



III CONEDU

CONGRESSO NACIONAL DE
E D U C A Ç Ã O

VIGILANTES DO DESPERDÍCIO ALIMENTAR

Priscilla da Silva Campos Brazão Caldas

Universidade Federal do Rio Grande do Norte – priscacampos@hotmail.com

Jeane Carla da Silva Lima Alencar

Universidade Federal do Rio Grande do Norte – jeaneamil@hotmail.com

RESUMO: A alimentação é muito mais do que uma simples necessidade de saciar a fome, ela representa a cultura de um povo e com as novas demandas sociais e econômicas é possível perceber mudanças na alimentação das crianças, seja pelos excessos ou falta de uma nutrição adequada. A globalização tem proporcionado e fomentado o surgimento da alimentação fácil e rápida, modificando os hábitos alimentares saudáveis por hábitos *fast food* e excesso no consumo de alimentos industrializados com excesso de sódio, açúcares e gordura. Estudos revelam que crianças que não possuem alimentação adequada, nutricionalmente balanceada, apresentam maior probabilidade para desenvolver doenças crônicas como obesidade, diabetes, hipertensão e outras de menor recorrência. Há ainda o outro lado da alimentação adequada ou a ausência dela, a desnutrição infantil, que conseqüentemente acarreta atrasos no desenvolvimento físico e intelectual. A alimentação se apresenta para as crianças em fase de desenvolvimento mais do que uma necessidade fisiológica e por isso o professor enquanto mediador deve propiciar uma tomada de consciência e a formação de uma nova cultura alimentar. Alicerçado na Pedagogia de projetos o trabalho interdisciplinar buscou contribuir para a diminuição do desperdício de alimentos e ainda promover hábitos alimentares saudáveis dentro e fora do espaço escolar, conscientizando os familiares sobre a importância de uma alimentação saudável. As crianças e suas famílias puderam vivenciar e experimentar novas receitas, novos sabores, novas possibilidades e novas aprendizagens.

Palavras-chave: Alimentação. Hábitos Saudáveis. Interdisciplinaridade

INTRODUÇÃO

As últimas estimativas da Organização das Nações Unidas para a Alimentação e a Agricultura apontam que no biênio de 2012-2014 houve a adoção de políticas públicas voltadas objetivando a redução da fome no mundo. No entanto, o relatório anual da FAO (sigla em inglês - *Food and Agriculture Organization*), demonstra que, atualmente, aproximadamente 805 milhões de pessoas estão cronicamente subalimentadas. Ou seja, milhões de pessoas passam fome em nosso país e no mundo, ao passo em que constatamos diariamente o desperdício de toneladas de alimentos, muitas vezes por não sabermos aproveitar tudo o que eles podem nos oferecer.

Diante disso, observando a realidade vivenciada em uma Escola de Natal/RN, surge o interesse por este tema,

(83) 3322.3222

contato@conedu.com.br

www.conedu.com.br



III CONEDU

CONGRESSO NACIONAL DE
E D U C A Ç Ã O

como uma necessidade de fomentar a reflexão e promover a conscientização das crianças sobre esta problemática, possibilitando assim, uma mudança de comportamento através da adoção de novos hábitos alimentares.

Estudo pertinente tendo em vista a grande quantidade de alimentos desperdiçados durante o lanche na escola e a possibilidade de conhecermos várias formas de aproveitarmos integralmente alguns alimentos. Aspectos fundamentais para fazer-nos acreditar na relevância do assunto para a formação dos discentes do 2º ano do Ensino Fundamental, pais e demais componentes da comunidade escolar.

Conceber a educação perpassa as delimitações dos componentes curriculares e surge como um processo de formação e promoção do ser humano o qual requer oportunizar ao indivíduo enquanto sujeito, oportunidades de experimentação e construção de novos conhecimentos e valores acerca de situações cotidianas e que repercutem direta e indiretamente na nossa forma de nos relacionarmos com o nosso próprio corpo, hábitos, costumes e com o ambiente. O presente trabalho visa promover a conscientização sobre o desperdício de alimentos a fim de que possamos diminuir o desperdício de alimentos durante o lanche da escola, compreender a importância do aproveitamento integral dos alimentos e seus nutrientes e estimular práticas alimentares mais saudáveis dentro do ambiente escolar.

