

## RELATO DE UMA EXPERIÊNCIA DISCENTE NO DESENVOLVIMENTO DE UMA OFICINA SOBRE CONSUMO CONSCIENTE DE ALIMENTOS

TAVANE DA SILVA RODRIGUES<sup>1</sup>; KARLA DOS SANTOS TERRA<sup>2</sup>; BRUNO  
DOS SANTOS PASTORIZA<sup>3</sup>; AURÉLIA VALESCA SOARES DE AZEVEDO<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Universidade Federal de Pelotas – LABEQ - rodriguestavane1@gmail.com

<sup>2</sup>Universidade Federal de Pelotas – LABEQ - karlaterra07@gmail.com

<sup>3</sup>Universidade Federal de Pelotas – LABEQ - bspastoriza@gmail.com

<sup>3</sup>Escola Técnica Estadual Professora Sylvia Mello - lelatiti@yahoo.com.br

### 1. INTRODUÇÃO

Este trabalho relata a experiência de uma oficina desenvolvida numa escola pública na cidade de Pelotas/RS. A oficina foi planejada durante reuniões do Programa Institucional de Iniciação à Docência (PIBID), subprojeto Química, cuja proposta foi promover aos alunos da Escola Básica uma compreensão a respeito de um consumo consciente de alimentos e problematizar se de fato eles sabem o que estão consumindo.

Nosso trabalho tem como objetivo relatar o planejamento, desenvolvimento e resultados obtidos a partir dessa oficina, bem como destacar alguns pontos marcantes durante a realização de cada etapa, relacionadas a aspectos importantes sobre nossos hábitos alimentares. Desta forma, a curiosidade dos discentes é instigada por intermédio de ligações dos conhecimentos e experiências prévias para que haja uma maior compreensão e interesse sobre as aulas de química, relacionando esta ciência tão abstrata com um tema cotidiano.

Temos como ponto inicial buscar a realidade dos alunos a partir daquilo que eles consomem diariamente e problematizar o consumo de alimentos. Para isso, a oficina foi realizada em três momentos: i) uma análise sensorial, com o objetivo de conhecer quais as características e as preferências na escolha de um alimento; ii) uma simulação de compras, para observar e problematizar, em diferentes circunstâncias, a organização dos alunos na realização da atividade de compra dos alimentos; e iii) a análise dos valores nutricionais dos rótulos, além de traçar relações entre a primeira e a segunda etapa. A partir desses temas, a oficina procurou instigar o interesse, a curiosidade e gerar conversas sobre o consumo e escolha de alimentos a partir da problematização das preferências dos alunos com as seguintes perguntas: “O que é uma boa alimentação?”; “Você sabe quais são os alimentos mais consumidos no Brasil?”; “Qual a estratégia que o aluno usa para escolher os alimentos?”; “Levam em consideração os rótulos?”; “Qual a motivação na hora das compras?”; “Porque escolhe o alimento pela marca?”; “Porque é uma marca boa? O que diz isso?”.

O grupo do PIBID-Química criou discussões que auxiliaram os estudantes a identificar a importância de uma alimentação saudável, bem como reconhecer alguns pontos levados em conta na hora de comprar os alimentos.

### 2. METODOLOGIA

As três etapas da oficina foram organizadas de modo a permitirem, inicialmente, o desenvolvimento e a mobilização dos hábitos de consumo de alimentos dos estudantes para, em outro momento, problematizar tais hábitos. Assim, em termos metodológicos, cada etapa foi organizada conforme descrito a seguir.

#### ***Atividade da Análise Sensorial***

No primeiro momento conversamos com os alunos sobre como seria desenvolvida a atividade. Foi falado sobre o que era uma análise sensorial, se eles sabiam o que era ou haviam ouvido falar. Havia 12 alunos participantes, estes 12 alunos foram encaminhados a uma sala de aula onde um grupo de pibidianos os aguardava. Os alunos ficaram arranjados em 6 duplas e logo foram vendidos para dar início à análise. Cada dupla tinha um pibidiano como monitor para orientá-los e anotar em uma ficha as preferências dos alunos após a degustação dos alimentos, sendo eles: arroz (branco; parboilizado e integral), feijão (preto; branco e carioca), café (torrado/moído; solúvel), leite (integral; semidesnatado e desnatado) e refrigerante (zero caloria; composto com stevia e normal).

Para a análise sensorial visual os alunos foram levados até uma mesa, que continha alimentos classificados como os mais consumidos no Brasil e, particularmente, na região sul, durante as pesquisas da oficina. Foram selecionados alimentos de diversas marcas, preços e valores nutricionais. Cada aluno preencheu uma nova ficha com suas preferências e características das escolhas. As fichas preenchidas pelos alunos foram utilizadas posteriormente para análise dos resultados.

#### ***Atividade de Simulação de Compras***

No segundo momento da oficina, foi solicitado que os alunos elaborassem um cardápio baseado no que eles consomem diariamente no café da manhã, almoço, lanche e janta. Em uma sala foi montado um mercado com alguns dos produtos mais consumidos, segundo pesquisas feitas pelos pibidianos. Na sequência, ainda em grupos, os alunos ganharam quantias diferentes de dinheiro fictício para a compra dos alimentos descritos no cardápio feito por eles.

