

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO  
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE  
DEPARTAMENTO DE NUTRIÇÃO  
CURSO DE GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO**

**Heloísa Correia Santos**

**EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL COM ADOLESCENTES DE ESCOLA  
PÚBLICA EM RECIFE: UMA VIVÊNCIA PAUTADA NA EDUCAÇÃO POPULAR  
EM SAÚDE**

**RECIFE**

**2024**

**HELOÍSA CORREIA SANTOS**

**EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL COM ADOLESCENTES DE ESCOLA  
PÚBLICA EM RECIFE: UMA VIVÊNCIA PAUTADA NA EDUCAÇÃO POPULAR  
EM SAÚDE**

Monografia apresentada ao Curso de  
Graduação em Nutrição de  
Universidade Federal de Pernambuco  
como requisito para obtenção de grau  
de Nutricionista.

Área de concentração: Saúde

Orientador(a): Jailma Santos Monteiro

Coorientador(a): Márcia Maria Dantas Cabral de Melo

**RECIFE**

**2024**

Ficha de identificação da obra elaborada pelo autor,  
através do programa de geração automática do SIB/UFPE

Santos, Heloísa Correia .

EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL COM ADOLESCENTES  
DE ESCOLA PÚBLICA EM RECIFE: UMA VIVÊNCIA PAUTADA NA  
EDUCAÇÃO POPULAR EM SAÚDE / Heloísa Correia Santos. - Recife, 2024.  
67 p.

Orientador(a): Jailma Santos Monteiro

Coorientador(a): Márcia Maria Dantas Cabral de Melo  
(Graduação) - Universidade Federal de Pernambuco, Centro de Ciências da  
Saúde, Nutrição - Bacharelado, 2024.

Inclui referências, anexos.

1. Educação Alimentar e Nutricional (EAN). 2. Educação Popular em Saúde.  
3. Saúde na escola. I. Monteiro, Jailma Santos . (Orientação). II. de Melo,  
Márcia Maria Dantas Cabral . (Coorientação). IV. Título.

610 CDD (22.ed.)

HELOÍSA CORREIA SANTOS

**EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL COM ADOLESCENTES DE ESCOLA PÚBLICA EM RECIFE: UMA VIVÊNCIA PAUTADA NA EDUCAÇÃO POPULAR EM SAÚDE**

Monografia apresentada ao Curso de Graduação em Nutrição de Universidade Federal de Pernambuco como requisito para obtenção de grau de Nutricionista.

Área de concentração: Saúde

Aprovado em: 19/03/2024.

**BANCA EXAMINADORA**

---

Prof<sup>a</sup>. Dr. Jailma Santos Monteiro (Orientador)  
Universidade Federal de Pernambuco

---

Prof<sup>a</sup>. Dr. Leopoldina Augusta Souza Sequeira de Andrade (Examinador Interno)  
Universidade Federal de Pernambuco

---

Prof<sup>a</sup>. Dr. Adrielle Cavalcante de Pontes Araújo (Examinador Interno)  
Universidade Estadual de Pernambuco

Dedico a minha família por todo o suporte durante todos esses anos, principalmente aos que não estão mais aqui e não puderam presenciar esse momento, vó Lindalva, vô Zé e Bisa (Vodinda), espero que estejam orgulhosos.

## **AGRADECIMENTOS**

Agradeço primeiramente a Deus, por abençoar essa jornada, pois sem ele eu não estaria aqui.

Agradeço aos meus pais, Lúcia e Paulo, por todo suporte, carinho e amor em toda a minha jornada. Obrigada por sempre acreditar em mim.

Aos meus avós maternos, Neide e Geraldo, por estarem sempre comigo, cuidando de mim mesmo quando não conseguia visitá-los.

Aos meus avós paternos, Lindalva e José, mesmo não estando mais aqui entre nós, sei que estão cuidando de mim.

A toda a minha família, obrigada pelo apoio, que sempre lembrava de mim quando via algo sobre Nutrição.

Aos meus amigos, Camila Bianca, Giselly Vitória, José Ricardo, Juliana Dias, Luis Henrique, Maria Wanessa e Vitor Gabriel, obrigada pelas companhias de almoço e chamadas de estudos, além de serem a alegria e a leveza dessa jornada.

Agradeço à minha professora orientadora, Jailma Santos, por ter me aceitado e acreditado em mim. Além de todos os conselhos, correções e ensinamentos por toda a realização deste trabalho.

Agradeço a todos que participaram do projeto “MILES”, as professoras e as extensionistas, por todo trabalho duro e dedicação a cada etapa do projeto, sem vocês este trabalho não seria possível.

Agradeço a todos os professores do curso, por cada ensinamento e conhecimentos que adquiri nesse tempo e que tornaram possível o meu crescimento profissional.

Agradeço a todas as pessoas que de alguma forma fizeram parte desta jornada.

## RESUMO

O projeto constituiu-se de uma pesquisa-ação, sendo parte integrante do projeto de extensão de natureza interdisciplinar “Promoção da saúde do escolar (quinto ciclo): Produção de materiais instrucionais lúdicos e educativos (MILEs) à luz da Educação Popular”. Sendo assim, o presente trabalho é pautado nos princípios da Promoção da Saúde, da Educação Popular em Saúde (EPS) contemplando a Segurança Alimentar e Nutricional, o Direito Humano à Alimentação Adequada. As ações foram desenvolvidas no primeiro semestre de 2023, semanalmente, por professores e estudantes dos cursos de Nutrição e Odontologia da UFPE. O principal objetivo foi desenvolver estratégias e metodologias educativas inovadoras em Educação Alimentar e Nutricional com os escolares, adolescentes, do Programa Acelera de uma escola pública do Recife. Inicialmente, realizou-se diagnóstico participativo com gestores, professores e escolares adolescentes, possibilitando momentos de reflexão e identificação de problemas sociais, pedagógicos e de saúde com manifestação sobre as ações a serem desenvolvidas referentes a alimentação, nutrição, cultura de paz e saúde bucal, com adolescentes do Programa Acelera. Com essa turma foi realizado o diagnóstico participativo com atividades lúdicas, que possibilitou a identificação de temas de interesse, dos principais problemas e potencialidades de resolução e o interesse em participar do projeto. A análise reflexiva sobre esse diagnóstico foi norteadora das ações propostas, acolhendo as sugestões e apontando as potencialidades do grupo, os aspectos positivos e limitações. As estratégias e metodologias educativas, lúdicas e participativas, objetiva promover uma relação dialógica, empática e de confiança com o grupo, utilizando-se de rodas de conversas, oficinas temáticas e instrumentos lúdicos a exemplo de brincadeiras, jogos e dinâmicas. As oficinas realizadas foram: “Quebrando o gelo”; “Imaginação e memória”; “Alimentação para uma vida saudável”, “Cultura alimentar e Ecologia”; “Cultura de Paz como intervenção na violência cotidiana”. Em todo o processo os produtos gerados e os resultados de cada ação eram avaliados coletivamente, voltados a novas possibilidades de ação. Como resultados, houve interesse dos escolares pelas ações, expressaram opiniões, dúvidas, curiosidades, saberes, sentimentos e expectativas. Além disso,

evidenciou-se ganhos em novos conhecimentos e em procedimentos vinculados aos temas abordados, a arte e a comunicação, por meio das produções apresentadas. A autonomia se fez presente nas opiniões/propostas de soluções viáveis diante dos problemas comunitários apontados. Destaca-se também a afirmação do protagonismo, autoconfiança e autonomia necessárias para a construção do autocuidado em saúde, além de promover o reconhecimento como sujeito de direitos e o empoderamento dos participantes. Os objetivos propostos foram alcançados satisfatoriamente, pois as estratégias pedagógicas referenciada na EPS, tem favorecido a construção de vínculos, amorosidade e fortalecimento da autoconfiança entre os participantes, possibilitando compartilhamento de saberes, aquisição de novos conhecimentos, o sentido de pertencimento, autonomia e a construção de cidadania na comunidade escolar.

**Palavras-chave:** Educação alimentar e Nutricional; Saúde do escolar; Educação Popular em Saúde

## **ABSTRACT**

The project consists of action research, being an integral part of the extension project, of an interdisciplinary nature "Promotion of school health (fifth cycle): Production of playful and educational instructional materials (MILEs) in the light of Popular Education". Therefore, this work is based on the principles of Health Promotion, Popular Health Education (PHE) covering Food and Nutritional Security, the Human Right to Adequate Food. The actions were developed in the first semester of 2023, weekly, by teachers and students from the Nutrition and Dentistry courses at UFPE. The main objective was to develop innovative educational strategies and methodologies in Food and Nutritional Education with school children, teenagers, from the Acelera Program at a public school in Recife. Initially, a participatory diagnosis was carried out with managers, teachers and adolescent students, enabling moments of reflection and identification of social, pedagogical and health problems with a statement on the actions to be developed regarding food, nutrition, culture of peace and oral health, with teenagers from the Acelera Program. Participatory diagnosis was carried out with this class with playful activities, which enabled the identification of topics of interest, the main problems and potential for resolution and the interest in participating in the project. The reflective analysis on this diagnosis guided the proposed actions, accepting the suggestions and pointing out the group's potential, positive aspects and limitations. The educational, playful and participatory strategies and methodologies aimed to promote a dialogical, empathetic and trusting relationship with the group, using conversation circles, thematic workshops and playful instruments such as games, games and dynamics. The workshops held were: "Breaking the ice"; "Imagination and memory"; "Food for a healthy life", "Food culture and Ecology"; "Culture of Peace as an intervention in everyday violence". Throughout the process, the products generated and the results of each action were evaluated collectively, focusing on new possibilities for action. As a result, there was interest among students in the actions, expressing opinions, doubts, curiosities, knowledge, feelings and expectations. Furthermore, there were gains in new knowledge and procedures linked to the topics covered, art and communication, through the productions presented. Autonomy was present in the opinions/proposals of viable solutions in the face of the community problems

highlighted. Also noteworthy is the affirmation of protagonism, self-confidence and autonomy necessary for the construction of self-care in health, in addition to promoting recognition as a subject of rights and the empowerment of participants. The proposed objectives were achieved satisfactorily, as the pedagogical strategies referenced in EPS have favored the construction of bonds, love and strengthening of self-confidence among participants, enabling knowledge sharing, acquisition of new knowledge, a sense of belonging, autonomy and the construction of citizenship in the school community.

**Keywords:** Food and Nutrition Education; Student health; Popular Health Education

## SUMÁRIO

|               |  |    |
|---------------|--|----|
| <b>1</b>      | <b>INTRODUÇÃO</b>  | 12 |
| <b>2</b>      | <b>REVISÃO DE LITERATURA</b>   | 16 |
| 2.1           | Saúde nas escolas  | 16 |
| 2.2           | Educação Popular em Saúde (EPS)                                      | 17 |
| 2.3           | Programa Acelera Brasil  | 19 |
| 2.4           | EAN no ambiente escolar  | 20 |
| 2.5           | Atividades lúdicas   | 21 |
| <b>3</b>      | <b>OBJETIVOS</b>   | 22 |
| 3.1           | Objetivo Geral:  | 22 |
| 3.2           | Objetivos Específicos:   | 22 |
| <b>4</b>      | <b>METODOLOGIA</b>   | 23 |
| 4.1           | Caracterização do estudo   | 23 |
| 4.2           | Amostra  | 23 |
| 4.3           | Percurso metodológico  | 24 |
| 4.3.1         | Diagnóstico  | 24 |
| 4.3.2         | Planejamento   | 26 |
| 4.3.3         | Implementação  | 26 |
| 4.3.4         | Avaliação  | 39 |
| <b>5</b>      | <b>RESULTADOS E DISCUSSÃO</b>  | 45 |
| <b>6</b>      | <b>CONSIDERAÇÕES FINAIS</b>  | 53 |
| <u>      </u> | <b>REFERÊNCIAS</b>   | 56 |
| <u>      </u> | <b>ANEXO A – História em quadrinhos produzida pelos adolescentes</b> | 63 |

## 1 INTRODUÇÃO

A característica central ao campo da promoção de saúde, é o reforço da capacidade dos indivíduos e da comunidade de atuarem no controle, implementação e manutenção do seu bem-estar, visto nas suas múltiplas dimensões física, mental, social e espiritual (Moysés, et al., 2004) . Segundo Czeresnia, 2003, a promoção da saúde é um processo que permite às pessoas adquirirem maior controle sobre sua saúde por meio de conhecimentos, atitudes e comportamentos favoráveis à manutenção e aquisição da saúde, em diferentes enfoques teóricos e práticos.