Nessa corrente de ideias, ressaltando o papel do professor como agente mediador, procurando identificar as mudanças qualitativas no processo de desenvolvimento e na construção de hábitos alimentares saudáveis e sustentáveis, de modo que a criança se desenvolva cada vez mais, compreendendo a necessidade de evitar o desperdício e superando as restrições alimentares referentes a alimentos naturais. Visto que, a criança é um ser interativo e assim vai adquirindo conhecimentos e trocas a partir de relações entre si e com as demais pessoas, e ainda com o meio.

COM A MÃO NA MASSA

Para a tessitura deste trabalho, consideramos os pressupostos da teoria sócio-histórica, elaborada por Vygotsky tendo como princípio básico o desenvolvimento do sujeito a partir das relações inter e intrapessoais.

“as características individuais e até mesmo suas atitudes individuais estão impregnadas de trocas com o coletivo, ou seja, mesmo o que tomamos por mais individual de um ser humano foi construído a partir de sua relação com o indivíduo”.
Vygotsky (1988)



III CONEDU

CONGRESSO NACIONAL DE
E D U C A Ç Ã O

Destarte, observando a troca com o meio e de como as características humanas, individuais, se formam no decorrer da história social e cultural do indivíduo, acreditamos na possibilidade de mudanças nos hábitos sociais e alimentares das crianças a partir da mediação, incentivo e apreciação de novos sabores.

Ao desenvolvermos o projeto vislumbramos a necessidade de pautá-lo em uma metodologia de trabalho a qual valorizasse a participação do educando e do educador, vivenciando as situações-problema, refletindo sobre elas e tomando atitudes diante dos fatos. Acrescentamos a essa metodologia uma reflexão sobre a realidade atual, orientando as etapas do trabalho sob uma análise em relação a um contexto sócio-político macro e elaborando propostas de intervenção que objetivando uma transformação social no tocante às questões alimentares.

Nesse diapasão, a aprendizagem passa então a ser vista como um processo complexo e holístico, onde teoria e prática não podem ser dissociadas, e o conhecimento da realidade e a intervenção sob ela estão intrinsecamente ligados, possibilitando aos alunos levantar questionamentos, produzir, pesquisar e estabelecer inferências que os incentivassem a realizar novas buscas, compreensões e descobertas.

Dessa forma, definimos as etapas que norteariam os nossos estudos, levando em consideração a necessidade de conhecer as especificidades da proposta de trabalho a ser desenvolvida. Deste modo, visando possibilitar torná-la ainda mais significativa, realizamos:

- Debates em sala de aula, através de vídeos sobre a fome no Brasil;
- Aplicação de questionários sobre desperdícios de alimentos em casa;
- Levantamento das preferências alimentares;
- Construção de um gráfico com as refeições realizadas durante o dia;
- Estudo da pirâmide alimentar;
- Análise da quantidade de alimentos industrializados que são consumidos no lanche escolar;
- Criação de cartaz com as quantidades de açúcares e gorduras consumidos no lanche;
- Culinária com a nutricionista da escola demonstrando como podemos utilizar integralmente as frutas e verduras na nossa alimentação diária – com a realização da receita *cupcake* de abobrinha com chocolate.

DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

(83) 3322.3222

contato@conedu.com.br

www.conedu.com.br



Embora a discussão sobre a mudança de hábitos alimentares se apresente como ponto de divergência entre as famílias, principalmente devido ao estilo de vida adotado em que a praticidade muitas vezes se encontra em detrimento de escolhas saudáveis e sustentáveis, através desta proposta de trabalho foi possível viabilizar aos alunos um novo modo de pensar e aprender. Bem como, observar uma melhor compreensão da realidade da fome no Brasil e no mundo, e diante dessa informação fomentar a conscientização para a importância de evitar o desperdício, adotar atitudes de aproveitamento total dos alimentos e de hábitos alimentares mais saudáveis.

