



9º Seminário de Extensão

EDUCAÇÃO NUTRICIONAL NO AMBIENTE ESCOLAR: A BRINCADEIRA COMO ESTRATÉGIA DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR

Autor(es)

RODRIGO PINHEIRO PIZZELLI

Orientador(es)

Carla Maria Vieira

Apoio Financeiro

FAE

1. Introdução

A educação nutricional efetiva deve permitir à construção de sujeitos autônomos e críticos, favorecendo o desenvolvimento de práticas conducentes à saúde.

A educação nutricional necessita ser humanizada, buscando a reflexão do indivíduo, trazendo em sua consciência de que é ele próprio o transformador da sua realidade. Para isso é preciso que haja um projeto pedagógico personalizado e de desalienação, seja para abordagem individual ou coletiva. Todo esse processo é baseado na aprendizagem significativa e participativa (GAZZINELLI, et al. 2006).

O projeto de educação nutricional deve ser construído com os próprios educandos, deixando de fazer um falar de cima para baixo, fugindo da figura do dono da verdade. É preciso falar com e não falar para, para construir uma relação mais humanizada e próspera na construção do conhecimento mútuo (GAZZINELLI, et al. 2006).

A educação nutricional desenvolvida com crianças deve seguir os mesmos princípios já relacionados. Mas pode envolver a criança no seu mundo de fantasias, e relacionar os conhecimentos discutidos na sua prática e a partir do seu cotidiano/vivência. Essa conversa, trabalhada a partir da vivência da criança, propiciará construir e modificar conhecimentos na busca da prática da alimentação e hábitos de vida saudável (GAZZINELLI, et al. 2006).

Estudos realizados com crianças e adolescentes não têm mostrado relação entre conhecimento de nutrição e obesidade. Foi mostrado que o nível de conhecimentos em nutrição é maior nas crianças obesas. Elas possivelmente se interessam e são mais passíveis de receberem informações sobre o assunto do que seus colegas, em função de sua condição. No entanto, este maior conhecimento em nutrição não teve efeitos sobre o seu estado nutricional. Segundo estudos de intervenção que utilizaram como uma das estratégias a educação nutricional nas escolas houve apenas o aumento dos conhecimentos e a melhora de algumas

atitudes e práticas alimentares (TRICHES e GIUGLIANI, 2005).

2. Objetivos

Nosso objetivo foi desenvolver atividades educativas, com crianças da 1^o série do ensino fundamental da escola Thales Castanho de Andrade, utilizando método de educação popular com apoio da pesquisa participante, para conhecimento da cultura alimentar dessa comunidade.

3. Desenvolvimento

A metodologia que esse projeto se baseou foi da pesquisa participante, educação popular e problematizadora.

A educação popular não é realizada para o povo, e sim, com o povo, com o fim de promover a educação, no caso educação na promoção da saúde, às camadas populares para sua libertação e autonomia na busca de sua própria saúde. Dessa forma é também desenvolvida a pesquisa participante com o intuito de envolvimento e integração do bolsista na comunidade trabalhada (STOTZ, 2005).

Sabemos que para haver transformação da realidade é necessário conhecê-la, desta forma foi realizada a pesquisa participativa (BRANDÃO, 1986).

A pesquisa participativa está intimamente ligada à educação popular, por essa pesquisa ser com o pesquisado e não sobre o pesquisado, ou seja, há uma interação na busca do conhecimento e transformação da realidade. Esta não produz uma ciência neutra, e sim, conhecimento libertador. O conhecimento produzido é compartilhado entre o pesquisado, para que o próprio possa mudar sua história (BRANDÃO, 1986).

Citando Paulo Freire (1996, p.32), pesquiso para constatar, constando, intervenho, intervindo educo e me educo.

Assim, iniciamos as atividades com uma conversa com a Unidade de Saúde da Família Serra Verde, nossa parceira, sobre as necessidades que o bairro apresentava, foram referidas a falta de higiene e a necessidade de se conhecer um pouco da cultura alimentar das crianças. Com isso, foi desenvolvido um questionário, que foi aplicado pelos professores em sala de aula, envolvendo questões relacionadas a: hábitos alimentares da família em feriados e dias festivos; principais verduras, frutas e legumes consumidos pela família; locais onde a família costuma comprar os alimentos; presença de horta no bairro de sua residência e sua produção; região da origem familiar.

Após essa pesquisa, foi feita a tabulação dos dados e entregue aos professores dos escolares para que os mesmo vissem, quais alimentos poderiam ser trabalhados com as crianças, partindo da sua realidade, estudada na pesquisa. Também foram realizadas atividades educativas diretamente com os escolares com o objetivo de trabalhar dois conceitos, alimentação saudável colorida e higiene pessoal, para isso, foi pensada e conversada com a comunidade escolar a realização de atividades lúdicas e dinâmicas, sabendo que essa é a forma da criança poder fazer um diálogo significativo com a realidade.

