



OBESIDADE E CONTEXTO ESCOLAR: EXPERIÊNCIAS VIVENCIADAS NO PIBID INTERDISCIPLINAR/CAMEAM

Debora Alice de Souza Leite¹

Jordânia Kally Freitas Duarte de Assis²

Lucimara Fernandes Silva²

Maria Jucenilda da Rocha Oliveira³

Discente do curso de enfermagem UERN/CAMEAM, e-mail: debora-souzal@hotmail.com¹

Discente do curso de Língua Portuguesa UERN/CAMEAM, e-mail: jordaniakally@hotmail.com²

Discente do curso de enfermagem UERN/CAMEAM, e-mail: lucimarasilvaf@hotmail.com²

Docente da educação básica, Língua Portuguesa, Escola Estadual prof.^a Maria Edilma de Freitas, e-mail: jucenildarocha@yahoo.com.br³

Resumo: Relato de experiência de uma atividade do PIBID interdisciplinar referente ao tema obesidade, com alunos do 6º e 8º ano do ensino fundamental de uma escola pública do interior do Rio Grande do Norte. A obesidade é um problema de saúde pública com alto índice de prevalência na infância e adolescência, sendo este um período de vulnerabilidade para desenvolver a doença. O tema foi trabalhado em uma perspectiva de abordar as experiências de vida dos alunos, partindo do conhecimento prévio e realidade dos mesmos. A atividade mostrou-se bastante relevante, as discussões sobre obesidade, alimentação saudável e a prática de exercícios físicos foram realizadas partindo da teoria para a prática, onde na efetivação da atividade ocorreram momentos de práticas de exercícios e alimentação saudável.

PALAVRAS CHAVE: Docência, Interdisciplinaridade, Obesidade infantil.

INTRODUÇÃO

O Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência da Universidade do Estado do Rio Grande do Norte teve início em dezembro de 2009, através da Coordenação de Aperfeiçoamento Pessoal de Nível Superior (CAPES). Atualmente no CAMEAM conta com seis cursos que fazem parte da modalidade interdisciplinar, são estes: Geografia, Língua Portuguesa, Língua Inglesa, Língua Espanhola, Enfermagem, Educação Física e Pedagogia. Esta iniciativa tem como objetivo ser um incentivo ao aluno que opta pela carreira docente, elevar a qualidade das experiências com a comunidade aproximando a teoria acadêmica à realidade, valorizar a interdisciplinaridade oferecendo espaço para que áreas distintas possam trabalhar coletivamente na integração do ensino superior e educação básica (BRAZ, RUIZ, 2013).

A UERN ao incorporar o PIBID está assumindo um compromisso social de profissionalização da docência ampliando a formação por meio de experiências interdisciplinares entre diversas áreas da licenciatura. A integração de saberes permitida pelo PIBID promove um enriquecimento da escola, pois trabalha numa perspectiva de valorização da produção do conhecimento, com base na ação-reflexão-ação o que faz com que os alunos sejam reais participantes dessa construção (BRAZ, RUIZ, 2013).

Para o melhor desempenho e preparação dos bolsistas nas suas atuações em sala de aula, são realizadas reuniões semanais, com discussões acerca de como iram ser desenvolvidas as práticas em sala de aula, com a interação entre bolsistas e professores atuantes na escola. Nesses momentos acontecem a elaboração de planos de aula, dinâmicas, amostra de filmes com a temática de educação, entre outras atividades (CARVALHO et al, 2014).

Com todas essas atividades citadas, o bolsista deve priorizar momentos em que desenvolve a prática, através do seu conhecimento, para os alunos dos colégios em que atua. Com isso, busca-se ampliar o trabalho interdisciplinar onde, ao menos um bolsista de cada curso de licenciatura vinculado ao PIBID interdisciplinar, participe por grupo nas diferentes instituições de ensino e escolham temáticas para serem trabalhadas com os alunos de acordo com sua necessidade aparente na escola (CARVALHO et al, 2014).

