



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA
CAMPUS II – LAGOA SECA
CENTRO DE CIÊNCIAS AGRÁRIAS E AMBIENTAIS
DEPARTAMENTO DE AGROECOLOGIA E AGROPECUÁRIA
BACHARELADO EM AGROECOLOGIA**

**EDUCAÇÃO, ALIMENTAÇÃO E SAÚDE: REVELANDO DE FORMA LÚDICA
A IMPORTÂNCIA DE UMA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL**

AILSA CRISTIANE ARCANJO SOARES

LAGOA SECA - PB

2014

Ailsa Cristiane Arcanjo Soares

**EDUCAÇÃO, ALIMENTAÇÃO E SAÚDE: REVELANDO DE FORMA LÚDICA
A IMPORTÂNCIA DE UMA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL**

Trabalho de conclusão de curso apresentado ao Bacharelado em Agroecologia, da Universidade Estadual da Paraíba para obtenção do título de Bacharel em Agroecologia.

Orientadora: Prof.^a MSc. Shirleyde Alves dos Santos

LAGOA SECA – PB

2014

É expressamente proibida a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano da dissertação.

S676e Ailsa Cristiane Arcanjo Soares
Educação, alimentação e saúde [manuscrito] : revelando de
forma lúdica a importância de uma alimentação saudável / Ailsa
Cristiane Arcanjo Soares. - 2014.
22 p. : il. color.

Digitado.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em
Agroecologia) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de
Ciências Agrárias e Ambientais, 2014.

"Orientação: Profa. Ma. Shirleyde Alves dos Santos,
Departamento de Agroecologia e Agropecuária".

"Co-Orientação: Prof. Dr. Leandro Oliveira de Andrade,
Departamento de Agroecologia e Agropecuária".

1. Segurança alimentar e nutricional. 2. Educação em saúde.
3. Alimentos saudáveis. I. Título.

21. ed. CDD 613.2



UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA
Centro de Ciências Agrárias e Ambientais
Departamento de Agroecologia e Agropecuária
Campus II – Lagoa Seca
Curso Bacharelado em Agroecologia

RELATÓRIO DE APRESENTAÇÃO DO TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO

AOS 07 DIAS DO MÊS DE AGOSTO DO ANO 2014 AS 08 HORAS, NA SALA AUDITÓRIO , COM A PRESENÇA DE PROFESSORES(AS) PARTICIPANTES DA BANCA EXAMINADORA ABAIXO DISCRIMINADA, REALIZOU-SE A APRESENTAÇÃO DO TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO Educação, alimentação e saúde: revelando de forma lúdica a importância de uma alimentação saudável.

DESENVOLVIDO PELO(A) ALUNO(A) AÍLSA CRISTIANE ARCANJO SOARES

A APRESENTAÇÃO TRANSCORREU EM CONFORMIDADE COM AS NORMAS ESTABELECIDAS PELA RESOLUÇÃO/CONSEPE/32/2009. O(A) ALUNO(A) UTILIZOU 20 MINUTOS PARA A APRESENTAÇÃO E A BANCA EXAMINADORA UTILIZOU IGUAL TEMPO PARA AS DEVIDAS ARGUIÇÕES. AO TÉRMINO DA APRESENTAÇÃO, A BANCA SE REUNIU ISOLADAMENTE E EMITIU O PARECER ATRIBUINDO A NOTA 10,0 (dez) AO(À) ALUNO(A), QUE FOI DIVULGADA PELO(A) ORIENTADOR(A).

LAGOA SECA, 07 de Agosto de 2014.

ORIENTADOR(A) Philippe Aze dos Santos
EXAMINADOR(A) Paulo Osório de Fátima
EXAMINADOR(A) Diogo Gonçalves Medeiros
ALUNO(A) Aílsa Cristiane A. Soares MATRÍCULA 401360088

Diogo Gonçalves Medeiros
COORDENADOR(A) DO TCC

UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA
Centro de Ciências Agrárias e Ambientais
Coordenação de Agroecologia
Campus II - Lagoa Seca-PB

DEDICATÓRIA

Ao meu Deus que não desistiu de mim
um só instante; aos meus pais que
sempre foram minha inspiração; aos
meus irmãos que me mostraram na
dificuldade o que é uma família unida.