Destes entendimentos, compreende-se que o sujeito é legitimado como ator social através do seu protagonismo com ganhos crescentes em a autonomia, autoestima e cidadania – o que requer o agir comunicativo para enfrentar as contradições colocadas pela realidade. Sendo assim, a Promoção à Saúde é um campo fundamental para viabilizar os esforços institucionais articulados para a melhoria dos níveis de saúde e, por conseguinte, da qualidade de vida das populações. Para isto, o Estado deve assumir de fato a responsabilidade por uma política de saúde integrada às demais políticas sociais e econômicas que garanta a sua efetivação (Candeias, 1997).

No caso brasileiro, o Sistema Único de Saúde, a partir da sua criação, adota um modelo de atenção à saúde ancorado nos referenciais da determinação social, da promoção da saúde e da atenção primária à saúde, abrangente para substituição plena do modelo de atenção biomédico anterior ao SUS (Paim, 2011). Mais recentemente, sob tais referenciais, adotou a Política Nacional de Atenção Básica à Saúde como ordenadora de toda a rede de atenção à saúde, como uma política prioritária (Brasil, 2012a).

Nesse âmbito, reconhecendo a vulnerabilidade dos grupos de adolescentes e de jovens diante das repercussões sobre o processo saúde-doença, advindas das determinações socioeconômicas e culturais, o enfrentamento da problemática da saúde do adolescente, assim como dos demais ciclos de vida, está sendo realizado por políticas e diretrizes nacionais. Essas são desenhadas com uma abordagem sistêmica para promover o cuidado integral, com uma abordagem familiar e

comunitária; ressaltando a importância das estratégias interfederativas e intersetoriais para modificar o quadro nacional de vulnerabilidade dos adolescentes, que interfere no seu desenvolvimento saudável (Brasil, 2010a, Brasil, 2010b; Brasil, 2011).

Para Moraes et al., 2010, o ambiente da escola pública oportuniza a compreensão da construção da identidade do adolescente, enquanto sujeito do processo educativo, o que significa criar e estabelecer coletivamente as iniciativas e as estratégias de ultrapassagem para a vida adulta. A Promoção da Saúde tem no ambiente escolar um espaço privilegiado de ação, já que a complexidade das questões sociais encontradas na escola torna pequena ou nula a viabilidade de apenas um setor conseguir ser efetivo em sua resolução ou atenuação (Carvalho, 2015; Machado et al., 2015).

Diante disso, considera-se que as atividades de educação em saúde assim como de cuidado integral em saúde, inseridas em um processo socioeducativo, têm, nesse ambiente escolar, uma potência transformadora na perspectiva da autonomia e auto-estima juvenil e envolvimento de toda a comunidade escolar. Além disso, esse ambiente, por favorecer alcançar os adolescentes e os professores de forma particular possibilita o contato dos profissionais de saúde com a pluralidade de identidades nas adolescências e juventudes que surgem do contexto social onde as ações de cuidado e educação em saúde planejadas pelas equipes de saúde locais podem ser contextualizadas (Santiago, et al., 2012; Guimarães, Aerts, Câmara, 2014; Vieira, Vieira, 2011; Nery, Jordão, Freire, 2019).

Evidencia-se, portanto, a importância da articulação entre a educação e a saúde que constitui uma das mais ricas formas de interdisciplinaridade e de encontros potentes de produção em saúde, realizadas em trocas constantes de saberes, isto é, entre o saber profissional e o saber construído pela experiência de vida da população alvo das intervenções em promoção à saúde, como a escolar.

Considerando os aspectos anteriormente mencionados, a Educação Popular assume papel fundamental, pois é o elemento responsável em formar e informar à população que, por sua vez, passa a assumir o controle de sua vida, tornando-se independente e autônoma, repercutindo em escolhas conscientes (Brasil, 2014; Assumpção et al., 2009; De Castro Pitano, 2017). Para fortalecer a função de

educador (Stafield, 2001), é necessário o desenvolvimento de competências, habilidades e atitudes alicerçadas nos princípios filosóficos da Educação, em especial aqueles referentes aos apontados por Paulo Freire, com a proposta de Educação Problematizadora, considerada como fundamental na Educação Popular em Saúde (Freire, 1987).

A alimentação e a nutrição se constitui em um fator básico para a qualidade de vida do ser humano, não apenas pelos aspectos biológicos e psicológicos, mas pela supra importância para o futuro da sociedade (Cavalcanti et al, 2009). Dessa forma, garantir uma alimentação saudável e adequada desde a infância, resultará em bons resultados na capacidade intelectual e social das crianças. Porém, observa-se uma mudança nos hábitos alimentares nas últimas décadas, no qual uma alimentação considerada não saudável vem ganhando forças, com a utilização de produtos ultraprocessados e pouca variedade de alimentos (Louzada et al, 2023).

Uma alimentação adequada e saudável vai ter relevância para a vida escolar da criança e nesse momento da vida, a escola vai ser um lugar de excelência para aperfeiçoamento dos hábitos alimentares, desenvolvimento intelectual e promoção de saúde (Moreira et al, 2023). Assim, o ambiente escolar é proveitoso para o uso de atividades voltadas para a Educação Alimentar e Nutricional (EAN).

De acordo com o Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as políticas públicas, Educação Alimentar e Nutricional (EAN) é um campo teórico-prático que visa a promoção da saúde, por meio de estratégias educacionais pautadas no diálogo, de carácter contínuo e permanente, transdisciplinar, intersetorial e multiprofissional, no qual considera diferentes fases da realidade alimentar, da vida e do comportamento alimentar. Além disso, a EAN é também considerada um campo de conhecimento e de prática contínua que visa promover a prática autônoma e voluntária de hábitos alimentares saudáveis, no contexto da realização do DHAA e da SAN ( Brasil, 2012).

Nessa perspectiva, o presente trabalho é parte do Projeto de extensão Promoção da saúde do escolar (quinto ciclo): Produção de MILEs à luz da Educação Popular, pautado nos princípios da Promoção em Saúde, da Educação Popular em Saúde, e da Educação Alimentar e Nutricional, desenvolvidos junto aos escolares do Programa Acelera, de uma escola pública do Bairro do Engenho do Meio.

Diante disso, para enfrentar as heterogêneas situações de saúde dos adolescentes são indicadas que as intervenções em promoção à saúde estejam pautadas nos princípios da promoção da saúde. No caso do presente trabalho, as linhas de ação foram: saúde; segurança alimentar e nutricional; promoção da alimentação saudável; ecologia e meio ambiente, cultura de paz e prevenção das violências (Brasil, 2010a; Brasil, 2014).

## 2 REVISÃO DE LITERATURA

### 2.1 SAÚDE NAS ESCOLAS

De acordo com a OMS, saúde não é apenas a falta de doença, mas sim um estado de bem estar físico, mental e social como um todo. Dessa forma, não devemos ignorar o contexto social em que o indivíduo vive e em como ele interfere na melhoria da qualidade de vida (Brasil, 2020). Ciente disso, o conceito de promoção de saúde visa garantir a saúde da população, em virtude dos desafios frequentes na sociedade e para isso se propõe a junção da comunidade com os profissionais de saúde, ou seja, uma combinação dos saberes da população com os saberes técnicos e seus locais de instituição, favorecendo a melhoria de qualidade de vida das pessoas (Buss et al, 2020).

Dessa forma, o Sistema Único de Saúde – SUS, surgiu como uma forma de assegurar à população brasileira ações de promoção da saúde, de proteção e prevenção de doenças e agravos, bem como a recuperação da saúde, por meio de projetos e ações que pretendem dar assistência e suporte para as comunidades (Brasil,1990). Nesse sentido, as intervenções de promoção de saúde tem como objetivo garantir melhores resultados no nível da saúde da população e da qualidade de vida, provendo o bem estar geral dos indivíduos (Santos; Bógus, 2007). Em virtude disso, estratégias para assegurar melhor qualidade de vida para as crianças e adolescentes vem crescendo cada vez mais.

Nessa realidade, as crianças e os adolescentes são um público chave para as ações de promoção de saúde, pois nesse período se cria os hábitos e crenças da vida e se tem maiores chances de continuar na vida adulta (Rumor et al, 2022). Ademais, reconhecendo a vulnerabilidade desse grupo diante das mudanças de estilo de vida contemporâneo e culturais, cada vez mais expostas a doenças que antes apenas aconteciam com os idosos, está sendo feito uma atuação promovendo o cuidado integral, tanto familiar quanto comunitária, de estratégias governamentais para modificação do quadro nacional de vulnerabilidade que assombra o desenvolvimento saudável dos adolescentes (Brasil, 2010a, Brasil, 2010b; Brasil, 2011).

Uma forma para contornar isso, criou-se o Programa Saúde na Escola, que tem como objetivo garantir a formação dos escolares da rede pública de educação básica por meio de ações com base na prevenção, promoção e atenção à saúde (Ministério da Saúde, 2007). Para a promoção da saúde, o espaço escolar proporciona a construção da identidade do adolescente e do jovem, por ser um sujeito em formação, o que cria e determina as iniciativas e as estratégias permeia até a vida adulta (Moraes et al, 2010). Como um dos pontos importantes na atenção da saúde dos estudantes, nas escolas públicas em principal, se tem a alimentação na escola, pois a maioria delas dependem dessas refeições para se alimentar.

Para a segurança alimentar e nutricional (SAN) dos alunos, criou-se o PNAE (Programa Nacional de Alimentação na Escola) com a finalidade de contribuir para o aprendizado e o desenvolvimento, além de auxiliar na formação dos hábitos alimentares por meio de ações alimentares e nutricional e garantir a cobertura de alimentos equilibrados e saudáveis nas refeições durante o período escolar (Brasil, 2009). Além disso, o Programa incentiva o consumo de alimentos in natura e minimamente processados, como também a utilização de produtos de agricultura familiar local, colaborando com a saúde dos estudantes e o desenvolvimento da comunidade (Froelich et al, 2023). Portanto, o PNAE não apenas oferece alimentação para os alunos, mas também opera como estratégia importante para a promoção da saúde, visando o incentivo de alimentação saudável desde a infância, pelo bem-estar dos alunos e desenvolvimento local.

Por meio desse programa, se tem o aumento do cuidado com a alimentação nas escolas e as escolhas dos alimentos nas escolas. E por meio disso, necessitou o uso de estratégias e metodologias para chegar nesse objetivo, por intermédio de ações de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) (Ramos; Santos; Reis, 2013).

## **2.2 EDUCAÇÃO POPULAR EM SAÚDE (EPS)**

A Educação Popular em Saúde (EPS) tem como objetivo principal a construção participativa de estratégias e metodologias educativas, voltadas à transformação da realidade social, pautadas na promoção da saúde.

A EPS compreende práticas sócio-pedagógicas entre profissionais e comunidade, a fim de provocar mudança de realidade e compartilhar conhecimentos. Inspirada na epistemologia freireana, traz uma nova dinâmica para esse processo como fenômeno social, importando-se com os saberes populares, a ancestralidade e a participação ativa dos atores sociais, famílias e comunidades, nas discussões sobre diversos assuntos, relacionados ou não à saúde (França; Souza, 2020).

Além disso, essa abordagem une os saberes da população com os saberes técnico-científicos dos profissionais (Brasil, 2007). Assim, ela assume um papel de ser responsável por formar e informar a população, resultando em indivíduos independentes e autônomos com escolhas conscientes (Brasil, 2014; Assumpção et al., 2009; De Castro Pitano, 2017).

Nesse ponto de vista, a Nutrição atua na EPS na promoção de atividades educativas visando a capacitação, conscientização e emancipação das comunidades em relação a alimentação saudável e adequada e segurança alimentar e nutricional. Ademais, deve-se dar maior atenção a ações realizadas considerando a situação sócio-econômica e cultural das comunidades e ampliação dos projetos com outras áreas da saúde, aumentando assim a eficácia das ações (Cruz; Melo Neto, 2014). Essa visão vai de encontro com a estratégia pedagógica de Paulo Freire, que de acordo com Farre et al (2018), objetiva o estímulo do pensamento crítico do indivíduo e a mudança social através da educação.