No decorrer do projeto foram perceptíveis as mudanças ocorridas nas escolhas das crianças e suas famílias na hora de selecionar os alimentos que comporiam as lancheiras, primando assim por uma alimentação equilibrada que proporcionasse suprir as necessidades nutricionais ao corpo em desenvolvimento, passando a assumir uma postura mais crítica diante dos alimentos a serem ingeridos e as consequências de suas escolhas para sua vida e do meio ambiente no qual estão inseridos.

As mudanças também se estenderam para dentro das casas das crianças. Considerando a importância de articular escola/família, através da oficina culinária desenvolvida em parceria com a nutricionista escolar e do compartilhamento de receitas saudáveis e que primavam pelo reaproveitamento de alimentos, os pais e/ou responsáveis pelos alunos tiveram a oportunidade de vivenciar a produção de alimentos saudáveis como alternativa para substituir alimentos industrializados e vazios de nutrientes nas refeições realizadas por eles diariamente, a exemplo, o lanche escolar.

Outro aspecto bastante significativo foram as receitas compartilhadas, as quais viraram ao final do projeto o livro **“Receitas com aproveitamento integral dos alimentos”** vislumbrando assim que os hábitos adquiridos no decorrer do projeto e vivenciados por cada criança e suas famílias virassem uma prática no dia-a-dia e que todos compreendessem que alimentação saudável pode ser acessível e possível, contribuindo assim, para a diminuição do desperdício e, conseqüentemente, da produção de lixo orgânico.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Partindo do pressuposto que uma ação desta natureza não se desenvolve de forma exitosa tendo como alvo apenas os alunos, mas com a participação e envolvimento de toda a comunidade escolar



III CONEDU

CONGRESSO NACIONAL DE
E D U C A Ç Ã O

(professores, alunos, funcionários e pais de alunos), objetivando a construção de um conhecimento crítico que estimule a busca de condições para um viver mais saudável.

Considerando que conhecer e cuidar do próprio corpo, valorizando e adotando hábitos saudáveis como um dos aspectos básicos da qualidade de vida e agindo com responsabilidade em relação à sua saúde e à saúde coletiva, são objetivos presentes nos Parâmetros Curriculares Nacionais PCN (Ciências naturais p. 7), o projeto contemplou a educação alimentar não uma mera atividade extracurricular, mas de forma multidisciplinar e transversal, sendo possível perceber que muitas informações trazidas embora sejam de conhecimento dos envolvidos, na prática muitas vezes não se traduziam em ações voltadas para uma alimentação saudável.

Destarte, o projeto desenvolvido pode contribuir para aquisição de uma nova cultura alimentar dentro e fora do espaço escolar acarretando assim melhora na saúde das crianças, auxiliando no desenvolvimento físico e intelectual e pôde contribuir na economia familiar. Cabe ressaltar ainda as contribuições para o fazer pedagógico mesmo diante dos desafios. Professores e alunos puderam vivenciar a possibilidade do aprender a aprender, o pensamento crítico, estimularam a criatividade e dessa forma o professor, enquanto mediador proporcionou aos alunos serem agentes produtores de conhecimento.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros curriculares nacionais: ciências naturais** / Secretaria de Educação Fundamental. – Brasília: MEC/SEF, 1997. Página 7.

RABELLO, E.T. e PASSOS, J. S. **Vygotsky e o desenvolvimento humano**. Disponível em <http://www.josesilveira.com/artigos/vygotsky.pdf> no dia 30 de agosto de 2016. Página 4.

OLIVEIRA, Valéria. **Fome e desperdício de alimentos**. 1ª edição, E-book. São Paulo, 2014.

ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS PARA A ALIMENTAÇÃO E A AGRICULTURA. **Relatório anual da FAO** (sigla em inglês - *Food and Agriculture Organization*). Disponível em <http://www.fao.org/brasil/pt/> no dia 31 de agosto de 2016.