Ao meu querido marido Janailson
Almeida pelo apoio, carinho e paciência.

Aos meus queridos amigos e familiares
que nunca me deixaram cair... Aos
mestres Shirleyde Santos, Leandro
Andrade e Beatriz Stamato que me
formaram da melhor forma possível! E,
ao principal, a minha fonte de vida...
meu filho e eterno amor:

LUÍS MIGUEL ARCANJO SANTOS.

“Tudo posso naquele que te fortalece.”

AGRADECIMENTOS

À Professora Orientadora, Shirleyde Alves dos Santos, pela dedicação em todas as etapas deste trabalho.

À minha família e aos meus vizinhos, pela confiança e motivação.

Aos amigos, Dynjara Silva Costa e Diego Miranda, pela força e incentivos do começo ao fim.

Aos professores e colegas de Curso, pois juntos trilhamos uma etapa importante de nossas vidas.

Às crianças do 5^a ano da Escola Municipal de Educação Infantil e Ensino Fundamental São Sebastião, pela disponibilidade em participar da oficina para a realização deste relato.

A todos que, de algum modo, colaboraram para a realização e finalização deste trabalho.

“Ensinar não é transferir conhecimentos, mas criar as possibilidades para a sua produção ou sua construção.”

Paulo Freire

SUMÁRIO

RESUMO.....	7
ABSTRACT	8
CONTEXTUALIZAÇÃO	9
METODOLOGIA.....	10
RELATO E DISCUSSÃO.....	121
CONSIDERAÇÕES FINAIS	199
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	20

RESUMO

A educação em saúde deve ser construída pelo conjunto, família e escola, pois ambas tem seu papel fundamental na construção de um indivíduo, sendo durante os primeiros anos de vida, o início de uma vida saudável. Este trabalho foi desenvolvido no Campus II da UEPB, que está situado ao lado da Vila Florestal, zona rural do município de Lagoa Seca, onde vivem aproximadamente 400 famílias em situação de vulnerabilidade social. Com a preocupação de melhorar a qualidade vida dessas famílias, o objetivo desse trabalho foi realizar uma série de oficinas de sensibilização com crianças entre 10 e 14 anos da Escola Municipal de Educação Infantil e Ensino Fundamental São Sebastião, promovendo, de forma lúdica e educativa, informações sobre o consumo de alimentos saudáveis e nutritivos, e a conscientização sobre a importância da promoção da saúde humana e do meio ambiente, a fim de que os alimentos contribuam para uma vida mais saudável. Que mais oficinas sejam realizadas com a comunidade da Vila Florestal, para uma maior conscientização e uma diminuição significativa nos índices de Insegurança Alimentar.

Palavras chaves: Segurança Alimentar e Nutricional; Educação em Saúde; Alimentos Saudáveis.

ABSTRACT

Health education should be built by the whole family and school, as both have their fundamental role in the construction of an individual, and during the first years of life, the beginning of a healthy life. The project was developed in Campus II, the UEPB, which is located beside the Vila Florestal, rural area of Lagoa Seca, where about 400 families are living in situations of social vulnerability. With the view of improving the quality of life of these families, the goal of this project was to conduct a series of awareness workshops with children between 10 and 14 years of the Municipal School São Sebastião, promoting, in a playful and educational way, information on the consumption of healthy and nutritious foods, and awareness about the importance of promoting human health and the environment, so that the food contribute to a healthier life. More workshops be held with the community of Vila Florestal, greater awareness and a significant decrease in rates of food insecurity.

Key words: Food Security and Nutrition; Health Education; Healthy Foods.

