

UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO
CENTRO ACADÊMICO DE VITÓRIA
CURSO DE GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO

ELIANDERSON EMANOEL MONTEIRO DE MELO

**EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL E A POESIA PARA A PROMOÇÃO
DE HÁBITOS ALIMENTARES SAUDÁVEIS EM UMA ESCOLA NO MUNICÍPIO
DE ESCADA/PE**

Vitória de Santo Antão

2019

UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO
CENTRO ACADÊMICO DE VITÓRIA
CURSO DE GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO

ELIANDERSON EMANOEL MONTEIRO DE MELO

**EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL E A POESIA PARA A PROMOÇÃO
DE HÁBITOS ALIMENTARES SAUDÁVEIS EM UMA ESCOLA NO MUNICÍPIO
DE ESCADA/PE**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao
Colegiado do Curso de Graduação em Nutrição
do Centro Acadêmico de Vitória da Universidade
Federal de Pernambuco em cumprimento a
requisito parcial para obtenção do grau de
Bacharel em Nutrição, sob orientação da Profª
Juliana Souza Oliveira.

Vitória de Santo Antão
2019

Catálogo na fonte
Sistema de Bibliotecas da UFPE - Biblioteca Setorial do CAV.
Bibliotecária Giane da Paz Ferreira Silva, CRB-4/977

M528e Melo, Elianderson Emanuel Monteiro de.
Educação alimentar e nutricional e a poesia para a promoção de hábitos alimentares saudáveis em uma escola no município de Escada/PE/Elianderson Emanuel Monteiro de. - Vitória de Santo Antão, 2019.
67 folhas: il. fotos

Orientadora: Juliana Souza Oliveira.
TCC (Graduação) - Universidade Federal de Pernambuco, CAV, Bacharelado em Nutrição, 2019.
Inclui referências, anexos e apêndices.

1. Educação alimentar e nutricional. 2. Alimentação saudável. 3. Hábitos alimentares - Poesia. I. Oliveira, Juliana Souza (Orientadora). II. Título.

613.2 (23. ed.) **BIBCAV/UFPE-002/2020**

ELIANDERSON EMANOEL MONTEIRO DE MELO

**EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL E A POESIA PARA A PROMOÇÃO
DE HÁBITOS ALIMENTARES SAUDÁVEIS EM UMA ESCOLA NO MUNICÍPIO
DE ESCADA/PE**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado
ao Curso de Bacharelado em Nutrição da
Universidade Federal de Pernambuco, Centro
Acadêmico de Vitória, como requisito para a
obtenção do título de Bacharel em Nutrição.

Aprovado em: 19 de dezembro de 2019.

BANCA EXAMINADORA

Prof.^a Dra. Juliana Souza Oliveira (Orientador)
Universidade Federal de Pernambuco

Prof.^a Dra. Sandra Cristina da Silva Santana (Examinador Interno)
Universidade Federal de Pernambuco

Nathalia Barbosa de Aquino (Examinador Externo)
Universidade Federal de Pernambuco

AGRADECIMENTOS

Gostaria de agradecer primeiramente a minha professora orientadora Juliana Souza, que muito auxiliou com satisfação e sem pensar duas vezes na concretização das ideias aqui expressas para a elaboração do TCC. Quero expressar toda a minha admiração pela sua forma de trabalho da qual serve como inspiração.

Aos meus pais Edcarlos e Mônica, ao que sempre estiveram ao meu lado apoiando e sempre acreditando em todos os momentos de que meus sonhos tornar-se-iam realidade, dando motivação para que todo cansaço seria compensado no futuro.

Agradecer a todos os meus amigos e companheiros que me ajudaram e confiaram no meu potencial durante toda trajetória do curso, devo muito a todos vocês.

“Poeta não é somente o que escreve.
É aquele que sente a poesia, se extasia sensível ao achado de uma rima à autenticidade de um verso.”

(Cora Coralina)

RESUMO

A alimentação é uma das necessidades fundamentais do ser humano, por proporcionar um bom desenvolvimento, não apenas no aspecto físico, sobretudo nas dimensões intelectual e social. Os hábitos alimentares na adolescência geralmente são caracterizados por consumo elevado de alimentos processados e ultraprocessados, ricos em gorduras, açúcares, calorias e alto teor de sódio. Nesse contexto, torna-se indispensável no processo do ensino fundamental a abordagem nutricional de modo integrativo para a prevenção e cuidado das doenças crônicas não transmissíveis e deficiências nutricionais. Desse modo, o presente estudo teve como objetivo desenvolver, com o uso da poesia, atividades de educação alimentar e nutricional na escola Monsenhor João Rodrigues de Carvalho do município de Escada/PE. Para tal foi realizado um diagnóstico do perfil comportamental de cada discente matriculado no 2º ano do ensino médio, a partir da aplicação de um questionário *on-line* sobre consumo e comportamento alimentar e uma entrevista sobre contato, compreensão e desenvolvimento de poemas. Após o diagnóstico foram realizadas atividades de educação alimentar e nutricional (EAN), duas vezes semanais, onde foram realizados debates utilizando poesia como metodologia de ensino, a fim de estimular o processo criativo do aluno ao aprender, entender e explicar a poesia como um método para compreender alimentação saudável. O estudo foi composto por 40 estudantes, na faixa entre 15 e 18 anos. Com relação ao estado nutricional, 7% dos estudantes apresentaram desnutrição e 4% risco de sobrepeso, apesar disso, 89% apresentam uma nutrição de boa qualidade. Quanto ao número de refeições por dia, 8% só realizam duas refeições, sendo que o ideal é ao menos três refeições por dia. Quando questionados sobre a facilidade de ler um texto poético, 50% relataram sentir dificuldades na leitura. Foi possível observar que os alunos foram bem participativos e estavam estimulados a se envolver em atividades que evitam o modelo tradicional de ensino. Quanto a realização das atividades de EAN nesse espaço escolar, constatou-se que as mesmas puderam contribuir para a sensibilização e importância da alimentação saudável e sustentável para a saúde e o meio ambiente além de verificar que a poesia foi uma estratégia importante para formação e consolidação do aprendizado em EAN.

Palavras Chaves: Educação Alimentar e Nutricional. Poesia. Conhecimento. Adolescência.

ABSTRACT

Food is one of the fundamental needs of the human being, as it provides a good development, not only in the physical aspect, especially in the intellectual and social dimensions. Adolescent eating habits are generally characterized by high consumption of processed and ultra-processed foods high in fat, sugars, calories and high sodium content. In this context, the integrative nutritional approach for the prevention and care of chronic noncommunicable diseases and nutritional deficiencies becomes indispensable in the elementary school process. Thus, the present study aimed to develop with the use of poetry activities of food and nutrition education at Monsenhor João Rodrigues de Carvalho school in Escada /PE. To this end, a behavioral profile was diagnosed for each student enrolled in the second year of high school, through the application of an online questionnaire on consumption and eating behavior and an interview about contact, understanding and development of poems. After the diagnosis, twice weekly food and nutrition education (EAN) activities were carried out, where debates were held using poetry as a teaching methodology in order to stimulate the student's creative process by learning, understanding and explaining poetry as a method. to understand about healthy eating. The study consisted of 40 students, aged 15 to 18 years. Regarding nutritional status, 7.0% of students had malnutrition and 4.0% risk of overweight, although 89.0% had good quality nutrition. Regarding the number of meals per day, 8.0% only have two meals, and the ideal is at least three meals a day. When asked about the ease of reading a poetic text, 50.0% reported having difficulty reading. It was observed that the students were very participative and were encouraged to engage in activities that avoid the traditional teaching model. As for the performance of the EAN activities in this school space, it was found that they could contribute to the awareness and importance of healthy and sustainable eating for health and the environment, besides verifying that poetry was an important strategy for formation and consolidation. of learning in EAN.

Keywords: Food and Nutrition Education. Poetry. Knowledge. Adolescence.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	8
2 OBJETIVOS	11
2.1 OBJETIVO GERAL	11
2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	11
3 JUSTIFICATIVA	12
4 REVISÃO DA LITERATURA	13
4.1 TRANSIÇÃO NUTRICIONAL E ESTADO NUTRICIONAL DE ADOLESCENTES	13
4.2 EAN COMO ESTRATÉGIA PARA PROMOÇÃO DE HÁBITOS SAUDÁVEIS E ADEQUADOS NO ESPAÇO ESCOLAR.....	15
4.3 CONCEITUANDO O PROCESSO POÉTICO.....	18
4.4 A POESIA COMO ESTRATÉGIA DE APRENDIZAGEM EM NUTRIÇÃO	19
5 MATERIAL E MÉTODOS.....	22
5.1 CRITÉRIOS DE ELEGIBILIDADE	22
5.2 METODOLOGIA DE ENCONTROS	22
6 RESULTADOS	29
6.1 PERFIL DA POPULAÇÃO ESTUDADA	29
6.2 PERFIL DOS DISCENTES RELATIVOS AO CONTATO COM A POESIA.....	30
6.3 CONSUMO ALIMENTAR DOS ESTUDANTES.....	30
7 DISCUSSÃO	36
8 CONCLUSÃO.....	40
REFERÊNCIAS	41
ANEXO A -TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO	45
ANEXO B – CONSENTIMENTO DA PARTICIPAÇÃO COMO VOLUNTÁRIO (A).....	47
APÊNDICE A– QUESTIONÁRIO DE FREQUÊNCIA ALIMENTAR.....	60
APÊNDICE B - QUESTIONÁRIO DE AVALIAÇÃO DAS ATIVIDADES DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR NUTRICIONAL	63
APÊNDICE C– IMAGENS DOS ESCOLARES DURANTE AS AÇÕES DE EAN.....	64

1 INTRODUÇÃO

A alimentação é uma das necessidades fundamentais do ser humano, por proporcionar um bom desenvolvimento, não apenas no aspecto físico, mas sobretudo nas dimensões intelectual e social. Tendo uma grande influência na qualidade e estilo de vida das pessoas além de agir na prevenção de doenças em todas as fases da vida (BERTON; MARIN; SANTOS, 2009; BOTELHO, 2010; BRASIL, 2017). Especialmente com o advento da transição nutricional que trouxe alterações nos padrões alimentares devido a uma modificação na estrutura da dieta (BRASIL, 2017; MORAES; GALIAZZI, 2016).

Os hábitos alimentares podem ser influenciados pela diversidade de ofertas de alimentos, que em muitos casos, não são considerados saudáveis, a exemplo, dos processados e ultraprocessados que são caracterizados por serem ricos em gorduras, açúcares, calorias e alto teor de sódio, os quais são frequentemente veiculados pela mídia, por meio das propagandas (BRASIL, 2006; COSTA, 2015; LEAL et al, 2012).

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS) a adolescência é uma fase de grandes modificações fisiológicas, cognitivas, psicológicas e sociais (WHO, 1985). O consumo alimentar é um fator importante nessa fase de vida, pois, auxilia no desenvolvimento dos jovens (FERREIRA, 2018). Contudo, essa fase é marcada por um consumo elevado de alimentos processados e ultraprocessados, além da rejeição e ingestão insuficiente de frutas e hortaliças e consumo irregular dos alimentos, “pulando”, em muitos casos, as refeições consideradas mais importantes (NOBRE; BRENTANI, FERRARO, 2016; VIEIRA *et al.*, 2005).

De acordo com marco de referência de educação alimentar e nutricional (EAN) para as políticas públicas, publicado pelo Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome, no ano de 2012, a EAN é considerada:

Um campo de ação da Segurança Alimentar e Nutricional e da Promoção da Saúde e tem sido considerada uma estratégia fundamental para a prevenção e controle dos problemas alimentares e nutricionais. Entre seus resultados potenciais identifica-se a contribuição na prevenção e controle das doenças crônicas não transmissíveis e deficiências nutricionais (BRASIL, 2012, p.13).

De acordo com Boog *et al* (2003), um dos desafios mais árduos no campo da EAN é a abordagem do ensino nutrição de modo integral através de métodos educacionais integrativos, tanto na dimensão biológica como na social e cultural e ao mesmo tempo desenvolva a ludicidade para que gere ao aprendizado para quem ouve. Nesse contexto, as estratégias utilizadas na EAN vão desde procedimentos pedagógicos verbais como palestra, exposição, a

métodos mais ativos como trabalhos em grupos por meio da música, dança, poesia, dentre outras. Sabe-se da importância que a poesia traz nos diversos campos filosóficos, artísticos e científicos (JESUS, 2015). Afirma Octavio:

A poesia é conhecimento, salvação, poder, abandono. Operação capaz de transformar o mundo, a atividade poética é revolucionária por natureza; exercício espiritual é um método de libertação interior. A poesia revela este mundo; cria outro. [...] Inspiração, respiração, exercício muscular [...] (PAZ, 1982, p.15).

A poesia tem a capacidade de nos tocar, e, portanto, o estímulo do ensino nas escolas para formação do leitor se faz necessário (HENRIQUE, 2007; IGUMA *et al.*, 2015). Embora exista a contribuição da poesia na sensibilidade, aguçamento da interpretação textual e criticidade com o mundo, há ainda lacunas do uso na formação do leitor, sobretudo, no campo da neurociência (SISCAR, 2005).

Segundo Ferreira (2011), aprender consiste em estabelecer conexões entre certos estímulos e determinadas respostas, cujo resultado é aumentar a adaptação do ser vivo ao seu ambiente. Aprender é estar sob efeito do meio, criar novas sinapses através do contato com “o novo”. Quanto maior o estímulo de vias neurais diferentes, maior é o alicerce do aprendizado (BASSEDAS, 1999; CAMPOS, 2007; SÁNCHEZ, 2003).

De acordo com Wassiliwizky *et al* (2017), o cérebro humano processa a poesia de forma distinta da prosa. Esse autor encontrou, em estudo com homens adultos, a ativação de uma “rede de leitura” semelhante, que inclui diferentes áreas, entre elas, aquelas responsáveis pelo processamento emocional, ativadas fundamentalmente pela música. Percebeu, ainda, que a poética estimula áreas do sistema nervoso central, em especial o cérebro, associadas com a memória, como o córtex cingulado posterior e o lobo temporal médio, áreas que são despertadas quando estamos relaxados, ou introspectivos. Isto demonstra que existe algo muito especial na estrutura do texto poético que gera prazer. Na verdade, a poesia é uma expressão literária muito especial que transmite sentimentos, pensamentos e ideias, praticando síntese métrica, trabalhando rimas e aliteração.

A poesia leva o homem a estimular a criatividade na composição e entendimento dos poemas, provoca inspiração exprime aquilo que está dentro da alma e o receptor passa a compreender os vários significados/sentidos que pode ter uma palavra em um texto poético. Logo, a poesia estimula áreas diversas do corpo potencializando, pois, a capacidade do aprendizado frente a outros métodos considerados “arcaicos” (BUENO, 2000).