4. Resultados

Com a pesquisa conseguimos fazer algumas descobertas da cultura alimentar da comunidade escolar, estão aqui expressadas em gráficos.

Os resultados mostrados na Figura 1 são referentes aos principais alimentos citados, é evidente que houve outras respostas com frequência menor, que não foram apresentadas. Podemos observar a existência de variedade interessante de alimentos citados, mas sabemos que estes, geralmente, não são consumidos diariamente, e que crianças apresentam resistência ao seu consumo. Por isso é necessária intervenção educativa para estímulo do consumo de frutas, legumes e verduras. Esses dados subsidiaram a ênfase dos alimentos coloridos, tema de uma das atividades educativas.

Outro resultado interessante de se observar são os alimentos ingeridos em datas comemorativas e reuniões familiares (Figura 2).

A Tabela 2 mostra preferência acentuada de macarrão, isso também foi observado nas atividades

educativas, pois os escolares diziam e referiam bastante sobre o consumo de macarrão quando a atividade era desenhar alimentos.

Todos os resultados obtidos da pesquisa participativa foram também entregues para o próprio professor dos escolares, incluindo sugestões de atividades para que eles pudessem trabalhar com as crianças e darem continuidade ao trabalho desenvolvido.

As atividades educativas foram realizadas em três momentos, envolvendo três diferentes atividades: 1ª experiência do osso no refrigerante em comparação ao suco natural; 2ª alimentação colorida; 3ª higiene das mãos.

A primeira atividade foi da introdução do osso no refrigerante e outro osso separadamente em copo de suco natural, o resultado é um osso deteriorado no refrigerante, oposto ao osso conservado do suco. Essa atividade trouxe de forma concreta os malefícios dos refrigerantes e junk food's, diferentemente do ensino de forma abstrata e científica de relatar uma série de conseqüências danosas ao nosso organismo no consumo excessivo desses alimentos. Sabemos que a criança nessa idade está em fase de que é capaz do raciocínio e compreensão subjetiva, ainda que nos limites do concreto, ou seja, a criança é educada efetivamente quando se é trabalhado no plano manipulatório, apesar dela já estar desenvolvendo seu raciocínio lógico (POLETTTO, 2005).

A segunda atividade, em conjunto da primeira, foi da alimentação colorida e natural, mostrando o suco em relação ao refrigerante fazendo a observação do suco com cor mais viva e intensa, estimulando a pensarem em uma alimentação colorida e variada com alimentos naturais e não fabricados com cores de mentira, como o refrigerante. Essa atividade teve como princípio a forma lúdica de atividade educativa, pois, a criança através da brincadeira forma vínculos essenciais na construção do conhecimento, sendo que a criança internaliza sua realidade por meio da simbolização. O brincar se faz um prazer funcional, fazendo-se oportunidade de melhora e domínio, que auxiliará no desenvolvimento da criança (POLETTTO, 2005).

A terceira atividade teve como princípio a atividade prática e concreta, semelhante à primeira atividade. Iniciamos escolhendo seis crianças aleatoriamente, sendo três do sexo feminino e três do sexo masculino, pintamos as mãos das crianças escolhidas, com tinta guache de cor preta ou marrom (não tóxica). Após a pintura das mãos vendamos as crianças escolhidas para lavarem as mãos, depois da lavagem foi tirado sua venda e mostrado, para ela e a classe, a presença de tinta nas suas mãos e a falta de lavagem correta, após essa primeira parte, sentamos em círculo com as crianças no pátio da escola para ensinar a lavar as mãos de forma correta.

Todas as atividades educativas foram feitas de forma dinâmica, lúdica, concreta e participativa.

Foi relacionado a esse trabalho alguns princípios da forma de educação problematizadora (libertadora) baseada em Paulo Freire, em união com as especificidades da fase infantil. Pois, trabalhamos com a construção do conhecimento em conjunto, por descoberta, não sendo imposto nosso conhecimento. Foi praticada a pesquisa em forma de experimento do osso e da higiene das mãos, pois, a construção do conhecimento exige pesquisa. Todas as atividades foram abertas ao diálogo com perguntas, questionamentos, estímulos ao raciocínio, com todas as crianças podendo expressar-se quanto suas expectativas e dúvidas nas atividades (FREIRE, 1996).

5. Considerações Finais

Esse trabalho nos abriu caminho a pensarmos uma forma bastante interessante e complexa de educação nutricional, misturando coerentemente a visão da psicologia em que nos define algumas especificidades da fase infantil, a pedagogia baseada em Paulo Freire, e aponta algumas estratégias apropriadas para educação, sendo elas a lúdica e manipulação do concreto.