1. CONTEXTUALIZAÇÃO

A alimentação adequada e saudável é um direito humano básico que envolve a garantia ao acesso permanente e regular, de forma socialmente justa, a uma prática alimentar adequada aos aspectos biológicos e sociais do indivíduo e que deve estar em acordo com todas as necessidades alimentares (BRASIL, 2014).

De acordo com o CONSEA (2004), segurança alimentar e nutricional (SAN) é a realização do direito de todos ao acesso regular e permanente a alimentos de qualidade, em quantidade suficiente, sem comprometer o acesso a outras necessidades essenciais, tendo como base práticas alimentares promotoras de saúde, que respeitem a diversidade cultural e que sejam socialmente, economicamente e ambientalmente sustentáveis.

Entretanto, a disponibilidade de alimentos não é suficiente para garantir o direito à alimentação e à SAN, já que a garantia desse direito requer o respeito ao princípio ético do acesso digno à alimentação, considerando a diversidade tanto nutricional quanto cultural das pessoas, das famílias, dos grupos sociais, das culturas regionais e nacionais, como requisito para se alcançar a Soberania Alimentar. E o exercício soberano de políticas de SAN se sobrepõe à lógica mercantil estrita (MALUF & REIS, 2013).

O sistema alimentar mundial, seguindo uma lógica mercantil, apresenta características como: a predominância da produção agrícola convencional (intensiva, mecanizada e com elevada utilização de insumos químicos); o processamento intensivo de alimentos a fim de ampliar os prazos de validade e agregar serviços; e a crescente padronização dos hábitos alimentares, que contribuem, na verdade, para um círculo vicioso de Insegurança Alimentar (MALUF & REIS, 2013).

Destaca-se que, para o enfrentamento desse modelo, a educação é indispensável e deve ser iniciada o quanto antes, e de forma lúdica, para que seja uma aprendizagem diferenciada, significativa e prazerosa.

Como possibilidade temos a Pedagogia da Alternância, que é uma proposta teórica metodológica distinta da educação convencional, pois permite ao educando ter uma visão específica da sua realidade através dos conhecimentos teóricos absorvidos na sala de aula e situá-los na integralidade de sua vivência pessoal, social, ambiental e econômica (FREIRE, 1978).

A diversidade no ensino é de extrema importância, pois fixa melhor na mente do ser humano, facilitando o entendimento de qualquer assunto por quem quer que seja. A criatividade e o lúdico vêm sendo cada vez mais usados para tratar de temas extremamente importantes, tidos como entediantes em sala de aula, como por exemplo, a segurança alimentar, fazendo com que o assunto seja melhor compreendido e fixado por mais tempo. A educação de forma lúdica faz com que a rotina de ensino seja transformada em uma aprendizagem diferenciada, significativa e prazerosa.

Segundo Marinho (2001), ao longo da vida cada indivíduo vai percebendo o mundo de acordo com seu contexto familiar, cultural, educacional e temporal, determinantes de suas relações com o ambiente. As informações, conceitos e crenças fixadas na chamada memória de longo prazo formam os “modelos mentais” que, segundo os teóricos cognitivistas, são passíveis de mudança – desde que pequenas alterações sejam feitas no modo de refletir e agir no dia a dia.

A educação em saúde deve ser construída pelo conjunto, família e escola, pois ambas tem seu papel fundamental na construção de um indivíduo, sendo durante os primeiros anos de vida, o início de uma vida saudável. Enfatizando a questão da alimentação, a educação deve começar desde o cultivo correto, com o respeito à natureza, sem a utilização de agrotóxicos e indo até a boa conservação do alimento em nossa residência, englobando e respeitando também, a cultura de cada comunidade.

Accioly (2009) afirma que a alimentação infantil sofre forte influência do padrão familiar, considerada a família como o primeiro núcleo de integração social do ser humano. Assim, a adequação da alimentação nos primeiros anos de vida depende do padrão e da disponibilidade alimentar da família. Mais adiante, a influência de outros grupos sociais (creche, clubes, escolas, etc) e da publicidade na área de alimentos, se apresentam de forma mais intensa.

