realizadas, juntamente à análise

comparativa e discursiva dos dados obtidos da pesquisa; E por fim a conclusão, seguida das referências dos autores que fundamentam a pesquisa.

1 REFERENCIAL TEÓRICO

1.1 A ESCOLA E A FORMAÇÃO DE HÁBITOS SAUDAVÉIS

A escola é um espaço de informação, interação e desenvolvimento de crianças e adolescentes, definindo um momento no qual se estabelece novas relações com o mundo, seja pelo processo da construção de conhecimento, por aquisição de valores e laços de convivência.

Embora hoje, a escola, não seja o único local onde as crianças e adolescentes tem acesso à educação, segue como sendo o mais importante e para alguns a única fonte de educação, mesmo com toda a tecnologia envolvida e outros processos educacionais vigentes.

Reforçando a ideia de outros processos educacionais, Libâneo, Oliveira e Toschi (2012) trazem que “A escola hoje precisa não apenas conviver com outras modalidades de educação não-formal, informal e profissional, mas também articular-se e integrar-se a elas, a fim de formar cidadãos mais preparados e qualificados para um novo tempo”. Proporcionando aos educandos uma melhor aprendizagem, com formação reflexiva e com capacidade de interpretar o mundo ao seu redor, sendo apto para exercer sua autonomia de forma responsável, solidária e com respeito ao bem comum.

Reafirmadas por Peterson (1998), ao definir aprendizagem como sendo mudanças relativamente permanentes no potencial de desempenho que resultam de novas interações com o ambiente, baseados em observação e condicionamento.

Segundo os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN), durante toda a escolaridade o sentido e o significado da aprendizagem precisam ficar bem evidentes, de forma a estimular nos alunos o compromisso e a responsabilidade com a própria aprendizagem, contrapondo à ideia de que é preciso estudar determinados assuntos porque um dia eles serão úteis (BRASIL, 1998, p. 10).

Por isso, durante o processo de formação do aluno, é importante que a escola ofereça uma educação de qualidade que ensine não apenas conteúdos específicos das matérias, mas também ensine seu alunado a desenvolver o pensamento crítico.

Assim Libâneo, Oliveira e Toschi (2012) relatam que:

Devemos inferir, portanto, que a educação de qualidade é aquela mediante a qual a escola promove, para todos, o domínio dos conhecimentos e o desenvolvimento de capacidades cognitivas e afetivas indispensáveis ao atendimento de necessidades individuais e sociais dos alunos, bem como poder de participação, tendo em vista a construção de uma sociedade mais justa e igualitária. Qualidade é, pois, conceito implícito à educação e ao ensino (LIBÂNEO; OLIVEIRA; TOSCHI; 2012, p.132).

Permitindo segundo a BNCC (BRASIL, 2017) aos estudantes abrirem seus horizontes sobre a compreensão de sua capacidade de intervenção com o meio, valorizando-a e possibilitando uma relação harmônica viável entre ambos. Fortalecendo o potencial da escola como espaço formador e orientador para a cidadania consciente, crítica e participativa.

A BNCC retrata a importância da escola e afirma que:

Nessa direção, no Ensino Fundamental, a escola pode contribuir para o delineamento do projeto de vida dos estudantes, ao estabelecer uma articulação não somente com os anseios desses jovens em relação ao seu futuro, como também com a continuidade dos estudos no Ensino Médio. Esse processo de reflexão sobre o que cada jovem quer ser no futuro, e de planejamento de ações para construir esse futuro, pode representar mais uma possibilidade de desenvolvimento pessoal e social (BRASIL, 2017, p. 60).

Ao tratar dos anseios futuros os alunos podem perceber o quanto a educação faz parte do cotidiano da sociedade. Pois durante as aulas, são possíveis contextualizações com a realidade dos alunos, reelaborando conceitos, compartilhando experiências, multiplicando informações, sintetizando as questões de relevância social, ou seja, qualidade de vida, que na vivência escolar, está ligada a educação na promoção de saúde e prevenção de doenças.

Aliar educação e saúde através da escola tem sido considerado pelos programas de promoção à saúde e alimentação uma prática ideal, pois a escola é um espaço privilegiado na formação e fomentação de hábitos alimentares saudáveis (GALENO, 2011, p. 5).

O Ministério da Educação e Cultura (MEC) desde os PCN defendem a prática de orientação e intervenção na escola, como eixo transversal ao currículo. Visto que, a escola é parte essencial para que seja possível a parceria da família e da sociedade na

promoção da saúde das crianças e dos adolescentes e impõe às escolas, a corresponsabilidade de orientação das crianças desde o pré-escolar ao Ensino Médio (BRASIL, 1998).

A BNCC (BRASIL, 2017), revela que cabe às escolas, assim como aos sistemas e redes de ensino, em suas respectivas esferas de autonomia e competência, incorporar aos currículos e às propostas pedagógicas, a abordagem de temas contemporâneos que afetam a vida humana em escala local, regional e global, preferencialmente de forma transversal e integradora. Um dos temas em destaque seria a educação alimentar e nutricional.

No artigo 2º da Lei de Alimentação Escolar e do Programa Dinheiro Direto na Escola aos alunos da Educação Básica encontram-se as diretrizes:

I - o emprego da alimentação saudável e adequada, compreendendo o uso de alimentos variados, seguros, que respeitem a cultura, as tradições e os hábitos alimentares saudáveis, contribuindo para o crescimento e o desenvolvimento dos alunos e para a melhoria do rendimento escolar, em conformidade com a sua faixa etária e seu estado de saúde, inclusive dos que necessitam de atenção específica; II - a inclusão da educação alimentar e nutricional no processo de ensino e aprendizagem, que perpassa pelo currículo escolar, abordando o tema alimentação e nutrição e o desenvolvimento de práticas saudáveis de vida, na perspectiva da segurança alimentar e nutricional (BRASIL, 2009, p. 2).

Diante dessa complexa tarefa educativa da escola de auxiliar a formação de hábitos saudáveis durante o período em que os alunos permanecem na escola, é importante deixar claro o papel da alimentação sobre os fatores biológicos, refletindo no desenvolvimento físico, motor e mental.

De acordo com o Guia Alimentar para a População Brasileira (BRASIL, 2014), alimentação é um direito humano básico que envolve a garantia ao acesso permanente e regular, de forma socialmente justa, que está além da ingestão de nutrientes.

Assim o Guia Alimentar para a População Brasileira relata que:

A alimentação adequada e saudável é uma prática alimentar adequada aos aspectos biológicos e sociais do indivíduo e que deve estar em acordo com as necessidades alimentares especiais; ser referenciada pela cultura alimentar e pelas dimensões de gênero, raça e etnia; acessível do ponto de vista físico e financeiro; harmônica em quantidade e qualidade, atendendo aos princípios da variedade, equilíbrio, moderação e prazer; e baseada em práticas produtivas adequadas e sustentáveis (BRASIL, 2014, p. 8).

Portanto, se percebe que a alimentação do indivíduo reflete aspectos sociais, que relacionam diretamente a família, visto que a ela são atribuídos os primeiros hábitos alimentares e consequentemente ao ambiente escolar.

Estimular a formação e a adoção de hábitos de alimentação saudáveis na infância possibilita sua melhor assimilação, pois é nesta fase da vida que o ser humano possui mais facilidade em aceitar alimentos diferentes de sua dieta, e adequá-los a seus hábitos alimentares (GALENO, 2011, p. 4).

Nesse sentido, a escola tem um espaço privilegiado para a realização de ações que sensibilizem seus educandos sobre a alimentação saudável. Sendo um setor estratégico para a concretização de iniciativas de promoção da saúde, incentivando o desenvolvimento humano saudável (SCHMITZ et al., 2008, p. 2).

Diante disso a BNCC (BRASIL, 2017) argumenta que para promover a saúde individual e coletiva, inclusive no âmbito das políticas públicas, são necessárias ações destinadas a prevenir carências nutricionais específicas, desnutrição, doenças cardiovasculares, obesidade, diabetes, distúrbios emocionais, entre outras que podem vir a evoluir para doenças crônicas, como a hipertensão e certos tipos de câncer, que atualmente podem vir atingir todas as faixas etárias.

A evolução nutricional da população brasileira revelou mudanças em seu padrão, tendências da desnutrição e a obesidade estão definindo o processo de transição nutricional no país. Ao mesmo tempo em que acontece uma diminuição da ocorrência da desnutrição em crianças e adultos, aumenta a prevalência de sobrepeso e obesidade (BRASIL, 2006, p. 18).

Greenwood (2014) afirma que, as contribuições da escola para a saúde são essenciais no processo de ensino e aprendizagem de coletividade, em que a escola está inserida e a aplicação da sua experiência às demais situações da vida.

Boeira et al. (2009) apontam a importância de desenvolver ações educativas com crianças e adolescentes no ambiente escolar, visto que os mesmos desempenham papel importante, contribuindo assim para a disseminação e multiplicação dos conhecimentos adquiridos em sala de aula, levando-os para fora do contexto escolar, fazendo a informação chegar a amigos, familiares e até mesmo comunidade. Assim, ações de promoção da alimentação adequada e saudável voltadas ao coletivo são fundamentais para criação de ambientes saudáveis.

1.2 O ENSINO DE CIÊNCIAS NO ENSINO FUNDAMENTAL

A Educação Básica compreende a educação infantil, ensino fundamental e o ensino médio, e tem como objetivo o desenvolvimento do educando, garantindo-lhe formação comum e indispensável para a cidadania.

Sendo o Ensino Fundamental a etapa mais longa da Educação Básica, com no mínimo nove anos de duração, desempenhando assim um papel extremamente importante no processo formativo, e de acordo com as Leis de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDBEN) suas finalidades preveem:

I – o desenvolvimento da capacidade de aprender, tendo como meios básicos o pleno domínio da leitura, da escrita e do cálculo; II – a compreensão do ambiente natural e social, do sistema político, da tecnologia, das artes e dos valores em que se fundamenta a sociedade; III – o desenvolvimento da capacidade de aprendizagem, tendo em vista a aquisição de conhecimentos e habilidades e a formação de atitudes e valores; IV – o fortalecimento dos vínculos de família, dos laços de solidariedade humana e de tolerância recíproca em que se assenta a vida social (BRASIL, 1996, p.28-29).

Segundo Brasil (2017), o Ensino Fundamental é um período desafiador do processo de escolarização básica, visto que os alunos migram da educação infantil onde ocorre o desenvolvimento de aspectos físicos, psicológicos, intelectuais e sociais, para um ciclo mais complexo, existindo a necessidade de acompanhamento das lógicas de organização das diferentes áreas de conhecimento.

O currículo no Ensino Fundamental segundo a BNCC (BRASIL, 2017) encontra-se dividido em cinco áreas de conhecimento, são elas: Linguagens, Matemática, Ciências da Natureza, Ciências Humanas e Ensino Religioso. Essas áreas

favorecem a comunicação entre os conhecimentos e saberes dos diferentes componentes curriculares (BRASIL, 2017, p. 27).

Nessa perspectiva, a área de Ciências da Natureza, por consequência o componente curricular de Ciências, possibilita aos alunos do Ensino Fundamental II (anos finais) o acesso a diversos conhecimentos científicos, partindo do estímulo da curiosidade e do interesse de resolver problemas, levantando e analisando dados que representem resultados e propostas de intervenção. De modo a aproxima-los dos principais processos, práticas e procedimentos da investigação científica.

Este fato se reafirma na proposição de Moreira e Rosa (2009), onde os alunos devem ser confrontados com experimentos de natureza investigativa e diante de um fenômeno em estudo, reproduzir suas próprias convicções e organicidade, possibilitando um conflito cognitivo.

Considerando esses pressupostos, ainda segundo a BNCC (BRASIL, 2017) o ensino de Ciências deve garantir o desenvolvimento de competências específicas, a serem desenvolvidas pelos alunos durante toda educação básica.

Assim a BNCC afirma que:

As competências específicas possibilitam a articulação horizontal entre as áreas de conhecimento, perpassando todos os componentes curriculares, e também a articulação vertical, ou seja, a progressão entre o Ensino Fundamental – Anos Iniciais e o Ensino Fundamental – Anos Finais e a continuidade das experiências dos alunos, considerando suas especificidades (BRASIL, 2017, p. 28).

Para tanto, as aprendizagens essenciais a serem asseguradas no currículo de Ciências citadas na BNCC, foram organizadas em três unidades temáticas: Matéria e energia; Terra e universo; Vida e evolução. Essas três unidades temáticas devem ser consideradas sob a ponto de vista da continuidade das aprendizagens e da integração com seus objetos de conhecimento ao longo dos anos de escolarização.

Pois de acordo com Mendonça (2008) os objetivos que norteiam o ensino de Ciências são amplos, e não se restringem só a formação de hábitos e atitudes científicas, mas ao favorecimento da observação e senso crítico, o despertar de vocações, a originalidade que sempre é precedida de pensamento criador e a promoção da empatia. Além da iniciação de um processo de responsabilidade, na medida em que tarefas assumidas vão sendo levadas a sério.

