

MODELOS DIDÁTICOS E EVENTOS EDUCATIVOS: ABORDAGENS PARA A EDUCAÇÃO ALIMENTAR

LAURA VARGAS HOFFMANN¹; GIULIA DA CUNHA PEREIRA²; VERA LUCIA BOBROWSKI³; BEATRIZ HELENA GOMES ROCHA⁴

¹Universidade Federal de Pelotas/FN – lauravh.nutri@gmail.com

²Universidade Federal de Pelotas/FN – giuliacpereira@gmail.com

³Universidade Federal de Pelotas / DEZG-IB – vera.bobrowski@gmail.com

⁴Universidade Federal de Pelotas/ DEZG-IB – orientadora – biahgr@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

Os recursos didáticos são uma importante ferramenta para a construção do conhecimento, tendo em vista sua relevância para a melhor assimilação de conteúdos e para o desenvolvimento de habilidades práticas. De acordo com SOUZA (2007), recurso didático é todo material utilizado como auxílio no ensino e na aprendizagem do conteúdo proposto. Utilizar estes materiais no processo de ensino, portanto, é uma forma de tornar a aprendizagem mais acessível e atrativa.

Para a Nutrição, a promoção de práticas alimentares saudáveis é fundamental para enfrentar os novos desafios na área da saúde, como a obesidade e outras doenças crônicas não transmissíveis (SANTOS, 2005). Assim sendo, uma das formas de promover a alimentação adequada e saudável é disseminar informações desta área para a população. Neste contexto, um enfoque a ser abordado é a variação na percepção dos sabores e sua influência nas escolhas alimentares.

A percepção dos diferentes sabores (salgado, doce, ácido, amargo e umami) envolve diversos processos fisiológicos e complexos, desde a assimilação pelas papilas gustativas até o processamento das informações no sistema nervoso. O processo das escolhas alimentares é influenciado por diversos fatores, como cultura, idade e hábitos de vida, além de fatores genéticos, que influenciam fortemente nas preferências por determinados alimentos (PIRASTU; ROBINO, 2015).

Compreender estes fatores de variação é muito relevante, tendo em vista que as preferências influenciam significativamente na formação dos hábitos alimentares. Portanto, o entendimento de como ocorrem às preferências individuais e a forma como os sabores são assimilados pelo organismo pode auxiliar na adesão a uma dieta adequada e saudável.

A fim de facilitar a compreensão destas informações e obter maneiras acessíveis para demonstrá-las, no corrente ano ingressamos como colaboradoras no projeto de ensino “Movimentação de saberes: uma construção coletiva de recursos didáticos visando ações no ensino, na extensão e na pesquisa”, que tem por finalidade produzir recursos didáticos e instigar a reflexão sobre as suas utilizações em ações educativas nos três pilares da universidade.

Portanto, o presente trabalho objetiva apresentar propostas de recursos didáticos referentes à percepção de sabores, abordando fatores de variação que influenciam na aceitabilidade dos alimentos, visando a utilização em eventos educativos.

2. METODOLOGIA

O referido projeto de ensino está sendo desenvolvido a partir da metodologia da pesquisa participante. A proposta foi disponibilizada para discentes dos cursos de Agronomia, Ciências Biológicas, Nutrição e Medicina Veterinária da UFPel, e seu cadastro, na Pró-Reitoria de Ensino (PRE), recebeu o número 1942019.

Inicialmente, foi realizada uma revisão bibliográfica sobre a percepção de sabores, considerando aspectos fisiológicos e fatores intrínsecos e extrínsecos que a influenciam. A partir destes dados, foi possível estabelecer uma base teórica para a realização do estudo e para o posterior desenvolvimento de recursos didáticos.

Na sequência decidiu-se pela elaboração de materiais visuais acessíveis e atrativos, buscando atingir um público bem variado. Para tanto, os materiais escolhidos foram: a) folders e banners, com informações sobre as escolhas alimentares e os fatores de variação; b) protótipo de uma língua elaborada em feltro e fibra acrílica, com destaque para as áreas da percepção de sabores; e c) a representação de papilas gustativas em suas diferentes formas e funções, elaboradas em biscuit.

Visando a participação em eventos educativos e as diferentes demandas do público alvo, foram consideradas adaptações para os níveis cognitivos dos participantes, tanto em conteúdo quanto na linguagem.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A nossa participação no projeto de ensino, envolvendo a busca por informações, a organização das ideias e o desenvolvimento das atividades, teve grande impacto para nossa formação acadêmica. Através deste, foi possível evidenciar a importância de criar recursos didáticos a fim de construir saberes, tanto no meio acadêmico quanto em um contexto de extensão, permitindo assim a transmissão do conhecimento científico de forma acessível e o desenvolvimento de ações de promoção à saúde. De igual modo, a participação no presente projeto possibilita novos olhares para as áreas da atuação profissional e a ampliação de perspectivas para futuras pesquisas.

