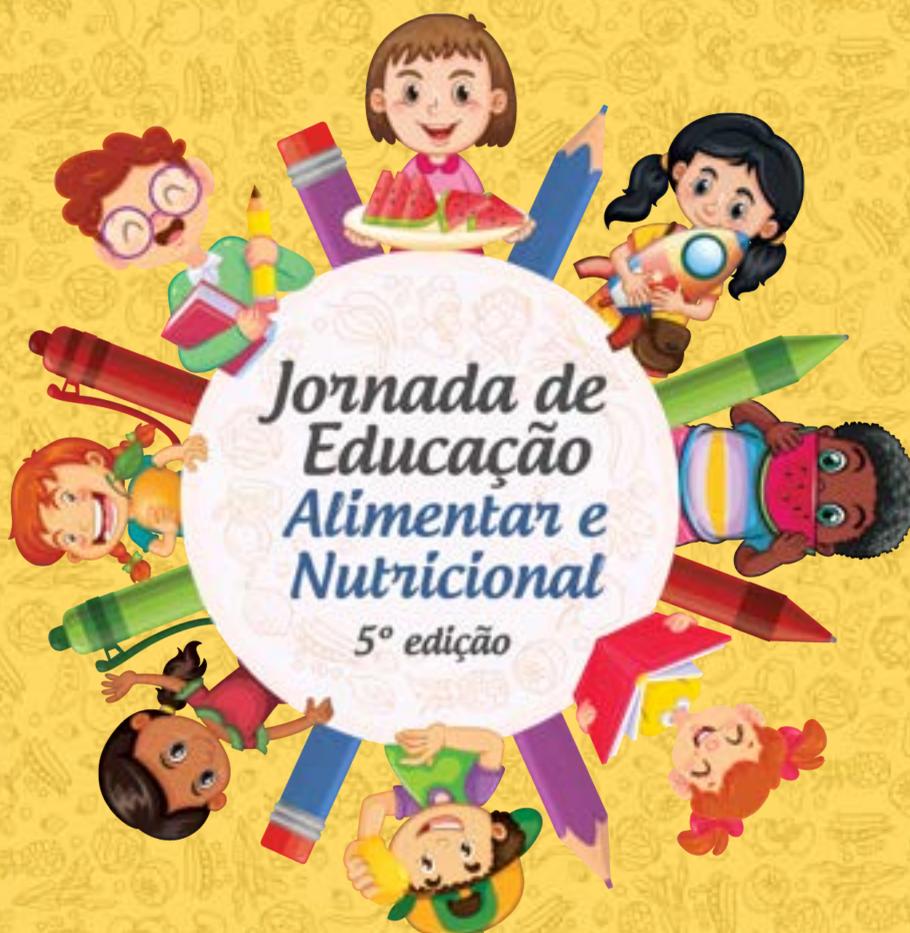


Ministério da Educação

Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



Melhores Relatos da Educação Básica
2023

Organização

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
FUNDO NACIONAL DE DESENVOLVIMENTO
DA EDUCAÇÃO
DIRETORIA DE AÇÕES EDUCACIONAIS
COORDENAÇÃO GERAL DO PROGRAMA
NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
COORDENAÇÃO DE SEGURANÇA ALIMENTAR
E NUTRICIONAL
DIVISÃO DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E
NUTRICIONAL

SBS, Quadra 2, Bloco F, 4º andar – Edifício
FNDE CEP: 70.070-929 – Brasília / DF

COORDENADORA GERAL DO PROGRAMA
NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
Karine Silva dos Santos

CHEFE DE DIVISÃO DE EDUCAÇÃO
ALIMENTAR E NUTRICIONAL
Mariana Belloni Melgaço

Organização da Jornada de EAN

Mariana Belloni Melgaço
Marília Bohnen de Barros
Marília Barreto Pessoa Lima Rodrigues
Ingrid Giovanna Alves Tavares

Coordenação Editorial

Mariana Belloni Melgaço
Marília Bohnen de Barros
Marília Barreto Pessoa Lima Rodrigues

Colaboradores – Comitê Avaliativo de seleção dos relatos da Jornada de EAN

Adriana Camurça Pontes Siqueira
Alessandra Pereira
Alessandra Pinheiro de Góes Carneiro
Ana Luiza Sander Scarparo
Ana Maria Thomaz Maya Martins
Diana Valesca Carvalho
Diogo Vale
Eveline de Alencar Costa
Felipe Silva Neves

Géssica Mercia de Almeida
José Arimatea Barros Bezerra
Luciana Dias de Oliveira
Maíra Ribeiro Pereira Castro
Mária Aparecida B. do Nascimento
Maria Sineide Neres dos Santos
Michel Mocellin
Renata Lopes de Siqueira

Revisão de textos

Elenita Rodrigues da Silva Luz
Lana Karla Duques Neves
Thais Maria Ribeiro

Capa e Diagramação

Nestablo Ramos: edição atual
Marcos Paulo Valadares Badaró Moreira da
Silva: edições anteriores

Ilustrações

Nestablo Ramos

Fotos

Banco de imagem dos Autores e das
Entidades Selecionadas

J82 Jornada de Educação Alimentar e Nutricional : melhores relatos
da educação - 2023 / Programa Nacional de Alimentação Escolar.
5. ed. – Brasília : FNDE, 2024.
179 p. : il. color.

1. Alimentação escolar. 2. Agricultura orgânica. 3. Sustentabilidade.
4. Culinária (alimentos naturais). 5. Hábitos alimentares latino-
americanos. 6. Culinária indígena. I. Programa Nacional de
Alimentação

Escolar (Brasil). II. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação
(Brasil). III. Título.

CDU 371.217.2



Saudações do Ministro da Educação

A educação desempenha um papel vital na formação de hábitos alimentares saudáveis, especialmente durante os primeiros anos de vida. É por meio da Educação Alimentar e Nutricional (EAN) que almejamos transformar os indivíduos em seres humanos mais conscientes sobre a alimentação, sua origem e suas expressões culturais.

O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), além de ofertar alimentação saudável e segura para os estudantes de toda educação básica no Brasil, também busca promover práticas alimentares saudáveis por meio das ações de EAN. Desde 2017, o Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE) tem sido responsável pela execução da Jornada de Educação Alimentar e Nutricional, cujo objetivo é incentivar as ações de EAN nas escolas e fortalecer

e divulgar aquelas que já estão sendo realizadas Brasil afora.

O Ministério da Educação (MEC) reconhece a importância histórica do PNAE na formação de hábitos alimentares saudáveis e na melhoria do rendimento escolar dos alunos. Como uma das políticas públicas mais antigas do país e um dos maiores programas de alimentação escolar do mundo, o PNAE também desempenha um papel crucial como uma efetiva rede de proteção social. Seus impactos são evidentes no combate à fome, na promoção da saúde dos estudantes e na proteção das famílias rurais da pobreza, por meio das oportunidades de geração de renda proporcionadas pela venda de alimentos da agricultura familiar ao programa.

Neste contexto de resultados positivos, este livro apresenta inspiradoras histórias de boas práticas registradas durante a 5ª Jornada de EAN, conduzida com excelência pelo FNDE. Desejo a todos uma ótima leitura!

Camilo Santana

Ministro da Educação



"Ninguém nasce odiando outra pessoa devido a cor de sua pele, a religião ou ainda a sua religião."

Jornada de Educação Alimentar e Nutricional
5ª edição



E. M. JOÃO JOSÉ DE CARVALHO

SOMOS PARTE DESTA JORNADA!



FINE

SECRETARIA DE EDUCAÇÃO





Carta da Presidente do FNDE

O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) é referência internacional de política pública intersetorial de educação, de segurança alimentar e nutricional e de desenvolvimento local sustentável. No Brasil, a alimentação escolar é um direito constitucionalmente garantido, sendo fornecida diariamente de forma gratuita e universal para 40 milhões de estudantes, com recursos financeiros assegurados no orçamento anual do Ministério da Educação.

O governo brasileiro está comprometido com a segurança alimentar e a erradicação da fome. O PNAE, ao garantir uma nutrição adequada e sustentável nas instituições educacionais, não apenas fortalece a educação e a saúde dos estudantes, mas também promove hábitos alimentares saudáveis em nossas comunidades. É por isso que as ações de Educação Alimentar e Nutricional (EAN)

são premissas fundamentais do Programa.

Neste contexto, temos o prazer de apresentar esta publicação referente a quinta edição da Jornada de Educação Alimentar e Nutricional (EAN), que, pela primeira vez, contempla estudantes do ensino médio, ampliando seu alcance e impacto. A Jornada de EAN é uma iniciativa que busca consolidar as diretrizes e objetivos do PNAE, promovendo uma alimentação adequada, saudável e segura, e inserindo conceitos de EAN em todas as modalidades de ensino.

Em 2023, foram abordados quatro temas essenciais, alinhados aos avanços contemporâneos na área:

1. Aprendendo sobre alimentação saudável na prática: vamos cozinhar;
2. Agroecologia é o caminho para a saúde da humanidade e do planeta;
3. Utilização das mídias sociais como facilitadoras para integrar a comunidade escolar nas atividades de EAN;
4. Valorização e resgate da cultura alimentar regional por meio da promoção de EAN.