No Brasil, a EPS se torna uma política pública em 2013 pela Portaria Nº 2.761, de 19 de novembro de 2013, por meio da Política Nacional de Educação Popular em Saúde (PNEPS), que mostra a EPS como um meio de contribuir com metodologias, tecnologias e saberes para a construção de novas práticas na esfera do SUS.

Os princípios da Educação Popular em Saúde visam promover participação e autonomia às comunidades; valorizar os diálogos e a construção de conhecimentos; respeitar as diferenças culturais, e ter o compromisso de construção da solidariedade social, superando as desigualdades sociais e a promoção da equidade na saúde (Brasil, 2007).

Portanto, o nutricionista tem papel crucial nas atividades de Educação Popular em Saúde. É por meio dele que os indivíduos adquirem o conhecimento e autonomia por meio das oficinas educativas e ações que passam autonomia e orientações para cuidados com a saúde e com a alimentação (Frota; Albuquerque, 2007).

### **2.3 PROGRAMA ACELERA BRASIL**

A visão da importância de recuperar a defasagem no Brasil, vem desde dos anos 1960. Desde então, políticas públicas têm sido criadas com a função de atenuar o fluxo escolar defasado e a repetência (De Freitas, 2012). De acordo com Almeida e Araújo Júnior (2016), a exposição de fatores que causam risco à saúde dos jovens, como o excesso de peso, estão diretamente ligados ao atraso na escola. Os resultados alcançados por eles, evidencia a importância de políticas públicas que previnam os fatores desde cedo, pois as consequências não prejudicam apenas a saúde deles, como também o sucesso escolar.

O Programa Acelera Brasil (PAB) iniciou-se com uma forma de diminuir os atrasos em séries escolares nas escolas estaduais e municipais de ensino no Brasil. O objetivo do programa é possibilitar a implementação de um sistema de ensino com igualdade para todos (Oliveira, 2002). Outrossim, o Programa foi criado com a pretensão de reagir a baixa qualidade de ensino na época, em principal o ensino fundamental público, no qual tem como responsável pelos intensos índices de repetência e evasão escolar (Hanum, 2010).

Com a participação do aluno no Acelera, ele consegue recompor em até 2 anos escolares, sendo utilizado por alunos repetentes, os que entraram fora da faixa etária ou abandonaram a escola (Instituto Ayrton Senna, 2022). Visando isso, o aluno ganha também mais visibilidade e confiança para continuar na escola e terminar seu ano letivo.

Para continuar no programa, requer algumas atitudes dos alunos, como por

exemplo a frequência nas aulas e a utilização dos materiais disponíveis, como também dos professores, como a participação em reuniões e programação das aulas (Freitas, 2012). Sendo assim, não apenas o aluno tem que assegurar a sua estadia no programa, como também o professor, formando uma rede de apoio na comunidade escolar para garantir o sucesso escolar dos estudantes.

## **2.4 EAN NO AMBIENTE ESCOLAR**

Educação Alimentar e Nutricional (EAN) é uma área de conhecimento e de práticas que tem como objetivo ser uma porta de entrada para as próprias escolhas alimentares e de melhores hábitos saudáveis (Brasil, 2021). Para conseguir definir melhor o espaço de ação da EAN, em 2012, foi desenvolvido o Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional, no qual com ele foi possível delimitar e definir o campo de atuação (Brasil, 2012).

Por ser uma área de Segurança Alimentar e Nutricional e de Promoção de Saúde, a EAN é utilizada como uma estratégia de intervenção pelas ações governamentais, em especial, nos locais de ensino (Santos, 2005). No estudo de Maldonado et al (2022), observa-se a utilização integrativa da EAN na grade curricular dos estudantes, visando não apenas a promoção de alimentação saudável, mas também buscando uma reflexão crítica, promover autonomia, e proporcionar educação alimentar e nutricional de forma contínua e contextualizada. Assim, observa-se a força das ações e metodologias utilizadas como ferramentas de ensino em práticas de política pública.

Dessa forma, pode-se observar que o ambiente escolar é um espaço uma área ideal para a realização de ações, atividades e projetos em Educação Alimentar e Nutricional, com adolescentes, por ser um público jovem e ainda em desenvolvimento cognitivo. Além disso, quanto mais cedo forem vivenciadas as experiências em saúde e alimentação saudável, maior a probabilidade de mudanças e transformações da prática alimentar, de forma efetiva e permanente, durante toda a vida desses jovens (Kops, Zys; Ramos, 2016).

## 2.5 ATIVIDADES LÚDICAS

O ato de brincar é uma ação muito característica da infância, é por meio dela que a criança entende o mundo e ela mesma na sociedade. Dessa forma, as brincadeiras na infância se tornam relevantes para o desenvolvimento social e intelectual das crianças, além de que contribui para aumento de interações sociais e continuidade para a vida adulta (Rolim; Guerra; Tassigny, 2008).

Nesse sentido, o brincar no mundo contemporâneo vem sendo algo maior do que apenas o divertimento. O uso de recursos e instrumentos lúdicos e educativos, na pedagogia, não somente voltados às crianças, mas com todos os grupos populacionais, tem se mostrado uma forma eficaz e eficiente de tornar o ensino mais leve e prazeroso (Kishimoto, 2014). Visando isso, a utilização de brincadeiras e atividades lúdicas nas ações da EAN tem proporcionado mudanças mais evidentes nas crianças e adolescentes.

O uso de atividades lúdicas nas ações de EAN ajuda a facilitar o ensino e a aprendizagem das crianças e adolescentes, pois dessa forma, além do momento de lazer, o indivíduo apreende conhecimentos, e se reconhece como agente social de transformação do seu meio (Ranyere; Matias, 2023). Como observado no trabalho de Donadoni, Da Costa e Netto (2019), no qual mostrou os alunos conseguiram se desenvolver de forma ativa no processo de aprendizagem por meio dos métodos dinâmicos e lúdicos. Além disso, as atividades tornaram o aprender mais interessante e atrativo, facilitando a apreensão dos conteúdos sobre alimentação saudável, e assim proporcionando a promoção de hábitos alimentares saudáveis e adequados.

### 3 OBJETIVOS

#### 3.1 Objetivo Geral:

Desenvolver estratégias e metodologias educativas participativas em EAN, com escolares adolescentes do Programa Acelera.

#### 3.2 Objetivos Específicos:

- Promover espaços de aprofundamento teórico;
- Sistematizar as estratégias pedagógicas e metodológicas inovadoras e participativas que foram desenvolvidas com os adolescentes.
- Promover oficinas participativas de produção de MILEs e de avaliação com os atores.
- Avaliar e analisar o potencial transformador das ações de promoção e educação popular em saúde, propostas para a comunidade escolar sobre a realidade social, segundo a percepção dos participantes.
- Avaliar e analisar o potencial de fortalecimento do projeto para a integração e indissociabilidade entre ensino, pesquisa e extensão.
- Divulgar os saberes construídos e as soluções encontradas e disseminar os MILEs.

## **4 METODOLOGIA**

### **4.1 Caracterização do estudo**

Trata-se de uma pesquisa-ação, realizada com adolescentes da turma do Programa Acelera de uma escola pública, localizada no bairro Engenho do Meio, no município de Recife-PE, no período de março a dezembro de 2023.

A pesquisa-ação é uma abordagem metodológica que junta a pesquisa e a ação prática, integrando a comunidade de forma ativa no processo de investigação e na implementação de mudanças para a melhora de uma situação. Além disso, é um método colaborativo que visa compreender um problema e transformar a realidade por meio de reflexão e ação conjunta de todos os envolvidos (Tripp, 2005). Essa abordagem, de acordo com Thiollent (2011), é utilizada como uma estratégia para o desenvolvimento dos professores e pesquisadores na melhoria da qualidade do seu ensino e permitir uma abordagem prática e participativa na área da educação.

Os princípios da pesquisa-ação compreende a participação ativa dos envolvidos na pesquisa por todas as etapas do processo; promove a reflexão crítica sobre a prática, estimulando a compreensão aprofundada dos problemas e para a identificação de soluções eficazes; transformações por meio de ações concretas e colaborativas; valorização do diálogo e colaboração de todas as partes envolvidas, e a análise crítica das ações realizadas e dos resultados obtidos (Thiollent, 2011).

Dessa forma, os princípios da pesquisa-ação norteiam a condução do projeto e sustentam a sua abordagem participativa, colaborativa e transformadora, contribuindo assim para a produção de aprendizagem e conhecimento relevantes e de fácil aplicação em diferentes contextos e em várias áreas de atuação.

### **4.2 Amostra**

Participaram 28 alunos, com idade entre 10 a 15 anos, do Programa Acelera de uma escola pública do município de Recife.

### **4.3 Percurso metodológico**

Foram realizados 4 encontros com atividades em Educação Alimentar e Nutricional, com duração em torno de 2 horas. As atividades foram planejadas de acordo com faixa etária e escolaridade dos alunos, sendo feito pelas extensionistas e professora responsável, e após cada encontro, era feito uma discussão entre as pessoas da equipe sobre o aproveitamento das atividades e da participação e interesse dos adolescentes.

Nessa perspectiva, o percurso metodológico foi realizado num processo cíclico e dinâmico de reflexão-ação-reflexão, fundamentado nos seguintes elementos básicos: Diagnóstico – Reflexão – Planejamento – Ação – Reflexão – Avaliação – Reflexão (Minayo, 1994; Furtado & Furtado, 2000; Thiollent, 2011; Tripp, 2005). Tendo como base a operacionalização dos três momentos da pesquisa-ação: investigação, tematização e a programação/ação. As atividades foram realizadas dentro de um contexto adequado à realidade sociocultural e histórica, tendo como objetivo resgatar os espaços que possibilitam o reconhecimento das subjetividades presentes em cada um dos indivíduos, e a partir deste reconhecimento, resgatar os aspectos humanísticos, como sentimento construtor de cidadania.

#### **4.3.1 Diagnóstico**

A primeira etapa do projeto foi realizada por meio do diagnóstico participativo. As informações foram coletadas em dois momentos, por meio de entrevistas e reuniões com gestores e professores da escola e por meio de rodas de conversa com os estudantes.

A princípio houve uma reunião com a gestora da escola que apontou os principais problemas da escola, temas de interesse e prioridades.

Os temas de interesse, segundo a gestora escolar: a) desenvolvimento de competências tecnológicas, no ensino, junto aos professores da escola que trabalham com grupos de crianças com necessidades especiais; b) Promoção à Saúde, em especial destacou a culinária criativa e a saúde bucal; c) Cultura de Paz.

Foi escolhida a turma do Programa Acelera. Segundo a gestora havia uma necessidade de um trabalho voltado a esse grupo de estudantes, no sentido de promover um maior empoderamento e fortalecimento da estima dos mesmos. A gestora referiu que a turma, de forma geral, estava com dificuldades de aprendizado, de concentração e foco, com muita dispersão, brigas, conflitos, queixas de *bullying*, pouca disciplina, carecendo assim de um trabalho educativo em saúde, por meio de estratégias dinâmicas, lúdicas e participativas, coerentes com o projeto político pedagógico da escola.

Na sequência houve uma conversa com a professora da turma, no qual relatou que a turma era barulhenta, inquietos, falta de atenção, praticavam *bullying* e violência física uns com os outros. Apesar desses problemas apontados, ela observava que eles tinham muito potencial para aprendizagem, que eram espertos e inteligentes e que tinham vontade de mostrar autonomia aos outros.

As rodas de conversas possibilitaram aos participantes momentos de reflexão e empoderamento e autonomia, uma vez que, estimularam os participantes identificarem e se manifestarem o que desejavam sobre os temas de interesse, necessidades e prioridades locais, saberes e conhecimentos populares, habilidades existentes e seus interesses em novas habilidades, expectativas, sentimentos, ideias e opiniões. Na roda de conversa com a sala do Projeto Acelera, os estudantes foram bem receptivos e acolhedores com a proposta do projeto, com contribuições de comentários, dúvidas e ideias de temas para o que seria executado ou proposto para eles. Em relação aos conteúdos de interesse, os principais pedidos dos alunos foram sobre alimentação saudável, alimentos bons e ruins e alimentos que podem causar problemas de saúde.

Foi relatado pelos alunos ainda pelo diagnóstico, que uma parte da turma do Programa Acelera era desunida, barulhenta, brigavam e faziam *bullying* entre si, por causa disso era necessário ajudar na relação social entre eles por meio de atividades de cultura de paz e de ações que teriam necessidade criação de grupos

entre eles. Ademais, foi observado que os alunos tinham problemas de autoestima em relação às outras turmas da escola, alguns relataram que sofriam *bullying* e preconceito por serem da turma do Projeto Acelera. Dessa forma, os adolescentes estavam com entusiasmo para aprender e mostrar para os outros sua importância, conhecimento e que não eram inferiores aos outros estudantes.