Segundo NICOLA; PANIZ (2016), o uso de recursos didáticos diferenciados no ensino possibilita melhor compreensão e fixação de conteúdos, favorecendo os processos de ensino e de aprendizagem, estimulando o senso crítico e envolvendo significativamente a participação do aluno. Considerando que há dificuldade entre os alunos para relacionar a teoria desenvolvida em sala de aula com a realidade à sua volta (REGINALDO et al., 2012), o uso de atividades práticas, incluindo recursos didáticos que envolvam o aluno de forma ativa no processo de aprendizagem, pode despertar o interesse para a Ciência e favorecer a construção do conhecimento.

Assim sendo, ampliar a interação com as informações apresentadas desenvolve a capacidade de observação, aproxima o conteúdo da realidade diária e facilita sua fixação, tornando a aprendizagem mais efetiva (SANTOS; BELMINDO, 2013).

Além disso, esperamos que, ao participarmos de ações ligadas à promoção da saúde, demonstrando os materiais elaborados, que os resultados sejam positivos e atrativos para os variados públicos (graduandos do Ensino Superior, alunos da Educação Básica e comunidade em geral), nos diferentes eventos educativos (sala de aula, oficinas em escolas, feiras, mostras, congressos, etc.) e que as intervenções permitam agregar conhecimentos e instigar reflexões, tanto

nas proponentes quanto nos participantes, sobre a formação dos hábitos alimentares e de fatores que influenciam na aceitabilidade de alimentos, estando entre eles a percepção de sabores (salgado, doce, ácido, amargo e umami), as experiências intrauterinas, o paladar, o aleitamento materno, a regulação da ingestão de alimentos, a alimentação dos pais, aspectos socioeconômicos, mídia escrita e televisiva, alimentação em grupo ou isolada, entre outros.

Como a infância é o período de formação dos hábitos alimentares, a compreensão dos fatores determinantes possibilita a elaboração de processos educativos, que são efetivos para mudanças no padrão alimentar das crianças, futuramente contribuindo no comportamento alimentar na vida adulta (RAMOS; STEIN, 2000). Após realizarem uma revisão bibliográfica sobre o tema, VALLE; EUCLYDES (2007) concluíram que entre os fatores ambientais que mais interferem na atuação dos fatores fisiológicos, está a influência do cuidador, em especial das mães. Constataram ainda que o exemplo dado pelos pais, bem como as atitudes tomadas por eles em relação à alimentação de seus filhos, são importantes para a formação do hábito alimentar. Ressaltando, também, a importância do estímulo ao planejamento de programas de educação nutricional dirigido às mães e às crianças, visando a melhoria das condições nutricionais na infância.

4. CONCLUSÕES

Ampliar o conhecimento sobre fatores de variação na percepção de sabores é relevante para a adoção de escolhas alimentares mais saudáveis pela população, bem como para a prescrição de dietas mais individualizadas. Diante do exposto, torna-se evidente a importância do uso de recursos didáticos diferenciados para facilitar a compreensão de conteúdos, neste caso, a percepção de sabores e os fatores que a influenciam. A exposição dos materiais didáticos apresenta-se, também, como uma forma de disseminar o conhecimento científico de forma acessível e atrativa para a população.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- NICOLA, J.A.; PANIZ, C.M. A importância da utilização de diferentes recursos didáticos no ensino de biologia. **Revista do Núcleo de Educação a Distância da Unesp**, São Paulo, v.2, n.1, p.355-381, 2016.
- PIRASTU, N.; ROBINO, A. Uncovering the genetic basis for food preferences: the key to personalized nutrition plans? **Personalized Medicine**, v.12, n.4, p.315-317, 2015.
- RAMOS, M.; STEIN, L.M. Desenvolvimento do comportamento alimentar infantil. **Jornal de Pediatria**, Rio de Janeiro, v.76, supl.3, p.229-237, 2000.
- REGINALDO, C.C.; SHEID, N.J.; GÜLLICH, R.I.C. O ensino de ciências e a experimentação. In: **SEMINÁRIO DE PESQUISA EM EDUCAÇÃO DA REGIÃO SUL**, 9, Caxias do Sul, 2012. Anais do IX ANPED SUL.
- SOUZA, S. E. O uso de recursos didáticos no ensino escolar. In: **I ENCONTRO DE PESQUISA EM EDUCAÇÃO, IV JORNADA DE PRÁTICA DE ENSINO, XIII SEMANA DE PEDAGOGIA DA UEM**, Maringá, 2007. Arq. Mudi, p.110-114.

SANTOS, L. A. S. Educação alimentar e nutricional no contexto da promoção de práticas alimentares saudáveis. **Revista de Nutrição**, Campinas, v.18, n.5, p.681-692, 2005.

SANTOS, O.K.C.; BELMINO, J.F.B. Recursos didáticos: uma melhoria na qualidade da aprendizagem. In: **FÓRUM INTERNACIONAL DE PEDAGOGIA**, 5, Vitória da Conquista, 2013. Anais do V FIPED.

VALLE, J.M.N.; EUCLYDES, M.P. A formação dos hábitos alimentares na infância: uma revisão de alguns aspectos abordados na literatura nos últimos dez anos. **Revista APS**, Juiz de Fora, v.10, n.1, p. 56-65, 2007.