Em algumas reuniões dos bolsistas do PIBID, fora escolhida para ser trabalhada uma temática de forma interdisciplinar com os alunos. Todo processo se deu através de um planejamento de algumas semanas, afim de trabalhar uma temática muito aparente na realidade da escola, perante uma necessidade evidenciada no alunado. Dentre algumas opções, fora escolhida a temática obesidade por ser referida como um grande e importante problema de saúde pública da atualidade, evidenciada principalmente em pré-adolescentes e adolescentes na atualidade e que vem ganhando destaque no cenário epidemiológico mundial (WHO, 2004).

A obesidade é considerada um distúrbio nutricional e metabólico podendo haver causa genética e ambiental, a qual pode ser caracterizada por um excesso de adiposidade no organismo (ZLOCHEVSKY, 1996; SCHONFELD-WARDEN, WARDEN, 1997). Mas, apesar de multifatorial, o grande aumento no número de obesos atualmente parece estar diretamente relacionado com as mudanças no estilo de vida como os hábitos alimentares somada a baixa atividade física (LAVRADOR et al, 2011; OLIVEIRA, FISBERG, 2003).

A mídia consegue de maneira efetiva influenciar nesse processo, ditando comportamentos e escolhas alimentares baseado em interesses econômicos em detrimento da saúde. No Brasil, o estudo realizado por Silva e Malina no ano 2000 trouxe resultados alarmantes, no qual cerca de 4,4 a 4,9 de horas por dia são gastas pelos adolescentes assistindo televisão, mais de quinze anos depois desse estudo o valor estimado para essa atividade é ainda superior.

A adolescência é um período vulnerabilidade para o desenvolvimento da obesidade, particularmente devido as alterações metabólicas e atual predominância do sedentarismo e práticas

alimentares inadequadas entre os jovens. Estudos apontam que uma proporção considerável dos adolescentes obesos mantém o excesso de peso na vida adulta (SICHERI, SOUZA, 2008).

A obesidade na infância e adolescência pode ocasionar mudanças no sistema endócrino causando puberdade precoce e hipertensão, pode desencadear distúrbios psicossociais como baixo rendimento escolar e isolamento social causado pelo preconceito. As consequências da obesidade ultrapassam essa fase da vida acarretando problemas futuros como, por exemplo, o aumento da mortalidade por doenças cardiovasculares na idade adulta (SCHONFELD-WARDEN, WARDEN, 1997; MULLER, 2001).

Os hábitos alimentares desenvolvidos na infância e adolescência são fatores determinantes para a qualidade de vida na vida adulta, segundo Feijó et al (1997) essa é a fase em que esses hábitos são estabelecidos e muitas vezes mantidos na vida adulta, o que revela a importância da prevenção do ganho de peso excessivo nas idades mais jovens.

É pelos hábitos alimentares serem formados nessa faixa e tenderem a se manter ao longo da vida (PESSA, 1997), é que as propostas de prevenção de obesidade têm como foco frequente a educação nutricional de adolescentes em ambiente escolar (VARGAS et al, 2011). A escola possibilita a inserção de conteúdos de educação nutricional nos planos de aula e estimula a prática regular de atividade física.

A educação nutricional tem grande importância na inserção de hábitos alimentares saudáveis ainda na infância, trazendo discussões acerca do consumo consciente, e compreensão das reais necessidades do corpo (BOOG, 1999). A escola é um espaço de construção de conhecimento, usado adequadamente tem poder transformador, que estimula a autoconsciência e como consequência se reflete em ações práticas nos hábitos de vida. A educação alimentar é especialmente relevante quando se considera como uma ação preventiva para complicações de saúde tanto na infância quanto na idade adulta (MELLO, LUFT, MEYER, 2004).

O PIBID interdisciplinar propôs trabalhar temáticas que focassem na questão da saúde com alunos do ensino fundamental e médio das escolas estaduais vinculadas ao PIBID. De antemão, o objetivo do presente artigo é discutir a obesidade nos 6º e 8º anos de uma escola de ensino fundamental e médio. No decorrer das reuniões feitas pelos bolsistas do PIBID do campus da UERN/CAMEAM, chegou-se ao consenso através do planejamento que seria trabalhado a temática obesidade para pré-adolescentes e adolescentes da Escola Estadual Prof^a Maria Edilma de Freitas localizada no município de Pau dos Ferros, no Alto Oeste potiguar.