Portanto, é fundamental que as unidades temáticas sejam capazes de refletir a realidade do cotidiano do aluno, ocorrendo assim uma integração com assuntos tão importantes vinculados a vida em comunidade, servindo de instrumentos para uma aprendizagem significativa.

Como é o caso do eixo temático Vida e evolução, que relaciona o autocuidado e respeito com o outro, ao abordar no ensino formal questões que perpetuam desde a saúde física, mental, sexual e reprodutiva, quanto aos sistemas de organização do corpo humano e seu bom funcionamento metabólico através dos principais nutrientes fornecidos ao organismo.

Recomenda-se ao trabalhar o eixo temático Vida e evolução, a realização de oficinas pedagógicas, visto que, o caráter dinâmico desta cria troca de experiência e descoberta de alternativa para impasses entre a realidade e a teorização.

Os nutrientes são os constituintes dos alimentos necessários para sustentar as funções normais do organismo (HARVEY; FERRIER, 2012, p.357). Os autores ainda afirmam que há dois tipos de nutrientes básicos para disponibilizar energia para o organismo, os necessários diariamente em maior quantidade fornecido por três classes de nutrientes: gorduras, carboidratos e proteínas chamadas de macronutrientes. Enquanto que, a classe de nutrientes necessários em menor quantidade diária é denominada micronutrientes, conhecidos como vitaminas e os minerais.

Segundo Brasil (2014); Harvey e Ferrier (2012), a incidência de várias doenças crônicas é significativamente influenciada pelos tipos e pelas quantidades de nutrientes consumidos. Entretanto, a ocorrência de distúrbios nutricionais como a obesidade também tem sido relacionada ao aumento do estilo de vida sedentário e a alimentos densos em calorias, servidos em porções maiores e na maioria das vezes de forma comercial.

Portanto, ao longo do Ensino Fundamental, a área de Ciências da Natureza tem um compromisso com o desenvolvimento do letramento científico, que envolve a capacidade de compreender e interpretar o mundo (natural, social e tecnológico), mas também de transformá-lo com base nos aportes teóricos e processuais das ciências (BRASIL, 2017, p. 319).

Permitindo assim, aos estudantes abrirem seus horizontes sobre a compreensão da importância da qualidade de vida humana, valorizando-a e possibilitando uma relação de harmonia entre o presente e o futuro.

1.3 O PAPEL DO PROFESSOR NO PROCESSO ENSINO APRENDIZAGEM

Durante muito tempo as práticas educativas não auxiliavam o desenvolvimento cognitivo do aluno, visto que os professores eram considerados o centro da transmissão de informações, pois simplesmente repassavam o conteúdo a ser memorizado pelos alunos, sem nenhuma reflexão ou indagação.

O professor brasileiro hoje, desde sua formação acadêmica aprende que é um elemento fundamental para o sucesso do aprendizado dos alunos. Tendo uma posição de mediador no processo de conhecimento, sendo viabilizado ainda mais através da sintonia com aluno.

Dessa forma, Libâneo (2011, p.29) afirma que o professor medeia à relação ativa do aluno com a matéria, inclusive com os conteúdos próprios de sua disciplina, mas considerando o conhecimento, a experiência e o significado que o aluno traz à sala de aula, seu potencial cognitivo, sua capacidade e interesse, seu procedimento de pensar, seu modo de trabalhar. Nesse sentido o conhecimento prévio do aluno é valorizado ao ponto de ser ampliado.

Com isso, se vê que o professor tem a responsabilidade de preparar o aluno para se tornar um cidadão ativo não só na escola, mas dentro da sociedade. Por mais que, a escola seja o espaço onde acontece a intervenção pedagógica, cabe ao professor se posicionar como um coadjuvante na formação do aluno, através do estímulo a aprender a aprender, devido a questionamentos, debates e quebra de paradigmas que auxiliam na construção de valores morais.

Desse modo Freire (1996) ressalta que “quem ensina aprende ao ensinar e quem aprende ensina a aprender”. Ainda segundo o autor “ensinar não é transferir conhecimento, mas criar as possibilidades para a sua própria produção ou a sua construção (FREIRE, 1996, p.13)”.

Diante disso, fica exposto o papel do professor no processo de ensino aprendizagem, como um verdadeiro gerenciador e não detentor do conhecimento.

Dessa forma, no artigo 13 da LDBEN, trata que:

Os docentes incumbir-se-ão de: I – participar da elaboração da proposta pedagógica do estabelecimento de ensino; II – elaborar e cumprir plano de trabalho, segundo a proposta pedagógica do estabelecimento de ensino; III – zelar pela aprendizagem dos alunos; IV – estabelecer estratégias de recuperação para os alunos de menor rendimento; V – ministrar os dias letivos e horas-aula estabelecidos, além de participar integralmente dos períodos dedicados ao planejamento, à avaliação e ao desenvolvimento profissional; VI – colaborar com as atividades de articulação da escola com as famílias e a comunidade (BRASIL, 1996, p.14-15).

Reafirmado o papel do professor, segundo a LDBEN, percebe-se a importância de favorecer a aprendizagem dos alunos, através da participação das propostas pedagógicas em conjunto com a família.

Por isso a BNCC (2017) enfatiza o estímulo a ações nas quais professores e alunos sejam sujeitos do processo de ensino e aprendizagem. Assumindo uma atitude historiadora diante dos conteúdos propostos no âmbito do Ensino Fundamental, através do planejamento do conteúdo de forma a envolver o aluno, adequando à realidade local, considerando a autonomia dos sistemas ou das redes de ensino e das instituições escolares, como também o contexto e as características dos alunos.

Para isso a BNCC sugere, entre outras ações: criar e disponibilizar materiais de orientação para os professores, bem como manter processos permanentes de formação docente que possibilitem contínuo aperfeiçoamento dos processos de ensino e aprendizagem (BRASIL, 2017, p. 17).

Nesse sentido, a capacitação pessoal se torna favorável na motivação frente às exigências da sociedade moderna. Servindo como importante base de conhecimentos e estratégias metodológicas que permitam o apoio nas decisões que favorecem a integração de conteúdos, superação da distância entre ensino e pesquisa, visando sempre o melhor para a formação educacional do aluno.

2 OBJETIVOS

2.1 GERAL

Compreender as percepções e concepções dos estudantes sobre alimentação saudável, utilizando atividades pedagógicas no ambiente formal de ensino, como estratégia de sensibilização.

2.2 ESPECÍFICOS

- Diagnosticar as percepções prévias dos estudantes sobre a alimentação saudável;
- Sensibilizar os estudantes sobre os riscos de uma dieta não balanceada;
- Investigar o impacto das atividades pedagógicas no processo de ensino aprendizagem;
- Analisar as concepções dos estudantes sobre alimentação saudável.

3 MATERIAL E MÉTODOS

3.1 TIPO DE PESQUISA

Como pressupostos teóricos metodológicos foram utilizados os fundamentos da pesquisa qualitativa e quantitativa, pesquisa bibliográfica e o método etnográfico com elementos da observação participante e coleta de dados através de questionário.

A pesquisa qualitativa preocupa-se em analisar e interpretar aspectos mais profundos, descrevendo a complexidade do comportamento humano (LAKATOS; MARCONI, 2007, p. 269). Ainda segundo as autoras, o investigador entra em contato direto e prolongado com o indivíduo ou grupos humanos, permitindo um olhar de perto do ambiente e a situação a ser investigada.

A pesquisa quantitativa vale-se do levantamento de dados para provar hipóteses baseadas na medida numérica e da análise estatística para estabelecer padrões de comportamento (LAKATOS; MARCONI, 2007, p. 285). No presente trabalho foi utilizado a porcentagem para expressar os aspectos da análise e interpretação dos dados.

As autoras evidenciam que:

Na pesquisa quantitativa, os pesquisadores valem-se de amostras amplas e de informações numéricas, enquanto que no qualitativo as amostras são reduzidas, os dados são analisados em seu conteúdo psicossocial e os instrumentos de coleta não são estruturados (LAKATOS; MARCONI, 2007, p. 269).

A pesquisa bibliográfica é aquela que se realiza a partir de registro disponível, decorrentes de pesquisas anteriores, em documentos impressos, como livros, artigos, teses, etc. (SEVERINO, 2007, p. 122). Sendo assim, o pesquisador tem como contribuição dados ou categorias antes trabalhados por outros autores, mas com a mesma temática, segundo Severino (2007).

O método etnográfico é uma modalidade de investigação naturalista, tendo como base a observação e a descrição (LAKATOS; MARCONI, 2007, p. 273). A pesquisa etnográfica visa compreender, na sua cotidianidade, os processos do dia-a-dia em suas diversas modalidades (SEVERINO, 2007, p. 119).

A observação participante implica a interação entre investigados e grupos sociais, visando coletar modos de vida sistemáticos, diretamente do contexto ou situação específica do grupo (LAKATOS; MARCONI, 2007, p. 277).

Severino (2007) relata que o questionário, é uma técnica de investigação estruturada por um conjunto de questões pertinentes e objetivas, destinadas a levantar informações escritas para o pesquisador. Lakatos e Marconi (2010) afirmam que o questionário é um instrumento de coleta de dados, que requer a observância de normas precisas, levando em consideração sua importância, isto é, oferta de informações válidas para o pesquisador.

3.2 PÚBLICO ALVO

A pesquisa foi realizada na cidade de João Pessoa, capital do estado da Paraíba, no ambiente formal de ensino.

O público alvo dessa pesquisa foram 36 estudantes do oitavo ano do Ensino Fundamental II, turno tarde da Escola Estadual de Ensino Fundamental e Médio (EEEFM) Professor Celestin Malzac, localizada no bairro Valentina Figueiredo, João Pessoa-PB.

A escolha deste espaço escolar esteve relacionada aos crescentes resultados no Índice de Desenvolvimento da Educação Básica (IDEB) que reúne informações sobre o fluxo escolar e as médias de desempenho nas avaliações. Os resultados divulgados nos últimos dois anos pelo o Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (INEP) vinculado ao MEC, apresentaram um índice de desempenho de 5,14 em 2016, elevando-se em 2017 para 5,15 para o Ensino Fundamental II.

Demonstrando assim, que a escola em questão alcançou à proposta governamental estabelecida, visto que, as metas projetadas são tanto baseadas em seus desempenhos anteriores quanto são diferenciadas para cada unidade, rede e escola.

3.3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

O estudo teve início em janeiro 2018 estendendo-se a maio do presente ano, tendo como ponto de partida a pesquisa bibliográfica. Porém na escola o primeiro procedimento realizado foi o diagnóstico estrutural, funcional e pedagógico através de um questionário (**Apêndice A**), no qual as informações foram obtidas na secretaria da escola.

Em seguida os dados da pesquisa foram coletados por meio da aplicação de um questionário (**Apêndice B**) com os estudantes que aceitaram participar da pesquisa. O questionário possuía 10 questões, duas subjetivas e oito de múltipla escolha. O mesmo foi aplicado em duas etapas: uma antecedendo as intervenções pedagógicas e outra após as intervenções, ambos continham as mesmas questões e abordavam o conhecimento específico sobre o tema da pesquisa.

De acordo com Lakatos e Marconi (2010), a etapa de coleta dos dados é um aspecto importante, pois facilita a etapa seguinte de análise e interpretação dos dados, constituindo-se ambas no núcleo central da pesquisa.

Para a etapa de análise e interpretação dos dados gerados pelos questionários, foram construídas tabelas e porcentagens utilizando para tal o software Excel.

Segundo Bardin (2016), a análise se organiza em diferentes fases que buscam a sistematização e elaboração de indicadores através de escolhas, seleções e regras que fundamentem a interpretação final.

Para o estudo das questões subjetivas foi realizado análise de conteúdo das mesmas através de sua categorização, visto que, as perguntas subjetivas têm um processo de análise complexo, pois não são limitadas e possuem a linguagem dos estudantes.

Para tanto Bardin (2016), deixa claro que os elementos da amostragem precisam ser categorizados conforme sua frequência e dependem do objetivo da análise, a fim de se estabelecer quocientes (núcleos de sentido) através de uma precisão linguística pertinente da temática.

Enquanto que, as questões com perguntas fechadas, facilitam o trabalho do pesquisador ao restringir as categorizações das respostas, embora englobe várias facetas da temática abordada, conforme Lakatos e Marconi (2010).

Ainda segundo Lakatos e Marconi (2010), a interpretação amplia o significado das respostas ao vincular-se a outros conhecimentos. Sendo a representação dos dados por tabelas, quadros e gráficos, uma alternativa de compreensão rápida e clara da massa dos dados pelo leitor.

Durante a execução da pesquisa foram realizadas atividades de sensibilização dos estudantes (**Quadro 1**), através de recursos didáticos e oficinas pedagógicas com o intuito de aproximar o pesquisador dos estudantes e melhor compreender o cotidiano dos mesmos, caracterizando o método etnográfico (LAKATOS; MARCONI, 2007, 2010; SEVERINO, 2007; ANDRÉ, 2012).

Hennig (1998) afirma que recursos “são estímulos organizados para desenvolver os conteúdos conceituais, selecionados como necessários em função de um objetivo previamente estabelecido como prioritário”. O autor ainda retrata que, os recursos podem ser materiais ou humanos, e que se inter-relacionam com a técnica e as atividades propostas (HENNIG, 1998, p. 120).