Segundo Lang e Heasman (2004, apud Patrícia *et al*, 2010), a questão de saúde está associada à questão ambiental, fundamentando um novo paradigma de políticas alimentares que trabalham com a natureza e não sobre a natureza. Com a reflexão de que a sociedade mais carente é vista como extremamente debilitada na área da saúde, pois os recursos, em geral, são mais escassos, cresce a necessidade de programas que supram essa exiguidade, como oficinas, palestras, etc., aonde iram formar, desde crianças a adultos mais cientes das melhores formas de manuseio e higiene dos alimentos.

Muitas crianças, mesmo morando na zona rural, não tem noção de como os alimentos são produzidos, já que somos expostos diariamente a diversas estratégias utilizadas pelas indústrias de alimentos na divulgação dos seus produtos. Mais de dois terços dos comerciais sobre alimentos veiculados na televisão se referem a produtos ultraprocessados. A maioria desses anúncios é dirigida diretamente a crianças e adolescentes, mas a população em geral também é levada a acreditar que esses alimentos têm qualidade superior a dos demais ou que tornarão as pessoas mais felizes, atraentes, fortes, “supersaudáveis” e socialmente aceitas ou, ainda, que suas calorias seriam necessárias para a prática de esportes (BRASIL, 2014).

Quando Belik (2010) afirma que 75% da pobreza do planeta estão localizadas nas áreas rurais, nos leva a refletir o que está errado, já que é dessa zona rural que vem nosso alimento. O manuseio desses alimentos, a falta de informação sobre métodos sustentáveis, a intromissão cada vez maior de defensivos químicos sem o conhecimento de seus males, a má distribuição dos alimentos, são alguns fatores que afetam nosso meio alimentar, fora o aumento da patogenicidade das doenças transmitidas pelos alimentos.

Com essa preocupação, o objetivo desse projeto foi realizar uma série de oficinas de sensibilização com crianças entre 10 e 14 anos da Escola Municipal Educação Infantil e Ensino Fundamental São Sebastião, promovendo, de forma lúdica e educativa, informações sobre o consumo de alimentos saudáveis e nutritivos, e a conscientização sobre a importância da promoção da saúde humana e do meio ambiente, a fim de que os alimentos contribuam para uma vida mais saudável.

2. METODOLOGIA

O projeto foi desenvolvido no Campus II, da UEPB, que está situado ao lado da Vila Florestal, zona rural do município de Lagoa Seca, onde vivem aproximadamente 400 famílias em situação de vulnerabilidade social.

A metodologia utilizada foi baseada no princípio fundamental da participação KUMMER (2007) e consistiu em oficinas de sensibilização sobre alimentação saudável, durante cinco dias, no período da tarde, com a duração de duas horas cada.

As oficinas foram elaboradas em conjunto com uma professora da Escola Municipal de Educação Infantil e Ensino Fundamental São Sebastião.

O público-alvo foram alunos/as do 5º ano, com faixa etária entre 10 a 14 anos.

A turma foi dividida em duas equipes e foram feitas dinâmicas de estímulo e de apresentação, brincadeiras, vídeos, passeio interativo pelo campus, painéis e rodas de conversa com as crianças.

Ao final de cada oficina foi feita uma avaliação, onde as crianças levantaram a mão voluntariamente para questionamento sobre o desenvolvimento da oficina e foi servido um lanche coletivo, sempre correlacionando com o tema das oficinas.

3. RELATO E DISCUSSÃO

No primeiro dia, com a presença de dezenove crianças e uma professora, começamos com a dinâmica de apresentação de todos, que falaram seus nomes completos, suas idades e o que esperavam dessa oficina.

Foi feita a divisão da turma em duas equipes para a formação de uma “gincana saudável”, sendo uma com dez integrantes e a outra com nove. Foram definidas cores para distingui-las, sendo uma da cor vermelho, representada por uma maçã e a outra da cor amarela, representada por uma laranja. Essa divisão se estendeu até o último dia, sendo incluídos nos dias posteriores, alunos/as que iriam aparecendo.