As implementações tinham o intuito promover dois momentos na semana da criança na escola, a fim de quebrar os paradigmas e as antigas metodologias de ensino aplicadas somente em sala de aula. O primeiro momento, que aconteceu no dia 19 de outubro de 2016, onde na ocasião foi desenvolvida uma conversa bem didática no auditório da Escola, com a utilização de metodologias para a exploração da temática e construção de saberes em relação a mesma. Dentre essas metodologias foram escolhidas dinâmicas que explorassem o assunto de forma que todos colaborassem na construção de saberes no momento, havendo a participação e interação maior entre bolsistas e alunos.

As dinâmicas desenvolvidas pelas alunas de Enfermagem e Letras Português da UERN/CAMEAM a fim de explorar o saber prévio dos alunos em relação a obesidade foram: A dinâmica dos potes de alimento, que tinha como objetivo explorar como seria feita a digestão dos alimentos no organismo. Para essa dinâmica utilizou-se o projetor, slides e bexigas; A dinâmica construindo o caminho contra a obesidade, na qual tinha o objetivo de explorar o saber prévio dos alunos com tópicos e gravuras sobre obesidade e também desenvolver uma discussão sobre os tópicos trabalhados.

Para a segunda dinâmica foi utilizado folhas sem pauta com impressão dos tópicos e das gravuras. Os tópicos abordavam as questões - como os alimentos são digeridos pelo organismo, o que é obesidade, como diagnosticar a obesidade (IMC), classificação do IMC e tratamento da obesidade – promovendo assim a interação entre alunos e bolsistas; E a dinâmica digestão dos alimentos que tinha o objetivo de mostrar aos alunos quais alimentos tem maior ou menor facilidade de digestão no organismo. Para o desenvolvimento dessa dinâmica utilizou-se as gravuras da dinâmica anterior. Para encerrar o primeiro momento foi utilizado um vídeo com o auxílio do Datashow falando sobre alimentação saudável, prevenção da obesidade e hábitos saudáveis de vida.

O segundo momento aconteceu no dia 20 de outubro de 2016, sendo este na quadra poliesportiva do Campus da UERN/CAMEAM, com o objetivo de promover a interdisciplinaridade na prática, na qual os alunos dispuseram de um alongamento prévio com o auxílio da bolsista de Educação Física da UERN/ CAMEAM, logo após um momento de bastante interação onde os alunos desenvolveram brincadeiras em grupo na quadra e logo após para encerrar o momento foi disposto um Piquenique saudável, reforçando a ideia de uma alimentação saudável juntamente com a práticas de exercícios físicos contra a obesidade na adolescência. Nesse momento foram dispostos de alguns materiais como: Bolas e Bambolês bem como a utilização da quadra de esportes do campus.

DISCUSSÃO

Como a obesidade é uma doença que pertence ao grupo de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), atingindo os adultos, assim como crianças e adolescentes também, sendo estes os que merecem atenção quando se trata de uma morbidade como a em questão. Com o intuito de mudar o quadro de obesidade que atinge crianças e adolescentes, a escola acaba por se tornar um ambiente favorável para que aconteça a educação alimentar e ao mesmo tempo uma educação em saúde, desenvolvendo com os mesmos atividades que lhes chamem atenção para os impactos que essa doença tem em sua saúde e bem-estar (PINHEIRO et al, 2004).

Ao se trabalhar com crianças e adolescentes é preciso desenvolver e utilizar metodologias ativas a fim de envolver os mesmos na discussão do tema, com esse intuito, no primeiro momento de atividades desenvolvidas juntos dos alunos aconteceu da seguinte maneira, foram utilizadas duas dinâmicas intituladas: “Dinâmica dos Potes” e “O Trem da Digestão dos Alimentos”.