Diante disso, torna-se indispensável no processo de ensino e aprendizagem abordagens que estimulem o conhecimento da alimentação e nutrição para a formação e desenvolvimento do indivíduo, sobretudo, na fase da adolescência (BRASIL, 2012; MURA, 2007). Com isso, o

uso da poesia no ambiente escolar se mostra uma estratégia potencializadora e inovadora de ensino da EAN (NUNES, 2012), na formação e promoção de hábitos alimentares saudáveis (BRENDA, 2005; MURA, 2007).

2 OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GERAL

Desenvolver atividades de EAN com o uso da poesia para a promoção de uma alimentação saudável e adequada entre adolescentes de uma escola do município de Escada/PE.

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Analisar os hábitos e práticas alimentares da população alvo;
- Caracterização da população quanto as variáveis demográficas, estudo nutricional e hábitos alimentares;
- Verificar a frequência do consumo alimentar segundo grupo de alimentos segundo às refeições diárias dos adolescentes
- Realizar as atividades de EAN com o uso da poesia para promoção da alimentação saudável;
- Avaliar o uso da poesia nas atividades de EAN desenvolvidas para promoção da alimentação saudável
- Promover o senso crítico poético para sensibilização da promoção da alimentação saudável e prevenção das DCNT's

3 JUSTIFICATIVA

Com o advento da mudança dos padrões alimentares (transição alimentar e nutricional) a realização de atividades de EAN tem sido vista como uma ferramenta imprescindível na consolidação de bons hábitos alimentares. No entanto, a desvalorização do aprendizado pelos adolescentes tem sido cada vez mais acentuada no Brasil (RAPOPORT; SOPELSA, 2009), o desestímulo pela busca do que o poeta Rubem Alves (2002) chama de *“olhos encantados para visão do mundo”* vêm sendo um ponto chave para situações alarmantes como aumento da evasão escolar, desinteresse pela leitura, e aumento de jovens com dificuldades para desenvolver seu pensamento crítico nas disciplinas aprendidas na escola.

Essa mescla de efeitos negativos, está, em grande parte, ligada à padrões metodológicos considerados “arcaicos” de ensino, isso também se liga aos velhos padrões de ensino da educação nutricional. Tomando a poesia como um método de aprendizagem, as atividades de EAN voltadas para poética podem contribuir, de maneira efetiva, para a valorização da cultura alimentar, a modificação de hábitos alimentares não saudáveis, estímulo à criatividade e imaginação e contribuindo para inclusão de práticas alimentares saudáveis de jovens em idade escolar.

Nesse contexto, a realização de atividades de EAN de forma lúdica para esse público, serve como uma ferramenta estratégica, visto que a ludicidade aproxima o adolescente à informação transmitida, como também aumenta o aprendizado, tornando-as autônomas quanto suas escolhas alimentares e quebra antigos paradigmas da transmissão de conhecimento sobre nutrição de forma tradicional.

4 REVISÃO DA LITERATURA

4.1 TRANSIÇÃO NUTRICIONAL E ESTADO NUTRICIONAL DE ADOLESCENTES

Embora os estudos do século passado realizados no Brasil, sobre estado nutricional, tenham sido relacionados a prevalência de desnutrição, nos últimos 50 anos o país têm vivenciado modificações significantes no processo saúde/doença, seja por conta de fatores externos, derivados de um mundo progressivamente globalizado, seja pelo desenvolvimento autônomo de circunstâncias e processos históricos e culturais próprios do que se pode chamar de “modelo brasileiro” (BATISTA FILHO *et al.*, CLÍCIA, 2018; 2007; JAIME *et al.*, 2011, 2013).

Esse processo de transição foi caracterizado por mudanças sociais, econômicas e demográficas, como o declínio da população majoritariamente rural e o aumento do avanço migratório para as cidades, redução da taxa de natalidade (de 6-8 filhos para 2,3 por mulher), declínio substancial da mortalidade infantil, padrões tecnológicos no controle de pragas e avanço nos métodos tecnológicos de tratamento contra doenças parasitárias, um maior espaço feminino no campo de trabalho e consequente melhoria na renda per capita foram fatores cruciais para o desenvolvimento de um novo padrão brasileiro e melhoria nos diversos setores sociais. Todos esses processos contribuíram nas alterações no âmbito nutricional, os quais impactaram na dieta e na saúde da população, que se denominou de transição nutricional (BATISTA FILHO; RISSIN, 2003; CARNEIRO, 2019; IBGE, 2002; YUNES, 2000).

O processo de transição nutricional está relacionado a alterações no perfil alimentar e nutricional com mudanças qualitativas e quantitativas da alimentação (LUZ, 2016), crescimento tecnológico da indústria alimentícia, com aumento do consumo de produtos ultraprocessados, com elevado teor de gorduras, açúcares, sal, corantes e conservantes, redução da ingestão de alimentos in natura e minimamente processados, refletindo em alterações no estado nutricional (CEBES, 2014). Todos estes fatores auxiliaram as mudanças nos hábitos alimentares aliados a falta da atividade física, entre outros (SOUZA, 2010; YUNES, 2000).

A adolescência é uma fase de grandes conturbações que podem ser originadas por hábitos familiares, amizades, valores e regras sociais e culturais, essas conturbações podem repercutir sobre o comportamento alimentar, autoimagem, saúde individual e desenvolvimento psicossocial. Alguns fatores, como os hábitos alimentares inadequados, que normalmente vieram da infância; e se torna fatores de risco para o desenvolvimento de doenças na fase da adolescência (LEVI *et al.*, 2010). Essas modificações no padrão de comportamento alimentar e

da drástica redução na prática de atividade física, resultou-se no aumento acelerado de sobrepeso e obesidade, isto também tem sido observado entre os adolescentes (SOUZA, 2010).

Pesquisa realizada pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2010) exibiu que com relação ao perfil nutricional, a Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF) (2008-2009) demonstrou que a prevalência de excesso de peso entre os adolescentes oscilou, nos dois sexos, de 16% a 19% nas Regiões Norte e Nordeste (cerca de cinco vezes a prevalência do déficit de peso) e de 20% a 27% nas Regiões Sudeste, Sul e Centro-Oeste (cerca de sete a dez vezes a prevalência do déficit de peso) sendo mais frequente no meio urbano do que no meio rural, em particular nas Regiões Norte e Nordeste.

No estado de Pernambuco, o estudo de Leal *et al* (2012) indicou 13,3% de excesso ponderal nas crianças e adolescentes, sendo 9,5% de sobrepeso e 3,8% de obesidade. Resultados que divergem dos encontrados por Flores *et al* (2013), que realizou estudo envolvendo crianças e adolescentes brasileiros, no qual o sobrepeso estava presente em 24,1% dos adolescentes do sexo masculino e 22% no sexo feminino e a obesidade em 5,5% dos meninos e 6% das meninas.

Com relação a população adulta, indivíduos maiores de 18 anos, dados mais recentes da Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico (Vigitel) mostrou que a prevalência de obesidade no Brasil passou de 11,8% para 19,8%, entre 2006 e 2018, um aumento de 67% (BRASIL, 2019).

Os principais fatores relacionados ao aparecimento e desenvolvimento da obesidade são: hábitos alimentares, falta de atividade física ou sedentarismo, diminuição da qualidade do sono, aumento do uso medicamentoso (corticosteróides, antipsicóticos, antidepressivos), aumento do papel midiático na propagação de uma cultura alimentar pré-estabelecida pelas vias de comunicação, estresse, transtornos psiquiátricos, amamentação, fase puberal, fumantes (BRASIL, 2015; IBGE, 2015; SOUZA JUNIOR, 2016).

Outros fatores como o político, econômico, social, cultural, se relacionam com a crescente prevalência de obesidade, não apenas os individuais (CORREA; SCHMITZ; VASCONCELOS, 2015; SWINBURN *et al.*, 2015). Quando presentes na infância, a obesidade e o sobrepeso apresentam grande probabilidade de ter continuidade na fase adulta, trazendo como consequência riscos à saúde que têm efeitos adversos na qualidade de vida, como as Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), hipertensão arterial sistêmica (HAS), o diabetes mellitus tipo II, dislipidemias, doenças cardiovasculares e câncer (ANS, 2017; SANTOS *et al.*, 2004).

4.2 EAN COMO ESTRATÉGIA PARA PROMOÇÃO DE HÁBITOS SAUDÁVEIS E ADEQUADOS NO ESPAÇO ESCOLAR

De acordo com Soares (2000) a família tem o papel fundamental como agente de socialização, é nela que são transmitidos e construídos normas, princípios e valores. É imprescindível a participação da família no acompanhamento dos filhos nas atividades escolares no processo de educação construído em casa.

É notório, também, o papel da escola como instituição social na formação das pessoas e de extrema relevância na sociedade. De fato, parte do tempo vivido pelo indivíduo situa-se em grande parte no âmbito escolar, onde se constitui parte do aprendizado, a convivência, a formação moral, além de ser um espaço fundamental para a inserção social (FERNANDES, 2006).

Pode-se assim dizer que a escola passa a ser o espaço social, depois da família:

A escola, de fato, institui a cidadania. É ela o lugar onde as crianças deixam de pertencer exclusivamente à família para integrarem-se numa comunidade mais ampla em que os indivíduos estão reunidos não por vínculos de parentesco ou de afinidade, mas pela obrigação de viver em comum. A escola institui, em outras palavras, a coabitação de seres diferentes sob a autoridade de uma mesma regra (CANIVEZ, 1991, p.33).

A escola também, é um meio importante para a formação de hábitos alimentares saudáveis. É nela, que grande parte das crianças e adolescentes realizam suas refeições através da merenda escolar, importante, portanto, para o consumo de alimentos que tenham identidade cultural e sejam saudáveis, como também para o estabelecimento de novos hábitos (OLIVEIRA *et al*, 2013; ZANCUL, 2004).

É dever de educadores e de coordenadores da escola auxiliarem as crianças e adolescentes a reconhecer suas necessidades e identificar suas preferências alimentares, conduzindo-as de forma prazerosa para a conquista da autonomia, estimulando-as em suas iniciativas, para desde cedo promover a conscientização da prática de uma boa alimentação.

Segundo Franques:

A escola deve ser trabalhada no sentido educacional e vivencial, pois depois da família é a grande “formadora” na vida da criança e onde geralmente ela passa a maior parte de seu dia. O papel da escola na prevenção e combate a obesidade é fundamental. A ela é dada a oportunidade de colocar a criança frente a uma reeducação alimentar, atividades físicas e mudanças comportamentais, em ambiente otimista, acolhedor e com possibilidade de cumplicidade entre todos os envolvidos (FRANQUES, 2007, p. 01)

Segundo a visão freireana, o verdadeiro educador é aquele que, a partir da realidade do educando, compreende a necessidade da sua transformação, destacando assim que a educação

é um meio de autotransformação, promovendo a postura interferente no contexto onde está inserido (FREITAS; FREITAS, 2018). O educador deve atuar de forma problematizadora e questionadora. Nesse modo, o objetivo será estimular a consciência crítica, a postura ativa e, acima de tudo curiosa, no processo de ensino-aprendizagem (CHIARELLA, 2015).

Partindo do pressuposto de um modelo de educação onde o educando também se apresenta como figura ativa, Paulo Freire transmite a ideia central de que a construção do conhecimento surge a partir da criação de possibilidades, ou seja, a partir de estratégias da ação-reflexão-ação e da utilização da criatividade. Esse pensamento liga-se com o escritor Rubem Alves (1980) e sua pedagogia baseada na dúvida e não na resposta (CHIARELLA *et al.*, 2015).

Sendo assim, é importante que as instituições trabalhem de maneira viável e inovadora métodos de ensino que possibilitem o aluno a aprender sobre a importância dos hábitos alimentares. No cenário brasileiro, as primeiras intervenções governamentais no campo da alimentação, motivadas pelas preocupações da ciência de nutrição, ocorreram na década de 1940 (CASTRO; PELIANO, 1985). Com o advento da EAN, tem sido crucial o papel do nutricionista como um agente do saber, estimulando a população na construção e desenvolvimento da importância de uma alimentação saudável bem como as consequências de uma má alimentação (SANTOS, 2012).

A EAN é imprescindível para prevenção e cuidado dos problemas alimentares e nutricionais contemporâneos, como das DCNT e deficiências nutricionais, assim como a valorização da cultura alimentar, o fortalecimento de hábitos regionais, a diminuição do desperdício de alimentos, a promoção do consumo sustentável e da alimentação saudável (BRASIL, 2018; BRASIL, 2012). De acordo com a recente lei para EAN interdisciplinar nas escolas, de 16 de maio de 2018 alterando a Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996 os temas de EAN passaram a incluir de modo transversal a educação alimentar e nutricional no currículo escolar.

As atividades educativas em nutrição podem e devem ser utilizadas como um importante instrumento de apoio na promoção da saúde, com relação aos adolescentes, as ações educativas lúdicas envolvidas com a poesia permitem que aprendam enquanto escrevem, recitam e atuam, por estimular a criatividade (COSTA; RIBEIRO; RIBEIRO, 2001).

As metodologias ativas (MA) são relevantes meios para a formação crítica e para o estímulo à reflexão dos estudantes através de processos de ensino-aprendizagem construtivistas que favorecem a autonomia e a curiosidade dos educandos (MOREIRA;

RIBEIRO, 2016). A escolha do tipo de MA a ser utilizada em determinada aula ou atividade, vai ao encontro ao tipo de aprendizagem. Exemplos de MA, aula dialogada; tempestade de ideias; seminário; mapa conceitual; solução de problemas; dramatização; portfólio; grupo de verbalização e de observação; oficina; júri simulado; simpósio; ensino com pesquisa; estudo de caso; entrevista; painel; entre outras (OLIVEIRA *et al.*, 2018).

De forma mais específica, o acesso aos alimentos nas escolas e em seu entorno tem sido considerado um ponto chave para a compreensão da influência do ambiente nas escolhas alimentares das crianças e adolescentes. Dados da pesquisa realizada por Carmo *et al* (2018), apontou que as escolas particulares e integrais da região do Nordeste do Brasil, apresentou maior proporção à venda de refrigerantes, confeitarias e máquinas de venda automática de bebidas e alimentos industrializados dentro das dependências das escolas. Além da alta prevalência de vendedores ambulantes promovendo o consumo de alimentos ultraprocessados nos portões e arredores das instituições públicas (64,3%) e privadas (48,2%) nessa região.