O diagnóstico possibilitou uma melhor compreensão dos conhecimentos, saberes, interesses, necessidades e percepções individuais e coletivas, considerando o contexto cultural, histórico, social, as crenças, os tabus, os hábitos e as práticas cotidianas dos adolescentes. Dessa forma, as atividades foram respaldadas na educação problematizadora, por meio de estratégias educacionais participativas e ativas, utilizando-se instrumentos de apoio didático, lúdicos e educativos.

#### **4.3.2. Planejamento**

A segunda etapa foi o planejamento das atividades, que teve como o objetivo analisar e discutir o contexto sociocultural, histórico e econômico do grupo, por meio de levantamento de informações e dados a respeito dos problemas comunitários pautado no diagnóstico participativo e estabelecimento das possibilidades de ações e atividades para solucioná-los e foram implementadas de acordo com desenvolvimento de ações inovadoras, participativas e interdisciplinares.

As reuniões foram realizadas de forma online e presencial, com a presença das docentes e das professoras responsáveis, visando os assuntos que seriam abordados, os dias para acontecer as atividades, as formas de abordagem, os materiais a serem utilizados e o conhecimento que seria adquirido. Nessas reuniões, foram decididas que os temas das oficinas seriam de alimentação saudável e saúde, cultura de paz, cidadania e ecologia e que seriam utilizadas metodologias lúdicas e participativas com eles, como a amarelinha de alimentos. Na sequência, após a análise e reflexão do planejamento, os participantes discutiram as diversas possibilidades alternativas. O resultado deste processo passou a ser um recurso para guiar a ação, determinando a potencialidades dos grupos, seus aspectos positivos e suas limitações. Sendo assim, nessa fase da trajetória, os atores estabeleceram as metas e objetivos de cada atividade; elegendo a melhor estratégia metodológica; definindo objetivos e calendários das atividades correspondentes;

elegendo as atividades a serem implementadas; e mobilizando recursos internos/comunitários.

### **4.3.3. Implementação**

Na etapa da implementação das ações, levando em base as etapas anteriores, foi realizado as atividades voltadas a uma formação pautada por princípios humanísticos e no diálogo constante; nas concepções pessoais, nas memórias e nas histórias dos participantes; estabelecendo diálogos entre os saberes científicos e populares, na contextualização das experiências vivenciadas e de acordo com a realidade social local.

Segue abaixo, a descrição das atividades desenvolvidas e realizadas:

**1º ATIVIDADE** - Tema: Alimentação Saudável e Adequada

**Característica da atividade / estratégia pedagógica:** Oficina temática, respaldada na educação problematizadora, por meio de estratégias educativas participativas e ativas, utilizando-se de instrumentos de apoio didático, lúdicos e educativos.

**Objetivo:** Promover, de forma interdisciplinar, estratégias educativas que possam auxiliar na troca de conhecimentos e saberes, a respeito de uma alimentação saudável e adequada, de acordo com o Guia alimentar para a população brasileira.

**Objetivos específicos:**

Estimular a reflexão na busca de soluções para o enfrentamento das dificuldades cotidianas, relacionadas às escolhas alimentares conscientes;

Identificar os alimentos saudáveis e mais adequados a realidade sócio econômica e cultural dos adolescentes;

**Justificativa:** O Encontro reveste-se de importância, uma vez que na fase de diagnóstico, os integrantes referiram interesse sobre a temática, como uma das prioridades, apontando a necessidade de se pensar sobre as propostas para o enfrentamento das dificuldades da prática alimentar cotidiana.

**Material:** Banners com mandala de alimentos, discos de feltro, figuras impressas representando os alimentos, semáforo da alimentação e jogo da amarelinha.

**Passo a passo:** Como primeira atividade, no início foi feito um acolhimento com os alunos, com música e apresentação da equipe. Em seguida, foi realizada uma série de perguntas ao grupo, com a intenção de entender o conhecimento da turma sobre nutrição e alimentação. As perguntas foram: “O que é uma alimentação saudável?” “O que é uma comida saudável?”, “O que devemos evitar?” “O que pode acontecer no nosso organismo se comermos alimentos não saudáveis?”, “O que é alimento in natura?”, “O que é alimento minimamente processado?”, “O que é alimento processado?”, “O que é alimento ultraprocessado?” “Como escolher esses alimentos para garantir uma alimentação saudável?”. Quais alimentos e/ou preparações que compõem os pratos deles nas refeições do dia a dia.

Num segundo momento, utilizando banners com a mandala dos alimentos, foi explicado como podemos montar uma refeição saborosa, de baixo custo, saudável e adequada para cada realidade. Com esse recurso, os alimentos foram apresentados em três grupos, de acordo com cada função que exercem no organismo: reguladores, energéticos e construtores. (FIGURA 1).

**FIGURA 1-** Banner Mandala dos alimentos.



Fonte: Autor (2023).

Na sequência, a turma foi dividida em 3 grupos, para que cada um deles refletissem as suas refeições diárias; expressassem suas impressões sobre o tema

e avaliassem a necessidade de modificações e/ou adequações das suas refeições, propondo modificações e adequações para tornar mais saudáveis. Para isso, cada grupo recebeu um disco de feltro em forma de prato, com divisões de acordo com os grupos de alimentos. Foram disponibilizadas figuras pintadas de alimentos diversos. Na sequência, foi solicitado que cada grupo escolhesse montar uma das refeições: café, almoço e jantar. Para finalizar, cada grupo apresentou sua proposta de refeição saudável e adequada e foi avaliado pela turma de acordo com o que haviam apreendido anteriormente (FIGURA 2).

**FIGURA 2:** Pratos elaborados pelos adolescentes.



Fonte: Autor (2023).

Como exercício de fixação foi usado o semáforo dos alimentos (FIGURA 3), para que a turma sinalizasse os alimentos perigosos (vermelho), os intermediários (amarelo) e os saudáveis (verde).

**FIGURA 3:** Material didático “Semáforo dos Alimentos”



Fonte: Autor (2023).

Para a avaliação do aprendizado, o jogo da amarelinha consistia em jogar uma bolinha de papel e de acordo com número que a bolinha caía era perguntado, ao aluno que estivesse jogando, de qual grupo de alimentos as imagens pertencem e quais suas funções no organismo. Se o aluno acertasse corretamente a pergunta, ele jogava novamente a bolinha para responder outra pergunta e continuar até o final da amarelinha. Caso não acertasse a pergunta, o próximo aluno da fila iria jogar e o que errou iria para o final da fila para tentar novamente (FIGURA 4).

**FIGURA 4:** Utilização da amarelinha para avaliação do aprendizado.



Fonte: Autor (2023).

## 2° ATIVIDADE - Cultura alimentar e ecologia

**Característica da atividade / estratégia pedagógica:** Oficina de produção de materiais instrucionais lúdicos e educativos - MILES

**Objetivo:** Desenvolver história em quadrinhos, a partir da discussão e dos saberes e conhecimentos compartilhados no encontro anterior, correlacionando e integrando aos aspectos culturais e ecológicos do ato de comer.

**Objetivos específicos:** elaborar material instrucional lúdico e educativo, como um recurso didático, que facilitem o diálogo e a participação reflexiva, na qual os

adolescentes possam contar a suas próprias histórias, encenar dilemas, assuntos e situações cotidianas fundamentadas em seus problemas e contextos sociais reais.

**Justificativa:** diante a escassez de material didático, de apoio ao processo de ensino e aprendizagem, adequado à realidade socioeconômica e cultural dos adolescentes, a atividade reveste-se de importância, uma vez que atende as demandas, singularidades e características do grupo. Além disso, a produção feita por eles próprios, potencializa os sentimentos de pertencimento e autonomia da turma do Acelera.

**Material:** Cartolina, régua, lápis, lápis de cor, hidrocor, giz de cera.

**Passo a passo:** Para essa atividade, foi dividido a classe em grupos de até 4 pessoas, no qual cada um deveria elaborar uma história com os conteúdos apreendidos na oficina passada. Os temas puderam ser escolhidos livremente pelas equipes e todos participaram com a concepção, a criação e os desenhos. O material utilizado consistiu em folhas de papel ofício e lápis coloridos (FIGURAS 5 E 6).

**FIGURAS 5 e 6:** Confeção das histórias em quadrinhos (HQ).





Fonte: Autor (2023).

### 3° ATIVIDADE - Cultura de paz como intervenção na violência cotidiana

**Característica da atividade / estratégia pedagógica:** Vivência realizada por meio de dinâmicas de grupo.

**Objetivo:** promover uma vivência para sensibilizar a respeito da importância de se construir um ambiente de paz, por meio do desenvolvimento de valores humanos, tais como o respeito, a justiça, a honestidade, a humildade, a compreensão, a paciência, a tolerância, a amizade, a solidariedade, o bem comum, a empatia, a

cooperação, a equidade, entre outros, para que a diferença não seja tratada na óptica da exclusão, do desrespeito e da violência, visto que a escola é um espaço de realidades diversas, não diferente da realidade social fora de seus muros.

**Objetivos específicos:**

Propiciar aos estudantes momentos de reflexão, diálogo e engajamento com o outro para avaliar suas emoções e reações;

Sensibilizar o despertar ao respeito a si mesmos e ao próximo, apropriando-se de recursos alternativos de forma a gerenciar seus pensamentos e atitudes na busca de uma prática crítica e dinâmica de seu cotidiano social.

**Justificativa:** considerando que a educação vai além da transmissão do conhecimento científico, uma vez que a escola é um espaço de aprendizagem, é de extrema importância despertar atitudes e valores em prol de uma Cultura de Paz, especialmente frente a realidade relatada pela comunidade escolar em relação aos problemas e dificuldades de convivência entre os adolescentes.

**Passo a passo:** Os alunos foram divididos em duplas e os mesmos foram solicitados a elaborar uma coreografia para ser realizada enquanto uma música, previamente escolhida, tocava. Ao trocar a música as duplas eram desfeitas imediatamente e cada um teria que encontrar um novo par em poucos segundos. (FIGURA 7).

Na sequência foi utilizada a dinâmica do anjo secreto, seguindo a sequência descrita a seguir:

Colocou-se o nome dos participantes em pequenos pedaços de papel para que cada um retirasse o nome da pessoa que seria o seu protegido durante a semana. A partir de então, o Anjo da Guarda ficou responsável pelo seu protegido sem que o mesmo percebesse. Foi recomendado aos anjos que ficassem atentos para verificar como a pessoa estava se sentindo, para que o anjo tivesse a possibilidade de ajudá-la a passar a semana de forma alegre, leve, sem aborrecimentos/stress e feliz. Para manter o segredo, foi colocada uma caixa grande na entrada da sala de aula, em um local onde todos passassem, mas que não ficasse muito à vista dos participantes, onde poderiam ser colocados cartões, recados, mensagens, presentinhos e

qualquer outro mimo. Todos os itens deveriam estar identificados com o nome do protegido, tomando o cuidado para mudar a letra, ou pedir a outra pessoa pra escrever, fazer no computador. Foi também recomendado que fosse deixado algo, diariamente, na caixa, para que o protegido se sentisse querido, cuidado. A aqueles que demonstraram interesse em participar foi orientado que permanecessem até o final e levasse a sério, esse compromisso para que o protegido não se sentisse excluído ou abandonado. Foi definida uma data para que todos pudessem se revelar. Nesse dia, o protegido agradeceu e presenteou o seu anjo da guarda como retribuição ao carinho que lhe foi dedicado durante o período.

**FIGURA 7-** Realização da atividade “Cultura alimentar e Ecologia”.



Fonte: Autor (2023).

#### 4° ATIVIDADE - Cultura de paz e alimentação saudável

**Característica da atividade / estratégia pedagógica:** Roda de conversa com finalidade de proporcionar um relato da vivência anterior (Anjo secreto) e a expressão das percepções, ideias, vivências prévias e conhecimentos sobre Cultura de Paz e Direito Humano à alimentação saudável e adequada.