A Dinâmica dos potes utilizou os materiais: slide, projetor e bexigas. A dinâmica explica que todos temos três potes dentro de nós, um grande, um médio e um pequeno, cada um deles será preenchido com um tipo de alimento: o grande será preenchido por carboidratos, o médio por proteínas e o menor por lipídios. Explicado isso, vimos as características principais de cada classe de alimento, quais são as principais fontes, e como ocorre a digestão de cada um no corpo.

No momento seguinte foi entregue três bexigas para cada aluno, e explicado que cada uma delas representaria uma classe de alimentos e deveria ser enchida de maneira diferente, uma bexiga maior que representaria os lipídios, uma média para as proteínas e a pequena para os carboidratos. Em seguida pedimos que todos colocassem as bexigas embaixo da camisa. Voltamos ao slide que mostrava o tamanho de cada pote de cada alimento e orientamos que analisassem a relação que existia entre o tamanho dos alimentos representados pelas bexigas e o tamanho dos potes.

Cada vez que transborda a quantidade de alimento que cabe em qualquer um dos potes nosso corpo armazenava a energia que não era necessária no momento, e então o excesso virará gordura. No caso, a quantidade de lipídios ultrapassava a quantidade que nosso corpo suportava digerir e então, nesse momento faz-se a relação entre o desequilíbrio na alimentação e o tamanho que ficou a barriga de cada um quando colocaram as bexigas embaixo da camisa. A proposta de aprendizagem era a percepção das necessidades corpóreas normais e a relação entre o tempo de digestão de cada alimento e a quantidade de energia necessária para digeri-lo.

A segunda dinâmica intitulada “O trem da digestão dos alimentos” utilizou-se de imagens de alimentos saudáveis e prejudiciais à saúde. Foram entregues várias figuras de alimentos para os alunos, entre frutas, verduras, massas, frituras, doces, etc. Cada criança foi convidada a mostrar qual figura recebeu, a falar sobre ela e contar suas experiências com esse tipo de alimento, em seguida os demais colegas falavam cada um o que sabiam e suas experiências com os alimentos nas figuras dos colegas.

Após esse momento de apanhado de conhecimento das vivências dos alunos, convidamos a formarem uma fila, cada um com a imagem que recebeu. Representando um trem demos voltas no pátio, no fim da primeira volta os vagões que estavam com frutas e verduras se desligaram e voltaram a se sentar, no fim da segunda volta os vagões que estavam com massas se desligaram e voltaram a sentar, ao final da terceira volta os últimos vagões que estavam com os açúcares e gorduras se desligaram e voltaram a sentar. Nesse momento da dinâmica discutimos com os alunos a relação das diferenças na digestão de cada tipo de alimento e o esforço necessário por nosso corpo para que isso aconteça.

A vida sedentária, facilitada pelos avanços tecnológicos, faz com que as crianças e adolescentes não precisem se esforçar fisicamente para se divertir, isso acaba por gerar maus hábitos de vida por passarem muito tempo em frente a algum aparelho eletrônico, como vídeo games, tablets, etc. Por esse motivo, no segundo momento, o foco principal foi a movimentação corporal, mostrar a importância de exercícios físicos, de um corpo ativo e em movimento que proporciona muitos benefícios para a saúde e contribui também para o desenvolvimento/crescimento.

No segundo dia de atividades, os alunos foram levados a quadra poliesportiva do Campus da UERN/CAMEAM para um dia de atividades físicas e brincadeiras, deixando de lado os aparelhos celulares e jogos eletrônicos. Antes de iniciar as brincadeiras foi realizado um alongamento em grupo sendo orientado pela discente de educação física, demonstrando que é necessário alongar o corpo para que o mesmo não venha a correr o risco de sofrer contusões durante o exercício.

Para o desenvolvimento das brincadeiras, as turmas foram separadas em pequenos grupos, onde cada grupo selecionou uma brincadeira utilizando as bolas ou os bambolês. Os meninos optaram por jogos que possuíam mais afinidade como o futebol, e as meninas preferiram jogos que pudessem ser utilizadas as mãos, como handebol, vôlei e queimada, onde neste último os meninos também participaram.