Logo após essa divisão, foram feitas duas brincadeiras: uma de estourar o balão do colega da equipe adversária, onde um representante de cada equipe estava com um balão amarrado ao calcanhar nas respectivas cores, amarelo e vermelho, já definidas no começo da gincana. A equipe vencedora foi a amarela, que foi pontuada com um ponto.

A outra dinâmica foi a do “alimento preferido”, onde cada equipe falava as características de um alimento que mais gostava para que a outra equipe conseguisse acertar, saindo a equipe vermelha ganhadora, empatando assim a competição do dia.

Para finalizar o dia, foi feito um painel coletivo com as crianças sobre o que eles entendiam sobre alimentação saudável. Descemos e fizemos o primeiro lanche coletivo, que teve bolacha de chocolate e refrigerante.

A interação dos alunos foi mais do que o esperado para o primeiro dia. Eles opinaram sobre suas curiosidades e incertezas da alimentação saudável, deixando uma ligação de interesses muito boa, demonstrando que a semana seria produtiva.

Em uma avaliação simples sobre o que as crianças esperavam da oficina, mais da metade falou que esperava coisas boas, aprender novas formas de uma alimentação

correta. Em um segundo momento da avaliação, as crianças relataram que a oficina do dia tinha sido proveitosa.

No segundo dia, iniciamos relembando o dia anterior, com o questionamento do lanche coletivo, se foi feito certo e se foi nutritivo, onde várias crianças afirmaram que tinha sido um lanche gostoso, mas que sabiam que não era tão nutritivo assim, por causa do refrigerante, que foi propositadamente servido. E também foi lembrado um fato importantíssimo que não foi feito antes do lanche, e que as crianças lembraram depois, o ato de lavar as mãos, o qual diminui muito a contaminação dos alimentos.

Logo após foi lido o conceito de alimentação saudável e a distinção dos significados das cores, com relação aos nutrientes e seus benefícios, dos alimentos em geral, sendo utilizadas as informações preexistentes numa tabela (Figura 1).

Figura 1. Tabela de cores dos alimentos e seus nutrientes.

Branco	Verde	Laranja	Vermelho	Roxo
<i>Entenda o que as cores representam na sua alimentação:</i>				
				
Atuam contra processos inflamatórios e alergias, fortalecem os sistemas imunológico e circulatório e protegem contra doenças crônicas associadas ao envelhecimento.	Auxilia no crescimento e na manutenção da pele, cabelos, ossos e visão, contribui para os sistemas digestório, nervoso, imunológico e sexual, e reduzem o colesterol.	Age para o bom funcionamento do sistema imunológico e sexual e a proteção contra doenças cardíacas e certos tipos de câncer. Melhora a visão e a pele.	Reduz o risco de câncer, manutenção da saúde da pele, gengivas e vasos sanguíneos, formação de colágeno, redução de colesterol e risco de arteriosclerose.	Presença de antocianina, com propriedades anticancerígenas que também atuam na preservação da memória e protegem o coração.

Fonte: Jornal das tribos, 2013.

Ao término dessa discussão, fizemos um passeio pelo Campus com a finalidade de mostrar de onde vêm certos alimentos, entre animais e vegetais. Mostramos o bananal, a criação de bovinos e ovinos e algumas frutíferas, finalizando com uma parada ao lado do aviário, embaixo de uma Tamboeira antiga, presente na universidade, onde revisamos o passeio e discutimos sobre a forma de plantio agroecológico.

Retornamos à sala para uma competição de perguntas sobre o que foi visto e discutido durante o passeio anterior, para pontuação da gincana e a equipe amarela saiu ganhadora com mais um ponto. No lanche coletivo, após lavarem as mãos, foi servido arroz branco com carne moída.