A oficina pedagógica cria um contexto em que as situações de aprendizagem são claras, precisas e diversificadas, de forma que os alunos aprendam a partir de seus itinerários de apropriação dos saberes e desenvolvimento de suas capacidades (FERREIRA; RIBEIRO, 2001, p. 10).

Sendo assim, a proposta de implantação da oficina pedagógica, foi assessorar o pesquisador em sua ação pedagógica junto aos educandos. Para tanto os mesmos foram organizados sempre em equipe para que desenvolvessem a atividade em questão utilizando: folhas de papel A4, cartolinhas, canetas coloridas, cola branca, régua, tesoura sem ponta, fita adesiva, tintas guache coloridas, caixa de sapato, figuras impressas de alimentos e/ou desenhos, e posteriormente, apresentarem para os demais participantes seus resultados.

E como afirmam Ferreira e Ribeiro (2001),

Assim a oficina pedagógica constitui-se numa estratégia para o sucesso escolar, na medida em que permite organizar situações de motivação, de sistematização, e de avaliação da aprendizagem, adaptadas a necessidades e dificuldades específicas dos alunos (FERREIRA; RIBEIRO, 2001, p. 13).

Ainda segundo Ferreira e Ribeiro (2001), a realização das oficinas pedagógicas auxilia o trabalho cooperativo, no sentido que propõe situações de aprendizagem nas

quais, colaborando para um trabalho em comum, cada um dispõe de um espaço/tempo onde tenha o direito de escolher, de decidir, de inovar e assumir responsabilidades em função do coletivo.

Para tanto Hennig (1998) relata que o estímulo à criatividade e originalidade no ensino de Ciências potencializa significativamente a aprendizagem, pois há, “o desenvolvimento de aptidões pessoais como as habilidades (aspectos qualitativos da ação, como comportamentos observáveis de ordem cognitiva, afetiva e psicomotora) e atitude (capacidades internas adquiridas-aprendidas e que influenciam ações, afetando os desempenhos pessoais)” (HENNIG, 1998, p. 95).

Segundo Hennig (1998), o professor de ciências enfrenta diversos dilemas além de planejar atividades criativas e vencer os conteúdos abordados, como as situações emocionais de bloqueio, a liberdade de pensamento e consequentemente o envolvimento real dos alunos. Cabendo ao mesmo, ser o patrocinador inicial do estímulo, exercitando sua capacidade de julgar quando o aluno se envolve em novas situações ou está prestes a abandoná-las.

Quadro 1- Atividades de sensibilização sobre a temática alimentação saudável com os estudantes do 8º ano do Ensino Fundamental II da EEEFM Professor Celestin Malzac, João Pessoa – PB.

ATIVIDADES	OBJETIVOS
Exposição dialogada	Fazer exposição dialogada do tema, buscando o conhecimento prévio dos estudantes.
Oficina pedagógica - palavras cruzadas (Apêndice C)	Auxiliar a aprendizagem dos grupos alimentares.
Oficina pedagógica - cartazes didáticos	Auxiliar a aprendizagem dos grupos alimentares.
Oficina pedagógica - pirâmide alimentar	Auxiliar a aprendizagem dos alunos acerca da distribuição dos alimentos na pirâmide alimentar.
Oficina pedagógica - Cardápio de doenças	Sensibilizar os estudantes sobre os riscos de uma dieta não balanceada.
Oficina pedagógica – Semáforo da alimentação	Sensibilizar os estudantes sobre hábitos alimentares saudáveis.
Lanche coletivo	Proporcionar socialização através de um lanche coletivo.

Fonte: MACÊDO, 2018.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

4.1 DIAGNOSE DA ESCOLA

A EEEFM Professor Celestin Malzac (**Figura 1**) está localizada na Rua Zenaide Brazilino, S/N, Valentina Figueiredo, João Pessoa-PB.

Estão matriculados nessa instituição de ensino 922 alunos, sendo 388 no turno da manhã, 251 no turno da tarde e 283 a noite. A escola apesar de pertencer à rede estadual apresenta o Ensino Fundamental II (anos finais), Ensino Médio e Educação de Jovens e Adultos (EJA). A escola dispõe de Projeto Político Pedagógico (PPP) e verbas recebidas do Governo Federal, geridas pela direção de Maria José Cavalcante.

Esta escola apresenta nove salas de aula, que recebem iluminação natural, influência externa de barulho e ventilação considerados regular, devido a grande parte dos ventiladores precisarem de manutenção.

Sobre a infraestrutura a mesma possui: sala da direção, secretaria, sala dos professores, biblioteca, cozinha, refeitório, bebedouros e quadra de esportes coberta.

O estado geral dos banheiros e bebedouros foi considerado intermediário, assim como as condições de uso das janelas, portas, paredes, pisos e telhados. A escola apresenta rampas de acesso para cadeirantes e banheiros adaptados à pessoas com necessidades especiais.

Com relação aos aspectos funcionais pode-se constatar que a escola possui fornecimento de água, energia, internet, saneamento básico e coleta periódica de resíduos sólidos. A escola também possui boa arborização, estacionamento e fornecimento diário da merenda escolar.

A escola em questão dispõe de condições materiais de uso regulares, apresentando cadeiras suficientes para todos os alunos matriculados, assim como birôs para professores em todas as salas de aula e armários individuais. O material de expediente (papel A4, grampo, clips, pincel, atômico, giz, etc) é disponível e acessível a funcionários e professores.

A escola possui diversos recursos didáticos disponíveis como: computadores, máquina de copiar, impressora, projetor de slides, aparelho de DVD, televisões, aparelho de som, microfone, amplificador de som, kits didáticos, jogos educativos e

instrumentos musicais. Embora a escola disponha de livros didáticos, seu montante não é suficiente para suprir todos os alunos matriculados.

Figura 1 - Estrutura interna da EEEFM Professor Celestin Malzac, localizada no bairro Valentina Figueiredo, João Pessoa – PB; A – Entrada principal; B- Sala de aula; C- Corredor que dá acesso às salas de aula; D- Refeitório; E- Pátio da Escola; F – Quadra de esportes;



Fonte: MACÊDO, 2018.

4.2 ATIVIDADES DE SENSIBILIZAÇÃO

Antes da realização das atividades, foi aplicado o questionário (Pré-teste) (**Apêndice B**) para diagnosticar as percepções prévias dos 36 estudantes da turma do 8º ano do Ensino Fundamental II. Em seguida, foram realizadas sete atividades de sensibilização, buscando o envolvimento dos estudantes sem a necessidade da utilização de outros espaços além da sala de aula.

A primeira atividade foi uma exposição dialogada sobre alimentação, abordando os nutrientes alimentares, funções gerais, diferenciação das classes de nutrientes, importância do equilíbrio nutricional, prevenção e cuidados pessoais alimentares na promoção da saúde.

Para esse primeiro momento houve o auxílio do projetor de slides como recurso didático (**Figura 2**), esse recurso foi utilizado devido à observação no momento de diagnose da escola sobre a dificuldade de visão de alguns alunos, por causa do posicionamento das carteiras e a diferença de altura entre os mesmos. Embora durante a exposição dialogada notava-se que alguns alunos saíram de seus lugares, procurando sentar-se mais à frente mesmo que tivessem que compartilhar uma única cadeira.

Durante essa atividade também ocorreu à exposição de alguns exemplares alimentares, que visaram o reconhecimento das classes nutricionais, valorização dos alimentos naturais e a vasta quantidade de alimentos derivados existentes.

A princípio todos se mostraram curiosos em saber do que se tratava a atividade e logo de início buscaram interagir procurando relatar a frequência de consumo dos alimentos dispostos. Deixando claro, que a alimentação é um tema importante para os estudantes e que a grande maioria possuía conhecimentos prévios sobre os alimentos apresentados.

Durante a exposição dialogada foi perceptível que alguns alunos conversavam entre si de forma discreta, enfatizando qual classe de nutriente pertenciam alguns dos exemplares expostos só pela observação visual do recurso, antecedendo muitas vezes a colocação do pesquisador. Embora ao serem questionados, eles se apresentaram mais tímidos, demonstrando que não havia total segurança em suas afirmações.

Figura 2- Exposição dialogada sobre alimentação saudável para os estudantes do 8º ano do Ensino Fundamental II da EEEFM Professor Celestin Malzac, João Pessoa – PB; A – Exposição dialogada; B- Exemplares alimentares.



Fonte: MACÊDO, 2018.

A segunda atividade iniciou-se com uma breve exposição dialogada sobre as classes alimentares, seguida da realização da oficina pedagógica com preenchimento individual de palavras cruzadas (**Apêndice C**) dentro da temática alimentar (**Figura 3**).

O objetivo era de auxiliar a aprendizagem acerca dos grupos alimentares e possibilitar o esclarecimento de dúvidas. Uma vez que, a palavra cruzada era composta por diversas perguntas que envolviam: características gerais, curiosidades e diferenciação alimentar.

Durante a oficina foi perceptível pela concentração da turma, que os alunos se sentiram desafiados a concluir a atividade e demonstrar seus conhecimentos.

Mesmo sendo evidente que alguns alunos possuíam dúvidas, pelo fato de perguntarem se era possível utilizar o livro didático, como também pela socialização com seus companheiros. Ficando notório que, os primeiros alunos a terminarem a atividade, auxiliaram os demais em questionamentos considerados mais difíceis.

Ao final da atividade pôde-se observar que os estudantes conseguiram assimilar o conhecimento exposto, pois todos tinham participado demonstrando que o método utilizado é eficiente, sendo uma alternativa para o processo de ensino-aprendizagem.

Figura 3 – Oficina pedagógica - palavras cruzadas sobre alimentação saudável, realizada pelos estudantes do 8º ano do Ensino Fundamental II da EEEFM Professor Celestin Malzac, João Pessoa – PB.



Fonte: MACÊDO, 2018.

A terceira atividade foi à oficina pedagógica de cartazes didáticos sobre os nutrientes, na qual os estudantes foram organizados em equipes entrando em consenso sobre qual classe nutricional escolheriam para que desenvolvessem a atividade em questão, e posteriormente, apresentarem para os demais participantes seus resultados (**Figura 4**).

Durante a oficina os alunos mostraram-se bastante envolvidos, procurando esclarecer dúvidas uns dos outros, só solicitando o auxílio do pesquisador em último caso.

Foi observado que algumas equipes fizeram desenhos para complementar seus cartazes, visto que os mesmos faziam parte do seu cotidiano mais não estavam presentes nas figuras fornecidas para a oficina, mostrando-se assim criativos e solucionadores de problemas. Os mesmos também demonstraram bom convívio em grupo, ao emprestarem o material de apoio a outras equipes quando solicitado.

Diante do exposto, vale salientar que embora o já esperado volume alto de conversas e a presença de resíduos da atividade no chão mesmo com coletor de resíduos na sala de aula, ao término da oficina os próprios alunos recolheram o material e organizaram as cadeiras, sem solicitação prévia auxiliando assim a aula seguinte.

Figura 4 – Oficina pedagógica - cartazes didáticos dos nutrientes, realizada pelos estudantes do 8º ano do Ensino Fundamental II da EEEFM Professor Celestin Malzac, João Pessoa – PB.



Fonte: MACÊDO, 2018.

A quarta atividade foi à oficina pedagógica da pirâmide alimentar (**Figura 5**). Inicialmente, ocorreu uma breve exposição dialogada ressaltando a importância do conhecimento sobre os nutrientes e sua variabilidade, procurando mostrar o quanto é preciso balancear os grupos alimentares, conhecendo as quantidades necessárias para ingestão e o bom funcionamento do organismo, através do uso da pirâmide alimentar.

A pirâmide alimentar segundo Brasil (2006), tem como intuito exemplificar a distribuição dos alimentos e estabelecer um planejamento para obter uma dieta saudável, baseado nos “Dez Passos da Alimentação Saudável” que, a partir dos principais problemas nutricionais brasileiros, estabelece princípios alimentares com o objetivo de preveni-los e estabelecer uma alimentação saudável na população. Apresentando de forma dialogada rápida e simples, consequências à saúde, tais como: excesso ou falta de algum alimento, má higiene alimentar, problemas dentários, transtornos alimentares, entre outros (BRASIL, 2006).

Após receber as orientações sobre a oficina pedagógica os estudantes foram divididos em equipes, para que, de acordo com suas concepções, montassem a pirâmide alimentar que, posteriormente, seria anexada ao quadro, havendo uma breve discussão em conjunto com toda a turma.

Durante a atividade, um dos pontos de maior dificuldade foi à insegurança dos estudantes em expor suas próprias concepções na distribuição dos alimentos, possibilitando a intervenção do pesquisador no esclarecimento de dúvidas e incentivo a consultas ao livro didático e cadernos.

No momento da apresentação observou-se que, grande parte dos estudantes relatava que a ingestão diária de verduras era pouca ou mesmo nula. O que facilitou a ênfase da importância de uma alimentação balanceada para promoção de saúde.

