

ATIVIDADES DA OFICINA DE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL APLICADAS AO 5º ANO DA ESCOLA DARCY RIBEIRO (CAPÃO DO LEÃO/RS) NO ANO DE 2017

**MARINA VIEIRA FOUCHY¹; ISABEL DA CUNHA SANTOS¹; JÉSSICA
BOSENBECKER KASTER¹; CAROLINE DELLINGHAUSEN BORGES²; TATIANA
VALESCA RODRIGUEZ ALICIEO²; CARLA ROSANE BARBOZA MENDONÇA^{2*}**

¹ *Discente do Programa de Pós-Graduação em Ciência e Tecnologia de Alimentos, UFPel – marinavieira01@gmail.com; isabeltecalimentos@gmail.com; jessica_b_k@hotmail.com*

² *Docente do Centro de Ciências Químicas Farmacêuticas e de Alimentos – UFPel – caroldellin@hotmail.com; tatianavra@hotmail.com; carlaufpel@hotmail.com – *Orientadora*

1. INTRODUÇÃO

As práticas alimentares na infância devem ser capazes de fornecer quantidade de alimentos suficiente, com qualidade nutricional e sanitária, a fim de atender às necessidades nutricionais das crianças e garantir o desenvolvimento do seu máximo potencial. Sendo assim, a alimentação adequada contribui para o estabelecimento de hábitos alimentares saudáveis, que refletirão não apenas à curto prazo, mas também na vida adulta. Portanto, a inserção do alimento nas práticas pedagógicas torna-se uma opção para realmente efetivar ações de promoção da saúde na escola, possibilitando a formação de indivíduos conscientes e com hábitos de vida saudáveis (NEJAR et al., 2004; FILHA et al., 2012; PIETRUSZYNSKI, 2010).

A Oficina de Alimentação Saudável tem por objetivo levar até as escolas de ensino fundamental a importância do consumo de frutas e hortaliças, através de slides, brincadeiras lúdicas e atividades práticas que correlacionam os conteúdos abordados. No presente estudo, apresenta-se o momento teórico do Projeto aplicado na Escola Municipal de Ensino Fundamental Senador Darcy Ribeiro, situada no município de Capão do Leão/RS.

2. METODOLOGIA

As atividades da “Oficina de Alimentação Saudável” foram ministradas a turma de 5º ano, da Escola Municipal de Ensino Fundamental Senador Darcy Ribeiro, em Capão do Leão/RS. Foi realizado apenas um encontro, ao longo de uma manhã, para tratar os temas teóricos em slides e realizar brincadeiras relacionadas aos assuntos abordados. O material dos slides continha diversos assuntos relacionados à higienização, entre eles: sanitização dos alimentos e perigos da ingestão de produtos sem este tratamento, lavagem correta das mãos, melhor forma de armazenar os utensílios de cozinha (panos, vassouras e esponja), pragas domésticas e cuidados que devem ser praticados para evitar a disseminação dos mesmos, entre outros. Ainda, apresentou-se aos alunos a importância do consumo de frutas e hortaliças, enaltecendo a presença de vitaminas nestes alimentos e as doenças que a falta destas trazem ao organismo, assim como, os riscos da ingestão de produtos com alto teor de açúcares e gorduras à saúde. Por fim, realizaram-se brincadeiras lúdicas nas quais as crianças deveriam descobrir, com os olhos vendados e através do tato, quais frutas havia dentro de caixas de papelão e logo após, pelo olfato, quais destes alimentos estavam presentes dentro de mini potes revestidos com papel alumínio. Ao final de cada etapa, os participantes receberam um questionário para

demonstrar sua satisfação ou insatisfação frente ao projeto, com as seguintes perguntas: 1- O que você achou do conteúdo tratado?; 2- O que você achou dos apresentadores?; 3- Em que nível foram as novidades?; 4- Como foi para entender o assunto?; 5- As brincadeiras realizadas envolvendo o olfato e o tato para descobrir as frutas motivaram sua curiosidade de conhecer/provar novas frutas?; 6- O que você acharia se tivessem mais cursos como este?; 7- Quanto você acha que pode colocar em prática do que você aprendeu? Para respondê-lo havia uma escala facial, conforme mostrado na Figura 1, e também a opção de resposta “Não sei responder”.



Figura 1. Escala facial que correspondia à cada resposta para o questionário, sendo dividido em: muito ruim (1); ruim (2); mais ou menos (3); bom (4) e ótimo (5).

