



**UNIVERSIDADE DA INTEGRAÇÃO INTERNACIONAL DA LUSOFONIA AFRO-
BRASILEIRA
INSTITUTO CIÊNCIAS EXATAS E DA NATUREZA
LICENCIATURA EM CIÊNCIAS BIOLÓGICAS**

GEYVISON CAVALCANTE GOMES

**FORMAÇÃO COM PROFESSORES DE CIÊNCIAS NA TEMÁTICA
ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL: UTILIZANDO A SEQUÊNCIA DIDÁTICA
INTERATIVA**

**REDENÇÃO – CE
2023**

GEYVISON CAVALCANTE GOMES

**FORMAÇÃO COM PROFESSORES DE CIÊNCIAS NA TEMÁTICA
ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL: UTILIZANDO A SEQUÊNCIA DIDÁTICA
INTERATIVA**

Monografia apresentada ao Curso de Licenciatura em Ciências Biológicas da Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, como requisito parcial para obtenção do título de licenciado em Ciências Biológicas.

Orientadora: Profa. Dra. Márcia Barbosa

REDENÇÃO - CE

2023

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira
Sistema de Bibliotecas da UNILAB
Catalogação de Publicação na Fonte.

Gomes, Geyvison Cavalcante.

G633f

Formação com professores de ciências na temática alimentação
saudável: utilizando a sequência didática interativa / Geyvison
Cavalcante Gomes. - Redenção, 2023.
32fl: il.

Monografia - Curso de Ciências Biológicas, Instituto de Ciências
Exatas e da Natureza, Universidade da Integração Internacional da
Lusofonia Afro-Brasileira, Redenção, 2023.

Orientadora: Prof.^a Dr.^a Márcia Barbosa de Sousa.

1. Alimentação. 2. Educação. 3. Metodologia. 4. Professores.
I. Título

CE/UF/BSCA

CDD 612.3

GEYVISON CAVALCANTE GOMES

**FORMAÇÃO COM PROFESSORES DE CIÊNCIAS NA TEMÁTICA
ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL: UTILIZANDO A SEQUÊNCIA DIDÁTICA
INTERATIVA**

Monografia apresentada ao Curso de Licenciatura em Ciências Biológicas da Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, como requisito parcial para obtenção do título de licenciado em Ciências Biológicas.

Aprovado em: / /2023

BANCA EXAMINADORA

Prof^a Dra. Márcia Barbosa de Sousa (Orientadora)
Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira – UNILAB

Prof^a Dra. Viviane Pinho de Oliveira (1^a Examinadora)
Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira – UNILAB

Prof. Me. Rômulo Wesley Nascimento Silva (2^a Examinador)
Universidade Federal Rural de Pernambuco - UFRPE

Dedico este trabalho a Deus em primeiro lugar, minha família, meus amigos, aos membros do projeto e a todos que fazem parte da Unilab.

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus por ser minha força e por me guiar durante minha caminhada e pela oportunidade de estar realizando este trabalho.

A minha família pelo incentivo e colaboração, principalmente nos momentos de dificuldades.

A minha mãe, Maria Lucileudes Cavalcante, minha força e inspiração, por todo o apoio e incentivo nos momentos mais difíceis e por segurar minha mão todas as vezes que pensei em desistir.

Ao meu pai, Manoel Gildo (*in memoria*), por sempre acreditar em mim e por ser exemplo.

As minhas irmãs Luana Cavalcante, Gilcilene Cavalcante e Lucilene Cavalcante por todo o apoio de sempre.

Aos meus sobrinhos, Dhiogo Cavalcante, Vitória Cavalcante, Lucas Cavalcante e Wellington Filho, por ser um dos motivos da qual almejo vencer.

Aos meus amigos, em especial o Milton Marques pela parceria e força de sempre.

A minha orientadora, Prof. Dra. Marcia Barbosa pelo empenho e dedicação durante o projeto e na minha orientação deste trabalho.

Aos professores da banca examinadora; Prof. Dra. Viviane Pinho de Oliveira e Rômulo Wesley Silva, pelas valiosas sugestões e colaborações.

Ao PIBEAC, a PROEX e ao Projeto Conhecendo os alimentos: atividades coletivas educativas destinadas a promoção de boas práticas alimentares aplicadas nas escolas da região do Maciço de Baturité.

A todos que estiveram comigo durante minha trajetória e que contribuíram de forma direta ou indireta para a minha formação.

Porque sou eu que conheço os planos que tenho para vocês', diz o Senhor, 'planos de fazê-los prosperar e não de causar dano, planos de dar a vocês esperança e um futuro. Então vocês clamarão a mim, virão orar a mim, e eu os ouvirei. Vocês me procurarão e me acharão quando me procurarem de todo o coração.

Jeremias 29:11-13

RESUMO

A alimentação saudável está relacionada diretamente com a qualidade de vida das pessoas, sendo uma prática constante de escolhas onde o indivíduo opta por alimentos que trazem benefícios direto ao organismo. Sabendo que os alimentos ultraprocessados assumem como um dos componentes da alimentação das pessoas, a escola se torna um ambiente onde suas ideologias e perspectivas podem conscientizar a sociedade a respeito da má alimentação proveniente desses tipos de alimentos, por isso torna-se de fundamental importância adotar temáticas de promoção de bons hábitos alimentares nas discussões escolares. Dessa forma é imprescindível que o tema “Alimentação Saudável” faça parte da prática pedagógica do professor em atuação, sobretudo, a partir de formações completares. Este trabalho teve como objetivo investigar contribuições da SDI para o tema alimentação saudável na formação continuada de professores. E como objetivos específicos aplicar a SDI com professores sobre o tema alimentação saudável e promover discussões acerca do tema alimentação saudável com professores a partir da SDI. Trata-se de uma pesquisa qualitativa, considerada exploratória, caracterizando-se como pesquisa-ação. Os resultados apontam êxito em relação a participação das pessoas presentes, além de interação na construção da atividade proposta, além de refletir como a temática sofre carência em relação a sua abordagem dentro das escolas. Em suma, o trabalho é relevante, pois sua construção depende totalmente da participação de educadores além de possibilitar obras semelhantes pois utiliza de metodologia de fácil replicação e modificação a partir do cenário em que será aplicado.