Após as brincadeiras, realizou-se um grande piquenique, onde os alimentos foram trazidos pelos próprios estudantes, sendo conversados anteriormente com os mesmos em sala os alimentos que cada um considera saudável e que poderiam ser trazidos para esse momento de confraternização. Dentre os alimentos que compunham a refeição, as frutas e sucos feitos de forma naturais ganharam destaque, pois mostra a consciência que cada um tem em relação ao que compõe uma alimentação saudável. Após o piquenique, outras brincadeiras aconteceram desta vez realizadas em um grande grupo havendo muita interação por parte dos alunos, docentes e discentes.

CONCLUSÃO

Diante das discussões feitas nesse trabalho e das atividades realizadas nas turmas do 6º e 8º anos do ensino fundamental, destacamos o alcance do objetivo mencionado no início desse artigo, que era apresentar, discutir e realizar atividades sobre a obesidade, bem como o seu tratamento, e prevenção. Trabalhar com o tema da obesidade trouxe vários benefícios tanto para nós, bolsistas do PIBID, que tivemos a oportunidade de pesquisar sobre esse assunto, para ministrar as atividades, e que de certa forma nos proporcionou momentos de aprendizagens também, como para os alunos, pois através das discussões e atividades, conheceram a obesidade e seus malefícios a saúde humana.

Estudar com a temática da obesidade incluiu outros assuntos que estão interligados com a causa e prevenção dessa doença. Entre outros assuntos, trabalhamos com a alimentação saudável e a prática do exercício físico, que se constituem as principais formas de se prevenir da obesidade, e manter qualidade de vida. A alimentação saudável inclui entre outros fatores, a redução, ou eliminação total da absorção de alimentos industrializados, pois a principal causa da obesidade está nos maus hábitos alimentares. Assim como, a prevenção da doença está na reeducação alimentar, momento no qual os alimentos naturais são priorizados na dieta humana. A prática do exercício físico também é um dos fatores que atua junto com a alimentação saudável e proporciona saúde a longo prazo.

O resultado das atividades ministradas foi muito satisfatório, pois além da aprendizagem vinda do conteúdo, os alunos tiveram a oportunidade de desfrutar e degustar de uma comida saudável, em um momento de culminância proposto tanto pelos alunos do PIBID, como pela professora de língua portuguesa, Isa Rocha, e Joana, professora de língua Inglesa, que são também colaboradoras do PIBID na Escola Estadual prof^a Maria Edilma de Freitas. Além da culminância, foi proporcionado um momento de práticas de exercícios físicos, que também mostrou aos alunos a

importância de exercitar o corpo para que as calorias que vem da alimentação, sejam queimadas de maneira benéfica pelo organismo.

Esperamos que o relato das experiências nesse trabalho sirva de exemplo para que mais atividades com essa natureza sejam exploradas nas salas de aulas da rede básica. É importante ressaltar também, a relevância da interdisciplinaridade nesse trabalho, pois por meio das atividades realizadas, notamos que é possível trabalhar uma mesma temática relacionando as diferentes disciplinas, bem como os diferentes cursos representados pelos bolsistas do PIBID interdisciplinar, tanto do grupo de Isa, como do de Joana.

O trabalho realizado nesse artigo se mostrou relevante para nós, futuros profissionais da educação e saúde, visto que aprendemos não somente como se trabalhar com a interdisciplinaridade, mas também como relacionar os diferentes conhecimentos científicos na educação. A importância desse trabalho se estende também a rede básica de ensino, mostrando que o ensino de qualidade se fundamenta em uma educação que une os vários conhecimentos diferentes, para que o aluno se torne um sujeito crítico e pensante, pronto para se posicionar na sociedade.