Figura 5 – Oficina pedagógica - pirâmide alimentar, realizada pelos estudantes do 8º ano do Ensino Fundamental II da EEEFM Professor Celestin Malzac, João Pessoa – PB.



Fonte: MACÊDO, 2018.

A quinta atividade foi à oficina pedagógica do cardápio de doenças, enfatizando os principais problemas a saúde causados pela má alimentação (**Figura 6**). O mesmo teve como objetivo sensibilizar os estudantes sobre a prevenção e os riscos de uma dieta não balanceada.

Os estudantes foram organizados em equipes para que desenvolvessem a atividade em questão, utilizando como material de apoio o livro didático fornecido pela escola, para fundamentação teórica caso os estudantes precisassem.

Durante essa proposta, pode-se notar o empenho dos estudantes em pesquisar e embasar teoricamente sobre o excesso ou carência de algumas vitaminas, demonstrando uma curiosidade sobre o assunto e relacionando-os a fatores comerciais.

A atuação dos estudantes, assim como nas demais atividades, foi ativa e houve contribuição de todos na confecção do material e na discussão final, que levou a uma explanação acerca de transtornos alimentares na adolescência, seu diagnóstico, tratamento e prevenção. Demonstrando assim como fatores estéticos são valorizados pelos estudantes.

Figura 6 – Oficina pedagógica - cardápio de doenças, realizada pelos estudantes do 8º ano do Ensino Fundamental II da EEEFM Professor Celestin Malzac, João Pessoa – PB.



Fonte: MACÊDO, 2018.

A sexta atividade iniciou-se com uma exposição dialogada sobre sedentarismo e o consumo de alimentos calóricos que consequentemente, levam ao excesso de peso, problemas dentários e doenças crônicas não transmissíveis (como: hipertensão e diabetes). Seguida da construção de um semáforo da alimentação, contendo cuidados e prevenção relacionados à dieta individual de cada estudante (**Figura 7**).

Visto que, a cor vermelha em um semáforo simbolizava um sinal de perigo e impedimento, a proposta da atividade foi utilizar a simbologia da mesma e relacioná-la a alimentação. Nesse contexto, a cor amarela simbolicamente representou um alerta alimentar, enquanto a cor verde simbolizava um passe livre na alimentação, servindo como dica para seu consumo cotidiano.

Embora os estudantes tenham se organizado em equipes trabalhando a coletividade e criatividade para confecção do semáforo. Os mesmos puderam se colocar individualmente ao elaborarem notas em cartões sobre sua rotina alimentar e prováveis alertas nutricionais seguindo as instruções das cores, despertando envolvimento. E consequentemente a reflexão sobre suas escolhas, alcançando os resultados esperados.

Após o término da confecção do semáforo e do preenchimento dos cartões eles foram recolhidos e separados em cima da mesa. Desse modo, foi feita a leitura e debate das notas de cada cartão, seguindo a ordem de cores.

Figura 7 – Oficina pedagógica - semáforo da alimentação, realizada pelos estudantes do 8º ano do Ensino Fundamental II da EEEFM Professor Celestin Malzac, João Pessoa – PB.



Fonte: MACÊDO, 2018.

A sétima atividade envolveu um lanche coletivo (**Figura 8**), no qual os estudantes se organizaram e escolheram os alimentos a serem consumidos pela turma.

Quando questionados a respeito de suas escolhas, alguns estudantes relataram que preferiram dar prioridades a frutas e sucos naturais, devido à boa parte da turma só as consumir na maioria das vezes na merenda escolar. Demonstrando que, houve o estímulo e aceitação de alguns a alimentos saudáveis.

Figura 8 – Lanche coletivo organizado pelos estudantes do 8º ano do Ensino Fundamental II da EEEFM Professor Celestin Malzac, João Pessoa – PB.



Fonte: MACÊDO, 2018.

Ao final de todas as atividades de sensibilização, foi aplicado o questionário final (Pós-teste) como instrumento investigativo.

4.3 ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS QUESTIONÁRIOS

A aplicação do questionário inicial contou com participação de trinta e seis estudantes regulares do Ensino Fundamenta II. Enquanto que, o questionário pós atividade obteve a participação de trinta e três alunos, devido a problemas de saúde e transferência escolar. A faixa etária dos participantes oscila entre 12 e 16 anos de idade, estando a maioria com a faixa etária esperada de 13 anos de idade (**Quadro 2**), sendo 53% do sexo feminino e 47% masculino.

A aplicação do questionário inicial (Pré-teste) ocorreu uma semana antes das atividades de sensibilização e o questionário pós atividade (Pós-teste) foi aplicado vinte dias após o término das mesmas, evitando assim influência direta em seu resultado.

Quadro 2 - Faixa etária dos estudantes do 8º ano da EEEFM
Professor Celestin Malzac, João Pessoa – PB em 2018.

IDADE	NÚMERO DE INDIVÍDUOS (n)
12 anos	5
13 anos	23
14 anos	5
15 anos	2
16 anos	1
TOTAL	36

Fonte: MACÊDO, 2018.

Na primeira questão, de forma subjetiva os estudantes deveriam definir o que era alimentação saudável para eles, segue algumas respostas dos estudantes:

“É você ter um bom balanceamento de alimentos e nutrientes”
(Aluno A);

“É a alimentação rica em proteínas” (Aluno B);

“Para mim é comer uma grande variedade de frutas e verduras” (Aluno C);

“É comer a cada 3 horas” (Aluno D).

Com base nas informações obtidas nos depoimentos, foram criadas categorias operacionais levando em consideração tanto a similaridade a respeito do tópico em debate, quanto à identificação da ideia central das respostas. A fim de, utilizá-las para equiparar os questionários Pré-teste e Pós-teste, como meio de padronização dos dados.

As categorias criadas à medida que a recorrência dos conteúdos surgia, referiam-se a: variedade de alimentos; consumo de proteínas; alimentos in natura (representando frutas, verduras e legumes); saúde; regularidade no consumo; menor consumo de alimentos processados e questões não respondidas.

Dentre essas categorias, as citados no Pré-teste foram: variedade de alimentos 17%, consumo de proteínas 3%, alimentos in natura 64%, saúde 3%, regularidade no consumo 5% e questões não respondidas 8% (**Gráfico 1**).

Enquanto que, após as atividades de sensibilização realizadas os estudantes definiram alimentação saudável como:

"Uma alimentação de acordo com a pirâmide alimentar" (Aluno E);

"É uma alimentação balanceada, com um pouco de cada tipo de alimento" (Aluno F);

"A alimentação que faz bem para a saúde" (Aluno G);

"É comer mais frutas e verduras" (Aluno H).

O questionário aplicado após vinte dias demonstrou resultados diferenciados para a mesma questão: “O que é alimentação saudável para você?”. Constatados pelas variações percentuais das categorias: variedade de alimentos 21%, alimentos in natura 42%, saúde 18%, menor consumo de processados 6% e não respondidas 12% (**Gráfico 1**).

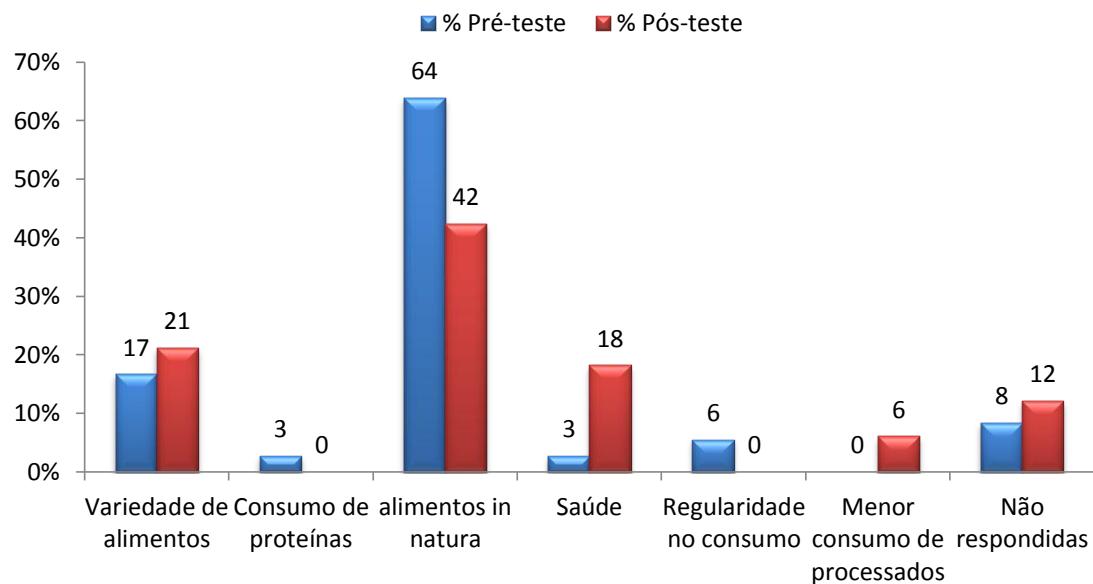
Entre as definições de alimentação saudável mais citada pelos estudantes, destaca-se o consumo in natura (representando frutas, verduras e legumes), seu valor percentual no Pré-teste de 64% obteve um decréscimo no Pós-teste para 42%, demonstrando que as atividades de sensibilização pouco contribuíram para a concepção dos mesmos. Uma vez que, o percentual ainda se encontra alto, percebe-se a influência das concepções prévias sobre os responsáveis direto no desempenho do organismo,

visto que os alimentos in natura também compreendem a origem animal e em nenhum momento foram citados pelos estudantes no Pós-teste.

Para Brasil (2014), os alimentos in natura “são aqueles obtidos diretamente de plantas ou de animais (como folhas e frutos ou ovos e leite) e adquiridos para consumo sem que tenham sofrido qualquer alteração após deixarem a natureza”. Ainda segundo o autor, esses alimentos podem englobar os minimamente processados, devido a processos sutis que aumentam sua durabilidade.

Embora a amostragem indique alterações razoáveis nas demais categorias, onde é constatado que poucos alunos conseguiram identificar que a ingestão balanceada caracteriza bons hábitos alimentares, assim como aspectos de menor consumo de alimentos processados e intervalo entre as refeições, os dados corroboram com o que outros autores já afirmaram.

Gráfico 1 - Definição de alimentação saudável dos estudantes do 8º ano da EEEFM Professor Celestin Malzac, João Pessoa – PB em 2018, antes e após as atividades de sensibilização.



Fonte: MACÊDO, 2018.

De acordo Oliveira, Cavalcante e Assis (2012), que realizou uma pesquisa semelhante sobre aspectos alimentares no ambiente escolar com o Ensino Fundamental anos iniciais, os alunos costumam ter um senso comum sobre o conceito de alimentação saudável, identificando apenas exemplos de alimentos que consideram adequados, devido ao breve entendimento científico.

Demonstrando assim, que essas limitações percorrem suas trajetórias de escolarização, fazendo-se necessária a abordagem da temática em sala de aula para o esclarecimento e orientação de hábitos cotidianos.

Reafirmado por Oliveira, Cavalcante e Assis (2012, p. 11) em “Os professores precisam trabalhar melhor em sala de aula a diferenciação entre uma alimentação saudável e uma alimentação não saudável”.

Brasil (2014), alerta que a alimentação adequada e saudável é uma questão importante, pois diz respeito à ingestão de alimentos de acordo com as necessidades de cada fase do curso da vida, de forma harmônica em aspectos de quantidade, qualidade, combinações e preparos, bem como ao uso sustentável do meio ambiente.

Visto que, o grupo de crianças e adolescentes é considerado de risco nutricional, pois suas necessidades de nutrientes específicos são maiores quando comparadas com as de outros grupos etários. De forma a atender à demanda do crescimento e desenvolvimento e garantir a manutenção do organismo nesta fase, é essencial que se estabeleça uma alimentação saudável, conforme Teixeira et al. (2012).

A alimentação deve ser equilibrada, com alimentos de todos os tipos, mas principalmente os de alto valor nutritivo, tais como frutas, legumes, verduras e fibras. Tendo em vista que hábitos alimentares adquiridos na adolescência tendem a se perpetuar na vida adulta (TEIXEIRA et al., 2012, p. 331).

Por isso recomenda-se ao trabalhar esse eixo temático, a realização de oficinas pedagógicas, visto que, o caráter dinâmico desta, cria troca de experiência e descoberta de alternativas para impasses entre a realidade e a teorização.

De acordo com Pereira (2003), é importante introduzir o lúdico em sala de aula, pois este se configura como um dos recursos metodológicos essenciais no processo de ensino e aprendizagem, por estimular e favorecer êxito na aquisição de novos conhecimentos.