Palavras-chave: Alimentação; Educação; Metodologia; Professores.

ABSTRACT

Healthy eating is directly related to people's quality of life, being a constant practice of choices where the individual opts for foods that bring direct benefits to the body. Knowing that ultra-processed foods are one of the components of people's diet, the school becomes an environment where their ideologies and perspectives can make society aware of the poor diet resulting from these types of foods, which is why it becomes of fundamental importance to adopt themes to promote good eating habits in school discussions. Therefore, it is essential that the theme "Healthy Eating" is part of the pedagogical practice of the teacher in practice, especially from complete training. This work aimed to investigate SDI's contributions to the topic of healthy eating in the continuing education of teachers. And as specific objectives, apply the SDI with teachers on the topic of healthy eating and promote discussions on the topic of healthy eating with teachers based on the SDI. This is qualitative research, considered exploratory, characterized as action research. The results indicate success in relation to the participation of people present, in addition to interaction in the construction of the proposed activity, in addition to reflecting how the theme is lacking in relation to its approach within schools. In short, the work is relevant, as its construction depends entirely on the participation of educators, in addition to enabling similar works as it uses a methodology that is easy to replicate and modify based on the scenario in which it will be applied.

Keywords: Food. Education; Methodology; Teachers.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1- Apresentação do projeto	23
Figura 2- Apresentação do conceito de SDI.....	24

LISTA DE TABELA

Tabela 1- Respostas da primeira etapa da SDI sobre o conceito de AS24

Tabela 2- Respostas dos grupos referentes a segunda etapa da SDI.27

Tabela 3-Resposta final da SDI27

SUMÁRIO

1.INTRODUÇÃO¹³

2. REFERENCIAL TEÓRICO¹⁶

2.1 A importância da escolha dos alimentos na saúde¹⁶

2.2 Sequência Didática Interativa e a formação continuada de professores sobre alimentação saudável.¹⁷

3. METODOLOGIA²⁰

3.1 Caracterização da pesquisa²⁰

3.2 Etapas da pesquisa²⁰

3.2.2 Elaboração, construção e etapas da formação²¹

4. RESULTADOS²²

4.1 Etapas da pesquisa²²

4.2.1 Pesquisa de campo na escola²²

4.2.2 Execução da formação²²

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS²⁹

6. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS³⁰

1 INTRODUÇÃO

O Projeto “Conhecendo os alimentos: atividades coletivas educativas destinadas a promoção de boas práticas alimentares aplicadas nas escolas da região do Maciço de Baturité”, baseia-se na divulgação das boas práticas alimentares nas escolas da região, dando ênfase aos alimentos regionais como forma de valorização dos alimentos produzidos por produtores locais e no incentivo de consumir alimentos *in natura*. O contato com o projeto e através das ações desenvolvidas passei a ter uma visão mais detalhada do que é uma alimentação saudável e como os alimentos podem causar impactos no nosso bem-estar. Nunca fui uma pessoa que se preocupava com uma alimentação balanceada, sempre fui consumidor de alimentos calórico, especificamente de frituras. Devido à ausência de tempo e pela facilidade desses alimentos meu café da manhã baseava-se, por muitas vezes, em refrigerantes e salgados. Com o decorrer dos anos, ao residir em Redenção-Ceará, sofria com fortes dores de cabeça e dores aguda no peito, conseqüentemente fui diagnosticado com Hipertensão e passei a tomar remédios todos os dias. Neste mesmo período, conheci o projeto, que trata da Alimentação saudável (AS) através da professora responsável, Professora Márcia Barbosa. A medida em que preparávamos as atividades do Projeto e nos inserindo dentro dos espaços escolares para aplicação das ações, fui aprendendo a necessidade de uma boa alimentação. O primeiro passo foi a consciência de que preciso vivenciar daquilo que falo para o público. Minha alimentação tem mudado, ultimamente tenho optado pela ingestão daquilo que trará benefícios para meu organismo.

A alimentação saudável é pouco trabalhada na sociedade, e o alto consumo de alimentos industrializados e ultraprocessados preocupa professores e gestores de escolas, isso se comprova em relatos ocorridos durante algumas pesquisas de campo nas instituições (Minayo, 2007). Algo interessante que ocorreu foi que uma coordenadora escolar relatou casos de crianças que levavam alimentos de casa e acabavam não usufruindo a merenda escolar, segundo ela seria interessante a abordagem da temática AS com os pais, para levar a reflexões das consequências de uma má alimentação.

No decorrer do projeto, inúmeros falas de gestores, professores, alunos, permitiram entender a necessidade de trabalhar sobre alimentação saudável com crianças e adolescentes, principalmente nas escolas. São elas: a dúvida frequente por

parte dos estudantes que por diversas vezes indagam a respeito sobre o consumo de determinados alimentos, o desconhecimento acerca dos valores nutricionais de determinados alimentos, questionamentos acerca do quantitativo de alimentos que devem se ingeridos e relatos de estudantes com características relacionados a obesidade.

É comum o alto consumo de alimentos ultraprocessados por parte de estudantes, isso porque, muitas vezes, os progenitores acreditam que os preços de mercado desses alimentos é mais acessível ou pelas atividades do cotidiano acabam sem tempo para o preparo de saudáveis. Os consumidores que trabalham por mais horas, gastam mais tempo no trânsito e desejam maximizar seu tempo de lazer cada vez mais limitado, optam por produtos e serviços que facilitem e se adequem à vida agitada (LEE; LIN, 2013; SIEKIERSKI et al., 2013). Dessa forma, cada vez mais os números de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), relacionadas a hábitos alimentares não saudáveis crescem, dentre elas estão as principais, obesidade, diabetes mellitus e a hipertensão, com isso consequentemente vem acarretando altos índices de mortes durante cada ano (OLIVEIRA et al., 2015).