Diante das dificuldades sobre a alimentação que abrangem desde o conhecimento sobre determinados alimentos e seu papel na nutrição saudável e o crescente aumento do número de jovens e adultos com transtornos alimentares, torna-se imprescindível desenvolver estratégias inovadoras de EAN que contribua não apenas para a construção do aprendizado sobre a temática, mas para o estabelecimento de mudanças alimentares permanentes. Dentre essas metodologias destacam-se, a música, teatro, desenvolvimento artísticos através de pintura, a prosa e até mesmo a poesia (BERBEL, 2011; FARIAS, 2017; FONSECA, 2016).

A poesia, por si só, tem sido uma metodologia inovadora, instigante e que ainda vem caminhando em passos curtos como uma MA, porém, vem apresentando resultados eminentemente notórios. A vivência poética em sala de aula, bem como fora dela propicia, além do crescimento intelectual, a elevação da imaginação, bem como o desenvolvimento de princípios e características individuais capazes de medir e reafirmar os próprios sentimentos e ações do leitor (TRES; IGUMA, 2015).

Moisés (2007), ao tempo em que reconhece a relação indissociável entre poesia e educação tece críticas à moderna ciência pedagógica e o faz numa acepção histórica, inferindo que a poesia e a insubmissão são irmãs. Todavia, percebe-se que a mesma, para muitos professores, ainda é vista como um instrumento sem objetivação técnica. Porém, conforme Voltaire (2006, sem paginação) “Não obstante, a poesia por si só é capaz de mobilizar, construir alicerces de sabedoria, mas com o diferencial da metáfora”.

4.3 CONCEITUANDO O PROCESSO POÉTICO

De acordo com o Dicionário Eletrônico Houaiss (2001) a poesia é definida como a “arte de compor ou escrever versos”; no entanto, a poesia por si só é difícil de ser definida, além do que, nem todo escrito que é tido em versos pode ser denominado algo poético. De acordo com o dicionário Aurélio (2009), poesia é a “Arte de criar imagens, de sugerir emoções por meio de uma linguagem em que se combinam sons, ritmos e significados”, enquanto poema é “Obra em verso ou não em que há poesia”. Ao longo dos anos, autores das mais diversas classes e escolas literárias mundiais denominavam o conceito poético como algo subjetivo, cada classificação baseada nas suas vivências da época. Para Otávio Paz (2012), a poesia é um exercício de libertação das amarras convencional do ser. É a capacidade de transformar o mundo, é “criação”. É aquilo que toca a alma, no profundo do nosso ser e desabrocha a reflexão. Para Fernando Pessoa, a poesia é “solidão”. Para Bonvincino (1997. Pag 7), poesia é tortura:

Poesia é atraso de vida
é o maior desserviço
é masoquismo
é a cela vaga de um presídio

no máximo um dever de escola
Camões
é um belo de um castigo
Um livro de poemas

é papel jogado no lixo
Basta um verso de Pessoa,
para citar num artigo,
um verso de Vinícius,

útil para dizer no ouvido,
não chega aos pés de uma letra realista de Chico

A verdadeira poesia é um show de um ex-*Beatle*
A poesia dá nojo em barata é suplicio.

Manoel de Barros (2011) define a poesia como “as pequenas coisas”. Escrever um poema é dar vida a sentimentos através de palavras, é alçar voo no desconhecido do eu íntimo. É chorar, é sorrir, é ficar zangado, é naufragar nos mares das palavras escritas pelo poeta. A poesia nos toca, nas suas diversas métricas, desde a simplicidade do *haikai* até a formalidade exacerbada dos textos de Olavo Bilac (JEAN. 1974). O poema flui, afinal, a beleza do poema não estão nas palavras em si, é no silêncio entre os versos que nosso pensamento alça voo.

A Magia da Poesia

“A magia da poesia é encher a lua vazia,
aproximar o tempo distante,
chorar nos ombros da alegria,
eternizar um mínimo instante” (ROCHA, 2000, pag 46).

4.4 A POESIA COMO ESTRATÉGIA DE APRENDIZAGEM EM NUTRIÇÃO

De acordo com Rubem Alves (2002), a educação é “dar olhos mágicos para que os discentes possam ver um mundo diferente”. Diálogos sobre as melhores metodologias de ensino para consolidar a aprendizagem são constantes no âmbito educacional, educar é inovar. O conceito de aprendizagem, segundo Skinner (1974), é o procedimento de mudanças neurais que acontecem devido a modificação do meio. Ou seja, significa que algo de novo lhe foi ensinado de forma a se tornar mais adaptativo, passando então a ser emitido um novo comportamento pelo indivíduo. Para Davydov (1894), todo processo de aprendizado está assentado no conhecimento teórico-científico, ou seja, no desenvolvimento do pensamento teórico e nas ações mentais. Para potencializar o processo de aprendizado, é necessário que o docente estimule o discente através de boas didáticas.

Segundo Rubtsov:

A aquisição de um método teórico geral visando à resolução de uma série de problemas concretos e práticos, concentrando-se naquilo que eles têm em comum e não na resolução específica de um entre eles, constitui-se numa das características mais importantes da aprendizagem. O termo “forma de ação geral”, também chamado de forma de ação universal, designa aquilo que é obtido como resultado ou modo de funcionamento essencial para trazer soluções para os problemas de aprendizagem; mais do que soluções, é este resultado particular que constitui o objeto desses problemas (RUBTSOV, 1996, p. 131).

A terminologia de didática se associa a arrumação, ordem, logicidade, clareza, simplificação e costuma, portanto, também conotar rigor, “bitolamento”, limitação, quadratura (CANDAL, 2014). O excesso de rigorosidade é decerto um dos maiores problemas do docente, com seu enfoque formalístico em demasia tende a causar fadiga no indivíduo que o ouve, desenvolve-se, pois, o desinteresse. De acordo com os estudos relacionados à neurociência da aprendizagem, a construção do conhecimento é potencializada a partir das atividades lúdicas por meio da ampliação da rede neural, da formação de novos caminhos neurais e a interconexão entre áreas do cérebro relacionadas a distintas competências e habilidades do indivíduo. (NOGARO; FINK; PITON, 2015)

Cada vez mais, vemos uma diminuição do interesse por parte de jovens e adultos para práticas escolares e de aprendizado. De acordo com Campbell e Metzner (2002) aproximadamente 1/3 da população admite que sua única leitura seja as páginas de esporte, humorismo, notícias e anúncios de periódicos, enquanto que um número similar não lê nem periódicos em revistas, e cerca da metade não lê qualquer livro no espaço de um ano.

O papel da didática, portanto, imprescindível no auxílio do pensar teórico; ajuda no domínio do pensamento individual ou coletivo, atuação e investigação da ciência ensinada; fato que nos levam a refletir sobre a necessidade de superarmos essa visão do conhecimento compartimentalizado e passivo em que o docente é tido como dono da verdade universal e o discente como um livro em branco, é necessário que sejam orientados no sentido de interagir com o saber/saberes numa perspectiva de descoberta, investigação, reflexão e produção, para que a partir dessas atitudes possam estar hábeis e capacitados para o mercado de trabalho e para sua atuação enquanto cidadão (CANDAL, 2014)

Com os textos poéticos é relevante que na escola propicie-se aos estudantes contatos e momentos sociais. A linguagem é todo sistema de sinais que deem a seres conscientes a possibilidade de terem relações entre si, é, portanto, a faculdade que o homem expressa seus estados mentais através de sons. E, como sabemos, não é fácil penetrar no “reino das palavras”, é difícil encaixar palavras e rimar. Além do mais, cada vez mais jovens entram no desinteresse em escrever poesias. É fatigante, requer tempo. Mas a poesia é um excelente meio de aprendizado. Segundo Silva Fontes (1998), o fenômeno literário efetiva-se na inter-relação autor/texto/leitor ou ouvinte. Ou seja, requer inúmeras vias neurais de ativação. A fala, a audição, os gestos, o toque, o sentimento.

O sistema límbico participa na contextualização da memória e nos processos emocionais, conjuntamente com o hipotálamo e a área pré-frontal. Portanto, a memória está entrelaçada as atividades relacionadas à emoção (PANTANO; ASSENCIO-FERREIRA, 2009).

Segundo Pantano:

Bases dos impulsos da motivação, principalmente a motivação para o processo de aprendizagem, bem como as sensações de prazer ou punição, são realizadas em grande parte pelas regiões basais do cérebro, as quais, em conjunto, são derivadas do sistema límbico (PANTANO, 2009, p.25-26).

Izquierdo (2010) atesta que a memória, além de seletiva, é suscetível a estados emocionais de prazer e motivação, e que aspectos emocionais estimulam maiores vias neurais na região do hipocampo estabelecendo maior consolidação de memórias e diminuição do esquecimento. Segundo Guerra (2011), são as emoções que orientam o aprendizado.

Aprendemos aquilo que nos emociona. Desse modo, a poesia pode ser uma estratégia de ensino de EAN para estimular a memória, uma vez que incentiva a formação de sentimentos e emoções.

Estudos feitos pelo Instituto Max Planck de Estética Empírica (2015) se propuseram a explorar mais a fundo as influências da poesia em nosso cérebro. Curiosamente, todas as pessoas, mesmo aquelas que não tinham costume de ler poesia, relatavam calafrios em algum momento durante a leitura, 40% sentiram arrepios várias vezes. Estas são respostas similares às aquelas que experimentamos quando escutamos música ou assistimos a uma cena de um filme que gera grande ressonância emocional. No entanto, as respostas neurológicas estimuladas pela poesia eram únicas.

Os dados, ainda, mostraram que ao tomar contato com os poemas, partes do cérebro usualmente desativadas quando expostas ao estímulo de filmes e música foram despertadas. Curiosamente, esses picos emocionais ocorriam especificamente em trechos dos versos, como no final das estrofes e, acima de tudo, no final da poesia. É uma descoberta muito interessante, especialmente considerando-se que 77% dos participantes que nunca tinha escutado um poema também mostraram as mesmas reações e sinais neurológicos que antecipavam os focos emocionais da leitura.

Como forma de otimizar o aprendizado, a poesia é uma forma especial de linguagem, falada ou escrita, ouvida ou lida, sempre a encontramos, seu jogo com sonoridade, musicalidade, ritmos e rimas, tornam sua leitura um ato prazeroso e divertido. A poesia, antes de tudo, é a transfiguração da realidade em expressão de beleza e de contemplação emocional, esta desperta os valores estéticos, aprimora as emoções, sensibilidade, aguça sensações e enriquece a percepção (LEAL, 2014).

A utilização de estratégias não convencionais para a melhoria do aprendizado em nutrição é componente importante nesse processo, uma vez que, busca alternativas para sensibilizar a população, despertar a curiosidade e tornar o aprendizado prazeroso e divertido (TRES; IGUMA, 2015). Educar é uma relação interativa entre pessoas, isto é, sujeito-sujeito na perspectiva de “ler” e transformar realidades. Logo, uma relação sujeito-mundo, como bem defendido por Paulo Freire (1983).

5 MATERIAL E MÉTODOS

A pesquisa consistiu em um estudo de pesquisa-ação, realizada na Escola de Referência Monsenhor João Rodrigues de Carvalho, da rede estadual de Pernambuco, localizada no município de Escada, na Zona da Mata de Pernambuco com os alunos do 2º ano do ensino médio. Realizada no período de agosto a novembro de 2019. A metodologia foi baseada no estudo de Moura (2015) intitulado “Análise das práticas alimentares de escolares e das ações de educação alimentar e nutricionais em duas escolas municipais de Vitória de Santo Antão – PE”.

5.1 CRITÉRIOS DE ELEGIBILIDADE

Foram incluídos todos os alunos devidamente matriculados e com frequência na sala de aula, com a autorização devida dos pais (para os menores de 18) e com livre aceitação para os maiores de 18 anos. Não participaram do estudo os jovens não matriculados na escola, que não tiveram autorização dos pais (menores de 18), que não compareceram nos dias de realização das atividades ou que se recusaram de participar das atividades.

De acordo com os critérios estabelecidos, para os menores de 18 anos foi necessário a autorização dos pais, para participação na pesquisa, mediante a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e os adolescentes assinaram o Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE). O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética do Centro de Ciências de Saúde da Universidade Federal de Pernambuco em atendimento às normas regulamentares de pesquisas envolvendo seres humanos – Resolução 466/12, do Conselho Nacional de Saúde. Sob o número de Certificado de Apresentação para Apreciação Ética (CAAE) nº 01164412.0.0000.5208

5.2 METODOLOGIA DE ENCONTROS

Para realização das atividades de EAN foram organizados oito encontros com os escolares da turma. Os quais foram definidos conforme a disponibilidade da escola. Ao todo, foram feitos em média 2 encontros por semana de acordo com a aprovação dos professores de Ciências Biológicas e Literatura.

O processo metodológico inicial baseou-se no diagnóstico da sala de aula através da análise do perfil comportamental de cada discente, após, houve a coleta de dados relativos ao

consumo e comportamento alimentar dos escolares através de um questionário online através do aplicativo Google Questionário, no qual cada aluno foi convidado a respondê-lo; também se coletou dados sobre contato, compreensão e desenvolvimento de poemas (Anexo N).

Após o diagnóstico foram planejadas as atividades de intervenção caracterizadas por ações de EAN, considerando os princípios contidos no marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas, a saber: privilegiar os processos ativos, com incorporação dos conhecimentos e práticas populares embasados nas realidades dos indivíduos que possibilitem a integração permanente entre a teoria e a prática, e considerar a legitimidade dos saberes oriundos da cultura, religião e ciência, respeitando e valorizando as diferentes expressões da identidade cultural (BRASIL, 2012). Utilizando-se da poesia como metodologia de ensino, a fim de possibilitar reflexões sobre alimentação e nutrição, análise de comportamentos e busca de estratégias para a mudança das práticas alimentares não saudáveis, além de, estimular o processo criativo do aluno ao aprender, entender e explicar a poesia como um método para entender sobre a alimentação saudável.

Os encontros estão detalhados abaixo, onde cada temática foi minuciosamente planejada visando a utilização de metodologias ativas no desenvolvimento e execução das atividades. Esse procedimento de aula é fundamental não apenas para o melhor entendimento do discente, mas também, para uma quebra nos paradigmas escolares e suas metodologias pautadas no docente como o “único conhecedor do saber” e a partir dessa abordagem o aluno pode exercer seu protagonismo, é personagem principal e o coloca como maior responsável pelo processo de aprendizado. E ao fim de cada atividade foram entregues questionários para avaliar se os adolescentes assimilaram o conteúdo trabalhado.

ENCONTRO I:

Tema I – Alimentação: Comer é importante? E você, como come?