Na avaliação do dia, foram feitas perguntas sobre de onde vinham certos alimentos, e todos levantaram a mão dizendo não saber de onde vêm muitos deles, só alguns como, por exemplo, as verduras. E na segunda parte da avaliação, todos levantaram a mão afirmando que a oficina do dia foi positiva.

O terceiro dia foi o mais interativo, pois eles trouxeram alimentos de acordo com a aula que a professora da Escola havia explanado pela manhã. Na aula deles, os alimentos foram demonstrados de acordo com a realidade deles no dia a dia e divididos em quatro tipos: verduras (couve, coentro, pimentão, e alface), legumes (berinjela, jerimum, cenoura, beterraba, cebola, alho, repolho, cebola roxa, batatinha e macaxeira), cereais (feijão preto, feijão caupi, feijão carioca, flocos de milho e fava) e frutas (melancia, maçã, banana, laranja e limão) (Figura 2).

Figura 2. Exposição visual de verduras, legumes, cereais e frutas trazidos pelos participantes.



Fonte: Acervo do Projeto.

Eles se dividiram em seis grupos denominados por amor, paz, felicidade, harmonia, amizade e coração, onde apresentaram em cartazes, o que aprenderam pela manhã. Depois foi trabalhada a mais recente pirâmide alimentar utilizada pelos nutricionistas (Figura 3).

Foi explicado que a forma de pirâmide representa o grau de importância dos alimentos diários para um bom funcionamento do organismo e do que cada parte da pirâmide representa, sendo a base da pirâmide os cereais integrais e os óleos vegetais, que devem ser consumidos na maioria das refeições por serem alimentos ricos em fibra,

gorduras mono e poli-insaturadas, já a parte acima, ficam as frutas, verduras e legumes, que devem ser consumidas 3 a 5 vezes ao dia, sendo ricas em vitaminas, minerais e fibras. Numa parte mais estreita, onde devem ser consumidos 1 a 2 vezes ao dia, ficam as carnes magras, aves, peixes, frutos do mar, ovos, leguminosas e oleaginosas, que são ricos em proteínas e gorduras. Um pouco acima, ficam os leites e derivados, que devem ser consumidos 3 vezes ao dia por serem ricos em proteínas e cálcio. Por último, no topo, por serem alimentos ricos em gorduras, calorias e pobres em nutrientes e que devem ter o consumo esporádico, ficam as carnes vermelhas gordas, a manteiga, os açúcares, doces, o sal e os cereais refinados.

Figura 3. Pirâmide alimentar atualizada.



Fonte: Harvard School of Public Health, 2012.

Logo após, foi feita uma dinâmica de revisão, pontuando para a gincana. Cada grupo refez a pirâmide no chão, e o que mais acertou os itens foi o ganhador. No caso, a equipe que pontuou foi a vermelha, deixando a competição novamente empatada, estimulando ainda mais os alunos a buscar mais conhecimento para competir (Figuras 4 e 5).

Figuras 4 e 5. Pirâmides confeccionadas pelas equipes.



Fonte: Acervo do Projeto.

Logo após, descemos para o lanche coletivo, que foi sopa e foi muito bem aprovada por todos. Ao termino, retornamos com duas alunas e dispensamos os outros, para o laboratório para fazermos um experimento com meio de cultura em placas Petri sobre as bactérias existentes nas mãos e que não vemos a olho nu (Figura 8).

Figura 8. Experimento com Meio de Cultura, no laboratório de Microbiologia do CCAA.



Fonte: Acervo do Projeto.

As placas foram preparadas com o meio de cultura Mueller Hinton Agar, utilizado para crescimento de bactérias e fungos. As placas foram autoclavadas a 121°C, por 15 minutos, juntamente com o meio, depois foram vertidas na câmara de fluxo laminar. Cada uma das duas alunas colocaram uma mão em cada placa de petri. As placas foram deixadas na Estufa Bacteriológica por a 35° por 24h. A análise foi realizada no laboratório de microbiologia do Centro de Ciências Agrárias e Ambientais (CCAA), Campus II, da Universidade Estadual da Paraíba.