O FNDE expressa profundo agradecimento ao comprometimento de toda a comunidade escolar, que demonstrou empenho exemplar na execução das atividades propostas. Esperamos que os estados e municípios possam conhecer essas boas práticas e se inspirar para promover novas e recorrentes ações de alimentação saudável no ambiente escolar.

Fernanda Macedo Pacobahyba

Presidente do FNDE







Mensagem da Equipe da Jornada de EAN

É com imensa satisfação e gratidão que lançamos o livro da 5ª edição da Jornada de Educação Alimentar e Nutricional. Este momento representa não apenas a continuidade de um projeto de valor inestimável, mas também a celebração do compromisso e engajamento de todos aqueles que fizeram parte dessa Jornada.

Ao longo das quatro edições anteriores, testemunhamos o poder transformador da educação alimentar e nutricional nas escolas de todo o Brasil. Cada relato, cada experiência compartilhada, evidencia o impacto positivo que essas práticas têm na vida dos estudantes, suas famílias e comunidades.

Queremos expressar nossa profunda gratidão a cada participante, seja diretor, professor, nutricionista, merendeira, agricultor, gestor ou estudante, que

contribuiu de forma direta ou indireta para o sucesso desta Jornada. Sem o comprometimento e dedicação de vocês, não seríamos capazes de alcançar os resultados extraordinários que vemos hoje.

Esta edição, mais uma vez, destaca as vinte melhores práticas desenvolvidas por escolas de todo o país, selecionadas dentre um total de 1.546 atividades de EAN realizadas em diversos municípios e estados brasileiros. São experiências inspiradoras que refletem a criatividade, o esforço e o amor dedicados à promoção da alimentação adequada e saudável e da educação alimentar e nutricional.

Gostaríamos de estender nossos sinceros agradecimentos aos nossos convidados especiais, Alcyr Viana, Ariandeny Furtado, Diogo Vale e Maína Castro, cujas contribuições foram fundamentais para orientar e enriquecer as atividades dos quatro temas da Jornada. Também expressamos nossa gratidão à equipe da Divisão de Capacitação e Formação para a Escola/FNDE pelo apoio incansável na condução desta iniciativa e à Coordenação Geral do Programa Nacional de Alimentação Escolar (CGPAE) e de Segurança Alimentar e Nutricional (COSAN) pelo valioso suporte fornecido.

Que esta edição seja mais um marco em nossa Jornada rumo a uma educação alimentar e nutricional inclusiva, transformadora e sustentável. Que as histórias compartilhadas nestas páginas inspirem e fortaleçam nossos esforços em prol de uma alimentação mais saudável e consciente para todos.

Com entusiasmo e dedicação,

**Mariana Belloni Melgaço, Marília Bohnen Barros
e Marília Barreto Pessoa Lima Rodrigues**
Divisão de Educação Alimentar e Nutricional
(DIEAN) do PNAE





Apresentação

Podemos dizer que a alimentação move nossa vida, não é mesmo? A alimentação é um elemento de sobrevivência, um tema de interesse de diversas ciências e sua complexidade envolve considerar suas diferentes dimensões num campo abrangente e transdisciplinar. O ato de comer perpassa pelos sistemas e ambientes alimentares, e pela trama de aspectos históricos, sociais, culturais, econômicos, políticos, psicológicos, ambientais, de gênero, entre outros; portanto se nossa alimentação é multidimensional, nossas ações educativas também precisam ser.

Neste sentido, a Educação Alimentar e Nutricional (EAN) é um campo de conhecimento e de prática transdisciplinar, intersetorial e multiprofissional que visa por meio do diálogo a construção autônoma e voluntária de hábitos

alimentares saudáveis e sustentáveis nos diferentes ciclos da vida. Logo, temos na escola um espaço potencial para a EAN, sendo instituída como um dos eixos de atuação do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE).

O PNAE enquanto uma estratégia de garantia do Direito Humano à Alimentação Adequada e da Soberania e Segurança Alimentar e Nutricional, considera a EAN como um instrumento relevante e capaz de contribuir nas decisões de escolhas alimentares conscientes, de forma a valorizar e respeitar a cultura alimentar local e as tradições regionais, a fortalecer a agricultura familiar priorizando as comunidades tradicionais indígenas e de remanescentes de quilombos e a favorecer o aprendizado, a promoção da saúde e a qualidade de vida dos escolares.

Entende-se a escola como um equipamento social, um ambiente vivo, dinâmico e propício para utilizar o alimento enquanto uma ferramenta pedagógica de formação de hábitos alimentares saudáveis, de forma contextualizada e transformadora. O tema alimentação e nutrição deve ser contemplado transversalmente no currículo escolar conforme a Lei nº 13.666 de 2018, e isso implica integralizar a EAN nos conteúdos e atividades da escola, utilizando metodologias problematizadoras, participativas e reflexivas, nas diferentes modalidades de ensino, valorizando o saber popular e o científico.

Ao mesmo tempo que a EAN na escola articula saberes, também possibilita articular o protagonismo de toda comunidade escolar e atores sociais do programa, envolvendo professores, merendeiras / manipuladores de alimentos, alunos, pais, agricultores familiares, conselheiros da alimentação escolar, trabalhadores da escola e entre outros, como propõe a nota técnica nº 2810740/2022 /COSAN/CGPAE/DIRAE.

Essa 5ª edição da jornada de EAN é a continuidade de uma iniciativa que desde 2017 busca viabilizar e divulgar as inúmeras experiências exitosas de EAN no ambiente escolar. Oportuniza toda comunidade escolar e seus parceiros compartilharem os aprendizados e os desafios de discutir o tema alimentação

e nutrição na escola pública brasileira. A jornada de EAN reconhece as ações educativas como fruto de um trabalho coletivo e ao mesmo tempo serve de inspiração para novas práticas no campo da EAN, com vistas a realizar vivências significativas, inovadoras e que respeitem a diversidade de riquezas, saberes e sabores do nosso Brasil.

No ano de 2023 tivemos 1.508 escolas inscritas na jornada e 350 experiências enviadas por tema. Este livro reúne 20 relatos selecionados, onde os quatro temas norteadores trazem a EAN no PNAE como uma prática promotora da alimentação saudável e do resgate da culinária no desenvolvimento de habilidades e de autonomia, alinhando-se aos princípios do nosso Guia Alimentar para a População Brasileira. Traz também que a EAN na escola pode ser um caminho para repensar os sistemas alimentares que queremos manter vivos, a sociobiodiversidade, a produção e o consumo de alimentos, o resgate dos manejos ancestrais de cuidar da terra e da água, a agroecologia como uma ciência de vida e a alimentação como um ato político. Este livro abre espaço para vivências onde as mídias sociais podem ser utilizadas a favor da comida de verdade e da inclusão de todos os atores sociais na discussão da EAN na escola. As experiências apresentadas aqui também possibilitam problematizar a importância de valorizar e resgatar as identidades, memórias e culturas alimentares, a comida como patrimônio material e imaterial, o sentimento de pertencimento social dos escolares e as interações e os significados do comer juntos.

Desfrutem deste livro, que ele sirva de fortalecimento da EAN na alimentação escolar e possibilite estabelecer conexões, ideias e possibilidades de práticas educativas éticas, humanas, inclusivas, criativas e realmente transformadoras da realidade.

Géssica Mercia de Almeida
Professora do curso de Nutrição da
Universidade Federal de Goiás



Lista de Siglas

- Apae** – Associação de Pais e Amigos dos Excepcionais
- BNCC** – Base Nacional Comum Curricular
- CAE** – Conselho de Alimentação Escolar
- Cieja** – Centro Integrado de Educação de Jovens e Adultos
- CIM** – Centro Infantil Municipal
- CMEI** – Centro Municipal de Educação Infantil
- EAN** – Educação Alimentar e Nutricional
- EEB** – Escola de Educação Básica
- EM** – Escola Municipal
- Emef** – Escola Municipal de Ensino Fundamental
- Emei** – Escola Municipal de Educação Infantil
- Emefei** – Escola Municipal de Ensino Fundamental e Infantil
- FNDE** – Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação
- Iphan** – Instituto do Patrimônio Histórico e Artístico Nacional
- PNAE** – Programa Nacional de Alimentação Escolar
- PPP** – Projeto Político Pedagógico
- SME** – Secretaria Municipal de Educação
- Ufob** – Universidade Federal do Oeste da Bahia
- Unifal** – Universidade Federal de Alfenas



Sumário

1

Aprendendo sobre alimentação saudável na prática: vamos cozinhar? 24

Acolhendo sabores 28

Tudo o que se planta, se colhe: do campo ao prato 36

Tem criança na cozinha? Então vamos cozinhar! 42

Oficina culinária: sabores sergipanos 48

Nossas raízes, nossa culinária 56

2

Agroecologia é o caminho para a saúde da humanidade e do planeta 52

Redução do desperdício e plantio sustentável na escola: nutrindo a terra 56

Cultivando saúde: alimentos frescos na merenda escolar e em casa 62

Integrando a agroecologia e a sustentabilidade na produção de alimentos e no cuidado com a saúde 72