No primeiro encontro, buscando refletir sobre a importância de uma boa alimentação, bem como o reconhecimento dos hábitos alimentares do público-alvo *à priori*, foram entregues a cada estudante pequenas folhas de papel para que estes anotassem uma resposta para duas perguntas que foram colocadas no quadro: “*Comer é importante? Por quê?*” e “*Cite um alimento predileto que você não viveria sem*”. Após o questionamento, alguns alunos foram convidados a responder em voz alta sua resposta para que fosse compartilhada com a turma. Após a resposta dos discentes, foi feita uma pequena explanação através do recurso visual (*slide*) sobre os motivos de nos alimentarmos (imagem 1), de que maneira acontece a alimentação, se comemos por prazer ou necessidade.

Foi discutido no primeiro momento sobre composição de alguns dos alimentos mais consumidos (imagem 2-3), seus benefícios, alimentos industrializados e seus principais constituintes. Após a apresentação, os alunos foram convidados a trocar seus papéis com o colega ao lado, para que este lesse em voz alta o que foi exposto, e que ambos comentassem um com o outro sobre a composição alimentar, seus efeitos sobre o corpo (se são positivos ou negativos) e como um colega poderia auxiliar com a melhoria da alimentação do outro.

Entre os slides, foi recitado dois poemas. O primeiro “*O bicho*” (Anexo C) do autor Manuel Bandeira (1947), e o segundo de autoria própria (Apêndice B). O poema de Manuel Bandeira tratava da fome e o texto de própria autoria, do excesso de alimento. Foi solicitado que os alunos comentassem sobre a divergência entre os dois poemas e o que ambos tinham em comum. A avaliação foi realizada baseando-se em: papéis escritos pelos alunos e participação destes.

Tema II – Da desnutrição à obesidade: o que sabemos sobre elas e o que podemos fazer para combatê-las?

O segundo encontro foi feito com o objetivo de conceituar a “desnutrição e obesidade”; explicar sobre a epidemiologia das doenças no mundo e no Brasil; compreender sobre as mudanças corporais associadas à desnutrição e obesidade; citar a contribuição dos hábitos alimentares e aspectos sociais na introdução das doenças; explicar métodos preventivos frente tais doenças. Primeiramente foi colocado duas imagens distintas de dois indivíduos que apresentavam ambas patologias (obesidade e desnutrição), em seguida foi questionado aos alunos se todos conseguiam reconhecer o que se passava em ambas situações, se são análogas e o que as uniam.

Após o questionamento e abertura para algumas respostas, foi introduzido referenciais teóricos sobre as definições de “obesidade” e “desnutrição” (imagem 4-5). Em seguida, foi solicitado aos alunos que relatassem sobre alguns casos de indivíduos que apresentassem obesidade ou desnutrição e se sofrem algum tipo de dificuldade em relação ao tema. Foi recitado um poema que abordou as dificuldades de uma má alimentação. Da mesma maneira, foi explicitado sobre os “transtornos alimentares”, de que maneira sabemos que temos transtornos, quais são os sintomas, quem pedir ajuda e como auxiliar um colega que passa pelas mesmas dificuldades. O processo avaliativo teve como método o nível de participação dos adolescentes no contexto da temática.

ENCONTRO II

Tema I – Mídia e alimentação: temos poder sobre ela ou ela já se apoderou de nós?

No segundo encontro, que objetivava apresentar o papel da mídia nos processos comportamentais do indivíduo; associar a mídia com as escolhas alimentares. Foram levados alimentos industrializados conhecidos pelo público-alvo e com o questionamento “*Vocês conhecem esses alimentos? Existe alguma frase que lembrem eles?*” Esperou-se que houvesse um retorno por parte do público com frases populares dos produtos (Por exemplo: Exposição do refrigerante do tipo Cola e a frase: *Abra a felicidade.*) A medida em que os alunos foram respondendo frases dos produtos expostos numa mesa, foi feito outro questionamento “*De onde vocês retiraram esses Slogans?*”

A partir da resposta, foi exposto através de *slide* ou em uma roda de conversa sobre a mídia e sua influência sobre os indivíduos. Em meio às discussões, também foi apresentado alguns alimentos industrializados (imagem 12 e 15) e como a mídia tem contribuído para sua compra e qual as consequências do consumo desenfreado desses alimentos no dia-a-dia. Em seguida foi apresentado saquinhos contendo açúcar, sal e óleo dos produtos que foram apresentados na mesa. Em seguida, foram apresentadas algumas consequências do consumo exagerado dos produtos industrializados na progressão das DCNT e discutido o fato dos jovens e adolescentes consumirem os produtos industrializados e sua relação com a mídia.

Um poema (Anexo F) recitado com a temática proposta, com críticas dos poetas sobre a atual conjuntura da influência da mídia, principalmente no aspecto alimentar. Por último, os alunos responderam alguns questionamentos relativos ao que foi abordado durante a parte teórica e uma discussão final sobre o papel da mídia nos alimentos. A avaliação foi baseada na participação dos jovens e nível de perguntas e respostas perante os questionamentos desenvolvidos em sala de aula. Também foi concedido aos alunos bexigas de vento de duas cores (rosa e verde) e foi solicitado que eles levantassem às bexigas conforme as respostas – caso negativa, levantariam a rosa e em caso positivo, levantariam a verde (imagem 17 e 18).

Tema II – Bullying: Como esse problema está ligado à nutrição?

O tema II teve como objetivo conceituar o *bullying*, compreender as maneiras que pode acontecer no âmbito escolar, definir as consequências de quem pratica e de quem sofre discriminação, bem como colaborar com a escola para que este problema seja combatido. Primeiramente foi feita uma breve introdução da aula expondo e discutindo sobre o tema, que é o *bullying*. Foi solicitado que se posicionassem em círculo (imagem 6-7), promovendo uma socialização sobre situações corriqueiras entre os jovens no próprio colégio e como a discriminação se encaixa na promoção do corpo e da formação de um transtorno alimentar. Os

alunos, motivados, passaram a debater entre si sobre o quanto os fatores psicológicos relaciona-se com o agravo não apenas dos transtornos alimentares, mas também outras patologias.

Tendo em vista que existe uma relação entre bullying e compulsão alimentar, como sugere o artigo de revisão realizado por Gonçalves *et al* (2013), na sequência foi proposta uma atividade prática, com cartazes por 5 grupos de seis integrantes no qual cada um desenhou uma parte do corpo humano associado à mudanças corporais com o desenvolvimento dos transtornos e, juntos, formavam um boneco e dentro dele foi solicitado que eles escrevessem um poema, além de frases, que retratassem determinada parte e alguns comentários sobre o que os alunos entenderam, demonstrando a compreensão de cada um sobre o tema (imagem 5-6).

Após o cumprimento dos desenhos e frases, os alunos foram incentivados a se posicionar no meio do círculo (imagem 7-10) para explicar o desenho e poemas que foi feito pelo grupo e expostos, após, nas paredes principais da escola. Foi feito questionamentos a respeito do cartaz e questionou-se sobre qual sentimento foi depositado durante a elaboração dessa atividade prática, fazendo um comparativo do boneco com o ser humano. O processo avaliativo foi baseado na participação dos jovens e a quantidade de cartazes elaborados.

ENCONTRO III

Tema I – O que é a poesia? Qual sua função

O terceiro encontro teve como objetivo compreender os conceitos de poesia e o seu papel na formação social; salientar sobre a beleza dos poemas bem como a dificuldade de entendê-la; interpretar alguns poemas presentes na literatura mundial e brasileira. Numa análise inicial, foram mostrados através de recurso visual, dois poemas diferentes que retratavam a mesma ideia, “o amor”, sem que seja explicado aos alunos. Em seguida, foi solicitado que um discente tentasse interpretar ambos os poemas e compartilhasse à turma o que o mesmo achou. Se houve dificuldade na interpretação, se conseguiram perceber que ambos eram equivalentes. Após a respostas foi questionado para turma “*quantos daqui gostam de poesia? O que é mais chato em ler um poema? Para que serve a poesia?*” Foram discutidos ambos os poemas e esclarecido sobre a que se referia cada um deles.

Foi discutido sobre os conceitos de poesia para alguns autores, como a poesia pode “tocar o ser humano”, de que forma poema muda a vida das pessoas e o motivo de tanta resistência para interpretar um poema. Para que não houvesse desarticulação da EAN, os poemas mostrados foram todos ligados à alimentação.

Ao final todos os alunos receberam papel ofício e foi solicitado que àqueles que se sentiram à vontade escrevesse um pequeno trecho de um poema (autoral ou algum poema favorito) não foi necessário se identificar. Passados alguns minutos, os poemas foram colocados em uma caixa personalizada chamada “caixa de poesia” e cada poema foi embaralhado e distribuído de maneira aleatória para cada aluno. Por fim foi solicitado que alguns alunos recitassem o poema escrito pelo amigo desconhecido e ao término da leitura que comentasse o que havia entendido do poema (imagem 22 – 27).

Após o primeiro momento, na sala de aula, foram distribuídas algumas cartolinas e os alunos foram divididos em grupos. Cada grupo teve como função a construção de um poema de temáticas diferentes. As temáticas foram divididas em: “Poesia da fome”, “Poesia do amor”, “Poesia da vida”, “Poesia da morte”, “Poesia da felicidade”. Como avaliação, todos os alunos desenvolveram cartazes com poemas e trechos ou até mesmo desenhos de acordo a temática proposta. Ao final, todos os alunos expuseram o trabalho elaborado em grupo e tecerem comentários sobre cada um deles.

ENCONTRO IV

Tema I – Como a poesia se liga aos alimentos?

O quarto encontro teve como objeto a relação direta entre a poesia e como a mesma pode estar envolvida com o processo do aprendizado nutricional. Em um momento inicial, durante a roda de conversa, foi questionado: “*Qual a relação da poesia com a nutrição?*” Foi esperado que os alunos tentem um retorno do questionamento com respostas diversas. Foram demonstradas algumas imagens (*Slide*) de situações de alimentações distintas: crianças negras se alimentando de barro, modelos desnutridas, quadros de anorexia, imagens de famílias no sertão, crianças obesas, jovens acima do peso.

Em seguida, foi mostrado o filme “Muito além do peso”. Após a conclusão do vídeo foi aberto às falas dos alunos para ouvir as opiniões. Na medida em que os alunos foram dando suas opiniões, foram mostrados alguns poemas de autores específicos, como: Rubem Alves (Anexo G), Manoel de Barros (Anexo H), Machado de Assis (Anexo I), Ariano Suassuna (Anexo F), Clarice Lispector (Anexo J) João Cabral de Melo Neto (Anexo K), Paulo Freire (Anexo L) e outros autores, sobre a temática da fome, obesidade, industrialização e papel da mídia no dia-a-dia (Imagens 19-20). Foi discutido a opinião de cada autor e como cada poema está ligado ao nosso dia-a-dia tanto de maneira positiva, mas também como uma forma de crítica social da época.

Ao fim do trabalho, todos foram levados a refletir às diversas maneiras em que a EAN pode contribuir para o aprendizado (Imagem 21), acima de tudo, como a poesia pôde ser uma ferramenta fundamental de voz sem que necessariamente àquele precise falar, que o poeta não é aquele que sabe colocar palavras bonitas, mas sim, aquele que reflete tudo aquilo que sente independente de como escreve, em um pedaço branco de papel.

Ao término da atividade foi aplicado um questionário de avaliação aos estudantes para avaliar a motivação deles nas atividades desenvolvidas, a atividade mais apreciada, os comentários sobre os assuntos de nutrição trabalhados na escola e possíveis mudanças nos hábitos alimentares após as atividades. Por fim foi solicitado que os alunos se mobilizassem, para que, no último encontro fosse elaborada uma peça teatral que envolvesse o uso da poesia e sua relação com a nutrição e que seria apresentada para toda escola.

ENCONTRO V

Sarau: uma maneira prática de vivenciar a poesia

Por fim, o último encontro visou analisar o processo final de conhecimento dos discentes frente ao aprendizado dos encontros anteriores; a princípio, todos os estudantes precisavam participar da peça teatral expondo a poesia e a nutrição como método de enredo. Todos os participantes precisavam estar no mínimo por 5 minutos e era livre o processo de escolha do modo como iriam expor a poesia. Os estudantes, usaram de diversos clássicos brasileiros para expor a poesia e o processo de transição nutricional com o passar das décadas.

Na peça teatral foram expostas várias metodologias de poesia, desde o uso de poemas clássicos, como música, dança (Imagens 28-42). Ao fim, foram analisados pelos professores da disciplina de Biologia e Literatura sobre a peça e se atingiram às expectativas. O processo avaliativo baseou-se na multidisciplinaridade de assuntos correlacionados ao tema. Ao fim, todos receberam calorosas palmas de agradecimento e gratidão pelo trabalho bem realizado.

6 RESULTADOS

6.1 PERFIL DA POPULAÇÃO ESTUDADA

O estudo foi composto por 40 estudantes, na faixa entre 15 e 18 anos. A maioria era do sexo feminino (53,8%), tinha um consumo médio de três refeições ao dia (67,5%), exceto nos dias de aula integral. Em relação ao estado nutricional, 7,0% estavam com desnutrição e 4,0% com risco de sobrepeso (Tabela 1). Em relação ao preparo dos alimentos, apenas 20% dos alunos relataram preparar seu alimento em pelo menos uma das refeições. Cerca de 85% dos meninos relataram não preparar seu alimento.

Tabela 1 - Perfil da população estudada. EREM Monsenhor João Rodrigues de Carvalho, Escada – PE. 2019

Variáveis	Total (N)	%
Sexo		
Feminino	22	53,8
Masculino	18	46,2
Idade (em anos)		
15 – 16	23	57,6
17 – 18	17	42,4
Estado nutricional (IMC/I)		
Desnutrição	4	7,0
Eutrofia	33	89,0
Risco de sobrepeso	3	4,0
Participação na preparação das refeições		
Participa	10	20,0
Não participa	30	80,0
Quantidade de refeições por dia		
Duas	2	8,0
Três	27	67,5
Três ou mais		24,5

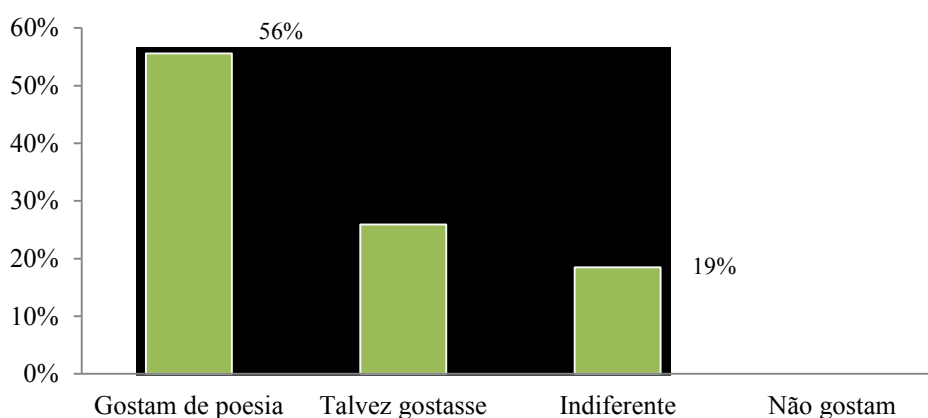
Fonte: MELO, E. E. M., 2019.