Neste sentido, como a alimentação saudável poderá ser propagada dentro das escolas minimizando os índices de DCNT's e conscientizando sobre a importância das boas práticas alimentares? Quais as metodologias necessárias para trabalhar a temática junto à comunidade escolar?

Para melhor abordagem da temática, o uso da Sequência Didática Interativa (SDI) pode proporcionar maior abrangência da temática além de facilitar a compreensão da comunidade escolar. Brousseau (1998) diz que o professor deve provocar situações-problema para o aluno, transferindo para o próprio aluno a responsabilidade da construção do conhecimento.

Para uma formação mais crítica, dialógica e complexa, a Sequência Didática Interativa, proposto por Oliveira têm se fundamentado como um recurso metodológico-formativo com potencial para a formação continuada de professores sobre diferentes temáticas e dessa maneira, pretende-se investigar como a SDI contribui para a formação continuada de professores para o tema Alimentação Saudável.

Através da SDI pode-se enfatizar as boas práticas alimentares não só com estudantes, mas com a comunidade escolar, pois possibilitam reflexões daquilo que estamos ingerindo e as consequências que trarão a saúde. Nesse sentido, Oliveira (2013), destaca que a SDI possibilita trabalhar conceitos/definições com um processo interativo que, no diálogo, consegue captar toda a polissemia inerente à formação de

conceitos/definições, permitindo o movimento coletivo de construção/reconstrução de conceitos/ definições.

A abordagem da temática é de extrema importância e o desenvolvimento deste trabalho se dá pela visão enquanto graduando em licenciatura, pois o profissional de educação necessita estar atento daquilo que o rodeia, não é possível se atentar somente aos conteúdos programados, educar é se permitir e ser ferramenta de transformação social.

Neste sentido, este trabalho tem como objetivo geral Investigar as contribuições da SDI para o tema alimentação saudável na formação continuada de professores, aplicar a SDI com professores sobre o tema alimentação saudável e promover discussões acerca do tema alimentação saudável com professores a partir da SDI.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 A importância da escolha dos alimentos na saúde

Uma série de fatores contribui diretamente para a garantia de saúde, dentre eles o bem-estar físico e emocional. A Organização Mundial da Saúde (OMS) em 1947 definiu saúde como estado de completo bem-estar físico, mental e social e não apenas a ausência de doença. Sendo assim, a AS está diretamente relacionada com a garantia de saúde. Uma boa alimentação é um aliado na garantia de qualidade de vida, visto que diversos alimentos podem contribuir para o bom funcionamento do organismo, além de combater as DCNT's. Por isso, a escolha dos alimentos é de fundamental importância.

Como citado acima, as DCNT's sofrem influência direta de maus hábitos alimentares. Segundo Oliveira (2015) cada vez mais os números de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT's) relacionadas a hábitos alimentares não saudáveis crescem, dentre elas estão as principais, obesidade, diabetes mellitus e a hipertensão, com isso consequentemente vem acarretando altos índices de mortes durante cada ano (OLIVEIRA *et al.*, 2015).

A escolha dos alimentos faz toda diferença, para isso é importante que as pessoas conheçam os nutrientes presentes nesses, suas diferenças e consequências negativas e positivas. A pirâmide alimentar é um guia para orientar e ajudar na escolha, seleção de todos os grupos de alimentos, auxiliando as pessoas a planejarem suas refeições diárias de maneira adequada e variada, visando promover saúde e hábitos alimentares saudáveis (PHILIPPI, 2008).

Dentre esses alimentos é importante salientar os considerados *in natura*. Quando falamos em se alimentar bem o primeiro assunto que vem em pauta são alimentos *in natura*, sem nenhum tipo de alteração, tendo dentro dessa classe as frutas, verduras, folhas, legumes, carnes, ovos e peixes, (MONTEIRO, 2011). Os alimentos *in natura* preservam seu estado natural com fibras, sais minerais, vitaminas. Além disso, preservam sabor sem que haja necessidade de utilização de compostos químicos.

O segundo grupo são os alimentos minimamente processados, são aqueles que são submetidos a algum processo, mas que não envolvam agregação de substâncias ao alimento original, como limpeza, moagem e pasteurização, sendo eles o arroz e o feijão. Lentilhas, cogumelos (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014).

Os Alimentos ultraprocessados vem sendo cada vez mais consumidos e são responsáveis diretamente pelo surgimento das DCNT's, eles sofrem diversas

modificações além de ser expostos a diversas substâncias que acabam causando problemas à saúde, são exemplos: macarrão instantâneo, biscoitos recheados, refrigerantes, iogurtes, sorvetes, pizzas, embutidos, barras de cereal, cereais açucarados e produtos prontos para consumo (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014).

Com base nas informações é nítido que as escolhas dos alimentos podem definir o estilo de vida que teremos.

2.2 Sequência Didática Interativa e a formação continuada de professores sobre alimentação saudável.

A formação de professores é um processo de aprendizagem contínua, onde é permitido ao profissional se aprimorar e entender as questões sociais para se tornar mais apto para desenvolver suas funções. Este mecanismo de aprimoramento permite a formação de uma identidade profissional, baseada no compromisso de ser um agente de transformação através da educação. Segundo Cicilliane, (2005, p.36)

A identidade de ser professor(a)/formador(a), é dada pela composição de vários saberes: saberes sociais, históricos e culturais, mobilizados e construídos ao longo da história de vida pessoal; saberes acadêmicos, adquiridos no tempo e no espaço escolar, compreendendo a formação inicial e todo o movimento de busca de crescimento profissional na carreira docente; saberes profissionais, construídos nas relações de trabalho.

Neste sentido, a formação de professores em relação à temática de Alimentação Saudável é uma oportunidade de entender a contribuição da educação para minimizar os problemas agravados pela ausência de bons hábitos alimentares. A escola é um espaço onde diversas pessoas se juntam e continuamente convivem, realizam suas atividades, necessidades básicas e se alimentam. Neste mesmo espaço é de suma importância que a comunidade escolar entenda os benefícios e consequências que rodeiam a alimentação e o educador tem um papel importante para que esse conhecimento seja disseminado. “Os professores possuem importante papel, embora não exclusivo, na formação dos escolares, sendo profissionais estratégicos para realizar a educação alimentar e nutricional no ambiente escolar” (RAZUCK, 2011.p.4).