A prática do lúdico entre as crianças possibilita que estas manipulem e interiorizem efetivamente a realidade em forma de símbolos.

A manipulação do concreto se justifica pelo fato de que as crianças estão em desenvolvimento do raciocínio lógico, e ainda, necessitam da manipulação concreta dos objetos, para facilitar o processo de aprendizagem.

A pesquisa participativa foi essencial para inclusão do bolsista na comunidade e conhecê-la, na busca da sua transformação em comunhão a comunidade escolar.

No conjunto dessas estratégias foram usados como base os princípios da educação problematizadora, ou

seja, no diálogo, educação com troca de conhecimentos, estímulo da pesquisa e construção do conhecimento, reflexão, trabalhando de forma dinâmica a teoria e a prática (FREIRE, 1996).

A lúdica e a manipulação do concreto estimulam a criatividade e imaginação, importantes na formação de sujeitos críticos e transformadores da própria realidade.

Referências Bibliográficas

BRANDÃO, Carlos R.; **Pesquisa Participativa**. São Paulo, Editora Brasiliense, p. 252, 6ª edição, 1986.

FREIRE, Paulo; **Pedagogia da Autonomia: Saberes Necessários à Prática Educativa**. Editora Paz e Terra, 16ª edição. São Paulo, 1996.

GAZZINELLI, Maria Flávia; REIS, Dener C. dos; MARQUES, Rita de Cássia; **Educação em Saúde: Teoria, Método e Imaginação**. Editora, UFMG. Belo Horizonte. 2006.

POLETTO, Raquel, C., **A Ludicidade da Criança e sua Relação com o Contexto Familiar**. Revista Psicologia em Estudo. Maringá, p. 67-75, jan/abr. 2005.

TRICHES, Márcia Rozane; GIUGLIANI, Elsa Regina Justo. **Obesidade, Práticas Alimentares e Conhecimentos de Nutrição em Escolares**. Revista Saúde Pública, 2005.

STOTZ, Eduardo Navarro. **A educação popular nos movimentos sociais da Saúde**: Revista: Trabalho, educação e saúde, p.9-30, 2005.

Uma análise de experiências nas décadas de 1970 e 1980.