6.2 PERFIL DOS DISCENTES RELATIVOS AO CONTATO COM A POESIA

Cerca de 55,6% relataram gostar da poesia (não foi mencionado se apreciavam o processo poético e/ou leitores assíduos ou se apenas tinham empatia com o conteúdo), 25,9% relataram que “talvez” gostasse dos textos literários e 18,5% se mantiveram indiferentes (Gráfico 1).

Quando questionados sobre a facilidade de ler um texto poético, 50% relataram sentir dificuldades na leitura. Quando submetidos a um exemplo de poema 80% conseguiram acertar quanto ao gênero da poesia. Em relação a importância da poesia, 65,4% relataram que “talvez” seriam importantes. Em relação ao contato com a poesia no colégio, 80% dos alunos afirmaram que já tiveram contato no ensino médio com poemas ou questões relacionadas, contudo 69% dos adolescentes assumiram não ter desenvolvido consciência crítica sobre aspectos sociais através da análise dos poemas. E os estudantes nunca tiveram contato com a poesia como estratégia de ensino sobre alimentação saudável.

Gráfico 1 – Distribuição da aceitabilidade do uso e compreensão da poesia por parte dos alunos do 2ºB no EREM Monsenhor João Rodrigues de Carvalho. Escada – PE. 2019



Fonte: MELO, E. E. M., 2019.

6.3 CONSUMO ALIMENTAR DOS ESTUDANTES

No que se refere aos hábitos alimentares, percebe-se que o consumo diário dos estudantes se constituiu majoritariamente pelos seguintes alimentos: carne (100%), caldos e

temperos industrializados (85%), embutidos (82%), leite (80%), frutas (75%), biscoito (70%), bolacha (70%), feijão (70%), ovos (60%), achocolatado (40%), batata doce (40%), inhame (40%), macaxeira (40%), suco de frutas (40%), e verduras (40%) (Tabela 2).

Tabela 2 – Distribuição da frequência do consumo alimentar segundo grupo de alimentos de adolescentes escolares. EREM Monsenhor João Rodrigues de Carvalho, Escada – PE, 2019

Alimentos	Nunca (%)	Raramente (%)	Frequentemente (%)		Diariamente (%)	
		<1x mês/1-3x mês	1x Sem	2-4x Sem	1x dia	2x dia
Raízes e tubérculos						
Batata doce	-	-	25	35	40	-
Inhame	-	-	15	45	40	-
Macaxeira	-	-	20	40	40	-
Verduras	10	-	10	40	40	-
Legumes	30	-	20	30	20	-
Frutas	10	-	10	-	70	5
Leguminosas						
Feijão	10	-	-	20	70	-
Carnes e ovos						
Carne	-	-	-	-	10	90
Embutidos	-	-	-	18	42	50
Ovo	-	-	10	30	60	-
Leite e derivados						
Leite	5	15	-	-	80	-
Queijo	12	-	18	40	30	-
Bebidas						
Refrigerante	5	20	20	35	20	-
Suco artificial	35	-	25	40	-	-
Suco de fruta	-	-	-	60	40	-
Enlatados	60	10	-	30	-	-
Diversos						
Achocolatado	20	-	-	40	10	30
Batata frita	20	60	20	-	-	-
Biscoito	10	-	-	20	50	20
Bolacha	10	-	-	20	50	20
Cachorro quente	20	60	20	20	-	-
Caldos e temperos industrializados	-	-	-	5	40	45
Chocolate	10	-	10	40	30	10
Doces e balas	10	-	10	50	20	10
Hambúrguer	20	60	20	20	-	-
Macarrão instantâneo	20	30	10	40	-	-
Molhos prontos	10	30	10	10	20	20
Pizza	20	60	20	-	-	-

Fonte: MELO, E. E. M., 2019.

Em relação a frequência de consumo das principais refeições diárias, verificou-se que 54,5% dos estudantes realizam o café da manhã, 81,8% o almoço e 68,2% o jantar na Em relação ao consumo de lanches no período regular e integral, apenas 20% fazem a colação, enquanto 40% consomem lanches da tarde (Tabela 3).

Tabela 3 – Distribuição da frequência do consumo alimentar segundo às refeições diárias em adolescentes do EREM Monsenhor João Rodrigues de Carvalho, Escada – PE, 2019

Refeição	Nunca (%)	Raramente (%)	Frequentemente (%)	Diariamente (%)
Café da manhã	5,0	15,0	25,5	54,5
Colação	-	19,2	60,0	20,8
Almoço	-	-	18,2	81,8
Lanche da tarde	10,0	20,0	20,0	40,0
Jantar	10,0	11,8	10,0	68,2
Ceia	30,0	10,0	20,0	40,0

Fonte: MELO, E. E. M., 2019.

Atividade	Resultados esperados	Resultados das atividades	Comentários
ENCONTRO I			
Tema I – Alimentação: Comer é importante? E você, como come?	Compreensão da importância da alimentação; reconhecimento dos principais componentes dos alimentos; compreensão dos efeitos de uma má alimentação e formação de autocritica sobre o atual consumo alimentar.	Os jovens se mostraram bastante interessados no conteúdo abordado. Puderam aprender sobre os principais grupos alimentares, reconhecer e questionar sobre a importância dos alimentos, tiraram algumas dúvidas relativas à alimentação e de que maneira inicialmente poderiam criar pratos saudáveis.	Embora fossem considerados pela escola como a “pior turma”, os alunos se mostraram inteiramente participativos do debate inicial sobre o que é alimentação saudável. Um dos pontos mais notáveis foram as perguntas aparentemente fáceis, mas que ainda geravam dúvidas, como: “É verdade que manga com leite mata?”, “Refrigerante tem muito açúcar?”, “Posso comer feijão e arroz sem medo de engordar?”
Tema II – Da desnutrição à obesidade: O que sabemos sobre elas e o que podemos fazer para combatê-las?	Compreensão das alterações que acontecem em indivíduos obesos e desnutridos e reconhecimento dos métodos de intervenção que auxiliem no combate à obesidade e desnutrição.	Através da atividade, os alunos passaram a compreender o processo etiológico da desnutrição e obesidade – ampliando a análise de que os fatores que ocasionam todo processo de formação tanto da obesidade quanto da desnutrição, são, de maneira geral, multifatorial e que os efeitos dessas condições podem gerar efeitos avassaladores, tanto do ponto de vista morfológico como também na formação futura de transtornos alimentares. Puderam também analisar como a EAN pode ser utilizada nesse contexto.	Usar a ferramenta da poesia como mediação do conhecimento nutricional foi imprescindível na elaboração da aula. Através dos poemas expostos que relacionavam situações distintas (sobre obesidade e desnutrição) os alunos puderam não apenas interpretar o eu-lírico ou temática do poema, como também já puderam analisar a relação dos poetas com o combate aos problemas sociais da época.
ENCONTRO II			
Tema I – Mídia e alimentação: temos poder sobre ela ou ela já se apoderou de nós?	Compreensão da função do meio ambiente nas escolhas pessoais; constatação de forma crítica do papel da mídia no aspecto sociocultural e compreensão da influencia da mídia nas escolhas alimentares.	Foi uma das atividades em que mais houve participação dos jovens tanto no processo dos questionamentos quanto nas respostas e comentários sobre seu dia-a-dia. Houve um espanto evidente quando apresentado as proporções de açúcares simples, gorduras e sódio nos alimentos comumente consumidos. Os alunos passaram a identificar e reconhecer a quantidade de compostos nos alimentos	Chamou atenção um comentário de uma aluna que questionou: - “Como algo (alimento) que nos mantinha vivo, hoje é o que mais mata?”

		industrializados e seus efeitos.	
Tema II – Bullying: Como esse problema está ligado à nutrição?	Compreensão do <i>Bullying</i> como uma problemática atual e suas consequências na formação do indivíduo; adoção de atitudes de respeito com o próximo e percepção da importância de ter um bom convívio social, de conhecer valores e regras.	Os alunos se mostraram bastante interessados no conteúdo, argumentaram acontecimentos dia a dia, o fato de alguns terem sido vítimas de preconceitos com pais, amigos e até com colegas da própria sala e por ter desenvolvido compulsão alimentar em função deste problema. O desenvolvimento da atividade foi muito produtivo. Os próprios discentes passaram a participar da elaboração dos cartazes integralmente. Todos elaboraram textos de respeito ao próximo e a si. Relataram, também, alguns casos de pessoas que desenvolveram transtornos derivados dos constantes preconceitos da infância. Uma das alunas, inclusive, relatou seu caso pessoal de desenvolvimento da anorexia.	Em uma das apresentações, um dos alunos ficou demasiadamente comovido pelo fato de ser homossexual e a sua aceitação não apenas corporal, mas também de gênero por muito tempo foi tida como inaceitável em casa, com o passar dos dias, o mesmo relatou que tomou iniciativa para assumir-se e foi bem aceito. Outra discente, afirmou ter sido vítima de agressões verbais do próprio namorado por não estar sob os padrões “aceitáveis por ele”, segundo ela, a aula foi motivadora para que ela acabasse com o relacionamento abusivo.
ENCONTRO III			
Tema I – O que é a poesia? Qual sua função	Compreensão da função da poesia no meio social, da beleza dos poemas e sua interpretação e como a poesia se relaciona com a EAN.	Mesmo sendo alvo de críticas sobre não terem tido contato antes com a poesia da maneira que foi elaborada na apresentação, os alunos pareceram bastante participativos. A maturidade na maneira de responder às perguntas foram bastante evidentes quando comparados com os encontros anteriores.	Todo processo de elaboração da poesia foi demasiadamente interessante. A pureza no momento da elaboração dos textos e uso de palavras mais complexas só ressaltam o fato de que os discentes já tinham maior adaptabilidade e contato com a poesia e a relação com alimentação.
ENCONTRO IV			
Tema I - Como a poesia se liga aos alimentos?	Educar de forma alternativa aspectos nutricionais da alimentação dos adolescentes usando uma via artística (poesia) como ferramenta pedagógica mediadora.	Os jovens se demonstraram bastante interessados no conteúdo que foi abordado. Puderam reconhecer sobre a interação entre a poesia e nutrição. De que maneira os poemas refletem sobre a evolução nutricional e o quanto os autores criticavam socialmente a fome e o desperdício com o seguimento das gerações.	O processo de maturidade era unânime na sala. Jovens que nunca tiveram contato com a poesia ou que acreditavam que era “coisa de mulher” estavam empenhados nas ações relativas à aula.
ENCONTRO V			

Sarau: uma maneira prática de vivenciar a poesia	Contribuir para que os alunos conheçam e utilizem elementos constituídos da linguagem de forma reflexiva e funcional, sendo caracterizado como um evento onde as pessoas se encontram para se expressarem ou se manifestarem artisticamente o que foi aprendido sobre a poesia e educação nutricional	A eficiência e destreza da peça teatral foi deveras eminente. Foi possível analisar a relação das atividades em diversas nuances com o passar do desenvolvimento da peça. Os alunos puderam compreender na prática como os alimentos têm poder sobre o indivíduo com o passar das gerações, e, acima de tudo, transparecer todo o aprendizado para os alunos que assistiam à peça.	Foi bastante satisfatório acompanhar o processo de evolução dos discentes com o passar das práticas. O processo de maturidade na interpretação, compreensão e destreza na produção de poemas foi muito evidente. Vários discentes tiveram a oportunidade de criar e mostrar o trabalho artístico da poesia.
---	--	---	--

Fonte: MELO, E. E. M., 2019.

7 DISCUSSÃO

No presente estudo ao analisar o consumo alimentar dos estudantes, nota-se uma alimentação com baixo consumo de frutas, verduras e legumes associados ao elevado consumo de produtos industrializados. De acordo com a World Health Organization (2003) a maneira de se alimentar nos últimos tempos é considerado um dos fatores contribuintes para o aumento de doenças crônicas como: diabetes, dislipidemias, cânceres e doenças psicossomáticas. E esse padrão da alimentação está entre os dez principais fatores de risco para a carga total global de doença em todo o mundo (OMS, 2002).

No que tange ao consumo das refeições, embora a maioria dos estudantes tenham afirmado que regularmente consumiam as duas principais (almoço e jantar) - principalmente nos dias de ensino integral, a frequência de alunos que referem tomar café da manhã é um pouco mais da metade. Os fatores podem estar associados ao curto período entre o acordar e ir à escola, falta de apetite ou pelas condições econômicas em preparar essa refeição matinal (RAMPERSAUD, 2006; SONG, 2005; STURION, 2005).

Berkey *et al* (2003) apontam que o consumo frequente e adequado do café da manhã pode melhorar o poder de saciedade do comensal e, assim, reduzir a quantidade calórica total ingerida durante o dia; em especial, limitar o consumo de lanches calóricos por crianças e adolescentes ao longo da jornada. No Brasil, Gauche *et al* (2006) ao analisarem os ritmos circadianos de consumo de lanches e refeições em adultos, constatam que diminuição da frequência das três principais refeições – café da manhã, almoço e jantar – sugerindo que essas refeições podem estar sendo substituídas por pequenos lanches durante o dia.

Embora não seja o objetivo do presente estudo foi possível verificar uma baixa frequência do consumo da merenda oferecida pela escola. Os estudantes preferem a compra de produtos processados e ultraprocessados e de rápido consumo, como: coxinha, cachorro quente, pipocas, doces, fator que, segundo Rossi *et al* (2019), é um dos grandes causadores tanto dos distúrbios nutricionais, como desnutrição, obesidade e anemia em estudantes de ensino integral.

Nessa mesma perspectiva, notou-se o baixo contato dos adolescentes com a cozinha, 80% dos adolescentes nunca tiveram contato com a preparação dos alimentos. Segundo Voz (2010), cozinhar é o ato de amar os outros e amar a si. A cozinha vai muito além de preparos e receber nutrientes. Cozinhar é tecer um manto de aromas, é orquestrar uma sinfonia de gostos, cores e sabores. O ato de preparar seu alimento garante autonomia e facilita a reflexão.

O incentivo para a participação ativa e a ampliação da autonomia para as escolhas e práticas alimentares resultam na melhoria da capacidade de interpretação, e na capacidade de fazer escolhas sobre a própria vida.