Para isso, é necessário entendermos que, em grande maioria, as grades curriculares durante o processo de formação profissionais não abrangem a temática AS, causando uma escassez de pessoas preparadas para abordagem desses conteúdos em sala de aula Bezerra (2015, p.121).

Por isso, projetos de pesquisas e extensão tem tido cada vez mais espaços dentro das escolas, pois auxiliam não só na abordagem com estudantes como também

proporcionam formações juntos aos professores. Segundo Camozzi (2015), para que a escola se torne um ambiente realmente promotor de escolhas alimentares mais saudáveis, faz-se necessário que os professores, pais e parceiros, outros profissionais que atuem na escola, se envolvam com o intuito de construir um currículo que contemple o tema alimentação saudável de forma transversal.

Para uma melhor abordagem de uma determinada temática escolhida é extremamente necessário que haja momentos teóricos e práticos, neste sentido, uma sequência didática é um conjunto de atividades ordenadas, estruturadas e articuladas para a realização de certos objetivos educacionais, que têm um princípio e um fim conhecidos tanto pelos professores como pelos alunos (ZABALA 1998, p.63).

Já a SDI, de acordo com Oliveira (2013), SDI é uma ferramenta didática nova que promove a construção e reconstrução de conceitos através do diálogo entre professor-aluno, utilizando o Círculo Hermenêutico-Dalético (CHD) que utiliza a dialogicidade, estando diretamente relacionada ao processo de interpretação entre pessoas, sendo construído e reconstruído dentro de uma visão do todo. Outros referenciais estão inseridos na proposta da SDI como a complexidade de Edgar Morin, Hermenêutica-Dialética de Gadamer e Dialogicidade baseia-se nos princípios Freireano.

Neste aspecto, vale ressaltar a SDI como ferramenta de fácil utilização e que permite maior abrangência de resultados, pois possibilita que os participantes possam participar de forma prática da construção da abordagem de determinadas temáticas. Em relação a educação, o professor pode desafiar aos estudantes a pensarem de acordo com seus conhecimentos prévios a definição daquilo que está sendo proposto. Esse método parte da ideia de que todos os seres são detentores de conhecimentos, compartilhando assim a responsabilidade entre as partes em relação a resolução de problemas. Sendo assim:

O Círculo Hermenêutico-Dalético é um processo de construção e reconstrução da realidade de forma dialógica através de um vai e vem constante (dialética) entre as interpretações e reinterpretações sucessivas dos indivíduos (complexidade) para estudar e analisar um determinado fato, objeto, tema e/ou fenômeno da realidade (OLIVEIRA, 2013, p.62.)

Para aplicação da SDI é necessário que haja algumas etapas, Segundo Oliveira (2012)

- 1) Definir o tema que deve ser trabalhado. Logo, entregar para cada aluno uma ficha e solicitar que cada aluno escreva o que entende sobre o tema; 2) Depois que cada estudante escrever o que entende pelo tema em estudo, deve-se dividir o grupo-classe em pequenos grupos. Uma vez formado esses grupos, solicitar aos estudantes que façam uma síntese dos conceitos que

foram construídos por cada participante é por cada participante para formar uma só definição. É importante a participação dos grupos para que seja construída somente uma síntese por grupo; 3) Na etapa seguinte é solicitado que cada equipe escolha um representante, e assim é formado um novo grupo somente com líder de cada equipe. O professor solicita que os líderes façam uma só síntese com base em todos os conceitos que foram sistematizados pelo grupo, formado com um representante de cada grupo; 4) A etapa final o professor discute com grupo-classe a dinâmica realizada para construção de conceito/definições e faz o fechamento da dinâmica através da veiculação e sistematização do conteúdo teórico de forma dialógica, do tema em estudo. Como a SDI é um processo dialético, a finalização dessa etapa resulta na construção de uma definição sobre o tem em estudo. (Oliveira, 2012, p.59)

Após a realização dessas etapas, o mediador necessita propor atividades para fechamento do tema, podendo ser criação de textos, relatórios ou pedindo para que os estudantes possam expor o conceito final da pergunta norteadora Oliveira (2012, p.59).

3 METODOLOGIA

3.1 Caracterização da pesquisa

Este trabalho trata-se de uma pesquisa qualitativa, que segundo Minayo (2001, p.22) abrange o universo de significados, motivos, aspirações, crenças, valores e atitudes, o que corresponde a um espaço mais profundo das relações, dos processos e dos fenômenos que não podem ser reduzidos à operacionalização de variáveis. Este trabalho busca proporcionar maior familiaridade com o problema, com vistas a torná-lo mais explícito ou a construir hipóteses, portanto, segundo Gil (2007) trata-se de pesquisa exploratória.

O trabalho foi realizado com uma pesquisa de campo traçando uma coleta de dados junto a pessoas utilizando recurso de diferentes tipos, se caracterizando-se como uma pesquisa-ação, de acordo com Thiollent (1988)

A pesquisa ação é um tipo de investigação social com base empírica que é concebida e realizada em estreita associação com uma ação ou com a resolução de um problema coletivo no qual os pesquisadores e os participantes representativos da situação ou do problema estão envolvidos de modo cooperativo ou participativo.

3.2 Etapas da pesquisa

3.2.1: Perfil da escola e professores.

Para início deste trabalho foi realizada uma visita junto a escola objetivando traçar o perfil da instituição. Para melhor proximidade foi realizado uma entrevista com o núcleo gestor. As perguntas não seguirão necessariamente uma ordem, foi realizada através de uma conversa, as respostas destes momentos foram anotadas em um caderno de campo para facilitar a compreensão. Durante este momento indagou-se acerca da quantidade de alunos e de professores, além disso, buscamos entender como é a alimentação dos estudantes dentro da escola, para isso perguntamos acerca da merenda escolar, pedimos para que fosse relatado se os estudantes consomem a alimentação oferecida pela escola ou trazem de casa.