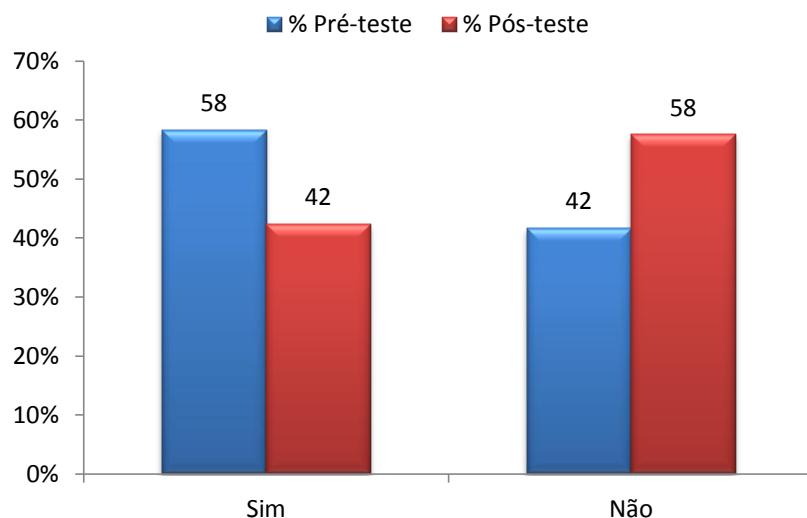
A segunda questão buscava saber se os estudantes consideravam sua alimentação adequada. Relacionando os dados ao fato da questão ser objetiva (possuindo as alternativas sim e não), no diagnóstico prévio mais de 58% dos alunos afirmaram ter uma alimentação adequada.

Enquanto que, após as atividades realizadas os percentuais expressaram uma inversão nas afirmativas, demonstrando que os estudantes da turma repensaram suas escolhas, anteriormente desatentas em relação às questões nutricionais (**Gráfico 2**).

Para o MS (BRASIL, 2014) a discussão nas escolas sobre alimentação saudável engloba aspectos biológicos e socioculturais dos indivíduos. Assim, a inserção desses temas como componentes transversais aos currículos do ensino infantil, fundamental e médio pode dar sustentabilidade às iniciativas de educação em saúde.

De acordo com Accioly (2009) a alimentação é um ato, não apenas fisiológico, mas, também, de integração social e, portanto, é fortemente influenciada pelas experiências submetidas em círculo de convivência, tornando a escola um pilar para troca de vivências com o núcleo familiar.

Gráfico 2 - Respostas sobre a adequação alimentar dos estudantes do 8º ano da EEEFM Professor Celestin Malzac, João Pessoa – PB em 2018.



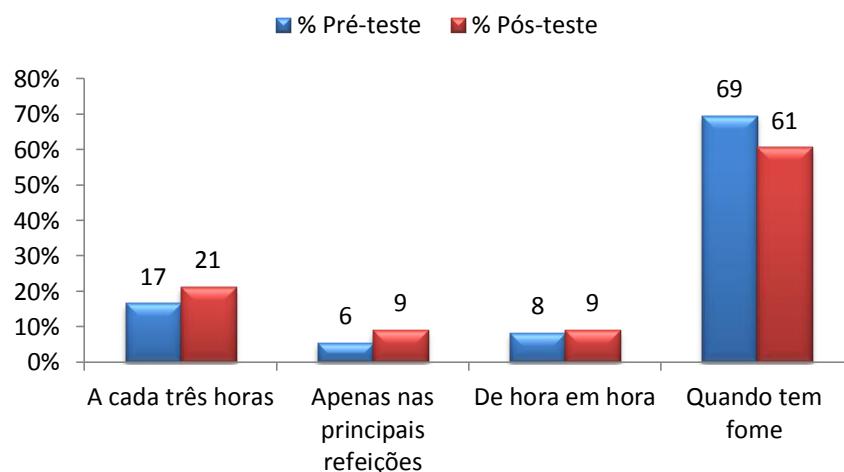
Fonte: MACÊDO, 2018.

A terceira questão abordava a frequência diária de alimentação, atestando que os estudantes só procuram se alimentar quando tem fome (**Gráfico 3**). Apresentando uma diferença sutil entre o Pré-teste de 69% para 61% no Pós-teste, demonstrando que os mesmos ainda desconhecem a relevância da alimentação no aumento do metabolismo para manter os níveis de energia e melhor utilização dos nutrientes pelo corpo. Ficando claro, que mesmo com o conhecimento apresentado nas atividades de sensibilização enfatizando a importância dos intervalos entre as refeições, os resultados não alcançaram as expectativas esperadas, para que, os estudantes mudassem suas atitudes.

Conforme Brasil (2014), além das refeições principais (café da manhã, almoço e jantar), há necessidade fazer outras refeições ao longo do dia (privilegiando alimentos in natura ou minimamente processados), principalmente quando se refere a crianças e adolescentes, por se encontrarem em fase de crescimento.

O autor ainda destaca que, as refeições feitas em horários semelhantes todos os dias, consumidas com atenção e sem pressa demandando um ambiente apropriado e na companhia de amigos e familiares, favorecem a digestão dos alimentos e também o consumo além do necessário (BRASIL, 2014, p. 94).

Gráfico 3 - Respostas sobre a frequência diária de alimentação dos estudantes do 8º ano da EEEFM Professor Celestin Malzac, João Pessoa – PB em 2018.



Fonte: MACÊDO, 2018.

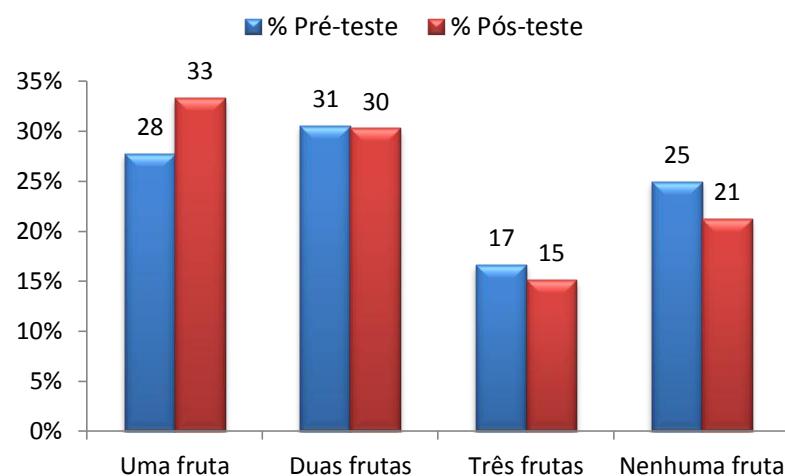
No que se refere à quarta questão, onde perguntado “Qual seu consumo diário de frutas?”, os dados revelaram que mesmo após as atividades de sensibilização 21% dos estudantes não consomem frutas, seja por preferência, questões financeiras ou influência da mídia. Tornando-se um dado preocupante ao equiparar aos 33% de estudantes que consomem uma única fruta por dia (**Gráfico 4**).

Embora Brasil (2014), considere os alimentos in natura ou minimamente processados prioritários na alimentação, a oferta e estímulos ao consumo dos alimentos ultraprocessados é alta, devido a fatores de paladar que encobrem efeitos de longo prazo e acumulativos a saúde nem sempre bem conhecidos.

Dalmolin et al. (2012, p. 2138) propuseram que “a praticidade de uso, sabor agradável, enfoque da mídia atrelado aos interesses econômicos da indústria e finalmente pela falta de informação, orientação e abordagem sobre o tema alimentar, faz com que o jovem abuse do consumo desses produtos em sua rotina diária”.

Ainda conforme esses autores, “a evolução do consumo de produtos industrializados, da alimentação fora do domicílio (em cantinas, restaurantes, “fast-foods” e etc), a preferência pelos supermercados para a compra dos alimentos, a busca de praticidade e de economia de tempo, resulta em uma alimentação pobre em nutrientes desde cedo” (DALMOLIN et al., 2012, p. 2138).

Gráfico 4 - Respostas sobre o consumo diário de frutas dos estudantes do 8º ano da EEEFM Professor Celestin Malzac, João Pessoa – PB em 2018.



Fonte: MACÊDO, 2018.

A quinta questão aborda o reconhecimento dos carboidratos pelos estudantes, no qual 33% dos mesmos relataram que batata, arroz e macarrão poderiam ser carboidratos, assim como outros 33% afirmaram que carne e ovos, antes das intervenções (**Gráfico 5**).

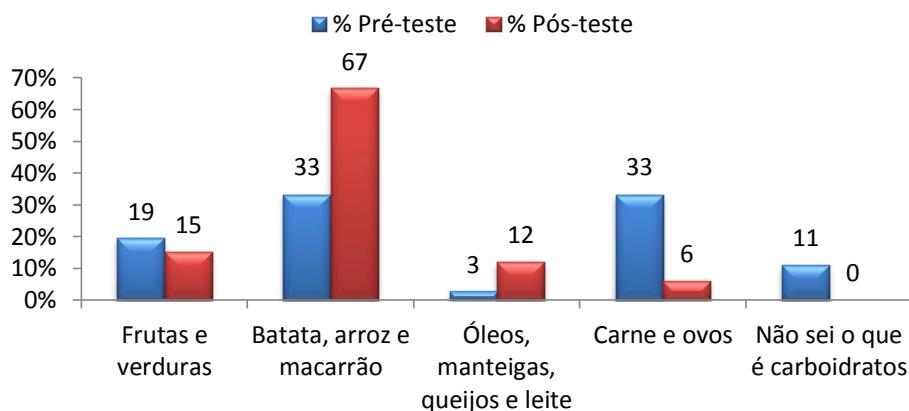
Quando aplicada a mesma questão, percebe-se que as atividades de sensibilização são fundamentais para reconhecimento dos carboidratos, já que cerca de 67% dos alunos da turma conseguiram identificar corretamente o grupo alimentar.

Enquanto que 15% dos estudantes ainda apresentaram dúvidas sobre a classe dos nutrientes ao apontar as frutas e verduras como carboidratos.

Dentre as sequências textuais propostas por Sichieri et al. (2000) a ênfase na sensibilização da identificação de alimentos, ou grupo de alimentos como os carboidratos, cujo consumo adequado deva ser estimulado é importante devido sua provisão de energia e sua capacidade de acumular-se no tecido adiposo, fator associado à obesidade.

Sichieri et al. (2000) trazem que a substituição das gorduras por carboidratos refinados, como tem ocorrido em grande parte dos produtos industrializados, nas versões light e diet, pode aumentar o risco a saúde reforçando assim, a importância do esclarecimento proposta nos guias alimentares do brasileiros.

Gráfico 5 – Respostas sobre o reconhecimento de carboidratos pelos estudantes do 8º ano da EEEFM Professor Celestin Malzac, João Pessoa – PB em 2018.



Fonte: MACÊDO, 2018.

Na sexta questão os estudantes responderam sobre a troca de refeições como café da manhã, almoço ou jantar por lanches, percebe-se o quanto é circunstancial a prioridade de suas refeições, visto que 50% dos estudantes costumam substitui-las por lanches. Ao mesmo tempo em que, mesmo após as atividades de sensibilização o percentual se elevou para 61% (**Gráfico 6**).

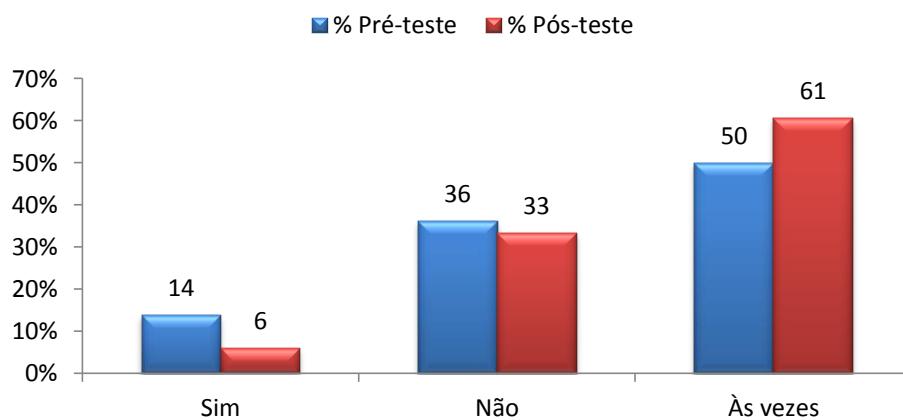
Accioly (2009) propõe que a substituição de alimentos ou refeições são influenciadas por vários fatores, como a questão da familiaridade com o alimento, que resulta das experiências das crianças e adolescentes com os mesmos.

Para tanto Teixeira et al. (2012), o fator da praticidade, tem sido cada vez mais frequente entre os adolescentes para omissão de refeições, pois a atual oferta crescente de alimentos industrializados, a facilidade de acesso a eles e, muitas vezes, seus preços mais baixos podem ser justificativas para esse consumo.

Ainda segundo Teixeira et al. (2012), que realizaram uma pesquisa que apontou o jantar sendo a refeição mais frequentemente substituída por lanche, indicando como principais substitutos dessa refeição o hambúrguer, pizza, cachorro-quente, salgados e certos tipos de sanduíches e biscoitos.

Tais hábitos tornam-se preocupante, pois a alimentação inadequada provavelmente será mantida na vida adulta, aumentando a probabilidade tanto de obesidade quanto o acréscimo futuro de demais problemas de saúde (ACCIOLY, 2009; BRASIL, 2014; DALMOLIN et al., 2012; TEIXEIRA et al., 2012).

Gráfico 6 – Resposta sobre a troca de refeições por lanches pelos estudantes do 8º ano da EEEFM Professor Celestin Malzac, João Pessoa – PB em 2018.