A comida e o alimento como referências e autonomia são princípios referidos no Marco de Referência de EAN para as Políticas Públicas que cita o fortalecimento da participação ativa e a ampliação dos graus de autonomia, para as escolhas e para as práticas alimentares implicando, por um lado, o aumento da capacidade de interpretação e a análise do sujeito sobre si e sobre o mundo e, complementarmente, a capacidade de fazer escolhas, governar, transformar e produzir a própria vida (BRASIL, 2012; BRASIL, 2018). Saber preparar o próprio alimento permite praticar as informações técnicas, facilita a reflexão e o exercício das dimensões sensoriais, cognitivas e simbólicas da alimentação e amplia, ainda, o conjunto de possibilidades dos indivíduos (DAMATA, 1987).

Outro fator verificado foi o baixo contato dos estudantes com textos literários, tal achado exhibe o reflexo de uma sociedade que historicamente não valoriza a arte em suas várias formas, logo, mediar o conhecimento nutricional através da ferramenta artístico-pedagógica, como a poesia, é algo que vai além de mostrar a importância de se alimentar bem, pois promove a sensibilização dos indivíduos por parte da arte. Voltaire (2006) diz que “não obstante, a poesia por si só é capaz de mobilizar, construir alicerces de sabedoria, mas com o diferencial da metáfora. ”

De acordo com os dados obtidos através das atividades de EAN, verificou-se que foi potencializada a construção do conhecimento acerca de alimentação, nutrição e hábitos que compõe um estilo de vida saudável, a partir do uso da ludicidade nas práticas educativas. Segundo Paulo Freire (1983), em sua obra *Pedagogia da Autonomia*, relata que: “Saber ensinar não é apenas transferir conhecimento, mas criar as possibilidades para sua própria produção e construção”, a poesia é uma maneira ímpar de aprendizado, pois unifica e sensibiliza o jovem a ver o mundo real de maneira metafórica.

O processo lúdico envolvido na poesia está na gênese do pensamento, da descoberta de si mesmo, da possibilidade de (re) criar o mundo e é através dele que os adolescentes entram em espaço cheio de magia e sonhos, sendo uma prática social constante na formação do indivíduo. A poesia é, sobretudo, sentimento. A partir dessa ferramenta de metodologia ativa, os alunos aprendem com mais prazer e alegria, o que potencializa seu desenvolvimento cognitivo, afetivo e social, visto que envolve a emoção ao processo de aprendizagem (COUTO; REIS, 2018; SIMÃO; POLETO, 2019).

Na atividade inicial “Alimentação: Comer é importante? E você? Como come? ” Através do contato inicial com a poesia, eles puderam interpretar o que autores de épocas diferentes e contextos diferentes abordavam (alguns sobre a fome e outros sobre obesidade). Josué de Castro, em seu livro *Geografia da fome* (1964), expõe sua admiração a autores como Rachel de Queiroz, Euclides da Cunha, Rodolfo Teófilo por serem autores que retratam o contexto social da época através de seus romances poéticos e concilia a poesia como uma maneira de ensinar história. Assim, foi crucial o papel do primeiro contato com a poesia não só como fator de aprendizado sobre os alimentos, mas também como um instrumento de entender sobre nosso passado, presente e futuro.

Nessa mesma perspectiva, Silva *et al* (2013), ao realizar um estudo comparativo entre duas escolas no Rio de Janeiro, constataram que na escola intervenção onde as atividades de EAN foram realizadas com uma abordagem lúdico-didática, os resultados obtidos sobre a construção do conhecimento de uma alimentação saudável foram significativamente maiores que na escola controle com ausência da ferramenta lúdica. De maneira análoga, Lidyane *et al* (2012) através da ferramenta poética de autores como Cecília Meireles e Rachel de Queiroz em sala de aula na Zona Rural da Paraíba mostrou-se que o incentivo à leitura poética, envolveram os alunos e despertou diversos interesses e emoções, ampliando sua visão de mundo.

Nos encontros posteriores, como o da “Mídia e Alimentação e *Bullying*”, os discentes puderam compreender a complexidade das doenças psicossomáticas associadas ao corpo e o quão devastador é suas reações na formação dos transtornos alimentares. De acordo com Abreu *et al* (2013), dentre os fatores de risco para os transtornos alimentares, destacaram-se a mídia e os ambientes social e familiar, onde o *bullying* tem sido um dos fatores associados ao desenvolvimento do comportamento alimentar e de seus transtornos, a anorexia e a bulimia nervosa e os transtornos alimentares não especificados. E o contato com a poesia, não apenas despertou o senso poético criativo nos grupos, como também foi uma peça chave para que cada um expusesse ações contra o preconceito inserido em determinados grupos sociais e estimulados, sobretudo, pelo poder midiático.

Com os encontros de “O que é poesia” e “Como a poesia se liga aos alimentos? ” Os alunos tiveram o contato inicial com expressões e conceitos como: eu-lírico, poeta, poema, rimas, estrofes, lirismo. De acordo com o Índice de Desenvolvimento da Educação Básica – IDEB (2013) 88% dos adolescentes não conseguiam apontar a ideia principal de uma crônica ou de um poema. O contato inicial com os conceitos básicos dos poemas foi crucial para aprimorar o entendimento e o poder da poesia, não apenas como modo de apreciação ao estilo

literário, mas também consolidar a reflexão de como os poetas, através dos seus poemas, eram críticos da sociedade da época. E que o poeta é, sobretudo, aquele que esboça seus sentimentos através de versos. Refletiram, de como poesia pode ser uma estratégia para a compreensão da transição nutricional, se a fome era o que estimulava João Cabral e Josué de Castro, hoje, a obesidade instigava e instiga poetas como Clarice Lispector, José Alves e eu. E, sobretudo, a poesia é a maneira que o poeta tem voz e de que a voz não se baseia na fala por si só. A voz está na música, no teatro, na poesia, na dança, e, que, não importa a maneira no qual teremos voz desde que tenhamos uma maneira.

O sarau de literário foi capaz de ressignificar as práticas pedagógicas, demonstrando que pode ser uma estratégia didática, pois a cadência ritmada que apresentou, desperta maior interesse pela leitura e escrita, favorecendo o processo de ensino e aprendizagem dos educandos. Portanto, foi uma estratégia de extrema importância. Esse processo não se resumiu apenas a “analisar o resultado final de todos os encontros” mas estendeu ao processo de “liberdade” artística da sala. Foi o caminho percorrido com a perspectiva de fortalecer a leitura, escrita, rescrita, interpretação de mundo e revelando que o conhecimento não se faz de maneira isolada e colocando os educandos como protagonistas do processo de ensino aprendizagem tão defendido por Freire (*Educação como prática de liberdade* de Paulo Freire, 1972).

A partir dos dados expostos, observa-se que o aprendizado acerca da alimentação e nutrição foi potencializado, na medida que os encontros levaram os adolescentes a refletir sobre suas práticas e escolhas. E ainda, foi notório a importância do processo poético em toda formação e ressignificação dos hábitos alimentares desse grupo, haja vista, com a escassez de estratégias como esta (poesia) principalmente em se tratando de uma estratégia de EAN manteve tantos retornos positivos, uma vez que a abordagem diferenciada sobre alimentação saudável de uma forma que desperta o interesse dos alunos pode favorecer o empoderamento e autonomia do sujeito sobre seus hábitos alimentares e melhores condições de qualidade de vida. Paulo Freire vive!

8 CONCLUSÃO

O presente estudo demonstrou que os adolescentes apresentaram um elevado consumo de produtos industrializados. Foi possível verificar que as atividades de EAN desenvolvidas com o uso da poesia puderam contribuir de maneira positiva para que os adolescentes compreendessem a importância da alimentação saudável e sustentável para promoção da saúde dos próprios adolescentes, tendo em vista que houve uma sensibilização sobre o advento e evolução das DCNT e a importância da adoção de hábitos alimentares saudáveis.

O uso da poesia como estratégia de EAN foi de suma importância para os adolescentes, uma vez que não apenas despertou o interesse pela via poética e elaboração de poemas, como também construiu a formação baseada em Paulo Freire da “educação alternativa” como método crucial na formação e consolidação do aprendizado. A poesia vai além da métrica dos versos e construção de rimas, mas também é uma maneira louvável de criticidade e reflexão proposta pelos poetas sobre a época em que vivem. Sabendo-se que as experiências vividas na infância e adolescência impactam na vida adulta, é de fundamental importância a promoção da EAN de forma contínua e permanente associada às práticas de atividade física no ambiente escolar para formação de hábitos saudáveis e a construção de valores humanos, como preconizado no Marco de EAN para as Políticas Públicas (2012).

REFERÊNCIAS

- BATISTA FILHO, Malaquias; RISSIN, Anete. A transição nutricional no Brasil: tendências regionais e temporais. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 19, supl. 1, p. S181-S191, 2003.
- BERTON, P.; ESPIRITO SANTO, L.K.R.; MARIN, T. Educação Nutricional e Alimentar: por uma correta formação de hábitos alimentares. **Revista F@ciencia**, Apucarana, v.31, n.7, p.7279, 2009.
- BICKHAM, D.S, BLOOD, E.A, WALLS, C.E, SHRIER, L.A, RICH, M. Characteristics of screen media use associated with higher BMI in young adolescents. **Pediatrics**, Elk Grove Village IL, v. 131, n. 5, p. 935-941, 2013.
- BOOG MCF. Educação nutricional: passado, presente e futuro. **Rev Nutr.**, Campinas, v. 10, n. 5, p. 5-19, 1997.
- BOOG, MCF et al. Utilização de vídeo como estratégia de educação nutricional para adolescentes: comer... o fruto ou o produto? **Rev. Nutr.**, Campinas, v. 16, n. 3, p. 281-293, 2003.
- BRASIL. Ministério da Saúde. A promoção da saúde no contexto escolar. **Rev Saúde Pública**, São Paulo, v. 36, n. 4, p. 533-5, ago. 2002. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89102002000400022. Acesso em: 17 nov. 2019.
- BRASIL. **Ministério da Saúde. Avaliação de Efetividade de Programas de Atividade Física no Brasil**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2011.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional - SISVAN: **Relatório do Estado Nutricional de adolescentes no Brasil**. Brasília: Ministério da Saúde, Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional – SISVAN 2016. Disponível em: dabsistemas.saude.gov.br/sistemas/sisvan. Acesso em: 25 de novembro de 2019.
- BRASIL. Centro Brasileiro de Estudos da Saúde. Atenção Básica – Construindo a Base da Integralidade. **Revista de Divulgação em Saúde para Debate**, Rio de Janeiro, n. Disponível em: <<http://cebes.org.br/site/wpcontent/uploads/2014/12/Divulgacao-51.pdf>>. Acesso em: 25 fev. 2019.
- BRASIL. Ministério da Educação. PNAE - **Programa Nacional de Alimentação Escolar. Portal do FNDE**. Brasília: Ministério da Educação, 2017©.
- COHEN, J. **Estrutura da linguagem poética**. São Paulo: Editora Cultrix, 1974.
- FERNANDES, F. M. **Alimentação e nutrição entre escolares**: caso dos alunos de uma escola do município, Vitória – ES. 2006. 49 f. Monografia (Especialização em Nutrição Clínica) - Curso de Pós-Graduação em Nutrição Clínica, Universidade Veiga de Almeida, Vitória, 2006.

PESSOA, F. P. **“O Guardador de Rebanhos” In Poemas de Alberto Caeiro**. Lisboa: Ática. 1946 (10ª ed. 1993). p. 21.

FLORES, Larissa S. et al. Tendência do baixo peso, sobrepeso e obesidade de crianças e adolescentes brasileiros. **Jornal de Pediatria**, Rio de Janeiro, v. 89, n. 5, p. 456-461, 2013.

FRANÇA, CJ E CARVALHO, VCHS. Estratégias de educação alimentar e nutricional na atenção primária à saúde: uma revisão da literatura. **Saúde debate** , v. 41, n.114, 2017.

GUERRA, L., Diálogo entre a neurociência e a educação: da euforia aos desafios e possibilidades. **Interlocução**. Minas Gerais, v.4, n. 4, p. 3-12, jun. 2011.

HENRY, J. **Shakespeare and Wordsworth boost the brain, new research reveals**. The Telegraph, Science News, 13 jan. 2013.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA **Antropometria e estado nutricional de crianças, adolescentes e adultos no Brasil: Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009**. Rio de Janeiro: IBGE, 2010.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Pesquisa de orçamentos familiares 2008-2009: tabelas de composição nutricional dos alimentos consumidos no Brasil**. Rio de Janeiro: IBGE, 2010.

LIMA, E. S. **Mal de fome e não de raça: gênese, constituição e ação política da educação alimentar, 1934-1946**. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2000.

LUZ, V. G. Transição nutricional frente à modernidade: os desafios para os profissionais da saúde. **Interbio**, Dourados, v. 10, n. 1, p. 3-4, 2016.

MAIA, VB da S.; VERAS, André Bastos; DE SOUZA FILHO, Manoel Dias. Pressão arterial, excesso de peso e nível de atividade física em estudantes de universidade pública. **Arq Bras Cardiol**, São Paulo, v. 95, n. 2, p. 192-199, 2010.

MOLINA, B. et al. Hipertensão arterial e consumo de sal em população urbana. **Revista de Saúde Pública**. São Paulo, v. 37, n. 6, p. 743-750. 2003.

MONTEIRO, Carlos Augusto et al. A new classification of foods based on the extent and purpose of their processing. **Cadernos de saude publica**, Rio de Janeiro, v. 26, p. 2039-2049, 2010.

MUNIZ, Ludmila Correa et al. Fatores de risco comportamentais acumulados para doenças cardiovasculares no sul do Brasil. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 46, p. 534-542, 2012.

OEHLSCHLAEGGER, Maria Helena Klee et al. Prevalência e fatores associados ao sedentarismo em adolescentes de área urbana. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo v. 38, p. 157-163, 2004.

ONIS, M. D.; FRONGILLO, E. A.; BLÖSSNER, M. Is malnutrition declining? An analysis of changes in levels of child malnutrition since 1980. **Bulletin of the World Health Organization**, Geneva, v. 78, n.10, p. 1222-1233. 2000.

PANTANO, T; ZORZI, J. L. (Org). **Neurociência Aplicada a Aprendizagem**. São José dos Campos: Pulso Editorial, 2009.

PARIZZI, Márcia Rocha et al. Abordagem interdisciplinar do adolescente obeso com ênfase nos aspectos psicossociais e nutricionais. **Rev Med**, Minas Gerais, v. 18, n. 4 Suppl 1, p. S154-S160, 2008.

PAZ, O. **O arco e a lira**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1982. PP 15-31

PEREIRA, P. D. R.; SCAGLIUSI, F. B.; BATISTA, S. H. S. D. S. Educação nutricional nas escolas: um estudo de revisão sistêmica. **Nutrire**, São Paulo, v.36, n.3, p. 109-129, 2011.