**Objetivo:** Propiciar aos estudantes momentos de reflexão, diálogo, engajamento com o outro para identificar as suas emoções em relação ao respeito a si mesmos e ao próximo, como forma de sensibilização ao desenvolvimento de virtudes e valores humanos tais como: paciência, tolerância, empatia, respeito, honestidade, solidariedade, amizade, justiça, amor, paz, entre outros, relacionando esses aspectos ao ato de se alimentar, como um ato político, pautado no Direito Humano à Alimentação Adequada e Saudável.

**Objetivos específicos:**

Promover um espaço de diálogo com a intenção de aproximar, orientar, ouvir e valorizar os estudantes, em uma construção cooperativa voltada a uma cultura de Paz e Cidadania, tendo como um dos eixos o direito humano à alimentação saudável e adequada;

Ampliar o olhar a respeito da saúde e bem estar, utilizando-se o recurso da "Roleta de Alimentação Saudável e Saúde".

**Justificativa:** Considerando a realidade narrada pela gestora e adolescentes da escola, em relação às diversas formas de violência, a abordagem da Cultura de Paz se faz urgente e necessária, uma vez que deve acolher temáticas relacionadas a valores e atitudes para tornar estudantes, docentes, não docentes, equipe gestora e comunidade escolar mais solidários, empáticos, altruístas, críticos, éticos e participativos, valores esses que devem estar presentes na escola e na sociedade.

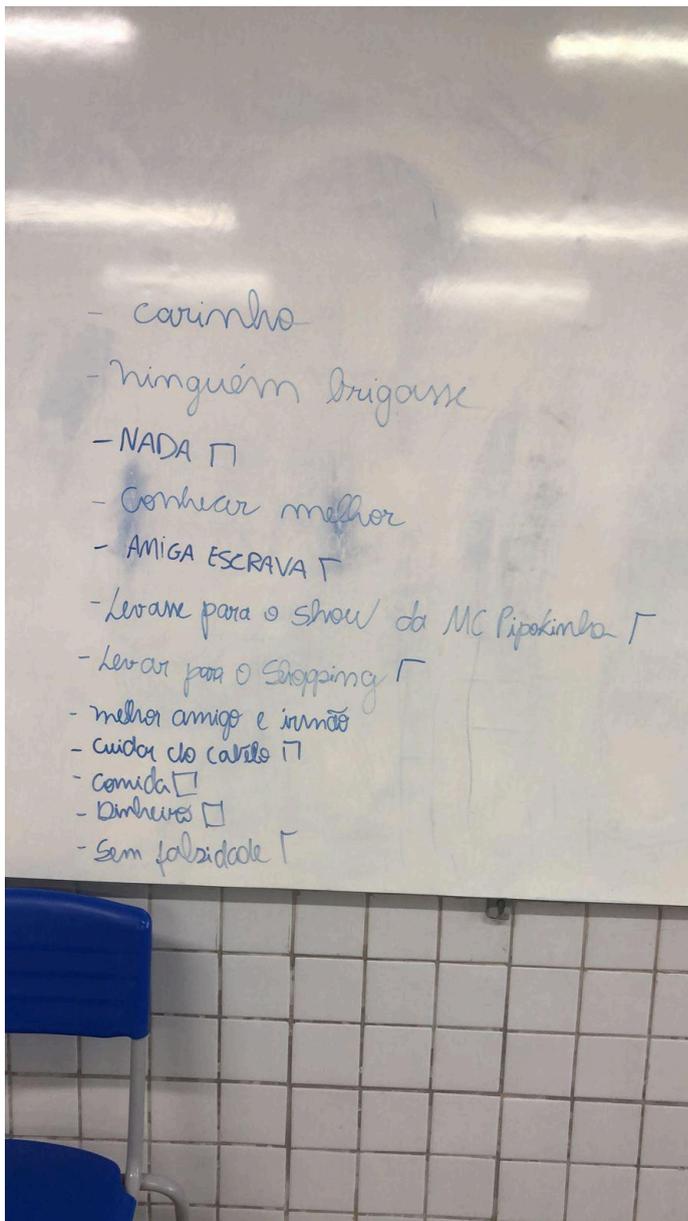
**Material:** roleta "Alimentação Saudável e Saúde"; quadro branco e caneta para quadro.

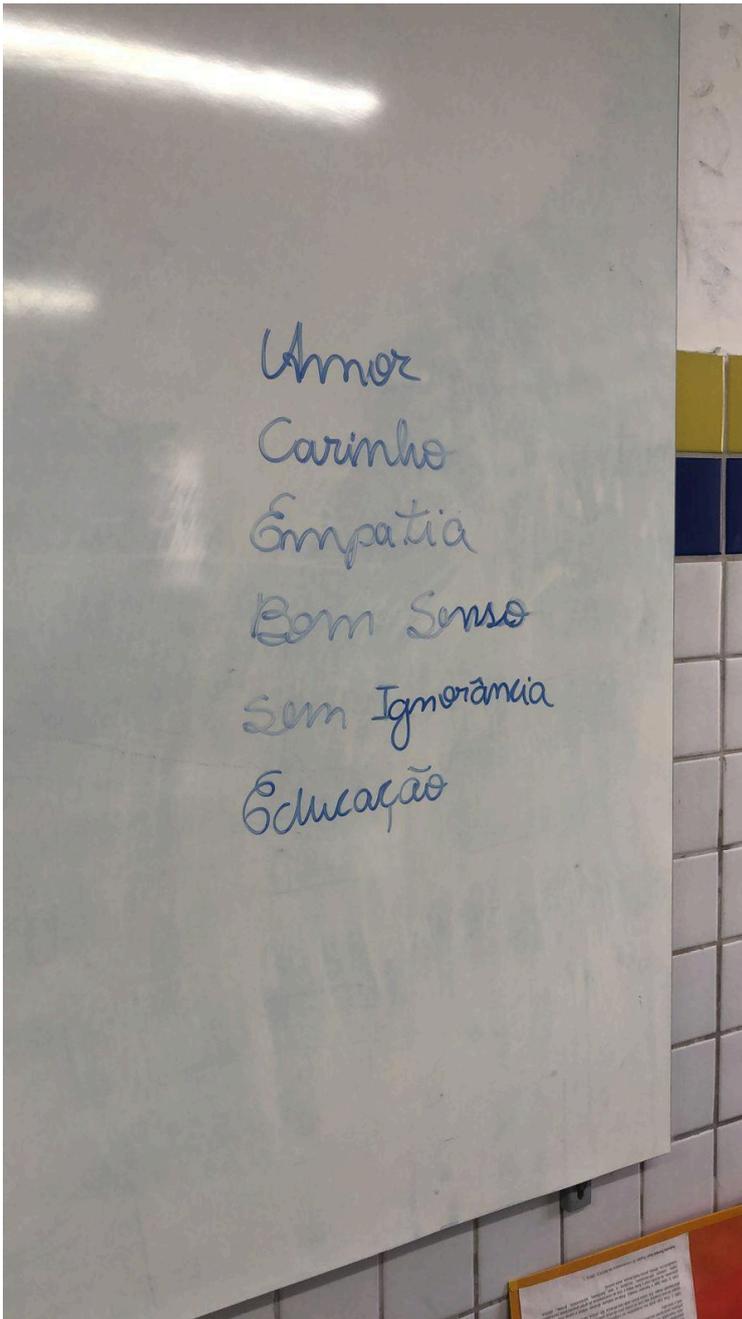
**Passo a Passo:** durante a roda de conversa, as perguntas norteadoras foram; como foi a semana? O que o Anjo secreto fez pelo seu protegido? O que eu gostaria que o outro tivesse feito por mim? Quais as atitudes que devo melhorar nos meus relacionamentos? O que posso fazer? Para facilitar a expressão das respostas, as mesmas foram escritas no quadro branco, por eles mesmos. (FIGURAS 8 e 9).

Na sequência, a Roleta da boa alimentação foi utilizada com a finalidade de integrar os aspectos da Cultura de Paz, ecologia e alimentação saudável (FIGURA 10). Antes de iniciar, foi escolhido um participante para ser o coordenador, ele ficou

responsável pela leitura das cartas. O jogo se iniciou com o participante girando a roleta, quando ela parava era escolhida uma carta de acordo com o número correspondente ao indicado na roleta. A pergunta foi lida pelo coordenador e respondida pelo participante da vez. Caso a resposta estivesse certa, o participante ganhava a pontuação indicada na carta e o próximo jogador iniciava o jogo seguindo as mesmas regras. No final, quem obtivesse mais pontos, era o vencedor.

**Figuras 8 e 9-** Respostas das perguntas sobre a atividade dos anjos secretos.





Fonte: Autor (2023).

**FIGURA 10-** Utilização do material lúdicos “Roleta da alimentação Saudável”



Fonte: Autor (2023).

## 5º ATIVIDADE – Culinária criativa

**Característica da atividade / estratégia pedagógica:** oficina de culinária criativa.

**Objetivo:** elaborar com os adolescentes, preparações culinárias de fácil manejo, saudáveis, saborosas, adequadas à realidade cultural e econômica, se utilizando da criatividade, com alimentos de baixo custo e nutritivos.

**Objetivos específicos:** Oportunizar o desenvolvimento de novas habilidades;

Promover maior autonomia para prática alimentar;

Resgatar a arte de cozinhar como veículo de resgate da cultura alimentar e do ato de comer;

Contribuir com a construção da cidadania, considerando o ato de comer como um ato político.

**Utensílios de cozinha:** liquidificador, facas de corte, talheres, medidores, coadores, jarras para suco, tábua de corte, bandejas, tigelas, panos de prato, toalha de mesa, luvas, toucas, aventais coloridos;

**ambientação;** banners, mesas com toalha colorida

**Material didático:** receitas, e-book Nossa alimentação da plantação a mesa.

**Gêneros alimentícios:** casca de abacaxi, gengibre, hortelã, limão, capim santo, torradas integrais, tomates, manjeriço, óleo de azeite.

### **Passo a Passo:**

As oficinas de culinária criativa foram respaldadas na metodologia referida por Rotenberg e colaboradores (2011), considerando-se os seguintes aspectos: cultura local e as necessidades do grupo; temáticas; interdisciplinaridade; recursos disponíveis (financeiros, equipamentos, utensílios e gêneros alimentícios). Do ponto de vista didático, as oficinas foram estruturadas da seguinte forma: ambientação (seleção, compra, higienização, apresentação dos gêneros alimentícios, organização dos utensílios e equipamentos, ambientação do espaço com fotos, cartazes, músicas articulados à temática); acolhimento que incluiu a apresentação dos participantes, da proposta de trabalho. As temáticas trabalhadas foram: a) alimentação saudável e um prato saudável e adequado; b) higiene do corpo e do ambiente; c) nutrição e ecologia integral; d) a alimentação: um direito de todos. Foram feitos sucos saudáveis: suco de casca de abacaxi com hortelã e gengibre; suco de capim santo com limão; torradas com tomate, manjeriço e azeite. Em seguida, foi feita a degustação e uma reflexão conceitual por meio da escuta das opiniões e falas dos participantes. Nesse momento era solicitado que cada um expressasse seu sentimento e/ou sensação em relação à atividade. No final, foram avaliados os graus de satisfação das preparações e da oficina (FIGURAS 11 E 12).

**FIGURAS 11 e 12-** Oficina Culinária.



Fonte: Autor (2023).

#### **3.4.4. Avaliação**

As avaliações das ações foram realizadas por todo o processo, os produtos gerados e os resultados de cada ação eram avaliados coletivamente, num fazer, refazer, ressignificar, mudar e buscar novas possibilidades de ação. Como efeitos e resultados, houve interesse dos escolares pelas ações, expressaram opiniões, dúvidas, curiosidades, saberes, sentimentos e expectativas. Essas estratégias e metodologias educativas, pautadas nos valores da cooperação, favoreceram o despertar, a reflexão e incentivaram o grupo a identificar novas questões de aprendizagem e constituírem-se como formadores de promoção da saúde.

Evidenciou-se ganhos em novos conhecimentos e em procedimentos vinculados aos temas abordados, a arte e a comunicação, por meio das produções apresentadas pelos alunos, como a produção das histórias em quadrinhos. A autonomia se fez presente nas opiniões/propostas de soluções viáveis diante dos problemas comunitários apontados. Entre os resultados positivos alcançados, destaca-se a afirmação do protagonismo, autoconfiança e autonomia necessárias para a construção do autocuidado em saúde e a sua disseminação na escola, além de promover o reconhecimento como sujeito de direitos e o empoderamento dos participantes.