Abelhas nativas: polinizando para um futuro sustentável por meio da agroecologia 78

Horta orgânica e sustentável “Vovó Socorro Oliveira”: equilibrando o clima, nutrindo o solo e alimentando o mundo 88

3 *Utilização das mídias sociais como facilitadoras para integrar a comunidade escolar nas atividades de EAN* **96**

Vídeocast Escola Nutrida apresenta: de papo com a Nutri 100

Aprendendo sobre a classificação dos alimentos por meio das redes sociais 106

Perfil interativo no Instagram Alimentação Escolar Altinópolis 110

Alício News 116

Comunidade Interligada 124

4 *Valorização e resgate da cultura alimentar regional, por meio da promoção de EAN* **132**

Caminhos dos tropeiros: garimpando sabores e resgatando saberes 136

História da alimentação no Brasil 146

Conhecendo a cultura alimentar da região pernambucana 154

Resgate da cultura alimentar indígena 160

Valorização da cultura alimentar indígena guarani através de ações de EAN na escola Wherá Tupã Poty Djá 166

Referências 172

1

*Aprendendo sobre
alimentação saudável
na prática: vamos
cozinhar?*



Saber cozinhar é uma habilidade essencial para quem busca ter uma alimentação saudável. Quando preparamos nossa própria comida, temos o controle sobre a escolha dos ingredientes, o modo de preparo e a quantidade de sal, açúcar e gordura que serão adicionados. Isso faz toda a diferença na qualidade da alimentação.

Este ponto é bem definido no Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas (2012), em seu 6º capítulo – Princípios para as ações de EAN – no item IV:

- A comida e o alimento como referências;
 - Valorização da culinária enquanto prática emancipatória
-
- A alimentação envolve diferentes aspectos que manifestam valores culturais, sociais, afetivos e sensoriais. Assim, as pessoas, diferentemente dos demais seres vivos, não se alimentam de nutrientes, mas de alimentos e preparações escolhidas e combinadas de uma maneira particular, com cheiro, cor, temperatura, textura e sabor, se alimentam também de seus significados e dos aspectos simbólicos (DAMATA, 1987). Quando a EAN aborda estas múltiplas dimensões ela se aproxima da vida real das pessoas e permite o estabelecimento de vínculos, entre o processo pedagógico e as diferentes realidades e necessidades locais e familiares.
 - Da mesma maneira, saber preparar o próprio alimento gera autonomia, permite praticar as informações técnicas e amplia o conjunto de possibilidades dos indivíduos. A prática culinária também facilita a reflexão e o exercício das dimensões sensoriais, cognitivas e simbólicas da alimentação (DIEZ-GARCIA; CASTRO, 2010). Mesmo quando o preparo efetivo de alimentos não é viável nas ações educativas, é necessário refletir com as pessoas sobre a importância e o valor da culinária como recurso para alimentação saudável (DAMATA, 1987).



Ao cozinhar em casa, podemos utilizar ingredientes frescos e minimamente processados, como frutas, verduras, legumes, grãos, carnes, ovos e temperos naturais, evitando alimentos industrializados, que costumam ser ricos em sódio, açúcares, gorduras trans e aditivos químicos. Além disso, é possível escolher métodos de preparo mais saudáveis, como assar, grelhar ou cozinhar no vapor, ao invés de fritar os alimentos.

Cozinhar também pode ser uma atividade prazerosa e divertida, especialmente se envolvemos a família ou os amigos na preparação das refeições. É uma oportunidade para experimentar novos sabores e texturas, descobrir ingredientes diferentes e compartilhar momentos de convivência e aprendizado.

As crianças e os adolescentes são um público-alvo importante da educação alimentar e nutricional, e aprender a cozinhar na escola é uma ferramenta valiosa para promover hábitos alimentares saudáveis desde cedo.

Aprender a cozinhar na escola como parte da educação alimentar e nutricional no PNAE pode ser uma estratégia eficaz para promover hábitos alimentares saudáveis e prevenir doenças relacionadas à alimentação, além de ser uma atividade divertida e educativa para os estudantes, contribuindo para o seu desenvolvimento pessoal e social. Quando os estudantes se tornam mais familiarizados com a preparação de alimentos saudáveis, é mais provável que levem esses hábitos para casa e os mantenham na vida adulta. Isso contribui para a prevenção de doenças relacionadas à alimentação, como obesidade, diabetes e hipertensão.

Para essa atividade do tema 1, é importante incentivar a colaboração e a participação ativa da comunidade escolar. Os professores podem se envolver integrando a culinária às disciplinas escolares, o que torna a aprendizagem mais divertida e dinâmica, além de reforçar o aprendizado. Também podem ser firmadas parcerias com chefes de cozinha e nutricionistas. As merendeiras, por exemplo, podem atuar como facilitadoras e mediadoras do aprendizado dos alunos, além de promover um ambiente mais colaborativo e engajado na escola. Envolver

educadores, família e toda a comunidade escolar faz parte do sucesso da atividade!



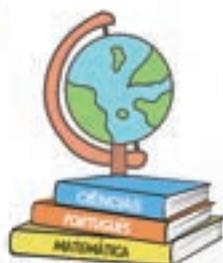
Acolhendo sabores: um processo inclusivo de migrantes por meio da Educação Alimentar e Nutricional

Município de São Paulo / SP



CIEJA Clóvis Galvão Miquelazzo

Etapas
de ensino
oferecidas



Ensino
Fundamental



São Paulo



350 estudantes



Equipe

Fernanda Lourenço de Menezes
Participante inscrita na Jornada

Fernanda Lourenço de Menezes
Nutricionista RT do município

Ewerton Menezes Fernandes de Souza
Coordenador da Jornada

Profissionais envolvidos: professores de Língua Portuguesa e de Ciências. Período

Colaboradores da Jornada: Regiane Aparecida dos Santos (professora de português) e Paulo Valsecchi do Amaral (professor de ciências)

de execução: agosto/2023.

Público-alvo: estudantes do programa de ensino de Português para imigrantes (Portas Abertas).

Objetivo: aproximar estudantes imigrantes de origem latino-americana dos estudantes brasileiros para promover processo inclusivo por meio do conhecimento das culturas de origem.

Um dos desafios de toda escola é transformar-se efetivamente em uma comunidade escolar na qual todos se sintam pertencentes e acolhidos. Com o ingresso de alunos imigrantes oriundos da Venezuela, Colômbia e Peru na unidade escolar, impôs-se a necessidade de promover ações que aproximassem estudantes brasileiros e imigrantes.

Uma das ações desenhadas pela equipe foi realizar um evento no qual os alunos imigrantes pudessem apresentar um pouco da sua cultura. A professora responsável por ensinar Português aos alunos imigrantes propôs, então, que eles apresentassem a culinária típica de seus países de origem. Junto a essa ação, o professor de ciências, responsável, pela horta pedagógica, organizou a incorporação de elementos da alimentação escolar e da horta da escola à receita escolhida. Uma vez planejada a ação, ela se constituiu das seguintes etapas:

- Bate-papo com os estudantes para discutir alguns aspectos da relação entre comida e cultura, quais sejam: como os alimentos expressam a forma de ser de um determinado grupo e interferem nas relações das pessoas de uma comunidade, trazendo uma dimensão afetiva; como o momento da alimentação está associado à celebração e ao convívio de um grupo; como existe uma ritualidade nos momentos de alimentação, e como, muitas vezes, esse processo é deturpado pela dinâmica das realidades urbanas, como São Paulo, *fast-food x slow food*.
- Definição de dois alimentos que poderiam expressar a cultura dos alunos

imigrantes, a partir do levantamento feito no bate-papo: a arepa (um tipo de pastel ou panqueca) e a chicha morada (uma infusão típica à base de milho roxo e especiarias).

A apresentação dos alimentos geraria um momento de celebração e convívio. Juntos com a gestão e a equipe de alimentação da escola, os estudantes decidiram qual seria o recheio para as arepas, associado ao cardápio publicado pela coordenadoria de alimentação escolar da secretaria municipal de educação – SME/Codae, na ferramenta digital Prato Aberto (<https://pratoaberto.sme.prefeitura.sp.gov.br/>). Optou-se por um desfiado de carne suína, uma vez que é um alimento comum à cultura dos brasileiros e seria um elemento facilitador do aceite da experimentação. Dos alimentos da horta pedagógica orgânica da escola, escolheu-se o espinafre para ser incorporado ao desfiado de carne suína.

Uma vez escolhidos os alimentos, a professora promoveu um momento de “cozinhar juntos”. A atividade ocorreu em três etapas, durante as aulas de português para imigrantes: apresentar o nome dos utensílios de cozinha em português, escrever a receita em português e, por fim, cozinhar juntos.

A ação culminou em um dia no qual toda a escola se reuniu para que os estudantes imigrantes pudessem ser acolhidos pelos brasileiros e oferecessem os alimentos no momento da refeição. A refeição foi um “presente” dos alunos imigrantes



Apresentação do grupo

aos demais estudantes como forma de gratidão pela acolhida.