Nesse diálogo de entrevista, foi perguntado acerca do cardápio, se a instituição seguia indicações de algum órgão. Também foi questionado sobre a temática AS trabalhada em sala de aula ou em algum projeto interdisciplinar. Questionamos também

sobre a alimentação dos professores, destacando a rotina dos profissionais, foi indagado se os mesmos sabiam definir e tinham uma alimentação adequada e saudável.

3.2.2 Elaboração, construção e etapas da formação

Após a visita a escola e traçar o perfil baseado nas características particulares da instituição de acordo com as respostas dadas durante a entrevista foi possível elaborar a metodologia que melhor se adequava a necessidade de conhecimentos sobre a temática AS.

Para atender a demanda da comunidade escolar sobre a temática AS utilizou-se a SDI, e para isso, foram realizadas reuniões com integrantes do projeto a fim de adaptar a metodologia.

A formação constituiu-se das seguintes etapas: 1- Apresentação do projeto AS integrantes; 2- Apresentação de slides sobre as boas práticas alimentares, os alimentos regionais e seus respectivos valores nutricionais; 3- Momento de discussão sobre a temática e interação com os participantes; 4- Apresentação e realização da SDI. A metodologia foi aplicada seguindo a seguintes ordens: Iniciou-se com a síntese das respostas individuais, respondendo à pergunta acerca da definição proposta, essas respostas foram escritas em um papel. Neste momento, participaram da formação oito professores, desta forma houve a formação de dois grupos cada um com quatro pessoas. Após a divisão dos grupos e a construção de uma definição geral dos participantes, os participantes escreveram uma segunda definição em outro papel. Por fim, elegeu-se um representante de cada grupo para a construção de uma definição final onde foi lida para os demais participantes. Todas as respostas das etapas foram recolhidas e estão descritas neste trabalho de *P1 a P8* e em relação as respostas dos grupos estão descritas como *G1 a G2*.

4 RESULTADOS

4.1 Etapas da pesquisa

4.2.1 Pesquisa de campo na escola

De acordo com o diálogo junto aos gestores das escolas durante a visita e a entrevista foi perceptível a preocupação em relação as questões alimentares. Segundo relatos, a escola adota um cardápio da Secretaria de Educação do Município, acresça-se ainda que os alimentos que deverão ser ofertados durante a semana seguem um cronograma afim de garantir que os estudantes tenham alimentos ricos e que possam oferecer benefícios para a saúde, dentre eles frutas, legumes e verduras. A Escola também proibiu a venda de alimentos externos dentro da instituição objetivando a garantia de que os alunos se alimentassem com a comida oferecida. Segundo informou os professores, era comum a venda de salgados e alimentos ultraprocessados durante o intervalo.

Ainda em relação a entrevista, ficou nítido que a temática sobre AS não costuma ser trabalhada pelos professores em suas disciplinas específicas, nem de forma interdisciplinar. Porém a escola se mostrou interessada e disponível para a realização das atividades relacionadas as boas práticas alimentares com estudantes e professores e reconhecem sua fundamental importância.

Demonstra-se a necessidade da escola adotar medidas para que seja trabalhado com frequência a temática, visto que é um espaço onde apresenta possibilidades para a construção de ideias e pensamentos acerca dos problemas sociais. Segundo Melo, Abreu e Araújo (2013) a escola tem o ambiente propício para a educação, aprendizagem e integralidades as atividades pedagógicas voltadas a alimentação e nutrição.

4.2.2 Execução da formação

Estiveram presentes na formação oito professores, a coordenadora e os membros do Projeto AS.

A formação iniciou com abordagem teórica, inicialmente foi apresentado o projeto (Figura1), as metodologias adotadas e os objetivos que norteou a formação.

Figura 1- Apresentação do projeto



Fonte- Arquivo pessoal

Em seguida, os alimentos regionais e as boas práticas alimentares foram abordadas dando ênfase aos depoimentos individuais dos professores referente aos desafios do cotidiano em preparo de alimentos devido ao curto espaço de tempo. Esses relatos comprovam que a alimentação sofre influências direta com o tempo que os profissionais levam em seu trabalho, acabando por muitas vezes consumir alimentos prontos como enlatados, comidas instantâneas ou comprando nos *fast-foods*. Segundo Lee *et al* (2013,p.4) “os consumidores que trabalham mais horas, gastam mais tempo no trânsito e desejam maximizar seu tempo de lazer cada vez mais limitado, optam por produtos e serviços que facilitem e se adequem à vida agitada”.

Em seguida, foi apresentado uma sequência de slides remetendo a SDI foi apresentado aos professores (Figura.2), objetivando levar o entendimento acerca da abordagem adotada. Após isso, apresentou-se uma questão norteadora aos participantes: o que significa ter uma alimentação saudável? Após este momento, cada professor escreveu sua resposta em um papel como indica a metodologia adotada.

Figura 2-Apresentação do conceito de SDI



Fonte- Arquivo pessoal

Neste espaço serão demonstradas as respostas dos professores dadas no momento da SDI acerca da definição de Alimentação Saudável.

Tabela 1- Respostas da primeira etapa da SDI sobre o conceito de AS

Código	Respostas
P1	Alimentação saudável é o indivíduo se alimentar de forma certa, consumindo proteínas, frutas, água entre outros.
P2	É a buscar se alimentar com nutrientes que nos faz bem.
P3	Alimentação saudável são aqueles alimentos que trazem benefícios para o nosso corpo.
P4	Ter o cuidado de buscar bons alimentos para se alimentar.
P5	É a forma no qual o ser humano trabalha sua alimentação periodicamente dentro de suas limitações de consumo.
P6	É quando o indivíduo se alimenta com todos os nutrientes saudáveis para o bem estar do corpo.
P7	Cuidar da alimentação é muito importante para uma vida melhor e bem estar.
P8	O indivíduo buscar alimentar seu corpo com frutas, legumes, verduras, beber bastante água, ingerir mais ovos, peixes e balancear sua dieta.