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Ao longo das atividades, as crianças faziam questionamentos e comparações com situações que presenciaram no seu dia-a-dia, ou seja, os alunos interagiram e mostraram interesse a todo o momento do curso teórico. Na Figura 2 são mostrados alguns momentos das brincadeiras realizadas envolvendo o tato e o olfato, que despertaram muito a curiosidade das crianças e o interesse no assunto. Ainda, a professora Maria Anaurelina G. Garrett estava presente e fazia interferências positivas durante a oficina, manifestando interesse em continuar com o assunto “alimentação saudável” em suas aulas, dando ênfase nas doenças que uma má nutrição pode causar, bem como, a realização de trabalhos em que os alunos mostrariam o quanto absorveram de informações para que, posteriormente, conseguissem colocar em prática em suas residências.

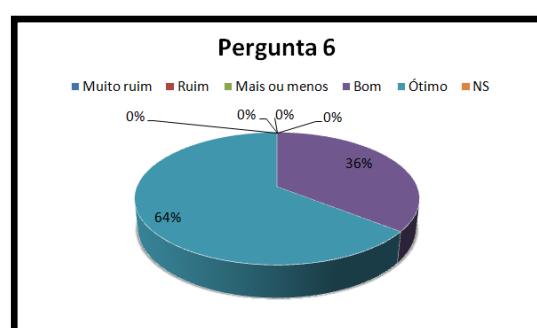
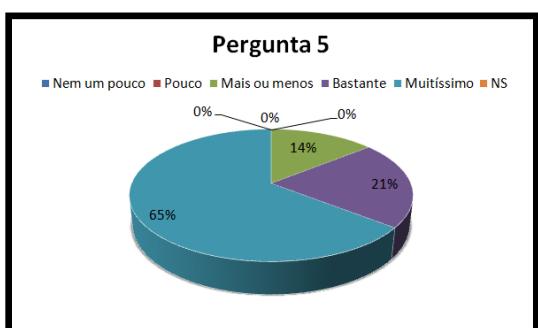
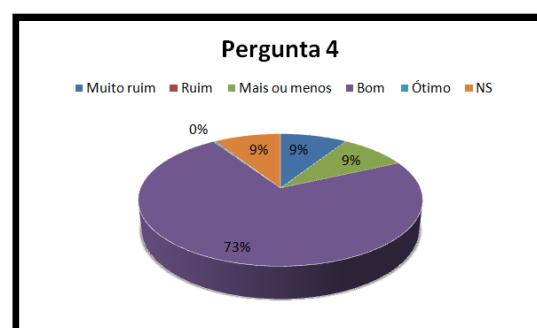
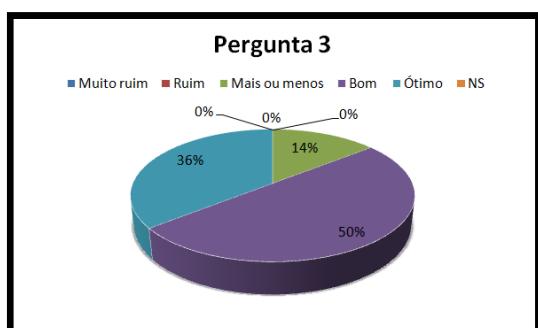
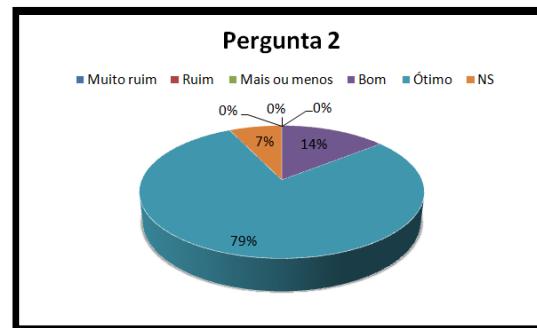
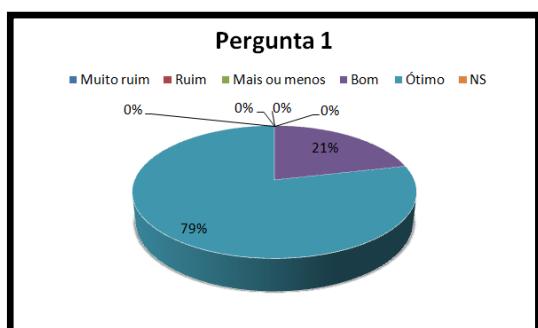


Figura 2. Estudantes da Escola Municipal de Ensino Fundamental Senador Darcy Ribeiro (Capão do Leão/RS) executando as atividades lúdicas.