Para a preparação da receita, os estudantes latino-americanos se juntaram à cozinha da escola, proporcionando um momento colaborativo, de troca de saberes e experiências, além da valorização da cultura alimentar dos estudantes e da culinária como prática emancipatória.

Como resultado da ação, notou-se a quebra de resistência entre os grupos, promovendo um convívio mais harmonioso e derrubando preconceitos xenófobos, bem como certos pensamentos equivocados, como o de que imigrantes tomam o emprego das pessoas nativas.

A escolha das receitas típicas aproximou os estudantes à cultura latino-americana e à comida de verdade, visto que foram utilizados ingredientes frescos e minimamente processados, como frutas, verduras, grãos, carnes e temperos naturais.

Receita – Arepas

A arepa é um prato de massa de pão feito com milho moído ou com farinha de milho pré-cozida. É um prato popular e tradicional na culinária da Bolívia, Colômbia, Panamá e Venezuela, e emblemático na Colômbia e Venezuela.

Ingredientes:

Arepas

- 100 g de milho de canjica
- 4 xícaras de água

Recheio

- 250 g de pernil suíno
- 1 maço de espinafre orgânico
- sal a gosto
- pimenta-do-reino a gosto
- 2 colheres (sopa) de óleo



Receita das arepas e Chicha morada

- 2 dentes de alho
- 2 cebolas brancas picadas
- 2 tomates picados em cubos
- ½ litro de água
- ½ cebola roxa picada
- 1 colher (sopa) de coentro picado
- ½ pimenta dedo-de-moça picada, sem sementes
- suco de 1 limão
- 1 colher (sopa) de manteiga

Modo de preparo:

Arepas

1. Cozinhe a canjica por 1 hora ou até que os grãos fiquem macios.
2. Escorra para tirar o excesso de água. Moa os grãos em um moinho próprio

para milho ou bata-os no processador até que fiquem bem triturados, sem grumos irregulares.

3. Modele a massa em discos do tamanho que quiser e reserve na geladeira.

Recheio

1. Tempere o pernil com sal e pimenta-do-reino.
2. Em uma panela, aqueça 1 colher de óleo e sele o pernil até que fique dourado.
3. Retire o pernil e, na mesma panela, coloque os dentes de alho esmagados, metade da cebola branca e os tomates e refogue.
4. Volte o pernil para a panela, cubra com a água e deixe cozinhar por 40 minutos, em fogo médio.
5. Retire o pernil e desfie a carne. Bata o caldo no liquidificador e reserve.
6. Em uma frigideira, coloque a outra colher de óleo e refogue a cebola branca restante. Adicione o pernil desfiado, o espinafre e o molho e cozinhe por mais 5 minutos. Tire do fogo e reserve.
7. Misture a cebola roxa com o coentro, a pimenta e o suco de limão. Reserve.

Montagem

1. Em uma frigideira, em fogo médio, doure as arepas de ambos os lados, até que fiquem ligeiramente chamuscadas.
2. Abra as arepas ao meio, passe um pouco de manteiga por dentro e por fora e recheie com o pernil desfiado e a cebola roxa temperada.

Receita – Chicha morada

A chicha morada é uma bebida originária das regiões andinas do Peru, servida para acompanhar refeições ou refrescar os momentos mais quentes do dia. O ingrediente base da bebida é o milho culli ou ckolli, uma variedade peruana de milho conhecida comumente como milho roxo e abundantemente cultivada e



Momento da preparação das receitas colhida ao longo da Cordilheira dos Andes. Além do milho roxo são utilizadas frutas e especiarias no preparo dessa bebida típica.

Ingredientes:

- 1 kg de milho roxo
- 1 abacaxi maduro
- 2 maçãs
- 10 cravos
- 1 pau de canela
- 4 litros de água
- 4 limões
- açúcar a gosto

Modo de preparo:

1. Ferva o milho roxo junto com as cascas de abacaxi, as cascas das maçãs, os cravos e a canela.
2. Após 45 minutos de fervura, quando os grãos de milho estiverem abrindo, retire do fogo e deixe esfriar.
3. Assim que estiver frio, coe e retire o milho e as cascas. Adicione o açúcar e a polpa das maçãs e do abacaxi, picadas em cubos pequenos.
4. Finalize com o suco dos limões. Coloque na geladeira e sirva bem gelado.



Arepa

Tudo o que se planta, se colhe: do campo ao prato

Município de Diamantina / MG



CMEI Bom Jesus

Modalidades
oferecidas



Educação
Infantil



Minas Gerais



275 estudantes



Equipe

Hemerson Peterson de Lima
Participante inscrita na Jornada

Hemerson Peterson de Lima
Nutricionista RT do município

Ana Paula Fernandes de Ávila
Ludymila das Mercês Godinho Perpétuo
Coordenadoras da Jornada

No dia 19 de maio de 2023, as crianças do Centro Municipal de Educação Infantil (CMEI) Bom Jesus e os estudantes do ensino fundamental, anos iniciais, da Escola

Municipal de Algodoeiro, localizada na comunidade quilombola denominada Mata dos Crioulos, participaram da 1ª etapa da 5ª Jornada em Educação Alimentar e Nutricional – EAN, cuja temática foi: “Aprendendo sobre alimentação saudável na prática: vamos cozinhar?”.

A ação foi planejada por meio de uma parceria entre gestores e pedagogos do CMEI Bom Jesus, nutricionistas do setor de alimentação escolar e pedagogas do setor pedagógico da secretaria municipal de educação. O objetivo da ação foi promover a formação de hábitos que permitam escolhas alimentares saudáveis, bem como a interação entre a cultura das pessoas que vivem no campo com aquelas que vivem na cidade.

Nessa temática, as merendeiras e as crianças do CMEI Bom Jesus prepararam uma refeição do cardápio escolar para ser apreciada pelos estudantes da Escola Municipal de Algodoeiro, pelos profissionais envolvidos nas atividades e pelas crianças do CMEI.

Durante a recepção e acolhida dos visitantes da outra unidade escolar, a diretora do CMEI Bom Jesus, senhora Ana Paula Fernandes, fez uma breve fala sobre alimentação saudável. Logo após, a escola Algodoeiro se apresentou. Os estudantes, caracterizados como quilombolas, cantaram e dançaram a música folclórica “Peneirei Fubá” e uma paródia com a música da Galinha Pintadinha, adaptada para alimentação saudável. Os estudantes produziram instrumentos musicais característicos da comunidade para esse momento.

Na sequência, o professor Jeferson Lopes Ribeiro entrevistou uma aluna, que relatou a produção de alimentos comuns na região, como mandioca, couve, milho etc. A professora de apoio Gabriela Santos e alguns estudantes apresentaram a peça de teatro “O menino que não gostava de verduras”, abordando o tema alimentação saudável de uma forma simples e lúdica. Os professores e merendeiras da escola de Algodoeiro se envolveram nas apresentações cantando, dançando e participando do teatro com os estudantes.

Essa vivência proporcionou o envolvimento com a cultura popular brasileira, em

especial a do Vale do Jequitinhonha, por meio da interpretação de músicas do cantor Rubinho do Vale, que retratam práticas antigas de uma forma simples, tendo como referência o grupo “Histórias de Brincar”.

Os visitantes entregaram cartões com sempre-vivas, feitos para as crianças do CMEI Bom Jesus. Essa planta, típica da região de Diamantina, especialmente da comunidade quilombola, é utilizada como fonte de renda pelos catadores de sempre-vivas no extrativismo vegetal local, e até hoje continua como uma tradição que atrai muitos turistas para a cidade.

Em agradecimento aos convidados, as crianças do 2º período do CMEI Bom Jesus apresentaram algumas músicas típicas de Diamantina, como: “Peixe Vivo”, “Alecrim Dourado” e “Tim-Tim”, apreciadas pelo ex-presidente do Brasil, o diamantinense Juscelino Kubitschek. Os instrumentos musicais regionais utilizados na apresentação foram produzidos pelas crianças, com materiais recicláveis. Para finalizar, os alunos



Apresentação cultural Algodoeiro



Criança manipulando o alimento

do CMEI entregaram aos convidados uma recordação feita com a planta alecrim e uma arte em forma de peixe.

Durante a proposta planejada, buscou-se resgatar e valorizar os alimentos que fazem parte da cultura quilombola. Assim, na preparação do prato escolhido, foram utilizados: carne de porco (pernil traseiro), milho (angu) com molho de tomate, couve, feijão preto e laranja pokan (adaptação para fruta da época).

Trata-se de uma preparação saudável, que estimula o consumo de alimentos in natura, como preconiza o Guia Alimentar para a População Brasileira, com variedade alimentar da cultura local e participação de produtos da agricultura familiar (couve e laranja). Priorizamos os princípios do Marco de Referência em Educação Alimentar e Nutricional ao propiciar: o resgate da cultura alimentar quilombola; a aquisição de gêneros alimentícios da agricultura familiar; e a sustentabilidade social, ambiental e econômica, nutrindo o homem sem sacrificar o campo.