REFERÊNCIAS

- BOOG, Maria Cristina Faber. **Educação nutricional em serviços públicos de saúde**. Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, v. 15, n. 2, supl. 2, p.139-148, 1999. Disponível em:<<http://www.scielo.br/pdf/csp/v15s2/1295.pdf>>. Acesso em: 28 out. 2016
- [BRAZ, Anadja Marilda Gomes](#); RUIZ, Carlos Antonio Lopez. **O Projeto Formativo do PIBID/UERN**. (Org.). Formação docente no PIBID/UERN. 1ed. Mossoró-RN: UERN, 2013, v. 01, p. 13-29.
- CARVALHO, A. F. et al. **Aplicação prática do PIBID interdisciplinar na formação de professores**. Anais do Evento Seminário Internacional de Educação Superior 2014: Formação e conhecimento, 2014.
- FEIJÓ, R. B. et al. **Estudos de hábitos alimentares em uma amostra de estudantes secundaristas de Porto Alegre**. Pediatría (São Paulo). 1997; 19:257-62. out.-dez. 1997.
- LAVRADOR, Maria Silvia Ferrari, et al. **Riscos cardiovasculares em adolescentes com diferentes graus de obesidade**. Arq. Bras. Cardiol. São Paulo, v. 96, n. 3, p. 205-211, Mar. 2011. Disponível em:<<http://www.scielo.br/pdf/abc/v96n3/aop16210.pdf>>. Acesso em: 26 out. 2016.
- MARCHINI, Júlio Sérgio; OLIVEIRA, José Eduardo Dutra de. Ciências Nutricionais. São Paulo, **Sarvier**, 2008. p.21-51.
- MELLO, E. D.; LUFT, V. C.; MEYER, F. **Obesidade infantil: como podemos ser eficazes?** J. Pediatr. v. 80, n. 3, p. 173-182, 2004. Disponível em:<<http://www.jpmed.com.br/conteudo/04-80-05-433/port.pdf>>. Acesso em: 26 out. 2016.
- MULLER, Regina Célia Lucizani. **Obesidade na adolescência**. Pediatr. Mod., São Paulo, v. 37, p. 45-48, 2001. Disponível em:<http://www.moreirajr.com.br/revistas.asp?id_materia=1413&fase=imprime>. Acesso em: 27 out. 2016.



- OLIVEIRA CL, FISBERG M. **Obesidade na Infância e Adolescência: Uma Verdadeira Epidemia.** Arq Bras de Endocrinol Metab São Paulo, v 47, n. 2, p. 107-108, abril de 2003. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/abem/v47n2/a01v47n2.pdf>>. Acesso em: 25 out. 2016.
- PESSA, R. P. Seleção de uma alimentação adequada. In: DUTRA-DE-OLIVEIRA, J. E; SCHONFELD-WARDEN N, WARDEN C. H. **Obesidade pediátrica: uma visão global da etiologia e do tratamento.** Pediatr Clin North Am, 1997.
- PINHEIRO, A. R. O; FREITAS, S. F. T; CORSO, A. C. T. Uma abordagem epidemiológica da obesidade. Rev. Nutr., Campinas, vol. 17, nº 4, p. 523-533, out/dez., 2004. Disponível em <http://www.scielo.br/pdf/rn/v17n4/22900>. Acesso em: 25 out. 2016.
- SICHERI, Rosely; SOUZA Rita Adriana de. Estratégias para prevenção da obesidade em crianças e adolescentes. Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, 24 Sup 2: S209-S234, 2008. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/csp/v24s2/02.pdf>>. Acesso em: 25 out. 2016.
- VARGAS, Izabel Cristina da Silva, et al. **Avaliação de programa de prevenção de obesidade em adolescentes de escolas públicas.** Rev Saúde Pública, 2011; p 59-68. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rsp/v45n1/1874.pdf>>. Acesso em: 25 out. 2016.
- WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Obesity: Preventing and Managing the Global Epidemic.** Report of a WHO Consultation. Geneva; 2004.
- ZLOCHEVSKY, E. R. M. **Obesidade na infância e adolescência.** Rev Paul Pediatr, 1996; 14: 124-33.