O desafio enfrentado para a realização das oficinas, está o comportamento dos alunos, em relação a violência e o bullying em sala de aula que dificultaram a execução delas. Para contorná-lo, foi necessário as rodas de conversa, para uma escuta ativa e solidária e possibilitar a expressão de suas realidades, opiniões, emoções e sentimentos. Nesse contexto, não só as rodas de conversas mas também as oficinas temáticas visando disseminar a cultura de paz entre os adolescentes foram de suma importância.

Por meio de conversas após cada encontro, a equipe extensionista realizou as avaliações do dia, analisando entre outros pontos, a participação e o interesse dos participantes durante as atividades. Era perceptivo, por todas as extensionistas e professoras, o interesse dos adolescentes, em participar de forma ativa, nas atividades. Além disso, foi observado a necessidade de continuidade do projeto, com a finalidade de fortalecer a sustentabilidade das ações e promover maior empoderamento e autonomia dos atores sociais. Dessa constatação surgiu a

perspectiva de um trabalho voltado para a formação de multiplicadores de conhecimento, pautado no protagonismo juvenil, com natureza interdisciplinar. Essa constituiu-se numa outra etapa do programa "Promoção da saúde do escolar (quinto ciclo): Produção de MILEs à luz da Educação Popular" que será relatado e descrito em outras publicações.

## 5 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A princípio foi observada, na maioria do grupo, uma certa resistência com a novidade e com a equipe extensionista, a julgar pela falta de interesse em participar das atividades e de atenção.

Segundo a professora, os adolescentes da turma apresentaram esse comportamento em todos os momentos das aulas ministradas por ela e que isso era uma característica deles. Esse comportamento dos adolescentes é retratado na literatura como consequência de problemas socioeconômicos, como condições de vida mais precárias pode afetar o sucesso escolar e a concentração; a falta de preparo do professor e da escola para atender essas realidades; aulas maçantes e monótonas que não chamam a atenção do adolescente e falta de conexão entre professor e aluno (Souza, Panúncio-Pinto, Fiorati, 2019; Franceschini; Miranda-Monteiro, Gomes, 2017). Além disso, observa-se que o alto consumo de tecnologia pelos adolescentes também pode ser um dos motivos, pois pode ser um instrumento de distração nas aulas, resultar em falta de interesse pelas atividades escolares, a dependência excessiva torna eles mais desconexos das atividade, sempre buscando por estímulos digitais e pela sobrecarga de informações online pode prejudicar a assimilação dos conteúdos apresentados pelos professores (Silva, 2016).

A partir dessa constatação a equipe extensionista repensou as estratégias educativas, procurando adaptar as atividades e ações planejadas à realidade dos adolescentes. Essa iniciativa promoveu uma melhor aproximação, mais lenta e gradativa. Com a continuidade do projeto, os adolescentes foram se mostrando mais receptivos e mais interessados, com as novas propostas de atividades. Ao longo do período, eles demonstraram interesse e envolvimento em todas as atividades, além de estabelecerem vínculos afetivos com a equipe. Essa aproximação dos adolescentes e equipe, é observado no estudo de Baldasso, Galante e Ganen (2016), no qual utilizaram jogos, atividades, dinâmicas, oficinas de culinária, palestras como forma de ensino em um programa de Educação Alimentar e Nutricional na instituição. Com isso, foi possível estimular, fazer refletir e discutir os conteúdos com os participantes, o que permitiu uma aproximação menos informal entres os adolescentes e os participantes da equipe e aumentou a expressão de

suas opiniões acerca dos assuntos apresentados.

Ao decorrer das atividades, foi evidente que os alunos assimilaram os conhecimentos propostos e os aplicaram de forma progressiva. Eles demonstraram compreensão sobre alimentação saudável e saúde pessoal quando era lembrado em outros encontros, como na confecção das HQs (Anexo A). Dessa forma, observa-se que o uso da EAN por meio de atividades lúdicas e com materiais educativos e ilustrativos, se mostra uma ferramenta essencial para o desenvolvimento das crianças e adolescentes acerca dos conteúdos de alimentação saudável e que ocorre de forma gradativa (Monteiro; Lisboa, 2023).

Na 1ª atividade, na parte das perguntas, poucos alunos quiseram responder, mas com o avanço das questões e das respostas dos colegas, mais eles queriam responder e saber mais sobre o assunto. As perguntas foram: “O que é uma alimentação saudável?” “O que é uma comida saudável?”, “O que devemos evitar?” “O que pode acontecer no nosso organismo se comermos alimentos não saudáveis?”, “O que é alimento in natura?”, “O que é alimento minimamente processado?”, “O que é alimento processado?”, “O que é alimento ultraprocessado?” “Como escolher esses alimentos para garantir uma alimentação saudável?”. Foi observado que pelas respostas dos adolescentes, eles sabiam o que era ter uma alimentação saudável, como: “comer frutas e verduras”, e que alimentos que devemos evitar: “como doces, salgadinhos e balas fazem mal a saúde e aos dentes”, mas que muitos não colocavam em prática no dia a dia, por não gostar do gosto de alguns alimentos considerados saudáveis, por achar os doces mais gostosos, pela família não ter costume de comprar e por condições financeiras.

Esses pensamentos nas perguntas da 1ª primeira atividade, vão de encontro aos relatados na literatura, no qual os jovens têm conhecimentos prévios a respeito da alimentação saudável e adequada, mas não conseguem colocar em prática. Das barreiras encontradas por eles se tem o sabor dos alimentos saudáveis, considerados de gosto ruim; a gula ou ansiedade; pais que comprem as comidas; a praticidade e o melhor sabor de alimentos ultraprocessados, e a falta de dinheiro e acesso aos alimentos in natura (Torral; Conti; Slater, 2009). Sendo assim, as intervenções propostas pela EAN devem ajudar os jovens na autonomia de suas escolhas alimentares e superar as barreiras.

Na atividade seguinte, com o tema cultura alimentar e ecologia, houve um pouco de resistência aos grupos formados, mas logo conseguiram realizar a proposta. Os grupos mostraram animação e interesse na execução da tarefa, para mostrar como era a sua alimentação no dia a dia e mostrar para os seus outros colegas de sala. Com os pratos obtidos dos alunos, foi observado que a maioria já possuía conhecimentos básicos acerca dos alimentos considerados saudáveis e não saudáveis, porém não entendiam sobre os grupos dos alimentos e suas funções no corpo humano. Essa realidade também é percebida no estudo de Kops, Zys e Ramos (2013), no qual observa-se como algo comum na população brasileira, que apesar deles ter o mínimo de conhecimento sobre como realizar a preparação de um prato saudável e seguir com essa alimentação, ainda falta o entendimento mais aprofundado do porque e da real necessidade de realizar as mudanças na alimentação.

Logo, entende-se que ainda faltam informações mais concretas e científicas a respeito do tema de alimentação saudável e equilibrada para a população em geral e que a disseminação de informação por meio de Educação Alimentar e Nutricional, com metodologias lúdicas, participativas e de autonomia, é essencial para aumentar esse conhecimento e levar para outras pessoas da comunidade por meio dos jovens.

Em continuidade das práticas, com o acesso ao conteúdo de como os alimentos se agrupam, são classificados e quais as funções que exercem no organismo, por meio da mandala dos alimentos, os adolescentes puderam refazer os pratos feitos e realizar as possíveis adequações. Para complementar o conhecimento sobre os alimentos, o semáforo dos alimentos foi utilizado para reforçar a noção de quais alimentos devem ser evitados, quais podem ser ingeridos com moderação e quais os alimentos seguros.

Para finalizar o primeiro dia, a atividade da amarelinha teve uma grande participação e foi utilizada como forma de fixação do aprendizado de conteúdos trabalhados no dia. Dessa forma, foi observado que houve uma melhor compreensão do tema pela equipe. Quanto à nomenclatura dos grupos de alimentos, classificados em energéticos, construtores e reguladores, foi observado algum grau de dificuldade na memorização dessas nomenclaturas, uma vez que

eram termos novos para eles. Para fortalecer esse aspecto, foi enviado material teórico, via Whatsapp da turma, com o e-book intitulado: Nossa alimentação da plantaçoão a mesa (Monteiro et al., 2018), de autoria da equipe extensionista, do Departamento de Nutriçãoo da UFPE para que os mesmo pudessem acessar o conteúdo com mais frequênciia.

A função, a importância e a composição química dos alimentos foi bem compreendida, a julgar pelas respostas às perguntas feitas durante o jogo da amarelinha.

A apresentação de conteúdos e conhecimentos é melhor assimilada e compreendida pelas pessoas, por meio de textos juntamente com imagens associadas ao assunto, e a fixação na memória é um processo que envolve a obtenção e armazenamento de informações de forma coesa e linear (Meneses, 2022). Assim, apesar da apresentação de informações aos alunos terem sido de forma a estimular a memorização deles, ainda houve interrupções nesse seguimento, que pode se explicar pela falta de atenção e de conversa no momento da explicação.

No segundo dia de atividade, os estudantes estavam mais abertos em relação a equipe e ansiosos para as novas atividades. A confecção das histórias em quadrinhos (HQ) foi vista como um obstáculo por alguns alunos, contudo com ajuda das extensionistas acerca do tema e proposta com os que tinham dificuldade na criação de histórias em quadrinhos, a atividade conseguiu seguir. As HQs são uma forma de meio de comunicação viável para a transmissão de informações acerca da saúde, por causa da sua sequência lógica, dinâmica e concisa de expressar uma história ou um ensinamento, atraindo a atenção de crianças e jovens (Prado; Sousa Junior; Pires, 2017).

Ademais, as histórias em quadrinhos, utilizados como ferramenta pedagógica, ajuda na compreensão e interação dos alunos com os conteúdos ministrados, tornando o aprendizado mais acessível e envolvente para os estudante e estimula a criatividade, sendo o processo de aprendizagem mais dinâmico e interessante na visão dos jovens (Soares, 2010).

A proposta foi que as histórias tivessem o assunto de alimentação saudável e

todos pudessem se expressar da sua maneira sobre a temática, na criação de personagens que representam o seu cotidiano e ambiente em que vivem. Nas produções, foram observados que alguns fizeram histórias apenas com textos, sem os quadrinhos. No final, com o recolhimento das histórias, foi constatado a continuidade e compressão do conhecimento adquirido na atividade anterior. Assim, percebe-se que a educação em nutrição e saúde possibilita a capacitação e mudança de hábitos saudáveis e que o conteúdo criado pelos adolescentes pode servir como um material didático para a comunidade, por meio da inclusão do mesmo como agente social e seguir os ensinamentos aprendidos (Lira et al, 2022).

Na atividade seguinte, teve uma proposta diferente das anteriores, tinha com o objetivo disseminar a Cultura de Paz entre os adolescentes, principalmente por causa da realidade enfrentada por eles na comunidade e na escola. Observa-se que a escola se torna como um reflexo da realidade vivida em suas casas e arredores, das condições sociais e econômicas dos adolescentes e por questões culturais das famílias, tudo no final, influencia os níveis de violência encontrados nas escolas (Caliman, 2024).

A Cultura da paz é um conceito que tem o enfoque no diálogo e na mediação com o intuito de resolução de conflitos e ações violentas, respeitando as diversidades de pensamentos e formas de agir. Essa visão é representada no estudo de Anunciação e colaboradores (2023), no qual realizaram atividade com os temas de paz, respeito e violência e por meio de mediação de conflitos, visando a dispersão de valores e práticas que contribuíssem para a construção de um ambiente mais harmonioso e agradável no ambiente da escola. Ademais, foi percebido que através das oficinas realizadas, obtiveram resultados positivos em relação a mudanças comportamentais dos estudantes adolescentes, de acordo com a professora eles ficaram mais amigáveis entre si e teve diminuição de episódios de *bullying* e violência física na sala, dessa forma, refletindo na melhora do ambiente escolar, em comportamento em salas de aulas e de episódios de violência.

Na 3ª atividade, teve bastante hesitação, por conta dos passos de dança na frente dos outros colegas, o que causou a baixa participação da atividade. Apesar disso, todos aceitaram participar da ação dos anjos secretos e ficaram ansiosos para saber quem era e o que a pessoa faria por ela durante a semana. A ação dos anjos

secretos vai de encontro com os conceitos da promoção da cultura de paz, pois promove o desenvolvimento dos adolescentes individual e social, buscando um ambiente harmônico entre a comunidade escolar (Boschi, 2018).