Fonte: Arquivo pessoal

Na fala do professor *P1*, destaca-se o consumo de proteínas, frutas, água entre outros. Uma boa alimentação está associada com as escolhas individuais de cada indivíduo. Segundo Adami (2016, p.97) “{...} a alimentação é um ato voluntário, depende da seleção de alimentos que cada indivíduo realiza, envolvendo práticas e hábitos alimentares que fazem parte da cultura de cada um.” Em relação a resposta dada pela professora, as frutas são de fundamental importância, segundo Ministério da Saúde(2014), “As frutas e vegetais são alimentos saudáveis, e auxiliam na ingestão de vitaminas, minerais e fibras, consequentemente promove prevenção de doenças. ”

Em relação as proteínas, de acordo com Friedman e Brandon (2001) “as proteínas são indispensáveis para o consumo humano, sendo assim, de acordo com sua composição, utilização e quantidade de aminoácidos, definirá seu valor biológico e nutricional.”

Em relação a fala do professor *P2*:

Segundo o Ministério da Saúde (2014), “Todos os nutrientes (macro e micronutrientes) são essenciais e cada um deles apresenta um papel fundamental para o organismo. Assim, nenhum nutriente é mais ou menos importante que o outro. Todos eles são necessários para garantir a nossa saúde. Desta forma, entende-se que os nutrientes, presente em alimentos garantem saúde para as pessoas e seu consumo é de extrema relevância.

Mas eis o questionamento: que nutrientes são esses? Segundo Sesc (2003, p.10), nutrientes são substâncias que estão presentes nos alimentos, e são utilizadas pelo organismo. Os nutrientes são: proteínas, carboidratos, gorduras, vitaminas e sais minerais.

A resposta dada pelo professor *P3* é coerente e se comprova com a afirmação de Monteiro e Costa (2004, p.22) “Uma boa alimentação é aquela que mantém o organismo em estado de saúde, ou seja, com osso e dentes fortes, peso e estatura de acordo com o biótipo do indivíduo, boa disposição, resistência às enfermidades, vontade de trabalhar e divertir-se, para isso se faz necessária uma dieta balanceada que contenha variados nutrientes com múltiplas funções.”

O professor *P4* ressalta o cuidado em relação aos alimentos. Esse cuidado pode estar relacionado na escolha dos alimentos, mas também pode ser entendido como o cuidado com a higienização. Segundo o Ministério da Saúde (2014)

Na hora de escolher e consumir um alimento, não é só o valor nutritivo que conta. É muito importante observar as condições de

higiene em que ele se encontra. Caso contrário, o alimento pode contribuir para o aparecimento de doenças ou até mesmo a morte. Ministério da Saúde (2014, p.13).

Neste sentido, entende-se como bons alimentos aqueles que oferecem benefícios diretos para nosso organismo.

Em relação a resposta do professor *P5*, cuidar da alimentação é algo constante, o Ministério da Saúde (2014) diz através da Pirâmide Alimentar seleciona o grupo dos alimentos que devem ser consumidos diariamente, segundo aponta são eles: grupo dos pães, massas, grupos das frutas, verduras e legumes. Ainda em relação a resposta dada, é válido destacar a questão sobre o limite de consumo de alguns alimentos. Para isso a PA também pode auxiliar, pois destaca o consumo moderado de grupos de alimentos como os açúcares e gorduras.

Sobre a resposta do professor *P6*, as boas práticas alimentares auxiliam no bem estar e no bom funcionamento do organismo e tem papel importantíssimo na garantia de saúde. Segundo o Ministério da Saúde (2014) “Uma boa alimentação tem um papel fundamental na prevenção e no tratamento de doenças.”

De acordo com a respostas do professor *P7* remete à alimentação como característica necessária para o bem-estar. De fato, uma das características das boas práticas alimentares é proporcionar bem estar aos indivíduos, e bem estar está associado com saúde como afirma a Organização Mundial da Saúde (OMS,2022).

Finalizando o ciclo de respostas individuais utilizando a SDI, o professor *P8* destacou o consumo de ovos e de todos os recursos saudáveis.

Segundo Griffin, (2016) “É uma fonte rica em proteínas de alto valor biológico, gorduras insaturadas, vitaminas lipossolúveis (principalmente vitamina A e E), vitamina B12 e componentes antioxidantes”. Porém, encontra-se próximo ao topo na PA, isso significa que o consumo deve ser de forma moderada. Um estudo realizado Novello et al (2006) aponta pesquisas relacionadas o consumo de ovos diariamente. Segundo os dados dessa pesquisa, o consumo de ovos em excesso pode ser relacionado com doenças cardiovascular, no entanto os dados ainda não são suficientes para uma conclusão com afirmações mais precisa, no entanto serve de alerta para que as pessoas tenham cuidado acerca da quantidade na ingestão de alimentos durante o dia.

As respostas seguintes foram construídas em grupos, os participantes debateram a ideia da definição sobre a temática e propuseram a construção conjunta daquilo que seria a resposta que abrangeria todos os significados e ideias dadas durante o primeiro momento. Os grupos serão identificados como *G1* e *G2*.

Tabela 2- Respostas dos grupos referentes a segunda etapa da SDI.

Código	Respostas
G1	Alimentação saudável são aqueles que trazem benefícios para o nosso corpo.
G2	É a forma no qual o ser humano trabalha sua alimentação periodicamente dentro de suas limitações de consumo. Introduzir alimentos com todos os recursos saudável. Exemplo: carboidratos, proteínas, legumes, frutas etc.

Fonte: Arquivo pessoal

As respostas dadas nessa etapa assemelham-se com outras já destacadas, e isso se justifica pela junção de pensamento acerca da definição construída, partindo do pressuposto de respeitar as colocações individuais e assumir uma definição final que abordassem justamente os pensamentos outrora defendidos.

No entanto, percebe-se a diferença entre as duas respostas. O grupo *G2* acrescentou na definição final algumas outras palavras, dando sentindo e embasando sua ideia. Mostra que de fato houve maior debate e participação dos membros envolvidos, enquanto o grupo *G1* basicamente repetiu a definição outrora já utilizada.