Novamente, nesta etapa, havia pibidianos auxiliando os alunos e ainda fazendo anotações de informações que contribuíssem para a pesquisa.

#### ***Atividade de Estudo de Rótulos***

Na última etapa da oficina, iniciamos lembrando os alunos das etapas anteriores e questionamos o motivo das suas escolhas, encaminhando a discussão para a análise dos rótulos. Após isso, questionamos se os alunos analisavam o rótulo antes da compra e quais critérios utilizam e, assim, abordamos a importância de ler os rótulos e entender os itens da tabela nutricional. Em um último momento, distribuímos para os alunos dois diferentes rótulos de arroz, a fim de comparar as diferenças e seus malefícios e benefícios para o organismo. Ainda trabalhamos as informações referentes à intolerância ou alergia a lactose e glúten, alimentos orgânicos, ingredientes, diferenças entre as gorduras, data de validade, alimentos transgênicos, diet e light.

### **3. RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Na etapa de análise sensorial visual, percebemos que a maioria dos alunos escolheram os alimentos de marcas mais conhecidas no mercado, mesmo sem conhecer suas propriedades nutricionais, segundo os alunos essa escolha se dá, principalmente, pela influência das propagandas nas escolhas dos produtos.

De acordo com Oliveira e Thábad-Money (1997) o consumo e hábitos alimentares estão relacionados com quatro perspectivas, cultural, social, econômica e nutricional. De uma forma geral essas perspectivas de consumo estão atreladas às relações intrínseca de produção, demanda e oferta, poder aquisitivo familiar, tradição culinária, dentre outros, sendo tais elementos discutidos durante a proposta.

Já na etapa de análise sensorial gustativa, os alunos escolheram os alimentos pelo sabor e cheiro, pois eles não sabiam a marca nem a variedade do produto na qual estavam experimentando. As escolhas feitas surpreenderam aos alunos já que a maioria optou por produtos que normalmente não escolhem.

Na etapa de compras, o primeiro item a ser analisado pelos alunos foi o preço, seguido da marca, hábito de compra e preferência. Mesmo os alunos que afirmaram ler as informações contidas na tabela nutricional dos rótulos, não sabiam explicar para que ela serve.

De acordo com a regulamentação da ANVISA (BRASIL, 2005) os rótulos têm que apresentar informações nutricionais, juntamente os Valores Diários (VD) que são as quantidades dos nutrientes que a população brasileira deve consumir para ter uma alimentação saudável, quanto (em percentual) (%VD) a porção do alimento contribui para atingir todos os valores diários informação nutricional complementar. Os elementos contidos no rótulo do produto devem apresentar as informações em ordem alfabética.

Quando discutido os alimentos orgânicos, light e diet, transgênicos e tipos de gorduras os alunos apresentaram pouco conhecimento e dificuldade na diferenciação, além de não relacionarem os malefícios e benefícios ao organismo, o mesmo aconteceu com a tabela nutricional, eles não sabiam a importância de cada item contido na tabela.

No final da atividade entregamos um bombom para cada aluno, como forma de agradecimento, neste momento percebemos que muitos deles, mesmo que em tom de brincadeira, falaram para os colegas analisar os rótulos e ainda procuraram itens como os ingredientes e data de validade.

#### 4. CONCLUSÕES

A oficina realizada teve êxito na problematização de um tema tão comum e tão pouco discutido nos espaços escolares: o consumo e as questões econômicas, sociais e nutricionais relativas à alimentação. Sendo desenvolvida a partir de três momentos, trazendo aspectos de preferência, gosto e costume ao lado de questões econômicas, sociais, culturais e, ainda, relacionando-os com o conhecimento a respeito das informações presentes nos rótulos dos alimentos.

Nesse sentido, entendemos que a proposição desta ação no contexto do grupo PIBID-Química pôde contribuir com a ação de um campo disciplinar a partir de uma ação interdisciplinar, sendo um meio de proporcionar junto com os alunos da Escola Básica um espaço de (re)pensar suas práticas e atos alimentares a partir do desenvolvimento de saberes e conhecimentos perpassados por

elementos conceituais referentes às substâncias e informações presentes nos rótulos de alimentos.

Por fim, destacamos a importância e intensidade da parceria estabelecida entre escola e universidade por meio do PIBID. Essa relação permite a contribuição da escola no processo de formação inicial de professores, assim como traz à escola outras práticas que a mobilizam, como a ação em conjunto de um grupo de professores já experientes e em formação junto aos alunos da escola básica.

## 5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL; (ANVISA), Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Rotulagem Nutricional Obrigatória**: Manual de orientação aos consumidores Educação para o Consumo Saudável. Ministério da Saúde, 17p. 2005. Disponível em: <[http://portal.anvisa.gov.br/documents/33916/396679/manual\\_consumidor.pdf/e31144d3-0207-4a37-9b3b-e4638d48934b](http://portal.anvisa.gov.br/documents/33916/396679/manual_consumidor.pdf/e31144d3-0207-4a37-9b3b-e4638d48934b)>. Acesso em: 01 jun. 2017.

OLIVEIRA, Silvana P. de, THÉBAUD-MONY, Annie. Estudo do consumo alimentar: em busca de uma abordagem multidisciplinar. **Revista de Saúde Pública**, v. 31, n 2, p. 201-8, 1997