A preparação servida faz parte do cardápio escolar; valoriza a cultura alimentar local e os alimentos in natura; respeita a diversidade alimentar e a legitimidade dos

saberes; resgata práticas de saberes mantidos por povos e comunidades tradicionais, com envolvimento real e efetivo das merendeiras e dos estudantes. Os estudantes higienizaram as mãos e participaram da manipulação dos alimentos. Isso promove a autonomia, o autocuidado e a tomada de decisões voluntárias e saudáveis, que são capazes de mudar hábitos alimentares inadequados.

Além disso, as crianças do CMEI tiveram a oportunidade de conhecer um pouco da história e cultura da comunidade quilombola por meio das atividades desenvolvidas nessa etapa da jornada. Elas vivenciaram e interagiram com os estudantes e profissionais da Escola Municipal de Algodoeiro.

Ao inserir a educação alimentar e nutricional (EAN) nas unidades escolares municipais, encontramos diversos desafios, em razão da presença de hábitos alimentares inadequados, oriundos de uma alimentação desbalanceada e ultraprocessada, presente hoje em todas as classes sociais. Esses hábitos vêm se



Fila para o almoço



Crianças no momento da refeição

enraizando e criando uma cultura alimentar inadequada no que tange à saúde das pessoas. Por isso, a EAN precisa ampliar a sua abordagem para além da transmissão de conhecimento, gerando reflexão sobre as situações cotidianas, buscando soluções de alternativas sustentáveis e saudáveis que respeitem a cultura local.

Por fim, trabalhamos esse tema considerando as diversidades de contextos e os conteúdos de EAN, utilizando as estratégias de forma coordenada, com uma abordagem complementar, harmônica e sistêmica.

Tem criança na cozinha? Então vamos cozinhar!

Município de Armação dos Búzios / RJ



Escola Municipal João José de Carvalho

Etapas de ensino oferecidas



Educação Infantil



Ensino Fundamental



Rio de Janeiro



800 estudantes



Equipe

Karla Gonçalves Vieira de Barros
Participante inscrita na Jornada

Clarice Siqueira Silva
Nutricionista RT do município

Karla Gonçalves Vieira de Barros
Jéssica França Rubim
Coordenadoras da Jornada

A Escola Municipal João José de Carvalho, em Armação dos Búzios/RJ, está inserida em uma comunidade com moradores remanescentes dos quilombos Maria Joaquina e Baía Formosa, entre outros. Nesse contexto, programamos diversas

atividades com a temática quilombola no plano pedagógico dos alunos do pré-escolar ao 5º ano do ensino fundamental, em 2023.

Nossa Jornada de Educação Alimentar e Nutricional tem como foco, portanto, a valorização da cultura quilombola no que tange à prática da alimentação saudável, pois nada é mais saudável e prazeroso do que a associação da culinária à história local.

Em junho, após visita ao Quilombo de Baía Formosa como parte do calendário escolar, nossos estudantes do 3º ano do Ensino Fundamental – séries iniciais puderam observar a cultura de colher da terra a maioria dos produtos que são consumidos pela comunidade.

Em parceria com a secretaria de educação e outros órgãos, plantamos uma pequena horta terapêutica em nossa unidade para introduzir essa cultura e propiciar aos estudantes o contato com elementos naturais, partindo do princípio do cultivo de ervas e temperos medicinais.

No mês de agosto, nossas crianças da educação infantil participaram de uma oficina culinária intitulada por eles como “Tem criança na cozinha? Então vamos



Apresentação dos ingredientes para a preparação do bolo

cozinhar!". Um momento prazeroso que envolveu a equipe de nutrição da secretaria de educação e, claro, as merendeiras da nossa unidade escolar.

Por se tratar de uma horta terapêutica, nossa escola conta com diversas especiarias de temperos e ervas, e o ingrediente principal escolhido para a preparação do dia foi a erva-doce, colhida diretamente da nossa horta.

Nossos estudantes sentaram-se à mesa e tiveram contato direto com os ingredientes que seriam utilizados na receita de um bolo de erva-doce. E quem não gosta de um bolinho saudável no café da manhã ou no café da tarde, não é mesmo? A escolha do bolo se deu por ser uma preparação de grande aceitabilidade entre os nossos alunos e pela possibilidade de fácil reprodução da receita em suas casas, com ingredientes in natura e minimamente processados.

Antes de iniciar o preparo da receita, a estagiária de nutrição, junto com a diretora adjunta Karla Gonçalves e as professoras presentes conduziram um diálogo a respeito da higienização adequada das mãos e do ambiente para a manipulação dos alimentos. Com muita animação e equipadas com touca, as crianças puderam experimentar as



Crianças preparando a receita do bolo

diversas sensações produzidas por cada ingrediente que era identificado, tocado ou cheirado, aguçando assim os sentidos de visão, tato, olfato e paladar. Entre os participantes estava um aluno com deficiência visual, que se encantou ao poder participar ativamente das tarefas. Sua maior euforia foi, sem dúvida, a percepção olfativa com as sementes de erva-doce.

Com o auxílio de uma de nossas merendeiras, a colaboradora Najla, fizemos o preparo da receita, aproveitando para explorar conceitos matemáticos de medidas pertencentes ao universo culinário. Vimos que é possível introduzir diversos tipos de conteúdo nas práticas cotidianas das crianças da educação infantil, promovendo vivências em diferentes espaços, ampliando a possibilidade de o indivíduo se tornar autor da sua aprendizagem e de assimilar os conteúdos de forma contextualizada e significativa.

Nas semanas que antecederam a prática do preparo do bolo, as professoras trabalharam em sala dois livros de histórias infantis com suas turmas. O primeiro, “A galinha ruiva”, de Ruth Rocha, trata do cultivo e da utilização do que foi plantado, com os objetivos de incentivar e elucidar a importância da participação de cada um no ato de cozinhar. O outro livro, “O sanduíche da dona Maricota”, foi trabalhado para explicar que cada indivíduo deve criar o hábito de analisar o que come, e não comer somente porque os outros estão comendo, comer aquilo que realmente faz bem ao corpo.

Para dar início às atividades que fariam parte dos relatos da Jornada de Educação Alimentar e Nutricional, em maio realizamos um encontro com todos os pais/responsáveis que se disponibilizaram a estarem presentes na escola. Promovemos um bate-papo com as famílias por meio de uma palestra ministrada pela nutricionista Alessandra, com o auxílio dos estagiários da equipe de nutrição da secretaria de educação. Na palestra, os pais/responsáveis tiveram acesso a um riquíssimo conteúdo informativo sobre alimentos processados e ultraprocessados.

Muitos se espantaram ao conhecerem a realidade dos produtos oferecidos à categoria infantil. Os pais/responsáveis foram alertados sobre a necessidade de se utilizar o alimento como fonte de nutrição. Eles aprenderam a observar os

rótulos das embalagens dos alimentos que oferecem às crianças, e foram levados a reflexão de que quanto mais próximo à sua forma natural, mais adequado o alimento estará para o consumo e, de fato, nutrirá o corpo humano como o esperado, com vitaminas, carboidratos, proteínas, sais minerais etc.

Tivemos um lugar de fala também da psicóloga escolar Erika, que abordou os seguintes assuntos: a importância de um bom relacionamento entre a família e a criança; hábitos alimentares compulsivos; a necessidade de impor limites desde a infância; e a relevância que há na ação de dar continuidade em casa ao trabalho que é iniciado na escola.

Como desafios enfrentados pela nossa unidade escolar, percebemos a preferência das crianças por lanches ultraprocessados em detrimento da alimentação escolar, durante o horário do recreio; e a recusa ao consumo de hortaliças no almoço.

Assim, ao envolver os alunos com os cuidados às hortas sensoriais e usar as oficinas culinárias como aproximação às hortaliças, desejamos que eles façam escolhas alimentares mais saudáveis na escola, propaguem em suas casas as informações recebidas e incentivem a criação de hortas caseiras, como fazia a comunidade tradicional quilombola.



Criança ajudando no preparo do bolo



Criança ajudando no preparo do bolo e visita à horta terapêutica

Oficina culinária: sabores sergipanos

Município de Barra dos Coqueiros / SE



E.M.E.I. Delzuita da Costa
Dantas Santos

Etapas
de ensino
oferecidas



Educação
Infantil



Sergipe



137 estudantes



Equipe

Natalia Lohayne Dias Vasconcelos
Participante inscrita na Jornada

Natalia Lohayne Dias Vasconcelos
Nutricionista RT do município

Natalia Lohayne Dias Vasconcelos
Juliana Santos da Silva Porto
Coordenadoras da Jornada

A oficina culinária com o tema "sabores sergipanos" foi realizada no dia 6 de setembro de 2023 na Escola Municipal de Educação Infantil Professora Delzuita da Costa Dantas Santos, município de Barra dos Coqueiros/SE.

Participaram da atividade as nutricionistas Natalia Lohayne Dias Vasconcelos, Adriana Correia dos Santos e Aline Dantas de Jesus, a técnica em nutrição Juliana Santos da Silva Porto, a diretora do departamento de alimentação escolar, Manuela Aguiar Feitosa, as coordenadoras Luana Maria Santos e Jéssica Bárbara Matos de Carvalho, o coordenador escolar Jorge Rollemberg dos Santos e a professora Mirian Menezes dos Santos.