As respostas defendem o conceito de alimentação saudável baseada nas escolhas de alimentos que trazem benefícios para o corpo e na constância das boas práticas alimentares.

Segundo Ednei et al (2016, p.12) {...} a prática alimentar saudável, visando um melhoramento na qualidade de vida, é uma constante que necessita ser construída e reforçada todos os dias.

Seguindo as etapas da SDI, os participantes desta formação tiveram que eleger um líder de cada grupo para então construir uma definição final da dinâmica.

Tabela 3-Resposta final da SDI

Resposta final
É a forma no qual o ser humano trabalha sua alimentação periodicamente dentro de suas limitações de consumo. Introduzir alimentos com todos os recursos saudável. Exemplo: carboidratos, proteínas, legumes, frutas etc.

Fonte: Arquivo pessoal

A resposta final foi escolhida entre as que já haviam sido apresentados, segundo os participantes a definição final da SDI apontando as discussões nos grupos estava bem representada.

Por fim, o momento foi encerrado com depoimentos acerca da construção das definições e suas avaliações de forma oral e aberta acerca da metodologia utilizada.

Neste sentido, se observa que ao passar de uma resposta a outra, o conceito de AS vai ganhando mais clareza e elementos que facilitam sua compreensão e entendimento, destacando aqui que essas definições não precisam necessariamente de um embasamento nas respostas dadas anteriormente, mas permite liberdade nas construções de seus próprios pensamentos. Oliveira (2013) mostra que o CHD (Círculo Hermenêutico-dialético) se constitui em uma ferramenta complexa, enquanto exige do pesquisador um trabalho interativo entrelaçado a dialogicidade e a dialética das falas do pesquisador.

[...] este procedimento perpassa pelos três momentos do método dialético: tese, antítese e síntese. Neste processo, entenda-se como tese, a realidade em estudo; a antítese reflete as contradições desta realidade e a síntese resulta da nova percepção da realidade estudada, construída e reconstruída em seu movimento, em suas contradições. Realidade esta, que pode novamente ser estudada e reconstruída em uma sucessão de fatos que se entrelaçam, de forma sucessiva e infindável (OLIVEIRA, 2013, p.55).

Para se atingir uma compreensão da temática foi trabalhado a educação alimentar e desenvolvido dinâmica a partir de uma pergunta norteadora. Referente ao primeiro objetivo, os professores participantes da formação demonstraram maior entendimento acerca da temática abordada a partir de explicação sobre as boas práticas alimentares, onde foi ressaltado a importância dos alimentos regionais como forma de garantia de acessibilidade dos alimentos onde se destacou os benefícios para o organismo.

Essa metodologia se destaca pela facilidade em sua aplicação e os resultados que são alcançados, remete reflexões e permite debates e construções coletivas de determinadas temáticas, dessa forma o entendimento do que está proposto pode ser maior e o momento se torna mais interativos.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este trabalho pretendeu investigar as contribuições da SDI para o tema alimentação saudável na formação continuada de professores além de promover discussões acerca do tema alimentação saudável com professores a partir da SDI.

A partir das experiências relatadas, ficou perceptível que a educação é um campo onde permite a abordagem de diversas questões sociais e que mediante as escolhas metodológicas é possível propagar AS dentro das instituições, seguindo o pressuposto de ajudar os educadores, levando formação ou possibilitando momento para que seja trabalhado conteúdos que não foram base para sua formação.

A SDI contribuiu diretamente com os professores através da formação pois é uma metodologia replicável a partir da temática AS ou outras temáticas, além de permitir maior entendimento do que foi trabalhado.

Sendo assim, pôde-se propagar a temática colocando o professor como participante necessário, mas partilhando a responsabilidade para outras partes que compõe a escola, ressaltando que as novas metodologias devem ser aceitas desde que os objetivos traçados contribuam de forma direta para a educação e a vida dos que compõe esse espaço.

Em pesquisas futuras onde a temática abordada se assemelhe com esta obra, pode-se aplicar a metodologia em mais escolas, afim de entender como a AS é entendida em um espaço maior, tendo dados mais precisos. Além disso a metodologia pode ser adaptada e trabalhada com estudantes, para que seja possível entender a visão dos mesmos em relação ao tema abordado.

Esse trabalho se torna um importante material para estudos e contribui diretamente acerca do entendimento sobre a aplicação de uma SDI em relação a temática AS.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRAFICAS

ALMEIDA, G. M. **Ações de educação alimentar e nutricional no Programa Nacional de Alimentação Escolar**. 2014. 143 f. Dissertação (Mestrado em Nutrição e Saúde) - Universidade Federal de Goiás, Goiânia, 2014. Disponível em: <http://repositorio.bc.ufg.br/tede/handle/tede/4261>. Acesso em: 23 out 2023.

ADAMI, Fernanda Cherer., CONDE, Simara Rufatto. **ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO NOS CICLOS DA VIDA**, 1ªEd. Lajeado, Rs: UNIVATES, 2016.

BEZERRA, Kátia Francielly; CAPUCHINHO, Laura Caroline Ferreira Mendes; PINHO, Lucinéia. Conhecimento e abordagem sobre alimentação saudável por professores do ensino fundamental. **DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde**, [S. l.], v. 10, n. 1, p. 119–131, 2015. DOI: 10.12957/demetra.2015.13182. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/demetra/article/view/13182>. Acesso em: 21 out. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira: promovendo a alimentação saudável**. 2014. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf Acesso em 23 out 2023.

PORTUGUÊS, Jean. “Brousseau, G. (1998). Teoria das situações didáticas (Textos coletados e elaborados por Nicolas Balacheff, Martin Cooper, Rosamund Sutherland, Virginia Warfield). Grenoble: Pensamento Selvagem. **Revista de Ciências da Educação**, v. 26, n.2, 2000, p. 470–472. <https://doi.org/10.7202/000137ar>. Disponível em: <https://id.erudit.org/iderudit/000137ar>. Acesso em: 15 out 2023.