Na 4º atividade de nutrição, retornou com a cultura da paz para observar como tinha sido a última semana como os anjos secretos e foi observado que poucos estudantes fizeram a atividade e cumpriram com o seu papel. Foi reparado por meio das perguntas feitas pelo grupo (“O que eu gostaria que o outro fizesse por mim?”, “Qual atitude eu devo melhorar nos meus relacionamentos? O que posso fazer?”), que a maioria dos alunos gostaria que fizessem por eles se refere ao atendimento das necessidades básicas de sobrevivência, como comida, passeios e dinheiro. Uma pequena minoria referiu-se ao atendimento das necessidades afetivas, subjetivas e de transcendência, pautados nos valores humanos, tais como: conhecer melhor seus colegas, ter mais carinho dos colegas, ter um ambiente sem brigas e falsidades, o amor, carinho, empatia, bom senso e educação (FIGURAS 8 e 9).

Por meio das respostas dos adolescentes, nota-se a necessidade de dar continuidade a oficinas e ações visando a cultura de paz que não foram totalmente alcançadas com as atividades realizadas durante o projeto. Ademais, segundo Pena et al.,(2016), sem o avanço das ações, conceitos de percepção de qualidade de saúde são perdidos na falta de segurança na escola, levando a violência entre os estudantes e sentimentos de ansiedade e tristeza.

Por fim, com a utilização da roleta de “Alimentação saudável e saúde” foi possível retornar com os assuntos das atividades anteriores, para verificar como estava o aprendizado dos estudantes. Dessa forma, apesar deles terem uma pequena dificuldade de lembrar de algumas nomenclaturas, como o nome de um nutriente ou de um grupo de alimento, a turma demonstrou uma boa apreensão dos conteúdos. Assim como mostra o artigo de Moreira e colaboradores (2005), as oficinas são uma forma de proporcionar uma intervenção educacional em crianças e adolescentes, visando aumentar o conhecimento de determinado conhecimento, sendo utilizado de forma lúdica são estratégias que facilitam a evolução de um conhecimento aprendido, construído conjuntamente, que inclui os participantes, sendo motivada de forma autônoma, alegre e em grupo.

Em relação à vivência culinária, a maioria dos escolares considerou a experiência “ótima”, “alegre e divertida”, “muito engraçada” e “cheia de novidades”. Essa mesma maioria afirmou que gostou das preparações por “serem fáceis de fazer, gostosas e bem baratinhas”. Houve boa aceitação das preparações. Para alguns poucos a vivência culinária foi desconfortável por não se identificarem com essa atividade: “não gosto de cozinhar e não gostei das preparações por ter muita verdura”. No que se refere à cultura alimentar, as reflexões realizadas durante a oficina oportunizaram o fortalecimento e a valorização do ato de comer e de cozinhar como práticas sociais impregnadas de simbolismos, significados, histórias e identidades, possíveis de serem resgatadas mesmo considerando-se as dificuldades e obstáculos da contemporaneidade.

No processo de avaliação, percebeu-se a necessidade e a vontade, tanto da equipe quanto dos estudantes, de dar continuidade ao projeto. Assim como observado no presente projeto, o estudo de Lima e colaboradores (2022), as rodas de conversa são uma metodologia de aproximação com os estudantes, tornando eles sujeitos de fala e opiniões e as falas como uma forma de conhecer e determinar os passos seguintes.

Esse fato gerou uma perspectiva para futuras ações, em uma nova etapa do projeto. Nesse sentido, durante roda de conversa com a turma do Programa Acelera, os jovens foram consultados a respeito da possibilidade de se tornarem multiplicadores de conhecimentos na escola, visando a continuidade e a sustentabilidade do projeto, como forma de compartilhamento dos conhecimentos e aprendizados para outras turmas.

Ademais, foi relatado que um dos motivos para eles quererem a continuação do projeto, por meio dos multiplicadores de conhecimento em saúde, foi para mostrar o seu valor para os outros alunos, pois muitos relataram que sofriam preconceitos e *bullying* de seus outros colegas por serem da turma do Projeto Acelera e considerados como uma “turma atrasada”. Esse acontecimento foi relatado por Matias (2018), no qual essas turmas tendem a uma dualidade de inclusão e exclusão, ou seja, ao incluir esses alunos (atrasados ou repetentes) resultam em preconceitos e *bullying* como: não são inteligentes, que reprovam e que são atrasados.

Portanto, além da continuidade do projeto, do conhecimento e do aprendizado deles, a nova etapa de multiplicadores de conhecimento em saúde será algo positivo para a vida e a autoestima dos adolescentes.

Os objetivos propostos foram alcançados satisfatoriamente, pois as estratégias pedagógicas referenciada na EPS, tem favorecido a construção de vínculos, amorosidade e fortalecimento da autoconfiança entre os participantes, possibilitando compartilhamento de saberes, aquisição de novos conhecimentos, o sentido de pertencimento, autonomia e a construção de cidadania entre eles e na comunidade escolar.

Além disso, foi possível desenvolver estratégias e métodos educativos inovadores e participativos com os adolescentes, envolvendo não apenas eles, mas toda a rede escolar e sua realidade social, transformados por meio das ações de promoção e educação popular em saúde.

Esse trabalho, pautado num modelo de oficinas, possibilitou a integração dos membros que se intercalaram nas posições de facilitadores, co-facilitadores e participantes do grupo. Sendo assim, essas estratégias metodológicas permitem também a reflexão dos lugares de poder, uma vez que podemos refletir até que ponto os temas e as técnicas são interessantes aos participantes e como a participação dos próprios escolares na construção das oficinas e do material produzido podem contribuir para uma educação problematizadora.

Por esse motivo, as temáticas e as formas de trabalhar que mais os agradassem foram solicitadas pela equipe extensionista, sempre voltadas a atender as demandas sociais que são apresentadas. Sendo assim, a importância das atividades serem planejadas semanalmente, de modo a acompanhar o interesse pelas temáticas sugeridas.

No que se refere às práticas em EAN devem ser considerados os diversos contextos com o objetivo de realizar construções compartilhadas de saberes sustentados pelas histórias individuais e coletivas, com papéis sociais distintos – gestores, professores, escolares e seus familiares, merendeiras, produzindo aprendizagens significativas e ratificando uma ética inclusiva.

Desse modo, dimensionando a participação ativa de diversos

interlocutores/sujeitos em práticas cotidianas, é possível vislumbrar a formação de cidadãos críticos e informados com habilidades para agir em defesa da vida e de sua qualidade.

As atividades lúdicas, podem ser ferramentas de mudança que facilitam o diálogo e a participação reflexiva, na qual as pessoas possam contar a suas próprias histórias, encenar dilemas, assuntos e situações cotidianas fundamentadas em seus problemas reais. Esse instrumento de apoio didático também pode ser utilizado em pesquisa-ação, com a finalidade de ter uma visão mais aprofundada da realidade alimentar e nutricional do grupo populacional em seus aspectos socioambientais, culturais, antropológicos e relacionais.

A par dos desafios enfrentados e da necessidade de avaliações que se farão necessárias, considera-se que a dimensão interdisciplinar dessa metodologia, evidenciando seu caráter criador, dialógico e integrador tornam extremamente válidas as experiências, uma vez que favorecem a articulação dos processos de reflexão, discussão, análise e socialização de ideias.

Nesta perspectiva, percebe-se ser possível tornar o ensino mais significativo e mais prazeroso a partir de abordagens interdisciplinares empregando temas geradores. Essa intervenção mostra que atividades pedagógicas interativas são instrumentos de sensibilização que intensificam o processo de conscientização sobre a necessidade de bons hábitos alimentares, permitindo a facilitação para escolhas saudáveis, capacitando os escolares para transformações da realidade, respeitando o seu universo cultural, entendendo a prática pedagógica como dinâmica de participação popular.

## **7 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O método participativo e dinâmico do projeto colabora para a conscientização da utilidade e funcionalidade da Educação Alimentar e Nutricional nas escolas e de ações de promoção de saúde e de cultura de paz nesse ambiente, concluindo que a escola é contribuidora para o sucesso de ações de EAN, uma vez que ajuda na relação entre os participantes e o ambiente em comunidade.

O presente estudo tem potencial para dar forças para integração e inseparável relação entre ensino, pesquisa e extensão, visto que o projeto foi de suma importância de experiência profissional para as extensionistas e futuros trabalhos, como esse, para pesquisas na área.

## REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Aléssio Tony Cavalcanti de; ARAÚJO JÚNIOR, Ignácio Tavares de. Efeitos da exposição aos fatores de risco comportamentais à saúde sobre o atraso escolar no Brasil. **Revista Brasileira de Economia**, Rio de Janeiro, v. 70, p. 129-169, 2016.

ANUNCIAÇÃO, Leilane Lacerda et al. Violência contra crianças e adolescentes: intervenções multiprofissionais da Atenção Primária à Saúde na escola. **Saúde em Debate**, Rio de Janeiro, v. 46, p. 201-212, 2023.

ASSUMPÇÃO, Raiane et al. Educação popular na perspectiva freiriana. **Editora e Livraria Instituto Paulo Freire**, São Paulo, 2009.

BALDASSO, Juliana Garcia; GALANTE, Andréa Polo; GANEN, A. P. Impacto das ações de um programa de educação alimentar e nutricional em uma população de adolescentes. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 29, n. 1, p. 65-75, 2016.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Gestão Estratégica e Participativa Departamento de Apoio à Gestão Participativa. Caderno de Educação Popular em Saúde. Brasília, 2007.

BRASIL. Ministério da Saúde. Política Nacional de Atenção Básica. Brasília: Ministério da Saúde (Série E. Legislação em Saúde), 2012a.

BRASIL. Ministério da Saúde. Política Nacional de Promoção da Saúde: PNaPS: revisão da Portaria MS/GM nº 687, de 30 de março de 2006. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Política Nacional de Promoção da Saúde / Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, 3. ed. Brasília : Ministério da Saúde, 2010a.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção em Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Diretrizes nacionais para a atenção integral à saúde de adolescentes e jovens na promoção, proteção e recuperação da saúde. – Brasília : Ministério da Saúde, 2010b.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Instrutivo do Programa Saúde na Escola. Brasília: Ministério da Saúde, 2011.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Política Nacional de Promoção da Saúde / Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, 3. ed. Brasília : Ministério da Saúde, 2010a.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas. Brasília-DF: Ministério da Saúde, 2012.

BRASIL. Lei nº 11.947, de 16 de junho de 2009. Institui o Código Civil. Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, ano 139, n. 8, p. 1-74, 16 jun. 2009.

BOSCHI, Helena. " Cultura de paz": gênese de uma fórmula entre discursos de guerra e violência. **Trabalhos em Linguística Aplicada**, v. 57, p. 848-876, 2018.

BUSS, Paulo Marchiori et al. Promoção da saúde e qualidade de vida: uma perspectiva histórica ao longo dos últimos 40 anos (1980-2020). **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 25, n. 12, p. 4723-4735, 2020.

CALIMAN, Geraldo. Clima escolar e violência em ambiente universitário: entre prevenção e promoção de culturas de paz. **Ensaio: Avaliação e Políticas Públicas em Educação**, Rio de Janeiro, v. 31, n. 121, 2024.

CANDEIAS, Nelly M. F. Conceitos de educação e de promoção em saúde: mudanças individuais e mudanças organizacionais. **Rev. Saúde Pública**, 31 (2): 209-13, 1997.

CARVALHO, Fabio Fortunato Brasil de. A saúde vai à escola: a promoção da saúde em práticas pedagógicas. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 25, p. 1207-1227, 2015.

CASTRO, Luciana Maria Cerqueira et al. Saúde, promoção da saúde e agentes multiplicadores: concepções de profissionais de saúde e de educação do município do Rio de Janeiro. **DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde**, Rio de Janeiro, v. 9, n. 2, p. 467-481, 2014.

CRUZ, Pedro José Santos Carneiro; MELO NETO, José Francisco de. Educação popular e nutrição social: considerações teóricas sobre um diálogo possível. Interface-Comunicação, Saúde, Educação. **Interface-Comunicação, Saúde, Educação**, Botucatu, v. 18, p. 1365-1376, 2014.

CZERESNIA, Dina; DE FREITAS, Carlos Machado (Ed.). **Promoção da saúde: conceitos, reflexões, tendências**. Rio de Janeiro: SciELO-Editora FIOCRUZ, 2009.