Anexos

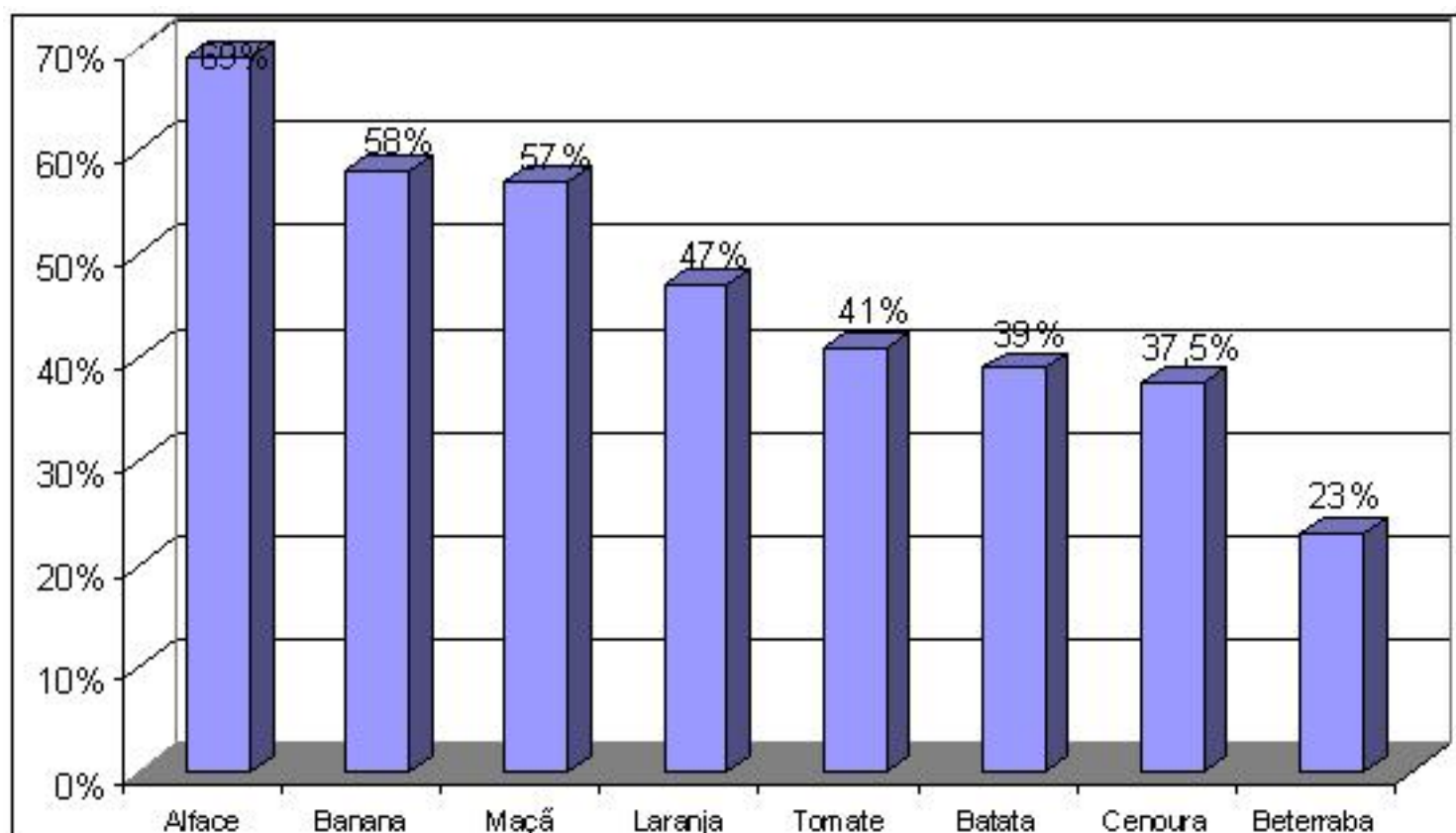


Figura 1: Principais alimentos consumidos pelas famílias pesquisadas.

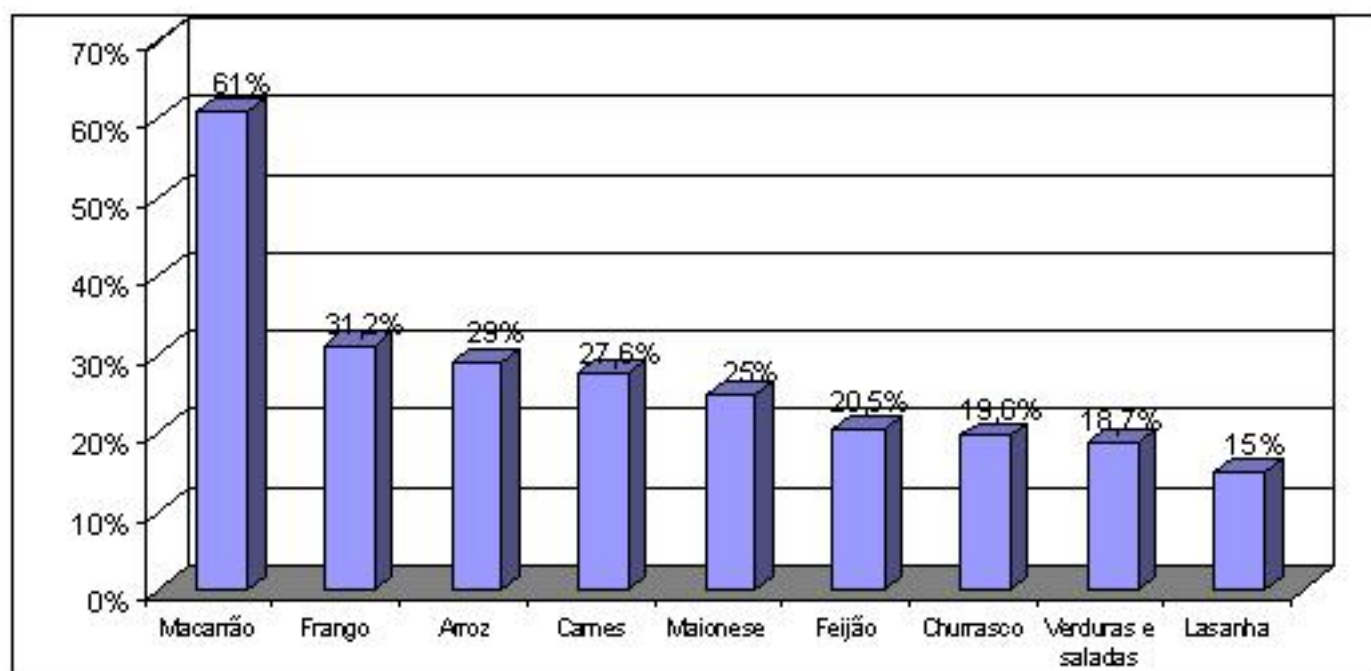


Figura 2: Frequência dos alimentos ingeridos em datas comemorativas.