Fonte: MACÊDO, 2018.

O sétimo questionamento aos estudantes, abordava quais os cuidados deve-se ter para a escolha de alimentação saudável (**Gráfico 7**).

Revelando que os estudantes já possuem concepções prévias, devido a 72% preferirem alimentos naturais como uma maneira de alimentação saudável. Enquanto que, 19% apontaram se alimentar sem nenhum tipo de preocupação.

Os resultados mostraram uma contradição no discurso dos mesmos, ao compará os dados referentes a questões anteriores como o consumo diário de frutas, exteriorizando que muitos participantes preocupam-se em responder corretamente as questões em decorrência do método tradicional de ensino, do que serem genuínos com o relato de seus hábitos diários.

E como afirma Pereira (2002), o método tradicional consiste em longas exposições do professor, competindo ao aluno se indagar só quando questionado, sendo assim priorizado aspectos quantitativos relacionados a notas, ao em vez da qualidade do ensino aprendizagem. Ainda segundo a autora, o ensino moderno exige criatividade, liberdade de expressão e, ao mesmo tempo, a construção do próprio conhecimento pelo aluno sob a orientação do professor.

Dentre as sequências textuais propostas por Freire (1996) antes de qualquer tentativa e discussão de técnicas, de materiais, de métodos para uma aula dinâmica, é preciso que o professor saiba que a curiosidade do ser humano é a força motriz para o sucesso das atividades lúdicas.

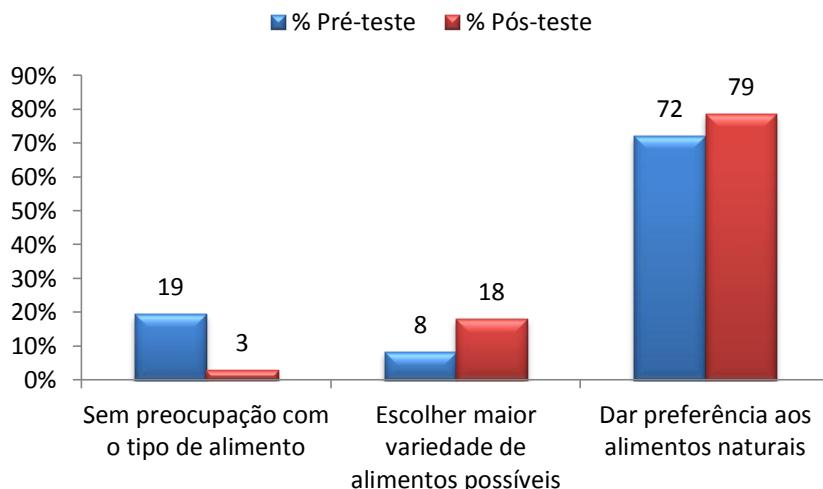
A vivência do lúdico no processo de aprendizagem fomenta o diagnóstico das relações sociais que o aluno estabelece enquanto se diverte, porque é na interação com os outros que se fortalece o processo de socialização (PEREIRA, 2003, p. 89). A autora afirma ainda que, em atividades lúdicas há condições de se conhecer os vínculos interpessoais ou grupais e sua possível influência no aprender.

Para tanto Brasil (2014) traz que o ambiente escolar é propício para educação e saúde, ao disseminar orientações básicas voltadas à escolha do cardápio alimentar, descritas como: a regularidade e atenção na seleção alimentos, ambiente apropriado e companhias agradáveis, que levam ao favorecimento da mastigação.

Teixeira et al. (2012), relatam que a preocupação de escolhas alimentares no ambiente escolar é maior entre meninas, devido a atenção a imagem corporal. Pois segundo os autores, a fase de transição física característica da puberdade reflete sobre o comportamento alimentar, sofrendo influência de fatores internos (como autoimagem,

necessidades fisiológicas e preferências) e externos (como hábitos de familiares, amigos, cultura e mídia) (TEIXEIRA et al., 2012, p. 331).

Gráfico 7 – Respostas sobre a preocupação das escolhas alimentares pelos estudantes do 8º ano da EEEFM Professor Celestin Malzac, João Pessoa – PB em 2018.



Fonte: MACÊDO, 2018.

No oitavo questionamento, os estudantes responderam a respeito das consequências à saúde do consumo excessivo de alimentos ricos em açúcar (**Gráfico 8**).

Antes das atividades os alunos apontavam à diabetes 46%, obesidade 20%, cárie dentária 18% e alergias 11%, como as doenças de maior ocorrência.

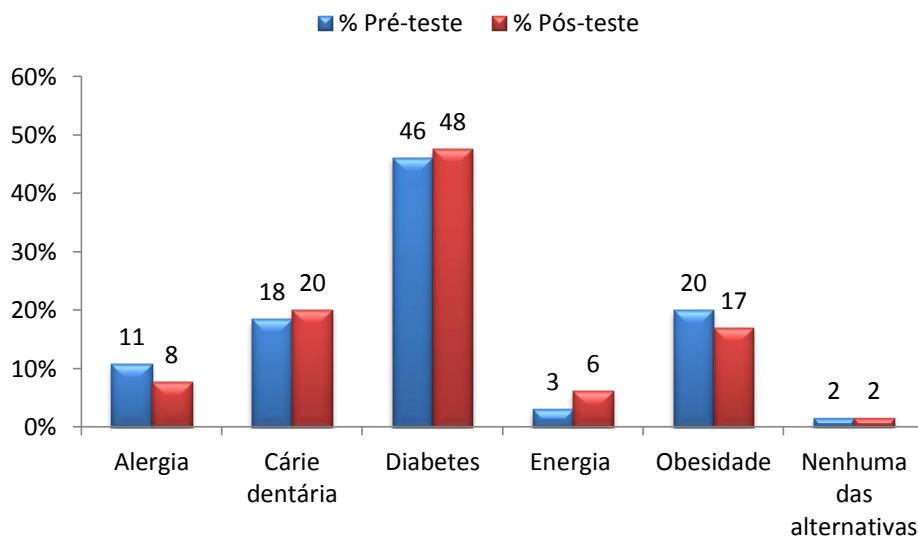
Após o esclarecimento nas intervenções os estudantes demonstraram maior clareza em relação à diabetes 48%, obesidade 17%, cárie dentária 20% e alergias 8%, como as doenças de maior ocorrência.

Dentre as sequências textuais propostas por Dalmolin et al. (2012), declara-se que a saúde começa pela boca, seja pelos os hábitos presentes na dieta há consequências dentárias, posto que a cárie dentária abre porta para muitas outras doenças, chegando a problemas cardíacos graves.

Ainda sobre isso, Dalmolin et al.(2012) ressaltam que o consumo excessivo de alimentos com açúcares, podem levar ao sobrepeso ou obesidade, reconhecida como um fator de risco para uma série de doenças crônicas como diabetes, hipertensão, doenças cardiovasculares, cálculos renais e na vesícula e câncer. Os autores alertam que a

problemática é intensificada, exatamente pela falta de informação sobre o tema e pela facilidade de consumo das substâncias muito calóricas e pobres nutricionalmente oferecidas pela indústria e pela propaganda apelativa, onde o jovem é facilmente envolvido (DALMOLIN et al., 2012, p. 2143).

Gráfico 8 – Respostas sobre as consequências à saúde do consumo excessivo de alimentos ricos em açúcar pelos estudantes do 8º ano da EEEFM Professor Celestin Malzac, João Pessoa – PB em 2018.



Fonte: MACÊDO, 2018.

A nona questão se relaciona a hábitos de acrescentar sal em refeições prontas. Onde os estudantes em ambos os testes tiveram respostas quase precisas, ao apontar que 92 % não acrescentavam sal em suas refeições (**Gráfico 9**).

A adição de sal ou açúcar, em geral em quantidades muito superiores às usadas em preparações culinárias, transforma o alimento original em fonte de nutrientes cujo consumo excessivo está associado a doenças do coração, obesidade e outras doenças crônicas (BRASIL, 2014, p. 38).

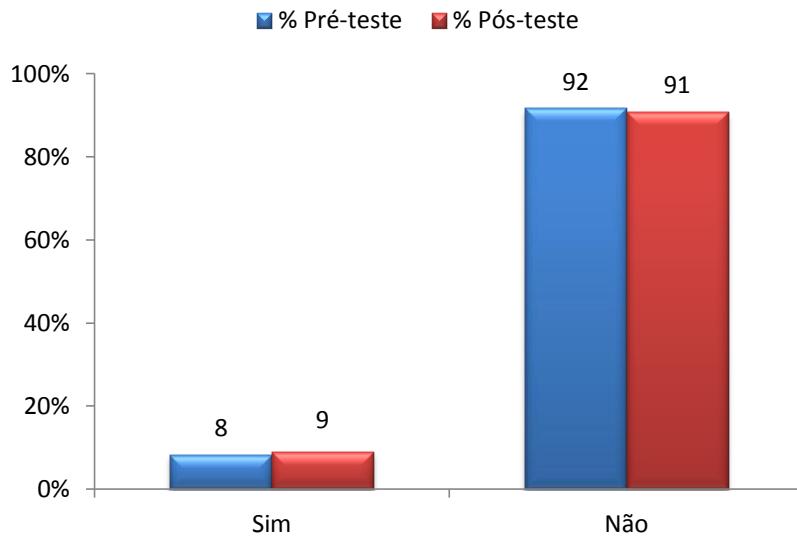
Teixeira et al. (2012) afirmam que “o elevado consumo de sódio pode levar ao aumento da pressão arterial em adultos, crianças e adolescentes. A hipertensão é o principal fator de risco de morte no mundo, seguida pelas doenças cardíacas, pelo acidente vascular cerebral e pela insuficiência renal”.

De acordo com Brasil (2014), é comum os alimentos ultraprocessados apresentarem alto teor de sódio, por conta da adição de grandes quantidades de sal, necessárias para estender a duração dos produtos e intensificar o sabor, ou mesmo para encobrir sabores indesejáveis oriundos de aditivos ou de substâncias geradas pelas técnicas envolvidas no ultraprocessamento.

Reafirmado por Sichieri et al. (2000) ao relatarem que, a redução do consumo de sal requer diminuição do consumo de alimentos processados com alta quantidade de sódio como chips, defumados e enlatados, bem como evitar adicionar sal aos alimentos já preparados.

Para Brasil (2014) a precaução no ato de cozinhar e temperar alimentos, com sal, óleos, gorduras e açúcar dependerão essencialmente da quantidade utilizada nas preparações culinárias.

Gráfico 9 – Respostas sobre o acréscimo de sal nas refeições pelos estudantes do 8º ano da EEEFM Professor Celestin Malzac, João Pessoa – PB em 2018.



Fonte: MACÊDO, 2018.

Na última questão, os estudantes deveriam responder o que gostariam de saber sobre alimentação saudável, mas nunca tiveram a oportunidade de perguntar, esses realizaram as colocações a seguir:

“A alimentação saudável também pode engordar?” (Aluno I);

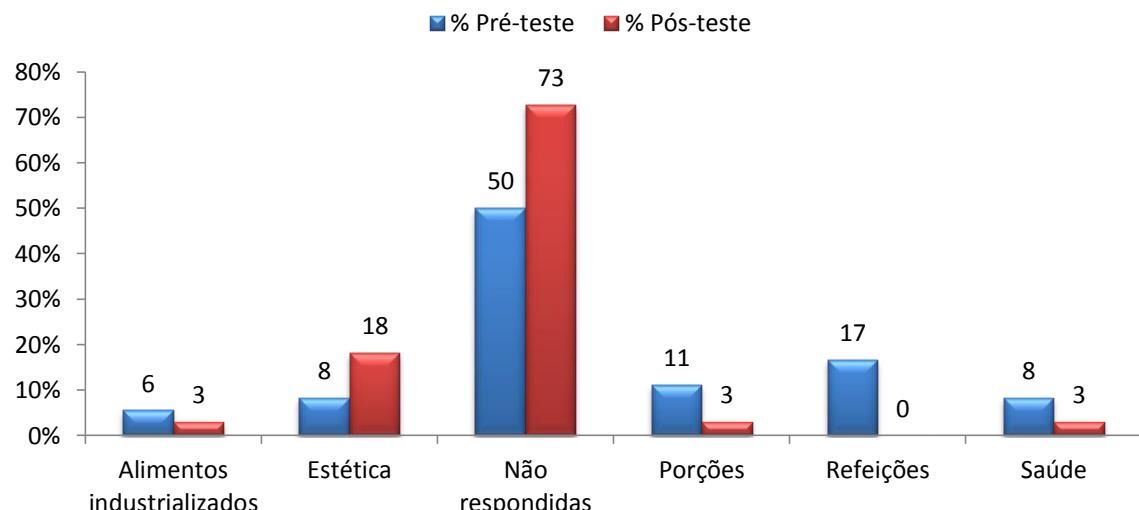
“Eu bebo muita água, isso pode prejudicar minha saúde?” (Aluno J);

“Eu queria saber quais alimentos são saudáveis para mim comer?” (Aluno K);

“Posso morrer mais cedo se eu comer besteiras todos os dias?” (Aluno L);

Os dados obtidos antes da realização das atividades com base na categorização por análise de conteúdo mostraram o interesse dos alunos sobre o tema, e que, simultaneamente não conseguem relacionar a função dos nutrientes no desempenho do organismo. Uma vez que, as categorias eleitas foram: alimentos industrializados 6 %, estética 8%, não respondidas 50%, porções 11%, refeições 17% e saúde 8% (**Gráfico 10**).