No dia seguinte, com a presença de vinte e cinco alunos, fizemos uma dinâmica de revisão do dia anterior, com relação à pirâmide alimentar, onde cada grupo redesenhou-a em uma folha, valendo ponto para gincana. Todas as duas equipes se saíram muito bem, e só por falta de um nome, a equipe vencedora foi a vermelha. A gincana ficou novamente empate.

Fizemos um novo passeio, agora pelo Instituto Brasileiro do Meio Ambiente e dos Recursos Naturais Renováveis (IBAMA), que tem uma produção e distribuição de mudas. Fomos acompanhados por Josean da Silva e Diogo Santos, colaboradores do local. Durante a visita foi demonstrado a formação das mudas: dos substratos, que são misturados lá mesmo (esterco e massame), das sementes que vem de doações de inúmeros lugares, dos tipos de plantas que vão de ornamentais às frutíferas, da conservação das mudas no espaço, com irrigação todos os dias por aspersão e da doação, que pode ser feito por qualquer indivíduo maior de dezoito anos, preenchendo uma ficha no local e, que se o número de mudas for em grande quantidade, é preciso a elaboração de ofício para pode adquiri-las. Na volta, fizemos o lanche coletivo com pipoca e suco.

No quinto e último dia da oficina, com a presença de 12 crianças, foi iniciado com uma dinâmica de revisão e logo após foram exibidos dois vídeos do DVD Anima Saúde da FioCruz: o primeiro vídeo foi “Meu corpo, meu mundo”, onde o professor Lecré, com a ajuda da família Tal, mostra como toda a vida na terra está interligada e como simples atitudes cotidianas podem melhorar o meio ambiente e a nossa saúde; o outro foi “A Peleja dos guerreiros Sá & Úde contra os monstros Dó & Ença no país dos Tropic & Ais”, que mostrou um cordel animado com a peleja entre os guerreiros Sá & Úde, que lutam pela defesa da vida, e os monstros Dó & Ença, que vivem para matar e disseminar enfermidades. Após assistirem a esses vídeos, as crianças representaram em forma de desenho, o que entenderam, onde todos expressaram bem suas ideias, demonstrando uma ótima compreensão (Figura 9).

Figura 9. Exibição de vídeo educativo.



Fonte: Acervo do Projeto.

Após a discussão sobre os desenhos de cada um, iniciou-se uma roda de conversa sobre agrotóxicos, onde cada um falou o que entendia e depois, foi elaborado um cartaz em conjunto com todos para ajudar na campanha contra os agrotóxicos que seria realizada no Campus. Para nossa surpresa, todas as crianças escreveram frases bem expressivas como: queremos menos venenos nos alimentos, que eles ficam mais bonitos sem agrotóxicos, entre outras.

Trouxemos o técnico em laboratório, Yuri dos Santos, para mostrar como ficaram as placas de petri após o período de incubação na Estufa. Para a admiração de todos, havia crescido bactérias ao redor da marca da mão das crianças. Yuri explicou claramente o que havia acontecido: as bactérias tinham crescido nesse pequeno intervalo de tempo, e se passassem mais tempo incubadas, surgiriam bem mais, então, ele reforçou a importância de lavarmos sempre bem as mãos antes de qualquer refeição, para a diminuição de doenças envolvendo bactérias, imperceptíveis aos olhos dos seres humanos, só vistas com ajuda de um microscópio em laboratórios.

Finalizando as atividades, as crianças elaboraram outro painel contendo o que foi entendido, durante as oficinas, sobre o que é uma alimentação saudável. Cada um colocou um desenho referente a tal, onde após o término, foi feita uma comparação com o primeiro painel elaborado no primeiro dia (14 de julho de 2014), onde se via notoriamente a evolução do conhecimento sobre o assunto. Muitos mudaram de desenhos, subentendendo que sua opinião relacionada ao tema foi evoluída, satisfazendo muito à equipe, deixando a sensação de dever cumprido.