DOS SANTOS, Diana Souza et al. Transição nutricional na adolescência: uma abordagem dos últimos 10 anos. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, Campinas, n. 20, p. e477-e477, 2019.

SANTOS, LAS. Educação alimentar e nutricional no contexto da promoção de práticas alimentares saudáveis. **Rev. Nutr.**, Campinas, v. 18, n. 5, p. 681-692, 2005

SISCAR, M. **A cisma da poesia brasileira**. Sibila, v.8/9, 2005.

SKINNER BF. **Tecnologia do ensino**. São Paulo: Herder, 1972.

SOPELSA, ORTELINA. **Dificuldades de Aprendizagem**: respostas em um atelier pedagógico. 2 ed. Porto Alegre: Edipucrs, 2000.

SOUSA, B. C *et al.* Hábitos alimentares de adolescentes quilombolas e não quilombolas da zona rural do semiárido baiano, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 24, n. 2, p. 419-430, 2019.

TRES, T. A. S. C. D.; IGUMA, A. O. A. A importância da poesia na formação do leitor. **Interletras**, [s.l.], v. 3, n 20, 2014/2015.

VOLTAIRE, Frases. **Kd Frases**. Disponível em: ><http://kdfrases.com/frase/141911>< Acesso em: 05 de junho de 2014.

VOLTAIRE. **Kd Frases**, 2006. Disponível em: <http://kdfrases.com/frase/141911>. Acesso em: 22 nov. 2019.

WASSILIWIZKY, E. et. Al. The emotional power of poetry: neural circuitry, psychophysiology, compositional principles. **Social CognitiveandAffective**. 2017.

WHO. World Health Organization. **Young People's Health - a Challenge for Society. Report of a WHO Study Group on Young People and Health for All**. Geneva: WHO, 1986. (Technical Report Series, 731).

ZAITUNE, Maria Paula do Amaral et al. Fatores associados ao sedentarismo no lazer em idosos, Campinas, São Paulo, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro v. 23, p. 1329-1338, 2007.

ZANCUL, M. D. S. **Consumo alimentar de alunos nas escolas de ensino fundamental em Ribeirão Preto**. 2004. 85f. Dissertação (Mestrado) – Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, 2004.

ANEXO A -TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

(PARA MAIORES DE 18 ANOS OU EMANCIPADOS - Resolução 466/12)

Convidamos o (a) Sr. (a) para participar como voluntário (a) da pesquisa: **“A POESIA COMO ESTRATÉGIA DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL PARA PROMOÇÃO DE HÁBITOS ALIMENTARES SAUDÁVEIS EM UMA ESCOLA NO MUNICÍPIO DE ESCADA/PE”**, que está sob a responsabilidade da pesquisadora Juliana Souza Oliveira, professora lotada no Centro Acadêmico de Vitória, Núcleo de Nutrição da UFPE, situado na Rua Alto do Reservatório, S/N – Bela Vista – CEP: 55608-680 - Vitória de Santo Antão-PE – cel. (81) 9 98861-3933 e (81) 3523-0670 (Secretaria do Centro Acadêmico de Nutrição – Vitória de Santo Antão – UFPE), e-mail: juliana_nutricao@yahoo.com.br. Após ser esclarecido (a) sobre as informações a seguir, caso aceite em fazer parte do estudo, rubrique as folhas e assine ao final deste documento, que está em duas vias. Uma delas é sua e a outra é do pesquisador responsável. Em caso de recusa o (a) Sr. (a) não será penalizado (a) de forma alguma. Também garantimos que o (a) Senhor (a) tem o direito de retirar o consentimento da sua participação em qualquer fase da pesquisa, sem qualquer penalidade.

INFORMAÇÕES SOBRE A PESQUISA:

O objetivo desse estudo é avaliar o cultivo e o consumo de alimentos orgânicos com as crianças escolares do assentamento Cícero Gomes da zona da mata sul pernambucana. A pesquisa contribui para estudos sobre o perfil de ingestão alimentar das crianças, permitindo desenvolver ações de educação nutricional que contribuam para o incentivo à produção e consumo de alimentos orgânicos.

No dia marcado para a realização das visitas, será aplicado um questionário de frequência alimentar para identificar o perfil de ingestão alimentar das crianças.

A pesquisa oferecerá risco mínimo relacionado ao possível constrangimento durante a coleta dos dados através das perguntas que serão feitas baseadas no questionário. Como benefício você receberá informações sobre o seu comportamento alimentar e orientações sobre a sua alimentação e nutrição.

As informações desta pesquisa serão confidenciais e serão divulgadas apenas em eventos ou publicações científicas, não havendo identificação dos voluntários, a não ser entre os responsáveis pelo estudo, sendo assegurado o sigilo sobre a sua participação. Os dados coletados nesta pesquisa ficarão armazenados em pastas de arquivo e em arquivos digitais no

computador pessoal, sob a responsabilidade do pesquisador principal. O (a) senhor (a) não pagará nada para participar desta pesquisa.

(Assinatura do pesquisador)

ANEXO B – CONSENTIMENTO DA PARTICIPAÇÃO COMO VOLUNTÁRIO (A)

Eu, _____,
CPF _____, abaixo assinado, após a leitura (ou a escuta da leitura) deste documento e de ter tido a oportunidade de conversar e ter esclarecido as minhas dúvidas com o pesquisador responsável, concordo em participar do estudo: **“APOESIA COMO ESTRATÉGIA DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL PARA PROMOÇÃO DE HÁBITOS ALIMENTARES SAUDÁVEIS EM UMA ESCOLA NO MUNICÍPIO DE ESCADA/PE”**, como voluntário(a). Fui devidamente informado (a) e esclarecido (a) pelo (a) pesquisador (a) sobre a importância da pesquisa a ser realizada, seus objetivos e procedimentos necessários para obtenção das informações bem como os riscos mínimos relacionados a pesquisa e os benefícios decorrentes de minha participação . Foi-me garantido que posso retirar o meu consentimento a qualquer momento, sem que isto leve a qualquer penalidade (ou interrupção de meu acompanhamento/ assistência/tratamento).

Local e data: _____

Assinatura do participante: _____

ANEXO C**O BICHO**

Vi ontem um bicho
 Na imundice do pátio
 Catando comida entre os detritos.
 Quando achava alguma coisa;
 Não examinava nem cheirava:
 Engolia com voracidade.
 O bicho não era um cão,
 Não era um gato,
 Não era um rato.
 O bicho, meu Deus, era um homem.
Manuel Bandeira. Rio, 27 de dezembro de 1947.

ANEXO D**MENINO LEVADO**

Avistei João de longe,
 Comia com voracidade seu alimento
 Quando pediam, João fazia bico
 Chorava
 Esperneava
 João não sabia o que era saciedade
 Não sabia o que era fome
 João só comia
 E crescia
 E chorava
 João pesava 90 kilos
 E tinha 10 anos de idade.
MELO, Elianderson, 2019

ANEXO E**EU, ETIQUETA**

Em minha calça está grudado um nome
 que não é meu de batismo ou de cartório,
 um nome... estranho.
 Meu blusão traz lembrete de bebida
 que jamais pus na boca, nesta vida.
 Em minha camiseta, a marca de cigarro
 que não fumo, até hoje não fumei.
 Minhas meias falam de produto
 que nunca experimentei
 mas são comunicados a meus pés.
 Meu tênis é proclama colorido

de alguma coisa não provada
 por este provador de longa idade.
 Meu lenço, meu relógio, meu chaveiro,
 minha gravata e cinto e escova e pente,
 meu copo, minha xícara,
 minha toalha de banho e sabonete,
 meu isso, meu aquilo,
 desde a cabeça ao bico dos sapatos,
 são mensagens,
 letras falantes,
 gritos visuais,
 ordens de uso, abuso, reincidência,
 costume, hábito, premência,
 indispensabilidade,
 e fazem de mim homem-anúncio itinerante,
 escravo da matéria anunciada.
 Estou, estou na moda.
 É doce estar na moda, ainda que a moda
 seja negar minha identidade,
 trocá-la por mil, açambarcando
 todas as marcas registradas,
 todos os logotipos do mercado.
 Com que inocência demito-me de ser
 eu que antes era e me sabia
 tão diverso de outros, tão mim-mesmo,
 ser pensante, sentinte e solidário
 com outros seres diversos e conscientes
 de sua humana, invencível condição.
 Agora sou anúncio,
 ora vulgar ora bizarro,
 em língua nacional ou em qualquer língua
 (qualquer, principalmente).
 E nisto me comprazo, tiro glória
 de minha anulação.
 Não sou – vê lá – anúncio contratado.
 Eu é que mimosamente pago
 para anunciar, para vender
 em bares festas praias pérgulas piscinas,
 e bem à vista exibo esta etiqueta
 global no corpo que desiste
 de ser veste e sandália de uma essência
 tão viva, independente,
 que moda ou suborno algum a compromete.
 Onde terei jogado fora
 meu gosto e capacidade de escolher,
 minhas idiossincrasias tão pessoais,
 tão minhas que no rosto se espelhavam,
 e cada gesto, cada olhar,
 cada vinco da roupa
 resumia uma estética?

Hoje sou costurado, sou tecido,
 sou gravado de forma universal,
 saio da estampa, não de casa,
 da vitrina me tiram, recolocam,
 objeto pulsante mas objeto
 que se oferece como signo de outros
 objetos estáticos, tarifados.
 Por me ostentar assim, tão orgulhoso
 de ser não eu, mas artigo industrial,
 peço que meu nome retifiquem.
 Já não me convém o título de homem.
 Meu nome novo é coisa.
 Eu sou a coisa, coisamente.
Carlos Drummond de Andrade

ANEXO F

A VIDA DE SEVERINO

Já dizia Fernando Pessoa
 O poeta é fingidor
 Mal sabia ele
 Que na escola do fingir
 O sertanejo quem é o doutor
 Finge pra seus filhos
 Que tudo vai bem
 Mas dentro da panela
 Não sobrou “farinha” para ninguém
 Sem nada na panela
 Mas com esperança no olhar
 O sertanejo pega sua enxada
 Pra seus filhos alimentar
 Aquele é Severino
 Um rapaz trabalhador
 Com 2 anos os pais “foi” morto
 Na verdade, Deus guardou
 Morreram de fome
 Sem saber o que fazer
 Severino foi jogado
 Quando ainda era bebê
 A vida agora mudou
 Diz o pobre Severino
 Quando vê o caminhão
 Trazendo comida pra seus “fio”
 O grande Severino
 Trabalha na sua pequena roça
 Sustenta uma mulher bonita
 E três filhos nas costas
 Severino não ganha muito

Mas não reclama da situação
Com sol, pés descalços, braços nus
Tira a macaxeira que colheu do chão
Ganha menos de um salário
Mas não reclama da vida
Quando chega o caminhão
Que ta cheio de comida
Ali tem leite, tem biscoito e um tal de achocolatado
Severino não tinha muito
Mas pagava com seus trocados
Todo mundo do sertão
Ficava de bucho grande
Com todos esses produtos
Que alegria constante!
Os meninos “corria” pro lado
Com uma tal de pipoca
Tinha de queijo, de presunto
Que coisa mais deliciosa
As “mulher” nem precisava
Do peito amamentar
Comprava um tal de leite “nin”
Botava seus filhos pra mamar
Severino era alegre
Com sua família de consideração
O acolheu quando era novo
E juntou ele com novos irmãos
Sua madrasta, a Maria santa
Lembrava do passado
Por não ter nada no bolso
As “vezi” comia farinha e barro
Maria santa era boa
Tinha um grande coração
Talvez era tão imenso
Que morreu de uma “ta” de hipertensão
Tudo tava diferente,
Ninguém sabia não
Porque todo velho tava morrendo
De doença do coração
Severino, me acuda!
Seu fio ta passando mal
O que houve, minha fia?
Qual foi o animal?
Animal feriu ele não
Dizia sua mulher, a bonita da Renata
Que chegava pra Severino
“Coi os zoio chei” de lágrima
E o que houve, “mulé”? O que aconteceu?
Severino, eles tão igual
Aos filhos do seu Romeu
Romeu, Givanildo e os filhos da metadeda cidade

Que “tavam” passando mal
 Com o que o povo não sabia
 Mas tinha muita curiosidade
 Nos acuda, Severino!
 Procura alguém que ajude
 Pega esse primeiro jegue
 E vai até o Santinho
 O tal do Yudi
 Yudi era um jovem médico
 Essa profissão o pessoal não sabia
 Mas chamavam ele de Santo
 Porque ajudava toda vila
 Yudi vinha da capital
 Ajudar o povo do sertão
 Mas voltava com pouco tempo
 Porque tinha muita ocupação
 Severino pegou o jegue
 E praticidade tentou partir
 Mas Severino, onde é a cidade?
 Deus ia lhe seguir
 Seguiu o caminhão
 Que trazia felicidade
 Que coisa mais estranha
 Por que tanta velocidade?
 Severino não tinha estudo
 Mas amava a natureza
 Severino era poeta
 Sem ter escrever nem uma letra
 Poetas são assim
 Não precisam recitar
 Eles têm uma magia estranha
 Dentro do olhar
 Severino amava o sertão
 E as coisas que haviam lá
 Por mais que sofresse tanto
 No sertãozinho de Bogodá
 O caminhão seguia na frente
 E Severino ia atrás
 Corre, burro, corre!
 Que o povo não aguenta mais
 Que é aquilo
 Meu Jesus
 Que lugar danado de cheio
 Tinha gente de todo tipo
 E só andava ligeiro
 Severino seguiu o carro
 Chegou num lugar estranho
 Era uma “ta” de indústria
 Que soltava fumaça por “uns cano”
 Sua moça, “prufavo”,

Preciso achar o santo “doto”
 O povo do meu sertão
 “Tão tudo” sentindo dor
 Uma moça arrumada
 Tava do lado de fora
 Gritando umas frases
 Naquela indústria grandiosa
 Severino não sabia
 O que ela queria falar
 “Era um tal de ultraprocessado”
 “Nós temo que eliminar”
 A moça olhou pra ele
 Severino ficou medo
 Olá, sertanejo, o que eu posso fazer?
 Não se assuste, por favor!
 Isso é um protesto
 Pra o povo não mais padecer
 Severino não sabia
 O que era protesto ou padecer,
 O que ela “ta” dizendo
 Eu “tô” sem entender
 Moça, o meu sertãozinho
 “Tá” passando por um furdunço
 As crianças tão doentes
 Doente tudo do bucho
 Sertanejo, me escute
 Me escute por favor
 Esse meu amigo é médico
 Vocês chamam de “doto”
 Severino ficou alegre
 Mal pode imaginar
 Viu que o homem era o santo Yudi
 Que o sertão ia ajudar
 Seu Yudi, “pru favo”
 Que bom que consegui lhe ver
 O meu povo ta sofrendo
 E ninguém sabe o por quê
 Severino, meu amigo
 Eu me lembro de você
 O que houve, “homi” macho
 Como posso te atender?
 Seu santinho, me ajude
 As crianças tão com um problemão
 E agora me lembrei
 Que os “veio” que me criei
 Tão morrendo de hipertensão
 Severino, eu entendo
 E por isso estamos aqui de plantão
 Representando o povo que padece
 E que a cada ano cresce