Gráfico 10 - Dúvidas sobre alimentação saudável dos estudantes do 8º ano da EEEFM Professor Celestin Malzac, João Pessoa – PB em 2018, antes e após as atividades de sensibilização.



Fonte: MACÊDO, 2018.

Após a realização das atividades e a reaplicação das questões, os dados revelaram uma redução nos questionamentos sobre a temática, pois 73% dos alunos não expressaram dúvidas. Em contrapartida, as demais categorias apresentaram percentuais de 3% para alimentos industrializados, 18% estética, 3% porções, 0% refeições e saúde 3%.

Diante desses dados observa-se o potencial de práticas educativas que visam integrar o ensino de ciências com o cotidiano, visto que as questões nutricionais são pouco difundidas no ambiente escolar, pois há o reflexo do senso comum promovendo impasses no processo ensino aprendizagem dos educandos em toda a amostragem, mesmo diante das atividades pedagógicas.

Dessa forma, apoiando-nos em Libâneo, (2011, p. 9), “os educadores são unânimes em reconhecer o impacto das atuais transformações econômicas, políticas, sociais e culturais na educação e no ensino, levando a uma reavaliação do papel da escola e dos professores”.

Ainda sobre isso, Libâneo, (2011, p. 11) destaca que “a escola tem o compromisso de reduzir a distância entre a ciência cada vez mais complexa e a cultura de base produzida no cotidiano, e a provida pela escolarização”. Esse autor ainda complementa dizendo que “junto a isso tem, também, o compromisso de ajudar os alunos a tornarem-se sujeitos pensantes, capazes de construir elementos categoriais de compreensão e apropriação crítica da realidade” (LIBÂNEO, 2011, p. 11).

Freire (1996) diz que ensinar exige rigorosidade metódica e que faz parte da tarefa do docente não apenas ensinar os conteúdos, mas também ensinar a pensar certo.

Visto que há um bombardeio de informação, cabe aos professores à valorização do debate e o estímulo da participação dos estudantes, levando-os a refletir sobre suas escolhas e a pensar na própria alimentação de uma forma mais consciente, relacionando hábitos alimentares adequados com a boa saúde.

Para Libâneo (2011) as transformações atuais da sociedade repercutem de modo, que não há o monopólio do saber, e para não ficar subjugada aos meios de informação a escola precisa repensar sua função na futura sociedade tecnológica e da informação.

Segundo Freire (1996), para a construção do conhecimento de forma ativa por parte dos discentes, o educador democrático não pode negar-se o dever de, na sua prática docente, reforçar a capacidade crítica do educando, sua curiosidade, sua

insubmissão. Ainda sobre isso, Freire (1996, p. 26) ressalta “nas condições de verdadeira aprendizagem os educandos vão se transformando em reais sujeitos da construção e da reconstrução do saber ensinando, ao lado do educador, igualmente sujeito do processo. Só assim podemos falar realmente de saber ensinando, em que o objeto ensinado é apreendido na sua razão de ser e, portanto, aprendido pelos educandos”.

Assim, em conformidade com os dados, entende-se que a educação alimentar deve envolver um processo de estimulação do estudante, e para tanto, atividades cooperativas precisam ser implantadas com frequência no ambiente escolar.

CONCLUSÃO E CONSIDERAÇÕES FINAIS

A efetivação deste estudo possibilitou a identificação de alguns aspectos sobre estratégias de sensibilização alimentar de estudantes do 8º ano do Ensino Fundamental II de uma escola pública da Paraíba.

A observação na aplicação do mesmo, análise dos dados coletados juntamente com a contextualização dos fatos ocorridos, alcançaram os objetivos propostos de compreender as percepções e concepções dos estudantes durante as aulas de ciências, destacando a participação e demonstração de interesse dos educandos pela temática, revelando conhecimentos que outrora desconheciam.

Em linhas gerais, o conhecimento prévio dos estudantes refletiu o senso comum promovendo impasses no processo ensino aprendizagem dos educandos em toda a amostragem, mesmo diante das atividades pedagógicas.

A análise dos dados não demonstraram grandes variações, antes e após as propostas pedagógicas, levando a crer que os estudantes são possuidores de conhecimentos, entretanto, esse conhecimento ainda é insuficiente para levá-los a uma mudança de hábitos alimentares.

Nesse contexto, o curto período de tempo em que foi desenvolvido o estudo, demonstrou ser insuficiente para influenciar novos hábitos nos estudantes, sendo necessário um período maior de tempo, para que tais mudanças fossem alcançadas. Embora, todas as pequenas variações no comportamento alimentar dos alunos, reflete que o método é capaz de promover sensibilização alimentar de forma eficiente nas escolas.

Tendo em vista, o papel da educação no ambiente formal de ensino e toda potencialidade de que dispõe para trabalhar atividades promotoras de saúde, faz-se necessário, entre outros, a participação contínua nos projetos políticos pedagógicos escolares em prol da construção da educação alimentar como prática social.

Dessa forma, um trabalho efetivo em sala de aula sobre essa temática desde as séries iniciais pode vir a obter resultados em longo prazo, como a multiplicação de conhecimento no ambiente familiar. Portanto, vale salientar que a educação é um processo, sendo necessária uma construção contínua.

Destaca-se a contribuição do professor como mediador na contextualização dos hábitos nutricionais, de forma a tornar o processo de ensino-aprendizagem mais fácil e

prazeroso, proporcionando aos alunos construir e utilizar concepções cientificamente aceitas, ao relacionar os conteúdos trabalhados em sala de aula com o cotidiano.

Levando em consideração a relevância do tema é necessário esclarecer que há muito a se estudar e se aprender, ficando em aberto a possibilidade de um estudo mais amplo e aprofundado, sendo considerados aspectos sociais, econômicos, culturais e comportamentais que envolvam a nutrição, a fim de favorecer a constância do assunto no ambiente escolar e a expansão da temática no meio acadêmico.

REFERÊNCIAS

- ACCIOLY, E. A escola como promotora da alimentação saudável. **Ciência em Tela**, v. 2, n. 2, 2009. Disponível em: <<http://www.cienciaemtela.nutes.ufrj.br/artigos/0209accioly.pdf>>. Acesso em: 2 abr. 2018.
- ANDRÉ, M.E.D.A. de. **Etnografia da prática escolar**. 18. ed. Campinas, SP: Papirus, 2012. (Série Prática Pedagógica).
- BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. 3. reimpr. da 1. ed. São Paulo, SP: Edições 70, 2016.
- BOEIRA, V.L.; GONÇALVES, P.A.R.R.; MORAIS, F.G. Educação em saúde como instrumento de controle de parasitos intestinais em crianças. **Varia Scientia: Revista multidisciplinar da Unioeste**, v. 9, n. 15, 2009. Disponível em: <<http://e-revista.unioeste.br/index.php/variascientia/article/view/3917/3032>>. Acesso em: 2 abr. 2018.
- BRASIL. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Pesquisa Nacional de Saúde: 2013. Percepção do estado de saúde, estilos de vida e doenças crônicas**. Rio de Janeiro, RJ: 2014.
- _____. 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**. Brasília, DF: 16 jun. 2009.
- _____. Ministério da Educação e Cultura. **Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996**. Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional. Diário Oficial da república Federativa do Brasil. Brasília, DF: 23 dez. 1996.
- _____. Ministério da Educação e Cultura. **Base Nacional Comum Curricular: Educação é a base**. Brasília, DF: 2017.
- _____. Ministério da Educação e Cultura. **Índice de Desenvolvimento da Educação Básica – Resultados e Metas**. Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira. Brasília, DF: 2017. Disponível em: <<http://ideb.inep.gov.br/resultado/>>. Acesso em: 16 mar. 2018.
- _____. Ministério da Educação e Cultura. **Parâmetros Curriculares Nacionais: terceiro e quarto ciclos: apresentação dos temas transversais / Secretaria de Educação Fundamental**. – Brasília, DF: 1998.
- _____. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. **Desmistificando dúvidas sobre alimentação e nutrição**: material de apoio para profissionais de saúde / Ministério da Saúde, Universidade Federal de Minas Gerais. Brasília, DF: 2014.
- _____. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. **Dez passos para a alimentação saudável nas escolas**. Brasília, DF: 2006.

_____. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Manual operacional para profissionais de saúde e educação:** promoção da alimentação saudável nas escolas. Brasília, DF: 2008.

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

_____. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Obesidade.** Brasília, DF: 2006 (Cadernos de Atenção Básica, n. 12) (Série A. Normas e Manuais Técnicos).

DALMOLIN, V.T.S., PERES, P.E.C., NOGUEIRA, J.O.C. Açúcar e educação alimentar: pode o jovem influenciar essa relação? **Monografias ambientais – REMOA/UFSM;** v. 9, n. 10, 2012. Disponível em:
<[file:///C:/Users/Six/Downloads/6655-33928-2-PB%20\(4\).pdf](file:///C:/Users/Six/Downloads/6655-33928-2-PB%20(4).pdf)>. Acesso em: 10 fev. 2018.

FERREIRA, M. S.; RIBEIRO, M.M.G.L. **Oficina Pedagógica uma estratégia de ensino-aprendizagem.** Natal, RN: EDUFRN, 2001. Disponível em:
<<https://www.passeidireto.com/arquivo/23405341/salonilde-ferreira--oficina-pedagogica>>. Acesso em: 25 abr. 2018.

FREIRE, P. **Pedagogia da Autonomia:** saberes necessários à prática educativa. 28. ed. São Paulo, SP: Paz e Terra, 1996.

GALENO, R.S. dos. **Promoção da Alimentação Saudável na Escola:** A busca por Práticas Pedagógicas Alternativas. Brasília, DF: 2011. Disponível em:
<http://bdm.unb.br/bitstream/10483/4047/1/2011_RosianedosSantosGaleno.pdf>. Acesso em: 25 abr. 2018.

GREENWOOD, S.A.; **Educação alimentar e nutricional e o livro didático:** caminhos percorridos e objetivos perseguidos. – Rio de Janeiro, RJ: UFRJ/NUTES, 2014. Disponível em:
<<http://www.nutes.ufrj.br/mestrado/arquivos/Dis.Suzana%20Greenwood.pdf>>. Acesso em: 10 fev. 2018.

HARVEY, R.A.; FERRIER, D.R. **Bioquímica Ilustrada.** 5. ed. Porto Alegre, RS: Artmed, 2012.

HENNIG, G.J. **Metodologia do Ensino de Ciências.** 3. ed. Porto Alegre: RS: Mercado Aberto, 1998.

LAKATOS, E.M.; MARCONI, M.A. de. **Fundamentos da metodologia científica.** 7. ed. São Paulo, SP: Atlas, 2010.

- LAKATOS, E.M.; MARCONI, M.A. de. **Técnicas de pesquisa:** planejamento e execução de pesquisas, amostragens e técnicas de pesquisas, elaboração, análise e interpretação de dados. 3. ed. São Paulo, SP: Atlas, 2007.
- LIBÂNEO, J.C. **Adeus professor, adeus professora?** Novas exigências educacionais e profissão docente. 13. ed. São Paulo, SP: Cortez, 2011.
- LIBÂNEO, J. C.; OLIVEIRA, J.F. de; TOSCHI, M.S. **Educação Escolar:** Políticas, Estrutura e Organização. 10. ed. São Paulo: Cortez, 2012.
- MENDONÇA, C.O.L. **Metodologia e instrumentação para o Ensino de Ciências –** João Pessoa, PB: Sal da Terra Editora, 2008.
- MOREIRA, M.A; ROSA, P.R.S. **Pesquisa em ensino:** Métodos qualitativos e quantitativos. 1. ed. Porto Alegre, RS: Instituto de Física, UFRGS – 2009.
- OLIVEIRA, J.C.F.; CAVALCANTE, G.M.D. ASSIS, A.S.; A influência do ensino das ciências nos hábitos alimentares saudáveis das crianças das séries iniciais. In VI Colóquio internacional: Educação e contemporaneidade. **Anais...** São Cristóvão, SE: 2012. Disponível em: <http://educonse.com.br/2012/eixo_06/PDF/56.pdf>. Acesso em: 10 fev. 2018.
- PEREIRA, M. L. **O ensino de ciências através do lúdico:** Uma metodologia experimental. João Pessoa: Editora Universitária, 2002.
- PEREIRA, M. L. **Inovações para o ensino de ciências naturais:** método lúdico criativo experimental. João Pessoa: Editora Universitária, 2003.
- PETERSON, L. R **Aprendizagem.** São Paulo, SP: Cultrix, 1998.
- SCHMITZ, B.A.S.; RECINE E.; CARDOSO, G.T.; SILVA, J.R.M.; AMORIM, N.F. A.; BERNADON, R.; RODRIGUES, M.L.C.F. A escola promovendo hábitos alimentares saudáveis: uma proposta metodológica de capacitação para educadores e donos de cantina escolar. **Caderno Saúde Pública**, Rio de Janeiro, RJ: v. 24, 2008. Disponível em: <<http://www.spcnet.org.br/livro/63ra/conpeex/extensao-cultura/trabalhos-extensao-cultura/extensao-cultura-nara-rubia.pdf>>. Acesso em: 10 fev. 2018.
- SEVERINO, A.J. **Metodologia do Trabalho Científico.** 23. ed. São Paulo, SP: Cortez, 2007.
- SICHIERI R.; COITINHO D.C.; MONTEIRO J.B.; COUTINHO, W.F. Recomendações de Alimentação e Nutrição Saudável para a População Brasileira. **Arq Bras Endocrinol Metab**, São Paulo, Sp: v. 44, n. .3, 2000. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/abem/v44n3/10929.pdf>>. Acesso em: 10 fev. 2018.
- SOUZA, A.C.; LOPES, M.J.M. Implantação de uma ouvidoria em saúde escolar: relato de experiências. **Rev. Gaúcha Enfermagem**. Porto Alegre, RS: v. 23, n. 2, 2002.