DE CASTRO PITANO, Sandro. A educação problematizadora de Paulo Freire, uma pedagogia do sujeito social. **Revista Inter Ação**, Goiânia, v. 42, n. 1, p. 087-104, 2017.

DE FREITAS, Carmen Cunha R. et al. A iniciativa privada na educação pública: o caso do Programa Acelera Brasil. In VII Simpósio Nacional Estado e Poder: Sociedade Civil, Uberlândia, 2012.

DE OTTAWA, A. CARTA. A Promoção da Saúde. In: **1ª Conferência Internacional, Canadá**. 1986. p. 17-21.

DOS SANTOS, Kátia Ferreira; BÓGUS, Cláudia Maria. A percepção de educadores sobre a escola promotora de saúde: um estudo de caso. **Journal of Human Growth and Development**, v. 17, n. 3, p. 123-133, 2007.

FARRE, Anny Giselly Milhome da Costa et al. Promoção da saúde do adolescente baseada na arte/educação e centrada na comunidade. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasília, v. 71, p. 26-33, 2018.

FRANÇA, Marcus Vinicius Sacramento; SOUZA, Marcos Vinicius Castro. A Educação popular em saúde na Atenção Primária: uma revisão de literatura. **Revista de APS**, v. 23, 2020.

FRANCESCHINI, Vanessa Lima Caldeira; MIRANDA-RIBEIRO, Paula; GOMES, Marília Miranda Fortes. Porta de entrada ou porta de saída? Fracasso escolar no ensino médio segundo estudantes e coordenadores (as) de escolas em ribeirão das neves, mg. **Educação em Revista**, Belo Horizonte, v. 33, 2017.

FREIRE, P. Pedagogia do oprimido. Rio de Janeiro: Paz & Terra, 1987.

FROELICH, Mendalli et al. Adesão à alimentação escolar e coocorrência dos marcadores de alimentação saudável e não saudável entre adolescentes brasileiros. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 28, p. 1927-1936, 2023.

FROTA, Mirna Albuquerque; ALBUQUERQUE, Conceição de Maria de; LINARD, Andrea Gomes. Educação popular em saúde no cuidado à criança desnutrida. **Texto & Contexto-Enfermagem**, Fortaleza, v. 16, p. 246-253, 2007.

GARCIA, RN et al. Agentes mirins de saúde: uma estratégia para formar multiplicadores de conhecimento. **RSBO**, v. 6, n. 1, p. 13-9, 2009.

GUIMARÃES, Gehysa; AERTS, Denise; CÂMARA, Sheila Gonçalves. A escola promotora da saúde e o desenvolvimento de habilidades sociais. **Diaphora**, v. 1, n. 2, p. 88-95, 2012.

HANUM, Vânia et al. **Implantação do Programa de Aceleração da Aprendizagem em Rio Verde (GO): uma análise pedagógica**. Tese (Mestrado em Educação) -

Universidade Católica de Goiás, Departamento de Educação, Programa de Pós-Graduação em Educação Mestrado e Doutorado, 2010.

Instituto Ayrton Senna. Acelera Brasil. Disponível em:

<https://institutoayrtonsenna.org.br/o-que-fazemos/componentes-educacionais/acelera-brasil/> . Acesso em: 3 de janeiro de 2024.

KISHIMOTO, Tizuko Morchidda. Jogos, brinquedos e brincadeiras do Brasil. **Espacios en blanco. Serie indagaciones**, v. 24, n. 1, p. 0-0, 2014.

KOPS, Natália Luiza; ZYS, Júlia; RAMOS, Maurem. Educação alimentar e nutricional da teoria à prática: um relato de experiência. **Ciência & Saúde**, Porto Alegre, v. 6, n. 2, p. 135-140, 2013.

LIMA, Cinthia Vieira Brum; FECCHI, Pollyanna Garcia Geraldo; CASTRO, Viviani Domingos. Turma, vamos fazer uma roda? Trabalhando no princípio da livre expressão no ensino fundamental. **Cadernos CEDES**, Campinas, v. 42, p. 143-153, 2022.

LIRA, Estéfane Teixeira Silva et al. Educação nutricional e diabetes mellitus tipo II: confecção de uma cartilha educativa em forma de história em quadrinhos (HQ). **RBONE-Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, São Paulo, v. 16, n. 102, p. 534-548, 2022.

Louzada MLC, Cruz GL, Silva KAAAN, Grassi AGF, Andrade GC, Rauber F, et al. Consumo de alimentos ultraprocessados no Brasil: distribuição e evolução temporal 2008–2018. *Rev Saude Publica*. 2023;57:12. <https://doi.org/10.11606/s15188787.2023057004744>

MACHADO, Maria de Fátima Antero Sousa et al. Programa saúde na escola: estratégia promotora de saúde na atenção básica no Brasil. **Rev. Bras. Crescimento Desenvolv. Hum**, p. 307-312, 2015.

MALDONADO, Luciana et al. Proposta de educação alimentar e nutricional integrada ao currículo de Educação Infantil e Ensino Fundamental. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 37, p. e00152320, 2022.

MATIAS, Andrea Maria. **Programa Acelera Brasil: discursos de verdade, regulação e desprofissionalização docente**. Dissertação (mestrado) - Universidade do Rio Grande do Sul - FURG, Programa de Pós-Graduação, Rio Grande/RS, 2019.

MENESES, Alice Barreto de et al. Memorization of messages, satisfaction, and feasibility of a nutritional intervention using a mobile text messaging app among adolescents. *Rev Nutr.* 2022;35:e210186. <https://doi.org/10.1590/1678-9865202235e210186>

MONTEIRO, Jailma Santos et al. Nossa Alimentação: da plantação à mesa. **Editora UFPE**, 2019.

MONTEIRO, Jamile Gonçalves; LISBOA, Cinthia Soares. EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NO TRATAMENTO DA OBESIDADE CRIANÇAS E ADOLESCENTES. **Revista CPAQV-Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida**, v. 15, n. 3, 2023. Acesso: <https://doi.org/10.36692/V15N3-41R>

MOREIRA, Rafaella Pessoa et al. Oficinas educativas sobre hipertensão arterial: um estudo quasi-experimental sobre avaliação da eficácia. **Online braz. j. nurs.(Online)**, 2005.

MOYSÉS SJ.; MOYSÉS ST; KREMPEL, MC. Avaliando o processo de construção de políticas públicas de promoção de saúde: a experiência de Curitiba. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, 9. ed., n. 3, p. 627-641, 2004.

NERY, Newillames Gonçalves; JORDÃO, Lidia Moraes Ribeiro; FREIRE, Maria do Carmo Matias. Ambiente escolar e promoção de saúde bucal: a Pesquisa Nacional

de Saúde do Escolar (PeNSE). **Revista de Saúde Pública**, Goiânia, v. 53, p. 93, 2019.

OLIVEIRA, João Batista Araujo. Correção do fluxo escolar: um balanço do programa acelera Brasil (1997-2000). **Cadernos de pesquisa**, São Paulo, p. 177-215, 2002.

PAIM, Jairnilson Silva et al. O sistema de saúde brasileiro: história, avanços e desafios. **The Lancet**. 377(9779): 1778-1797, 2011.

PRADO, Carolina Conceição; SOUSA JUNIOR, Carlos Eduardo de; PIRES, Mariana Leal. Histórias em quadrinhos: uma ferramenta para a educação e promoção da saúde. *RECIIS: revista eletrônica de comunicação, informação e inovação em saúde*, Rio de Janeiro, v. 11, n. 2, 2017. DOI: <https://doi.org/gnqc>

PENA, Geórgia das Graças et al. Comportamentos de risco para a saúde de adolescentes da rede pública de ensino. **Rev. Adolesc. Saúde (Online)**, Rio de Janeiro. p. 36-50, 2016.

RAMOS, Flavia Pascoal; SANTOS, Ligia Amparo da Silva; REIS, Amélia Borba Costa. Educação alimentar e nutricional em escolares: uma revisão de literatura. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 29, p. 2147-2161, 2013.

RANYERE, Jean; MATIAS, Neyfsom Carlos Fernandes. A Relação com o Saber nas Atividades Lúdicas Escolares. **Psicologia: Ciência e Profissão**, Salvador, v. 43, p. e252545, 2023.

RODRIGUES, Bráulio Brandão et al. Capacitação de agentes mirins no combate à dengue por meio de metodologia lúdica. **Brazilian Journal of Development**, Curitiba, v. 5, n. 10, p. 21356-21363, 2019.

ROLIM, Amanda Alencar Machado; GUERRA, Siena Sales Freitas; TASSIGNY, Mônica Mota. Uma leitura de Vygotsky sobre o brincar na aprendizagem e no

desenvolvimento infantil. **Revista Humanidades**, Fortaleza, v. 23, n. 2, p. 176-180, 2008.

RUMOR, Pamela Camila Fernandes et al. Programa Saúde na Escola: potencialidades e limites da articulação intersetorial para promoção da saúde infantil. **Saúde em Debate**, Rio de Janeiro, v. 46, p. 116-128, 2023.

SANTIAGO, Lindelvania Matias de et al. Implantação do Programa Saúde na escola em Fortaleza-CE: atuação de equipe da Estratégia Saúde da Família. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasília, v. 65, p. 1026-1029, 2012.

SANTOS, Boaventura de Sousa. A universidade no século XXI: para uma reforma democrática e emancipatória da universidade. **Educação, sociedade & culturas**, São Paulo, n. 23, p. 137-202, 2005.

SANTOS, Ligia Amparo da Silva. Educação alimentar e nutricional no contexto da promoção de práticas alimentares saudáveis. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 18, p. 681-692, 2005.

STARFIELD, Barbara et al. Atenção Primária: equilíbrio entre necessidades de saúde, serviços e tecnologia. Brasília: UNESCO, Ministério da Saúde, 2002. 726 p. Disponível em: <http://www.dominiopublico.gov.br/pesquisa/DetalheObraForm.do?select>.

SILVA, Kely Vanessa Leite Gomes da et al. Training of adolescent multipliers from the perspective of health promotion core competencies. **Rev Bras Enferm** [Internet]. 2018;71(1):89-96. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2016-0532>

SILVA, Thayse. O. **Os impactos sociais, cognitivos e afetivos sobre a geração de adolescentes conectados às tecnologias digitais**. Trabalho de conclusão de curso (Graduação) – Universidade Federal da Paraíba. João Pessoa. 2016.

SOARES, M.C. **Uma proposta de trabalho interdisciplinar empregando os temas geradores alimentação e obesidade.** Dissertação (Mestrado em Educação em Ciências). Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, 2010.

SOUZA, Larissa Barros de; PANÚNCIO-PINTO, Maria Paula; FIORATI, Regina Célia. Crianças e adolescentes em vulnerabilidade social: bem-estar, saúde mental e participação em educação. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, v. 27, p. 251-269, 2019.

Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG). Por uma cultura de paz. Disponível em: <https://www.ufmg.br/saudemental/para-servidores/por-uma-cultura-de-paz/#:~:text=Resumidamente%2C%20a%20cultura%20de%20paz,modos%20de%20pensar%20e%20agir..> Acesso em: 29 de fevereiro de 2024.

TORAL, Natacha; CONTI, Maria Aparecida; SLATER, Betzabeth. A alimentação saudável na ótica dos adolescentes: percepções e barreiras à sua implementação e características esperadas em materiais educativos. **Cadernos de Saúde Pública**, Brasília, v. 25, p. 2386-2394, 2009.

VIEIRA, Ana CC; VIEIRA, Valéria S. A necessidade de capacitação dos profissionais do programa saúde na escola para inclusão de orientações posturais preventivas no âmbito escolar. **Ciência em Tela**, v. 4, n. 2, 2011.

VIEIRA, Rafaela; RIBEIRO, Jefferson. AGENTE MIRIM DE DEFESA CIVIL: EDUCAÇÃO AMBIENTAL PARA PREVENÇÃO E REDUÇÃO DE RISCOS DE DESASTRES NATURAIS EM BLUMENAU, SANTA CATARINA. **Contrapontos**, Florianópolis, v. 18, n. 1, p. 68-87, mar. 2018. Disponível em <[http://educa.fcc.org.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1984-71142018000100068&lng=pt&nrm=iso](http://educa.fcc.org.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1984-71142018000100068&lng=pt&nrm=iso)>. acesso em 10 jan. 2024. <https://doi.org/10.14210/contrapontos.v18n1.p68-87>.



ANEXO A – História em quadrinhos produzida pelos adolescentes