A gincana foi finalizada também, com a vitória de ambas as equipes, pois como estava empate no dia anterior, foi usado como critério de desempate, um ponto para o comportamento das equipes, e como foi ótimo o comportamento de ambas, então as duas foram pontuadas, deixando todos satisfeitos e vitoriosos. O prêmio para os vencedores foram, além de todo conhecimento adquirido durante a semana, um brinde com o símbolo da oficina.

Na avaliação final, foi feita a seguinte pergunta a eles: Quem gostou da oficina? E por voto voluntário, levantando a mão, todos responderam positivamente.

De forma satisfatória, foi encerrada a semana de oficinas sobre a alimentação saudável, com a boa sensação de resultados excelentes sobre o que foi passado sobre o assunto e de boa colaboração das crianças e a fiel presença da professora responsável por eles, que as acompanhou nas atividades e também na fixação do conteúdo em sala de aula.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

É importante que as crianças tenham acesso à educação em saúde, para entender a importância da produção agroecológica, da preservação dos recursos naturais, o que irá refletir em uma melhor qualidade de vida.

Destacamos a importância da continuidade desse trabalho na comunidade para uma maior conscientização sobre produção e consumo de alimentos saudáveis, e para uma diminuição nos índices de Insegurança Alimentar.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ACCIOLY, Elizabeth. A escola como promotora da alimentação saudável. Vol. 2, Nº2. Rio de Janeiro, Revista Ciência em Tela, 2009. **Net.** Disponível em: <http://www.cienciaemtela.nutes.ufrj.br/artigos/0209accioly.pdf>> Acesso em: jul. 2014.

BELIK, W. Desenvolvimento territorial e soberania alimentar. In: ALMEIDA FILHO, N.; RAMOS, P. (orgs). **Segurança alimentar: produção agrícola e desenvolvimento territorial.** Campinas, São Paulo: Editora Alínea, 2010. p. 81-103.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saude. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira.** 2 ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

CONSEA, Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. Princípios e diretrizes de uma política de Segurança Alimentar e Nutricional. Brasília: Positiva, 2004. **Net.** Disponível em:<www.presidencia.gov.br/consea/exec/index.cfm.>Acesso em :Julho.2014.

FREIRE, P. **Pedagogia do oprimido.** 5ª ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1978.

IBGE. Sinopse do Censo Demográfico, 2010. **Net.** Disponível em:<<http://www.censo2010.ibge.gov.br/sinopse/index.php?dados=21&uf=25>.> Acesso em: 02 jun. 2013.

KUMMER, L. **Metodologia Participativa no meio rural:** uma visão interdisciplinar, conceitos, ferramentas e vivências. GTZ, Salvador – 2007. 155p.

MALUF, R.S.; REIS, M.C.dos. Segurança alimentar e nutricional na perspectiva sistêmica. In: ROCHA, C. (org). **Segurança alimentar e nutricional:** perspectivas, aprendizados e desafios para as políticas públicas. Rio de Janeiro: Editora FIOCRUZ, 2013. Pp. 43-68.

MARINHO, E. Avaliação: a mudança do paradigma, em *Desenvolvendo a cultura da avaliação em organizações da sociedade civil*. São Paulo, Instituto Fonte, 2001. **Net**. Disponível em:

<http://www.institutofonte.org.br/sites/default/files/Marino%20E_Avaliacao%20-%20a%20mudanca%20de%20paradigma_artigo.pdf> Acesso em: julho. 2014.

PATRÍCIA, A. *et al.* “**Sementes e brotos**” da transição: inovação, poder e desenvolvimento em áreas rurais do Brasil. Projeto inovação, poder e desenvolvimento em áreas rurais do Brasil – ipode. Alimentação escolar – pnae e paa. Análise comparativa. Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Faculdade de Ciências Econômicas. Programa de Pós Graduação em Desenvolvimento Rural. Porto Alegre, junho de 2010.