Para Aberc (2008), uma escola promotora de saúde estimula boas práticas de alimentação e incentiva a comunidade a buscar escolhas alimentares mais saudáveis e sustentáveis. Assim, acredita-se que, de certa forma, a “Oficina de Alimentação Saudável” pode interferir positivamente nos hábitos alimentares posteriores das crianças que estavam presentes. Além dos conteúdos teóricos e brincadeiras realizadas, a oficina também realiza um curso prático, no qual todos os alunos são direcionados ao refeitório da escola para a montagem de espetinhos com diversas frutas, buscando fomentar ainda mais as crianças quanto ao consumo destes alimentos.

Os resultados obtidos através do questionário aplicado estarão dispostos na Figura 3, na forma de gráficos para cada pergunta.

Na pergunta 1 (O que você achou do conteúdo tratado?), 79% dos participantes relataram ter sido “ótimo” e 21% respondeu que foi “bom”, portanto, foi possível perceber o quanto foi importante ter aplicado o projeto na escola Darcy Ribeiro. Percebe-se que, a “Oficina de Alimentação Saudável” foi bem aceita pelos alunos devido à prevalência de respostas positivas (ótimo e bom).



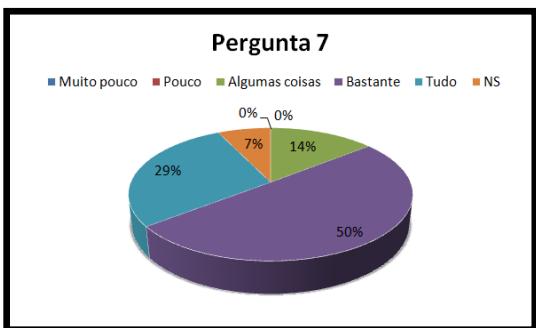


Figura 3. Resultados obtidos através do questionário aplicado aos alunos de 5º ano da Escola Municipal de Ensino Fundamental Senador Darcy Ribeiro, Capão do Leão/RS, 2017.

Antes da realização dos encontros na escola, fizeram-se buscas na literatura brasileira a fim de adequar os conteúdos e linguagem aos alunos do 5º ano, para que assim, os mesmos pudessem ter o máximo de absorção de conhecimentos. Portanto, nas respostas obtidas para a pergunta 4 (Como foi para entender o assunto?), uma minoria (9%) respondeu “muito ruim”, “mais ou menos” e “não sei responder (NS)” e a maioria (73%) achou “bom”.

Pode-se afirmar que os alunos encontraram-se felizes e entusiasmados a todo o momento com as novidades, pois não houve nenhuma resposta negativa para a pergunta 6 (O que você acharia se tivessem mais cursos como este?), onde 64% relatou que acharia ótimo e 36% que acharia bom.

4. CONCLUSÕES

Conforme o comportamento dos participantes ao longo da Oficina, bem como pelos resultados da avaliação, percebeu-se que as ações foram bem aceitas, com prevalência de respostas positivas nas fichas avaliativas e interação constante dos alunos, caracterizando grande interesse frente às atividades aplicadas. Acredita-se que, a partir dos dados apresentados sobre os problemas de saúde que uma má alimentação pode causar, foi possível provocar a reflexão das crianças em relação a seus hábitos alimentares e motivá-los ao consumo de alimentos saudáveis.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ABERC - Associação Brasileira Das Empresas DE Refeições Coletivas. In: **IV FORUM NACIONAL DE MERENDA ESCOLAR**, São Paulo, 2008. **Anais...** São Paulo: ABERC, 2008, p. 86.

FILHA, E. de O. S.; ARAÚJO, J. S.; BARBOSA, J. S.; GAUJAC, D. P.; SANTOS, C. F. da S.; SILVA, D. G. da. Consumption of food groups among children attending the public health system of Aracaju. **Revista Paulista de Pediatria.** v. 30, n. 4, p. 529-536, 2012.

NEJAR, F. F.; SEGALL-CORRÊA, A. M.; REA, M. F.; VIANNA, R. P. de T.; PANIGASSI, G. Breastfeeding patterns and energy adequacy. **Cadernos de Saúde Pública.** v. 20, n. 1, p. 64-71, 2004.

PIETRUSZYNSKI, E. B. Práticas pedagógicas envolvendo a alimentação no ambiente escola: apresentação de uma proposta. **Revista Teoria e Prática da Educação,** v. 13, n. 2, p. 223- 229, 2010.