DIAS, F. R. N. E; CICILLINI, G. A. Pela narrativa dialógica... Os movimentos de constituição de formação de professores a partir do interior da escola. **25ª ANPED**. Pôster. Disponível em: <http://25reuniao.anped.org.br/tp25.htm> . Acesso em: 08 nov. 2023.

FONSECA, J. J. S. da; MORAES, A. M. da. Metodologia da Pesquisa Científica. 1. ed. Sobral, 2017.

Disponível em: https://dirin.s3.amazonaws.com/drive_materias/1649850285.pdf
Acesso em: 28 set 2023.

FRIEDMAN, M.; BRANDON, D.L. **Nutritional and health benefits of soy proteins.** Journal of Agriculture and Food Chemistry, v. 49, n.3, p. 2001.

GERMANO, M.I.S.; GERMANO, P.M. **Sistema de Gestão de qualidade e segurança dos alimentos.** 1ªEd. Barueri, S.P: Manole, 2013.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa.** 4. ed. São Paulo: Atlas, 2007.

GRIFFIN, B. A. **Ovos: bons ou ruins?** In: CONFERÊNCIA SOBRE 'O FUTURO DOS PRODUTOS DE ORIGEM ANIMAL NA DIETA HUMANA: PREOCUPAÇÕES DE SAÚDE E AMBIENTAIS, 75 (3), 2016. Reino Unido. **Anais da sociedade de nutrição.** doi:10.1017/S0029665116000215.
Disponível em: <https://doi.org/10.1017/S0029665116000215> . Acesso em: 08 out 2023.

LEE, J.Y; LIN, B.H. Um estudo da demanda por alimentos de conveniência. **Jornal de Marketing de Produtos Alimentares**, Chicago 2012. (1), 1–14.
<https://doi.org/10.1080/10454446.2013.739120>. Disponível em:
<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/10454446.2013.739120>. Acesso em: 15 set 2023.

MELO, E. A.; ABREU, F. F.; ARAÚJO, M. I. O.. A nutrição e alimentação saudável em aulas de Ciências: Percepções de alunos do 8º ano do ensino fundamental. **Scientia Plena**, Sc, v. 5, n. 9, p.1-9, 2013. Mensal. ISSN: 1808-2793. Disponível em: <<https://www.scientiaplenua.org.br /sp/article/view/511>>. Acesso em: 22. Ago. 2023.

MONTEIRO, C.A. *et al.* Uma nova classificação de alimentos baseada na extensão e finalidade do seu processamento. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 26, n. 11, p. 2039-2049, 2010. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0102-311X2010001100005>.
Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/fQWY8tBbJkMFhGq6gPzsGkb/?lang=en>. Acesso em: 20 Ago 2023.

MINAYO, Maria Cecília de Souza (org.). **Pesquisa Social. Teoria, método e criatividade.** 18ª ed. Petrópolis: Vozes, 2001.

NICO MONTEIRO, P. H.; BERTAZZI LEVY-COSTA, R. Alimentação saudável e escolas: possibilidades e incoerências. **Boletim do Instituto de Saúde - BIS**, São Paulo, n. 32, p. 22–22, 2004. Disponível em: <https://periodicos.saude.sp.gov.br/bis/article/view/37962>. Acesso em: 21 out. 2023.

NOVELLO, Daiana; *et al.* Conceitos, análises e controvérsias na saúde humana. **ALAN**, Caracas, v.56, n.4, pp.315-320, 2006. Disponível em: https://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0004-06222006000400001

OLIVEIRA, Maria Marly de. Complexidade, dialogicidade, círculo hermenêutico no processo de pesquisa e formação de professores. In: ENCONTRO NACIONAL DE PESQUISA EM EDUCAÇÃO EM CIÊNCIAS, 8, 2011, Campinas. **Anais do VIII ENPEC[...]**. Campinas: ABRAPEC, 2012 p.1-13. Disponível em: https://abrapec.com/atas_enpec/viiienpec/resumos/R0307-1.pdf. Acesso em 19 Out 2023.

OLIVEIRA, Maria Marly de. **Sequência didática interativa no processo de formação de professores**. 1ª edição. Petrópolis, RJ: Vozes, 2013.

Organização Mundial da Saúde. Promover la preparación y respuesta en materia de salud mental para las emergencias de salud pública [Internet]. **148ª Sessão do Conselho Executivo da OMS**; 19 de janeiro de 2021; Genebra. Genebra: OMS; 2021 (Decisão EB148[3]) [consultado em 22 de novembro de 2023]. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240036703>

OLIVEIRA, Berlania Miranda Santos de; *et al.* Hábitos Alimentares Relacionados ao Desenvolvimento de Doenças Cardiovasculares em Adolescentes. **UNICIÊNCIAS**, [S. l.], v. 19, n. 1, 2015. Disponível em: <https://doi.org/10.17921/1415-5141.2015v19n1p%25p> Acesso em: 11 Set 2023.

PHILIPPI, S. T. **Pirâmide dos alimentos. Fundamentos básicos da nutrição**. Barueri: Manole, 2008.

RAZUCK, R. C. S. R.; FONTES, P. G.; RAZUCK, F. B. **A Influência do Professor nos Hábitos Alimentares**. In: ENCONTRO NACIONAL DE PESQUISA EM EDUCAÇÃO E CIÊNCIA, 8., 2011, São Paulo. Anais... São Paulo: 2011. p. 1-9.

Disponível em: file:///C:/Users/caval/Downloads/silo.tips_a-influencia-do-professor-nos-habitos-alimentares-the-influence-of-the-teacher-in-eating-habits.pdf . Acesso em: 07 nov. 2023.

Sesc. **Departamento Nacional. Guia do Programa Mesa Brasil Sesc / Sesc, Departamento Nacional.** – Rio de Janeiro: Sesc, Departamento Nacional, 2016. Disponível em: https://mesabrasil.sescsp.org.br/wp-content/uploads/2019/05/manual_nocoas.pdf

ZABALA, Antoni. **A prática educativa:** como ensinar. Porto Alegre: Artmed, 1998.