TEIXEIRA, A.S.; PHILIPPI, S.T.; LEAL, G.V.S. DA; ARAKI, E.L.; ESTIMA, C.C.P.; GUERREIRO, R.E.R. Substituição de refeições por lanches em adolescentes. **Rev. Paul Pediatr.**, São Paulo, SP: v. 30, 2012. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rpp/v30n3/05.pdf>>. Acesso em: 10 fev. 2018.

APÊNDICES

Apêndice A – Questionário aplicado à direção da escola;



**ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL: A IMPORTÂNCIA DAS PRÁTICAS EDUCATIVAS
NO CONTEXTO ESCOLAR COMO INSTRUMENTO DE SENSIBILIZAÇÃO**

DIAGNÓSTICO: ESTRUTURA FUNCIONAL E PEDAGÓGICA DA ESCOLA

1. IDENTIFICAÇÃO

Endereço: _____

Diretor: _____

Telefone: _____

2. ESTRUTURA FUNCIONAL

Número total de alunos matriculados na escola: _____

Número de Professores (as) da Escola: _____

Nível de Formação Profissional:

() Nível Superior com Formação Pedagógica () Nível Médio com formação Pedagógica

() Outros: _____

Serviço Técnico-Pedagógico existente:

Supervisor Escolar: _____

Orientador Escolar: _____

Gestor Escolar: _____

Psicólogo Educacional: _____

Outros: _____

A Escola Possui Projeto Político Pedagógico: () sim () não

3. INFRA-ESTRUTURA

Número de Salas de Aula da Escola: _____

Estrutura Presente e em Boas condições de Uso:

- | | | |
|-----------------------------|------------------------------------|------------------------|
| () Sala de Vídeo | () Sala para Professores | () Cantina |
| () Laboratório de Ciências | () Laboratório de Informática | () Biblioteca |
| () Auditório | () Sala de Atendimento ao Aluno | () Bebedouros |
| () Ginásio Coberto | () Sala de Estudos e Planejamento | () Sala de Supervisão |
| () Quadra de Esportes | () Campo de Futebol () Cozinha | () Almoxarifado |

Outros: _____

4. RECURSOS DIDÁTICOS PRESENTES E DISPONÍVEIS PARA USO

- | | | |
|-----------------------------|-----------------------------------|---------------|
| () Retroprojetor | () Projetor de Slides (Datashow) | () Internet |
| () Computador | () Fotocopiadora | () Videoteca |
| () Vídeo Cassete | () DVD player | () TV |
| () Microsystem(Som) | () Álbum Seriado | () Softwares |
| () Jogos Educativos | () Kits Didáticos | () CD Rom |
| () modelos tridimensionais | | |

Outros: _____

5. ASPECTOS DO AMBIENTE E FUNCIONAMENTO ESCOLAR

Quanto ao Fornecimento de Água e Energia:

Costuma faltar água? sim não

Procedência da água: CAGEPA: _____ Poço: _____

Existe Saneamento Básico na área da Escola? _____

Fossas sanitárias? sim não

Costuma faltar energia? sim não

A escola é murada? sim não

A escola é pintada? sim não

Quanto à Merenda Escolar: Fornecimento diário Esporádico Não Oferece

6. QUANTO A INFORMATIZAÇÃO

Usuários dos computadores:

Professores Alunos Funcionários Comunidade

A escola possui assinatura com algum provedor de acesso a Internet?

sim não Qual? _____

7. CONDIÇÕES MATERIAIS E MANUTENÇÃO DA ESCOLA

Cadeiras em condições de uso e suficientes? sim não

“Birôs” para professores em todas as salas? sim não

Armários individualizados para professores? sim não

O material de expediente (papel, grampo, clips, pincel atômico, giz, etc.) é disponível e acessível a funcionários e professores? sim não

As salas de aulas recebem influência externa de barulhos? sim não

Estado geral das janelas, portas, paredes, pisos e telhados: bom regular ruim

Iluminação natural das salas de aula: bom regular ruim

Ventilação natural das salas de aula: bom regular ruim

Condições de acústica das salas de aula: bom regular ruim

Estado geral dos banheiros: bom regular ruim

Estado geral dos bebedouros: bom regular ruim

8. DAS FINANÇAS

A escola recebe algum tipo de recurso financeiro? sim não

Se recebe, qual a origem da fonte de renda?

Governo Federal Governo Estadual Governo Municipal

Convênios outros: _____

Valor estimado da verba anual da escola: _____

Quem Gerencia esta verba?

Comissão Direção

outros: _____

O uso dos recursos é direcionado à que áreas (em porcentagem)?

Material Didático: _____

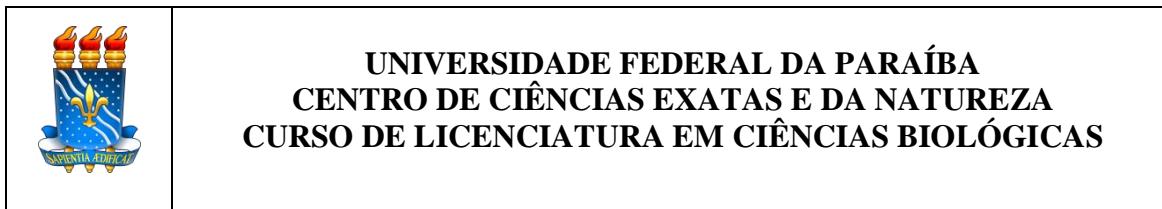
Manutenção da escola: _____

Merenda dos alunos: _____

Outros: _____

MUITO OBRIGADO PELA COLABORAÇÃO!

Apêndice B – Questionário aplicado aos estudantes da escola;



**ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL: A IMPORTÂNCIA DAS PRÁTICAS
EDUCATIVAS NO CONTEXTO ESCOLAR COMO INSTRUMENTO DE
SENSIBILIZAÇÃO**

Esta pesquisa tem como finalidade analisar as concepções sobre alimentação saudável dos estudantes e investigar o impacto das atividades pedagógicas no processo de ensino e aprendizagem. Este questionário está vinculado ao Trabalho Acadêmico de Conclusão de Curso (TACC) de Ciências Biológicas (Licenciatura) da Universidade Federal da Paraíba (UFPB) da aluna Emanuelle Macêdo Viana. Para a realização dessa pesquisa solicitamos a sua colaboração através da resposta às questões que se apresentam. Os dados recolhidos serão tratados respeitando o anonimato. A sua participação é indispensável para a consolidação dessa pesquisa desde já agradecemos a colaboração prestada. Os resultados e conclusão da pesquisa serão apresentados na forma de TACC junto ao Curso de Ciências Biológicas (Licenciatura) da Universidade Federal da Paraíba (UFPB) sob a orientação da professora Profª. Dra. Maria de Fátima Camarotti.

Escola: _____

Idade: _____ Série: _____ Sexo: () Masculino () Feminino

1. O que é alimentação saudável para você?

2. Você acha que se alimenta bem?

() Sim () Não

3. Costuma se alimentar:

() A cada três horas; () Apenas nas principais refeições;
() De hora em hora; () Quando tem fome;

4. Qual a quantidade de frutas que você consome por dia?

- () Uma fruta; () Três frutas ou mais;
 () Duas frutas; () nenhuma fruta;

5. Quais desses alimentos são ricos em carboidratos?

- () Frutas e verduras; () Batata, arroz e macarrão;
 () Óleos, manteigas, queijos e leite; () Carne e ovos;
 () Não sei o que é carboidratos;

6. Você costuma trocar o almoço ou o jantar por lanches?

- () Sim;
 () Não;
 () Às vezes;

7. A manutenção da saúde depende em grande parte da alimentação saudável, de acordo com essa afirmação que cuidados devemos ter na escolha de alimentação saudável.

- () Comermos de qualquer forma sem nos preocuparmos com o que comemos;
 () Escolher a maior variedade de alimentos possível;
 () Dar preferência aos alimentos naturais;

8. O consumo excessivo de alimentos ricos em açúcar pode causar:

- | | |
|----------------------------------|---------------------------|
| () Alegría; | () Febre; |
| () Energia; | () Carie dentária; |
| () Dores musculares; | () Obesidade; |
| () Diabetes; | () Doenças no fígado; |
| () Nenhuma das alternativas; | |

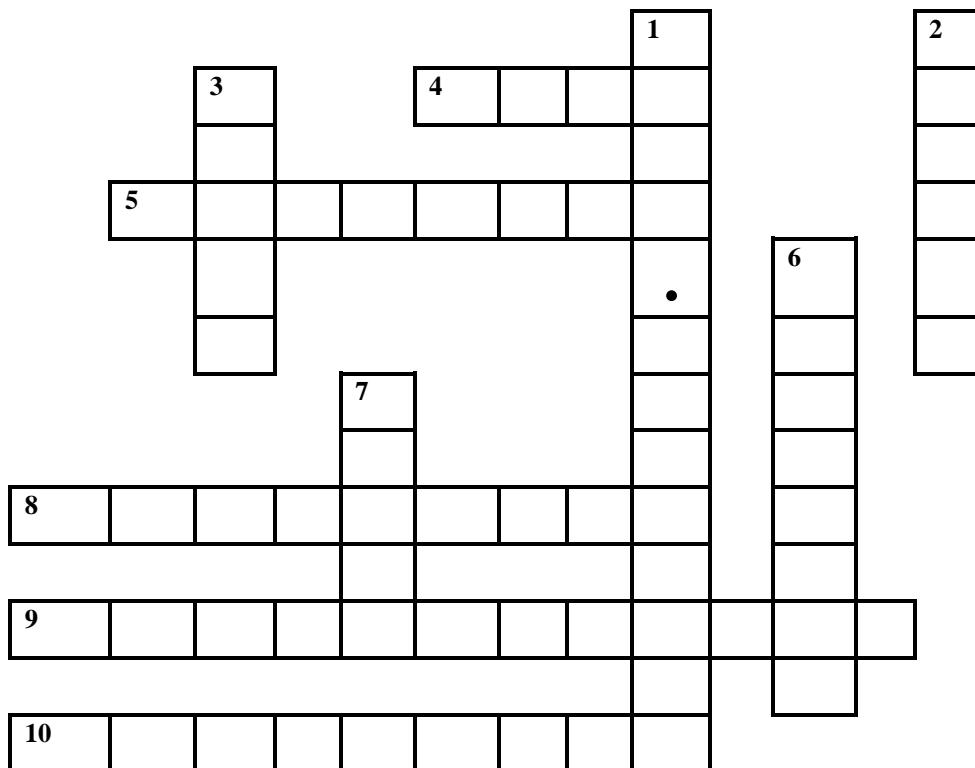
9. Você costuma colocar mais sal na comida que está no seu prato?

- () sim () não

10. O que você gostaria de saber sobre alimentação saudável, mas nunca teve a oportunidade de perguntar?

Muito obrigado, pela participação!

Apêndice C – Palavras cruzadas



Horizontal

4 A _____ é um líquido essencial a vida, uma de suas funções é a regulação da temperatura corpórea.

5 A doença caracterizada pelo excesso de açúcar no sangue é chamada de _____.

8 Entre os fatores que levam à _____, está associado fatores como a genética e o sedentarismo.

9 _____ são nutrientes energéticos ou calóricos e podem ser classificados em monossacarídeos, dissacarídeos e polissacarídeos.

10 Os alimentos de origem animal, como carne, leite e ovos, contêm em suas _____ todos os aminoácidos essenciais.

Vertical

1 Os _____ são nutrientes que fornecem o sódio, o potássio, o cálcio e o ferro.

2 A carência de _____ e de fósforo na alimentação pode causar osteoporose, doença caracterizada pela perda de massa óssea.

3 O _____ é um alimento proteico de origem aquática e com alto teor de fósforo.

6 Os _____ são nutriente energético que atuam como meio de transporte de algumas vitaminas (A,D,E e K).

7 O _____ é a fonte mais importante de carboidratos para o organismo humano. Constitui a reserva de energia vegetal e é encontrado nos grãos, nas sementes, nos caules e em raízes.