A morte por alimentação
 Severino ficou branco
 Não sabia o que fazer
 Como o alimento que chegava
 E que alegria contagiava
 Era o que fazia o povo morrer
 Severino, o sertanejo
 Não aceitava aquela verdade
 Lembrou até daquele painel
 Dizendo: “Abra a felicidade”
 Severino chorou
 Como chora um menino
 O pouco que recebia
 Usava pra matar seu filho
 Percebeu que na verdade
 Não era seu sertão
 Que era só o povo pobre
 Que morria de hipertensão
 Ouviu gritos sobre diabetes
 Glicose e AVC
 Observou que o mundo tava morrendo
 E ninguém queria perceber
 Percebeu que a fome matava
 Mas que comer também
 Percebeu que o mundo é sujo
 E que não liga pra ninguém
 Severino, o sertanejo
 Tinha o coração quebrado
 Com tanto alimento bom
 Mas sem qualidade no prato
 Daquela grande empresa
 O portão se abriu
 Um moço de gravata
 Naquela confusão surgiu
 Fiquem calmos, meus amigos
 Por que tanta confusão!? Eu vim pra vos ajudar
 E entender a situação
 Como pode, seu “doto”!
 Matar meu povo desse jeito
 Gritou o Severino
 Sem ter medo do sujeito
 Se acalme, sertanejo
 Não estamos matando ninguém
 Só vendemos o melhor produto
 Para que todos fiquem bem
 Tem pipoca, tem Nutella
 Tem a Coca e tem biscoito
 Tem pro rico, até pro pobre
 Veja só, mais que gostoso
 Severino, o doce é bom

O salgado é também
Você deve “ta” com fome
Não se estresse com ninguém
Eu sei que na sua vila
Mal tem televisão
Mas vejam quantas cores chegam
Naquele caminhão
Severino era analfabeto
Mas sabia o que era lábia
Aquele homem o enganava
Mas ele já sabia a farsa
Saia daqui, seu impostor
Já basta de iludir
Eu vou pegar o meu jeguinho
E com doutor Yudi vou partir
Não chegue na nossa vila
Com esse seu caminhão
Minha vila vai mudar
Melhorar a alimentação
Cansei dessa cidade
Para o sertão eu vou voltar
Seu Yudi “vamo” embora
O senhor precisa me ajudar
Severino partiu
Com o “dotô” do seu lado
Acreditava que toda a doença
Viraria um passado
Severino voltou pra casa
Pra trazer a notícia
De que o sertão tinha jeito
Que o problema era a comida
Chegou em casa devagar
E ouviu um choro da sua mulher
Renata, por que choras?
Sem nenhum motivo qualquer
Renata mal podia falar
Abraçou o Severino, tentou explicar
Mas sem nenhum sucesso
Só fazia soluçar
Severino olhou pro lado
E algo estranho ocorreu
Seu filho estava imóvel
O que foi que aconteceu?
Severino, meu amado
Não pude nada fazer
Seu filho morreu hoje
Antes do sol nascer
Atrás veio o santo Yudi
“Dotô”, cure meu filho!
Estenda suas mãos

Por favor, eu suplico
 Severino, meu amigo
 Nada posso fazer
 Seu filho morreu de obesidade
 Aquele tal de AVC
 Severino era um pai forte
 Mas nada pôde fazer
 Sentiu-se culpado
 Por aquilo que trazia pra comer
 Como uma indústria dessa
 Não tem controle na alimentação
 Diz que tem tanta coisa boa
 Mas levou minha criação
 Há muitos Severinos
 Com mães chamadas Marias
 Se João Cabral falava da fome
 A obesidade hoje é quem consome
 A vida das famílias
 Acabo esse verso hoje
 Demonstrando a força do sertanejo
 Que mesmo pobre em dinheiro
 Mas rico em felicidade
 Não deixa de lado seus desejos
 Sua esperança de igualdade
 Porque todo sonho alcançado
 Mesmo difícil de ser trilhado
 É mais forte que um rubi
 Mas como pode? Um pobre
 Na estrada da vida prosseguir?
 Foi aí que me lembrei
 Que mesmo com a camisa rasgada, sandália pregada
 Que todo pobre é muito forte
 E um dia irá conseguir
Elianderson Melo

ANEXO G

NÃO ME AFASTAR DE VOCÊ

Disseste tudo ao dizer:
 Quando a ausência de mim
 Fizer presença em meu ser,
 Visitarei a mim mesmo,
 Para não me afastar de você.
 Quando o peso do dever
 Em mim soterrar a alma
 Entre os escombros da vida,
 Quero flutuar qual pluma
 Na leve brisa da calma.
 Quando o dizer tiver o poder

De revelar o que não quero,
 Paro a pluma, guardo a voz,
 Me rebelo no silêncio
 Para me manter sincero.
 Antes da noção do certo
 Se revelar um engano,
 Saio do cotidiano:
 Adentro em outras rotinas,
 Noutros mares vou pescar.
 Não quero porto seguro,
 Só âncora, vela e mar.
 Âncora para ser meu porto,
 Vela para me levar,
 Mar para, no litoral,
 As minhas ondas quebrar.

Rubem Alves

ANEXO H

AQUI MORAVA UM REI

Aqui morava um rei quando eu menino
 Vestia ouro e castanho no gibão,
 Pedra da Sorte sobre meu Destino,
 Pulsava junto ao meu, seu coração.

Para mim, o seu cantar era Divino,
 Quando ao som da viola e do bordão,
 Cantava com voz rouca, o Desatino,
 O Sangue, o riso e as mortes do Sertão.
 Mas mataram meu pai. Desde esse dia
 Eu me vi, como cego sem meu guia
 Que se foi para o Sol, transfigurado.
 Sua effigie me queima. Eu sou a presa.
 Ele, a brasa que impele ao Fogo acesa
 Espada de Ouro em pasto ensanguentado.

Ariano Suassuna

ANEXO I

BORBOLETAS

Borboletas me convidaram a elas.
 O privilégio insetal de ser uma borboleta me atraiu.
 Por certo eu iria ter uma visão diferente dos homens e das coisas.

Eu imaginava que o mundo visto de uma borboleta seria, com certeza, um mundo livre aos poemas.

Daquele ponto de vista:

Vi que as árvores são mais competentes em auroras do que os homens.
Vi que as tardes são mais aproveitadas pelas garças do que pelos homens.
Vi que as águas têm mais qualidade para a paz do que os homens.
Vi que as andorinhas sabem mais das chuvas do que os cientistas.
Poderia narrar muitas coisas ainda que pude ver do ponto de vista de
uma borboleta.

Ali até o meu fascínio era azul.

Manoel de Barros

ANEXO J

ISSO É MUITA SABEDORIA

Quando fazemos tudo para que nos amem e
não conseguimos, resta-nos um último
recurso: não fazer mais nada. Por isso, digo,
quando não obtivermos o amor, o afeto ou a
ternura que havíamos solicitado, melhor será
desistirmos e procurar mais adiante os
sentimentos que nos negaram. Não fazer
esforços inúteis, pois o amor nasce, ou não,
espontaneamente, mas nunca por força de
imposição. Às vezes, é inútil esforçar-se
demais, nada se consegue; outras vezes, nada
damos e o amor se rende aos nossos pés. Os
sentimentos são sempre uma surpresa. Nunca
foram uma caridade mendigada, uma compaixão ou um favor concedido.
Quase sempre amamos a quem nos ama mal, e desprezamos quem melhor nos quer. Assim,
repito, quando
tivermos feito tudo para conseguir um amor, e falhado, resta-nos um só caminho...o de mais
nada fazer.

Clarice Lispector

ANEXO K

ACREDITAMOS QUE A EDUCAÇÃO SOZINHA...

Acreditamos que a educação sozinha não transforma a sociedade, sem ela tampouco a
sociedade muda.

Se a nossa opção é progressiva, se estamos a favor da vida e não da morte, da equidade e não
da injustiça, do direito e não do arbítrio, da convivência com o diferente e não de sua negação,
não temos outro caminho se não viver a nossa opção.

Encarná-la, diminuindo, assim, a distância entre o que dizemos e o que fazemos.

Paulo Freire

ANEXO L

SAUDADE.

Por que sinto falta de você? Por que esta saudade?
Eu não te vejo, mas imagino suas expressões, sua voz, seu cheiro.
Sua amizade me faz sonhar com um carinho,
Um caminhar à luz da lua, à beira-mar.
Saudade: este sentimento de vazio que me tira o sono,
me fazendo sentir num triste abandono, é amizade, eu sei, será amor, talvez...
Só não quero perder sua amizade, esta amizade...
Que me fortalece, me enobrece por ter você.

Machado de Assis

ANEXO M

SOBRE MUDANÇAS

Mesmo que as pessoas mudem e suas vidas se reorganizem, os amigos devem ser amigos para sempre, mesmo que não tenham nada em comum, somente compartilhar as mesmas recordações. Pois boas lembranças, são marcantes, e o que é marcante nunca se esquece! Uma grande amizade mesmo com o passar do tempo é cultivada assim!

Autor desconhecido

APÊNDICE A– QUESTIONÁRIO DE FREQUÊNCIA ALIMENTAR

Entrevistado: _____

Nome da criança: _____

Idade: _____ Sexo: M () F ()

Observação: Todas as perguntas são direcionadas as crianças e devem ser respondidas por seus responsáveis

**APÊNDICE B - QUESTIONÁRIO DE AVALIAÇÃO DAS ATIVIDADES DE
EDUCAÇÃO ALIMENTAR NUTRICIONAL**

IDADE: _____

DATA: ____/____/____

- 1- Dentre as atividades abordadas sobre alimentação, qual você mais gostou? Por quê?
- 2- O que a poesia representa, hoje, pra você?
- 3- De que maneira a poesia pode se ligar à nutrição?
- 4- Que comentários você gostaria de fazer sobre os assuntos de nutrição trabalhados na sala de aula?
- 5- Houve mudanças nos hábitos alimentares após as atividades de educação alimentar e nutricional? Quais?
- 6- O que você aprendeu nas aulas sobre alimentação saudável?

APÊNDICE C– IMAGENS DOS ESCOLARES DURANTE AS AÇÕES DE EAN

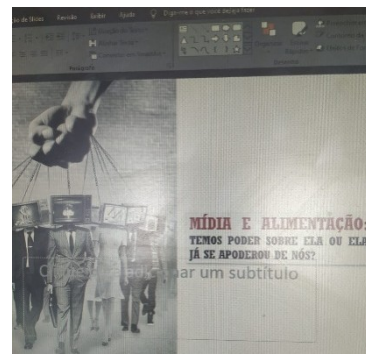
Figuras 1-4 -Escolares participando de atividades de EAN. **Encontro I.** EREM monsenhor João Rodrigues de Carvalho. Escada – 2019 (ATIVIDADE 1)



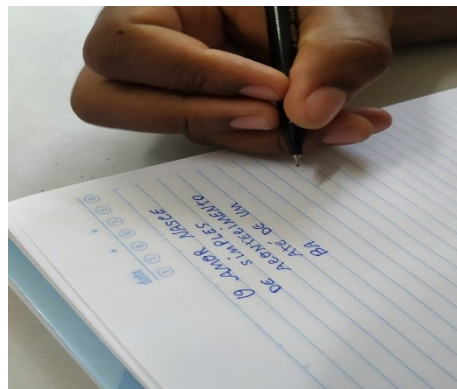
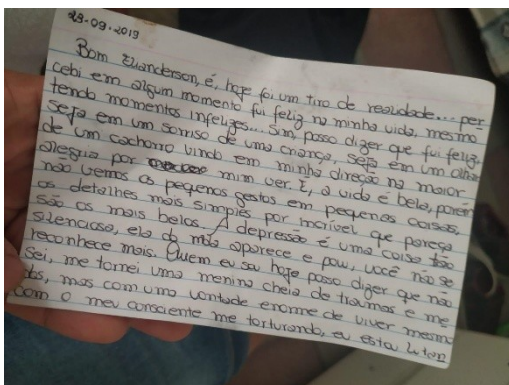
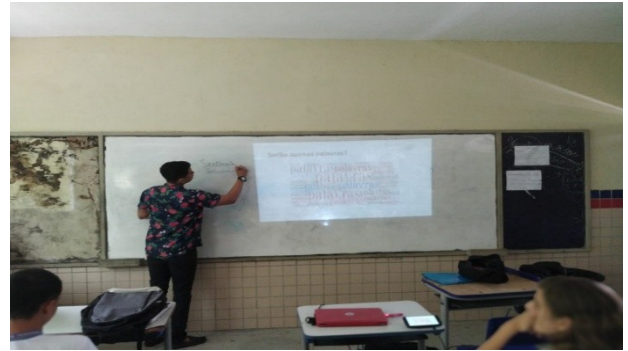
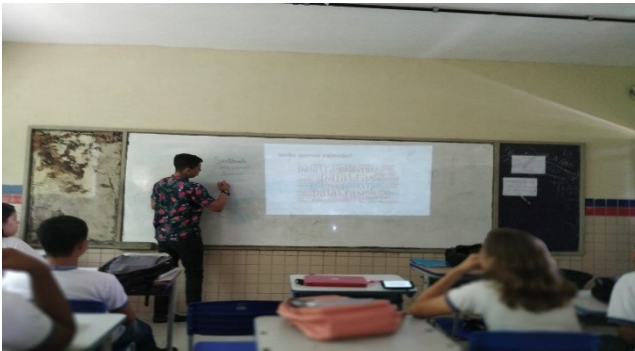
Figuras 5-10 -Escolares participando de atividades de EAN. **Encontro II.** EREM monsenhor João Rodrigues de Carvalho. Escada – 2019



Figuras 11 – 18 . Escolares participando de atividades EAN. **Encontro III.** EREM monsenhor João Rodrigues de Carvalho. Escada – 2019



Figuras 19 – 27 . Escolares participando de atividades EAN. **Encontro IV.** EREM monsenhor João Rodrigues de Carvalho. Escada – 2019



Figuras 28 - 42 Escolares participando do Sarau Literário, atividades EAN. **Encontro V.** EREM Monsenhor João Rodrigues de Carvalho. Escada – 2019