Equipe do departamento de alimentação escolar junto às crianças participantes.

A oficina culinária teve como objetivo estimular práticas alimentares saudáveis, resgatando os hábitos alimentares regionais. Utilizamos um alimento de baixa aceitação na alimentação escolar do município em uma preparação diferente.

Para a oficina culinária, selecionamos a receita de bolo de abóbora com coco. O coco tem grande importância na história e na cultura do município de Barra dos Coqueiros. O nome da cidade foi dado pelos holandeses, na época das invasões, em 1637. Eles a nomearam de “Os Coqueiros” e, posteriormente, foi acrescentada a palavra “Barra”, por conta da localização, às margens da barra do rio Sergipe.

Por muito tempo o coco foi o principal produto agrícola do município, sendo muito valorizado no mercado nacional e internacional. Além disso, o coco influenciou o artesanato e a cultura do município, com destaque para o samba de coco, que é patrimônio cultural.

Outro alimento típico de Sergipe é a abóbora cabotiá, que pode ser incluída na alimentação nas mais diversas formas: caldos, purês, como ingrediente de sopas ou no feijão, misturada com leite, entre outros.

Na alimentação escolar, a abóbora fazia parte do cardápio na sopa ou creme, mas houve baixa aceitação pelos alunos da pré-escola. Assim, propusemos o bolo de abóbora com coco como uma nova forma de consumo da abóbora.



Crianças explorando a abóbora.

Para a oficina culinária, a equipe do departamento de alimentação escolar confeccionou toucas e aventais de TNT, decorados com EVA, para serem utilizados pelos alunos durante a atividade.

A ação foi desenvolvida com a turma do 2º ano D, turno vespertino. Dos 22 alunos matriculados, 16 estiveram presentes. Antes de iniciar a atividade na sala de aula, a mediadora da ação ressaltou a necessidade de higienizar as mãos e de usar a touca descartável para evitar a contaminação dos alimentos. A equipe do departamento de alimentação escolar ajudou os alunos a vestirem a touca e o avental de TNT. Os alunos foram conduzidos em fila, pela professora, da sala de aula para a copa, enquanto cantavam músicas.

Na copa, havia, em cima da mesa, uma abóbora cortada ao meio, uma abóbora inteira, dois bolos já assados de abóbora com coco, e os ingredientes da receita: abóbora ralada, óleo, ovos, açúcar, coco ralado, farinha de trigo, fermento e sal.

Os alunos sentaram-se à mesa. A nutricionista começou a explorar com os alunos as características da abóbora. Para estimular o interesse deles pelo alimento, a nutricionista levou a abóbora cortada ao meio a cada um e pediu que utilizassem os sentidos para conhecerem melhor a abóbora, olhando e tocando a casca, a polpa e as sementes, além de cheirar e sentir o aroma doce.



Alunos ajudando a misturar os ingredientes do bolo.

Após a dinâmica, a nutricionista mostrou os ingredientes do bolo e perguntou se as crianças sabiam a origem de cada alimento. Muitas crianças não sabiam de onde vêm o óleo de soja, o açúcar e a farinha de trigo, o que demonstra a necessidade de ações de educação alimentar e nutricional (EAN) com apresentação da origem dos alimentos.

Na sequência, a nutricionista perguntou às crianças se elas queriam ajudar no preparo do bolo de abóbora com coco, e todas responderam entusiasmadas que sim.

Todos os alunos higienizaram as mãos, sob supervisão e orientação da equipe de nutrição. As crianças participaram ativamente da oficina culinária. Com o auxílio da professora, identificaram os ingredientes e ajudaram a contar a quantidade indicada na receita, pois estão aprendendo os números na disciplina de Matemática.

Inicialmente, a nutricionista colocou no liquidificador o óleo, os ovos, e ligou o aparelho. Ela pediu aos alunos que fizessem uma fila e, um após o outro, colocassem um pouco de abóbora ralada no liquidificador. Esperou bater os ingredientes até que se formasse um creme homogêneo e repetiu a dinâmica com os alunos, dessa vez para adicionar o açúcar, manuseando uma colher. Com a massa já uniforme, a nutricionista desligou o aparelho e despejou a massa do bolo em uma bacia.



Aluna ajudando a adicionar os ingredientes no preparo do bolo.



Alunos experimentando o bolo de abóbora.

A nutricionista acrescentou o coco ralado e a farinha de trigo à massa, e as crianças ajudaram a misturar os ingredientes. Para que todas tivessem a oportunidade de misturar os ingredientes na bacia com a colher de polietileno, a nutricionista entregou a bacia com a massa de bolo para cada criança, e as auxiliou quando necessário. As crianças demonstraram muito entusiasmo e interesse em misturar os ingredientes. A nutricionista adicionou sal e o fermento à massa. Ao final da ação, realizamos uma contagem regressiva para despejar a massa do bolo na forma untada, que foi levada ao forno. O preparo do bolo de abóbora com coco durou aproximadamente uma hora.

Perguntamos às crianças se queriam experimentar o bolo de abóbora. Oferecemos uma fatia de bolo para cada criança, e elas podiam repetir, se quisessem. As crianças disseram que o bolo estava gostoso e que queriam repetir.

Com o objetivo de avaliar a aceitabilidade do bolo de abóbora pelos alunos, a equipe do departamento de alimentação escolar desenvolveu um painel e cartelas lúdicas com os emojis representando “ótimo”, “bom”, “ruim” e “péssimo” para aplicação da escala hedônica facial. O planejamento e a execução do teste foram baseados no Manual para Aplicação dos Testes de Aceitabilidade no PNAE.



Materials desenvolvidos para aplicação do teste de aceitabilidade.

Pedimos aos alunos que formassem uma fila e explicamos a dinâmica que se seguiria. Entregamos quatro cartelas lúdicas para cada aluno, e eles depositaram a cartela que representava sua opinião em uma urna. Ao final do teste, contabilizamos os votos.

O bolo de abóbora teve 94% de aceitabilidade, considerado bem aceito. O índice de adesão foi de 100%, mostrando que a preparação escolhida é uma forma interessante de incluir a abóbora no cardápio de alunos pré-escolares. Por fim, entregamos um saquinho com um avental e uma touca de brinde para cada criança participante.

Receita de bolo de abóbora com coco	
Ingredientes	Modo de preparo
<ul style="list-style-type: none"> • 500 g de abóbora • 250 ml de óleo • 4 ovos • 250 g de açúcar • 100 g de coco ralado • 2 xícaras de farinha de trigo • 2 colheres de sopa de fermento químico em pó • 1 pitada de sal 	<ul style="list-style-type: none"> • Retire a casca da abóbora e, em seguida, rale a abóbora. • Em um liquidificador, coloque o óleo e o ovo. Ligue o liquidificador e adicione a abóbora aos poucos. • Quando formar um creme homogêneo, adicione o açúcar e bata por 3 minutos. • Coloque a mistura em um recipiente. Adicione o coco e, aos poucos, a farinha. • Misture até ficar uniforme. Depois acrescente o sal, o fermento e misture. • Pré-aqueça o forno a 200° C. Coloque para assar até dourar (aproximadamente 45 minutos).



Alunos do 2º ano D da EMEI Delzuita juntamente com equipe da Secretaria da Educação da Barra dos Coqueiros.

Nossas raízes, nossa culinária

Município de Lago Verde / MA

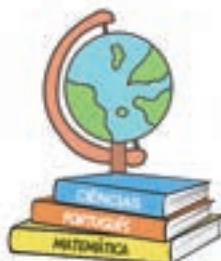


U.E. Marechal Deodoro
da Fonseca

Etapas
de ensino
oferecidas



Educação
Infantil



Ensino
Fundamental



Maranhão



86 estudantes



Equipe

Quésia Castro Reis Coelho
Participante inscrita na Jornada

Quésia Castro Reis Coelho
Nutricionista RT do município

Francilene Conceição Silva Oliveira
Quésia Castro Reis Coelho
Coordenadoras da Jornada

A atividade desenvolvida teve como objetivos: despertar nos alunos o interesse em conhecer os insumos regionais e utilizá-los nas preparações culinárias; ressaltar, de forma lúdica, o valor nutricional dos alimentos do seu cotidiano; valorizar a cultura

e culinária regional, fortalecendo a agricultura familiar local; desenvolver a formação de hábitos alimentares saudáveis e conscientes.

No primeiro momento, realizamos uma roda de conversa com professoras, direção e nutricionista para o planejamento das ações que seriam desenvolvidas.

Na primeira semana de atividades, as professoras promoveram nas turmas uma roda de conversa com o tema “A importância da alimentação saudável para o corpo”, a partir da leitura do livro “A cesta da dona Maricota”, de Tatiana Belinky, que conta uma história de frutas, verduras e legumes. Posteriormente, a turma 1 apresentou o livro em forma de dramatização.

No segundo momento, exibimos o vídeo “Verde que te quero verde”, de Aline Barros e Nicolas Barros. Em seguida, fizemos uma roda de conversa, para levar os alunos a refletirem sobre a importância de não retirar as verduras da sopa que é servida na escola, pois elas são essenciais para a saúde. As professoras haviam percebido que muitos alunos retiravam as verduras contidas na merenda da escola, como na sopa, por exemplo.



Alunos visitando uma plantação de mandioca. FOTO: Inaldo da Silva.

Na terceira semana (terceiro momento), os temas desenvolvidos por meio das rodas de conversas com as turmas foram direcionados para dois produtos específicos, que faz parte da culinária local: o beiju, feito com a fécula da mandioca; e o biscoito de mesocarpo, que é extraído do coco babaçu.

As crianças da turma 1 foram conhecer uma plantação de mandioca, planta arbustiva que chega a medir até 5 metros de altura e é vasta na região. Sua raiz tuberculosa concentra uma grande quantidade de amido. A raiz passa por um processo artesanal para se extrair a fécula.

As crianças da turma 2 foram visitar as quebradeiras de coco babaçu e conhecer um pouco sobre a extração artesanal do mesocarpo. Essa iguaria tem importante valor nutricional e está presente entre o epicarpo e o endocarpo do coco babaçu. O mesocarpo é extraído e transformado em uma farinha. A farinha pode ser consumida como suplemento alimentar ou servir de base para bolos, biscoitos e mingau.

Observamos, pelas falas dos alunos nas rodas de conversas, um vasto conhecimento adquirido a partir das visitas realizadas.

No quarto momento (culminância), cada turma deveria preparar uma iguaria feita com os ingredientes observados nas visitas. Com o auxílio das professoras, a turma 1 preparou beijus de tapioca; e a turma 2, biscoitos de farinha do mesocarpo. O momento de degustação foi de enorme satisfação, porque as crianças estavam



Casca do coco babaçu (parte interna) onde é extraído o mesocarpo (parte branca) presente entre o epicarpo e o endocarpo do coco. FOTO: Prof^a Rosileide Lino.



Crianças apresentando o biscoito feito de farinha de mesocarpio

experimentando um alimento saudável e feito por elas.

Como resultados da ação, observamos que alguns alunos passaram a aceitar o lanche servido na escola e a trazer frutas (maçã, uva, banana) para comerem.

Encontramos muitos desafios durante a realização das atividades, como, por exemplo, resistência à substituição dos lanches não saudáveis pelos saudáveis. Não são apenas as crianças que apresentam resistência, os pais também. São eles quem, muitas vezes, compram lanches baratos, como salgadinhos e biscoitos recheados. Percebemos, portanto, a necessidade de desenvolver um trabalho de educação alimentar e nutricional em parceria com as famílias.

2

*Agroecologia é
o caminho para a saúde
da humanidade
e do planeta*



A inclusão da Educação Alimentar e Nutricional (EAN) no processo de ensino e aprendizagem é uma das diretrizes do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE). Além disso, as ações de EAN são alguns dos mecanismos para alcançar o objetivo do Programa, que consiste em contribuir para o crescimento e desenvolvimento biopsicossocial, a aprendizagem, o rendimento escolar e a formação de hábitos alimentares saudáveis dos estudantes da educação básica brasileira.

Nessa perspectiva, um material fundamental que norteia as ações de EAN a serem executadas dentro das escolas é o Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas. Esse documento apresenta os conceitos, os princípios e os campos de prática para as ações de EAN.

Em seu sexto capítulo, no item II, o Marco de EAN apresenta o princípio “Abordagem do sistema alimentar, na sua integralidade”:

- Compreende-se sistema alimentar como o processo que abrange desde o acesso à terra, à água e aos meios de produção, as formas de processamento, de abastecimento, de comercialização e de distribuição; a escolha e consumo dos alimentos, incluindo as práticas alimentares individuais e coletivas, até a geração e a destinação de resíduos. As ações de EAN precisam abranger temas e estratégias relacionadas a todas estas dimensões de maneira a contribuir para que os indivíduos e grupos façam escolhas conscientes, mas também que estas escolhas possam, por sua vez, interferir nas etapas anteriores do sistema alimentar.

Portanto, a Educação Alimentar e Nutricional não deve abordar somente o consumo alimentar, mas também a produção dos alimentos, com o cuidado de discutir as práticas sustentáveis para o meio ambiente. E é neste contexto que o Tema 2 da Jornada foi pensado: agroecologia é o caminho para a saúde da



humanidade e do planeta.

Agroecologia é uma abordagem agrícola que busca promover a sustentabilidade e a saúde dos sistemas agrícolas, incluindo o solo, as plantas, os animais e as pessoas que dependem deles. A agroecologia tem como objetivo a produção de alimentos saudáveis e nutritivos, ao mesmo tempo em que protege e preserva o meio ambiente, valoriza a diversidade biológica e cultural e promove a justiça social.

Essa abordagem se baseia em princípios agroecológicos, que incluem a diversificação de cultivos, a integração entre agricultura e ecossistemas naturais, o manejo integrado de pragas e doenças, o uso de práticas agrícolas conservacionistas e a valorização da cultura e do conhecimento tradicional das comunidades rurais.

A agroecologia se diferencia dos sistemas agrícolas convencionais por não fazer uso de agroquímicos e insumos externos, como fertilizantes sintéticos e sementes geneticamente modificadas. Em vez disso, busca fortalecer a capacidade dos sistemas agrícolas de se autorregular, promovendo a biodiversidade e o uso eficiente dos recursos naturais.

Os benefícios da agroecologia são muitos. Ao optar por essa abordagem, é possível preservar os recursos naturais, como a água e o solo, reduzir os impactos ambientais da agricultura e garantir a segurança alimentar e nutricional da população. Além disso, a agroecologia contribui para a saúde e o bem-estar da população, já que os alimentos produzidos dessa forma são mais saudáveis e nutritivos.

A agroecologia é um movimento mundial que vem ganhando cada vez mais força, pois é sabido que os recursos naturais se esgotarão se a humanidade continuar com práticas nocivas ao meio-ambiente.

O PNAE já reconhece a agroecologia como uma prática importante, pois promove a compra de alimentos da agricultura familiar e da produção orgânica e agroecológica, incentivando a produção de alimentos saudáveis e sustentáveis e

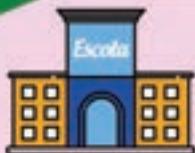
fortalecendo a economia local. O Programa, ao priorizar a compra de alimentos da agricultura familiar, orgânicos e agroecológicos, está contribuindo para a promoção da agroecologia no Brasil. O PNAE tem um papel essencial na mudança do modelo de produção e consumo de alimentos, estimulando práticas mais sustentáveis e saudáveis. Além disso, ele também tem um impacto social importante, pois gera emprego e renda para as famílias que produzem os alimentos, e estimula a economia local.

O ambiente escolar é um meio propício para abordar e discutir a temática agroecologia. É imprescindível que as crianças e os jovens sejam incentivados a pensarem sobre os meios de produção dos alimentos e busquem conhecer práticas de consumo mais saudáveis e sustentáveis. Ações de EAN bem planejadas são o melhor caminho para essa construção de saberes.



Redução do desperdício e plantio sustentável na escola: nutrindo a terra

Município de Alfenas / MG



Escola Municipal de Educação Infantil Professora Maria Conceição Carvalho "Dona Zinica"

Etapas de ensino oferecidas



Educação Infantil



Minas Gerais



230 estudantes



Equipe

Alexandra Vieira Gonçalves
Participante inscrita na Jornada

Alexandra Vieira Gonçalves
Nutricionista RT do município

Alexandra Vieira Gonçalves
e Lillian Dalene Novais
Coordenadoras da Jornada

As atividades do tema 2 da Jornada de EAN foram desenvolvidas no período de maio a julho de 2023, com os 19 estudantes de 5 anos das turmas do pré, da Escola Municipal de Educação Infantil (Emei) "Dona Zinica". O planejamento e a execução das



Pesagem dos alimentos para mensurar o desperdício

ações foram realizados de maneira coletiva, envolvendo diferentes atores sociais do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), tais como: nutricionista, diretora, equipe pedagógica, cozinheiras, além da parceria com a Universidade Federal de Alfenas (Unifal). A ação teve como objetivo promover práticas agroecológicas no cotidiano escolar.

A temática abordada considerou a transversalidade com o currículo escolar e os planos de aula, de acordo com o Projeto Político Pedagógico (PPP) da escola; o contexto escolar; e os princípios para ações de EAN, segundo o Marco de Referência de EAN para as políticas públicas.

As atividades foram costuradas aos conteúdos abordados em sala de aula, em consonância com os campos de experiências pautados na Base Nacional Comum Curricular (BNCC). Desenvolvemos atividades de diagnóstico, planejamento, execução e avaliação, divididas em seis etapas.

Na primeira etapa, a diagnóstica, passamos a pesar o total de sobras dos alimentos dos pratos dos alunos participantes da Jornada, para mensurar o



Atividades na horta escolar

desperdício.

Na segunda etapa, promovemos rodas de conversa durante as aulas, com o intuito de conscientizar os alunos sobre a importância de reduzir o desperdício de alimentos no ambiente escolar.

A terceira etapa foi direcionada à utilização da horta escolar e da composteira enquanto ferramentas pedagógicas. A composteira foi doada à escola pelo Projeto ReFoRSSe - Rede de fortalecimento para o preparo de refeições saudáveis e sustentáveis nas escolas, da Unifal. Por meio do projeto, a Unifal promoveu, ainda, uma formação, intitulada Produção de Composto Orgânico nas Escolas: Sustentabilidade no PNAE, para os gestores e responsáveis pela horta. Apresentamos a composteira à turma da Jornada, com explicações sobre como utilizá-la. Semanalmente, desenvolvemos atividades envolvendo a composteira e a horta, com a combinação de diferentes estratégias pedagógicas.



Conhecendo a composteira

Na quarta etapa, adaptamos, em dias determinados, a distribuição das refeições para o modelo self-service. Nesses dias, os estudantes tiveram a oportunidade de escolher o alimento e a quantidade que colocariam no prato, de forma autônoma, para reduzir o desperdício e despertar a consciência crítica.



Self-service

Na quinta etapa, fizemos um intercâmbio agroecológico na horta da Unifal, em parceria com os projetos Semeando Ideias e Nutrir Arte, da Universidade, tendo a participação de graduandos dos cursos de Nutrição, Geografia, entre outros. Inicialmente, as crianças da Emei assistiram vídeos do desenho “Show da Luna” que abordavam temas relacionados à importância de cuidar do meio ambiente e de fazer a reciclagem. Em seguida, na visita guiada à horta, elas conheceram os alimentos agroecológicos ali cultivados, e participaram de uma dinâmica sobre reciclagem. Finalizamos a atividade com um momento para lanche, com a oferta de torta de talos de couve e suco de abacaxi com hortelã.

Na sexta etapa, avaliativa, elaboramos um gráfico, para cada turma, para ilustrar o empenho dos estudantes na redução do desperdício ao longo das semanas de atividades. As crianças criaram desenhos livres representando as atividades aprendidas no tema 2. As ações foram registradas no portfólio da Jornada e divulgadas no instagram® da alimentação escolar de Alfenas (@alimentacaoescolalaralfenas).

Percebemos que as atividades desenvolvidas foram efetivas para despertar nos alunos maior interesse pelo cuidado com os alimentos desde o plantio, o consumo, até a destinação dos resíduos de maneira autônoma, buscando a redução do desperdício.

É importante destacar que as atividades envolvendo a horta, a composteira e o self-service serão desenvolvidas ao longo do ano. Além disso, a secretaria de educação criou uma coordenação de educação ambiental, formada por uma equipe multiprofissional, incluindo a nutricionista responsável técnico (RT). A coordenação realizará uma série de ações educativas, envolvendo toda a rede municipal, com foco na reciclagem, tendo em vista que a coleta seletiva está sendo reimplantada pela prefeitura municipal e contará com o apoio da comunidade escolar.

Encontramos alguns desafios para o desenvolvimento da 5ª edição da Jornada de EAN em três unidades escolares distintas e com a participação de diferentes atores sociais. As ações demandaram muito diálogo com as equipes e adaptações para a realidade e interesse de cada unidade. Também foi desafiador provocar o interesse das crianças por novos alimentos.

Por outro lado, percebemos a potência e a importância da Jornada enquanto forma de estimular a comunidade escolar a dar continuidade às ações de EAN de forma autônoma, por meio de um processo de ensino aprendizagem coletivo e participativo, utilizando uma abordagem crítica e problematizadora e, ao mesmo tempo, criativa e lúdica, em diferentes cenários de prática. Percebemos como tais ações despertam encantamento e interesse por parte dos estudantes e contribuem para a construção de caminhos possíveis.

Cultivando Saúde: Alimentos Frescos na Merenda Escolar e em Casa

Município de Montes Claros / MG



CEMEI Major Prates

Etapas
de ensino
oferecidas



Educação
Infantil



Minas Gerais



367 estudantes



Cristina Evangelista Nascimento
Participante inscrita na Jornada

Mariana Mendes Pereira
Nutricionista RT do município

Mariana Mendes Pereira
e Maria Teresa Silva Antunes
Coordenadoras da Jornada

Com o objetivo principal de promover a conscientização sobre a importância da nutrição e alimentação saudável no ambiente escolar, o projeto “Alimentação saudável: conhecendo e aceitando nossa merenda escolar” foi elaborado pela diretora Cristina Evangelista Nascimento. O projeto foi realizado nos meses de agosto, setembro e



Roleta das frutas



outubro de 2023 com as turmas do maternal II, 1º e 2º períodos (faixa etária de três a seis anos), dos turnos matutino e vespertino.

Participaram do projeto supervisoras, professoras, auxiliares de docência, cantineiras, auxiliares da merenda e as famílias dos alunos. O projeto foi subdividido em quatro etapas: 1- Conhecendo a cozinha da nossa escola: onde e como é preparada a merenda escolar; 2- Cultivando saúde: alimentos frescos na merenda escolar e em casa; 3- Vamos aprender brincando? Explorando os alimentos saudáveis e não saudáveis; 4- Alimentos que fazem bem: conhecendo os ingredientes das nossas refeições.

Conscientes da importância e do cuidado que devemos ter na introdução de novos alimentos, organizamos, na primeira etapa, uma brincadeira com uma variedade de frutas frescas. As crianças foram incentivadas a explorar, cheirar, tocar e degustar frutas que fazem parte do cardápio do programa de alimentação escolar do nosso município.

Inicialmente, preparamos uma bandeja com frutas higienizadas e picadas e as cobrimos com um guardanapo. Para começar a brincadeira, um verso foi cantado: “Eu sou vendedora de frutas, que frutas tenho aqui?” Os alunos tentavam adivinhar quais alimentos estavam escondidos sob o guardanapo. Na sequência, o tecido era retirado, revelando as frutas. As crianças foram instigadas a descrever as frutas, classificando-as por sabores (doces ou azedas), se era possível comê-las com casca ou não e dizendo quais são as formas de consumo. Houve manifestações sobre as preferências e o consumo desses alimentos pela família.

Em seguida, utilizamos um jogo de roleta para convidar as crianças a experimentarem as frutas. O objetivo foi reduzir a resistência à merenda escolar, já que as crianças ficariam mais familiarizadas com os sabores provados. Confeccionamos uma roleta de papel grosso e palitos de picolé, com imagens de frutas, e preparamos uma bandeja com as mesmas frutas das imagens. Ao girar a roleta, uma das imagens era escolhida aleatoriamente. A criança, cuja vez coincidia com a fruta selecionada, tinha a oportunidade de nomear a fruta, pegá-la com um palitinho e saboreá-la.



Visita à feira de agricultura



A experiência permitiu que as crianças explorassem esses alimentos de maneira interativa, estimulando o aprendizado e as escolhas alimentares saudáveis, ao mesmo tempo em que promoveu a comunicação e a socialização entre as crianças.

É de suma importância a colaboração da família para que esse projeto alcance seu objetivo. Por isso, em uma etapa subsequente, enviamos bilhetes aos pais sugerindo que visitassem a feira de produtos agrícolas naturais, que ocorre, aos domingos, no bairro Major Prates. Essa foi uma oportunidade especial para envolver a comunidade em uma experiência educativa e saudável. Na feira, as crianças tiveram a possibilidade de explorar diversos produtos agrícolas, como frutas, legumes, verduras, hortaliças, ervas e temperos. Solicitamos aos pais que ajudassem seus filhos a compreender a importância de escolher alimentos saudáveis dentro do orçamento familiar. Ficamos satisfeitos com a participação significativa das famílias no dia da feira. A escola recebeu fotos e vídeos com o registro da visita.

Além da visita à feira, pedimos que cada criança levasse para a escola um alimento natural, como fruta, verdura, legume ou hortaliça. Com os produtos recebidos, organizamos e simulamos uma banca de feira. Nessa banca, expusemos todos os alimentos gentilmente doados pelas famílias.

Reunimos os pequenos em uma animada roda de conversa, e os que tiveram a oportunidade de ir à feira do bairro Major Prates com seus pais compartilharam as experiências daquele dia. Encorajamos as crianças a relatarem suas descobertas sensoriais, como aromas e texturas. Perguntamos quais tipos de alimentos seus pais compraram, quem tirou as fotos, quem fez as anotações e quem teve a chance de provar algum desses alimentos na feira. Também perguntamos como esses alimentos foram preparados em casa.

Explicamos às crianças que, como nem todas puderam ir à feira no domingo, decidimos criar uma "feirinha" no pátio da escola para que todos pudessem simular a participação em uma feira de verdade. Permitimos que as crianças explorassem, tocassem e sentissem os cheiros dos diferentes alimentos, enquanto aprendiam sobre seus benefícios nutricionais. Durante essa vivência, as crianças também



Visita à feira de agricultura



compartilharam histórias cotidianas relacionadas à alimentação de suas famílias.

Para tornar a atividade ainda mais divertida, realizamos uma brincadeira cantada. Cantávamos um versinho: “Diz pra mim, diz pra mim o que tem na banca do seu Joaquim. Lá na feira tem...”, e em seguida apresentávamos um alimento, desafiando as crianças a nomeá-lo.

Ao final da atividade, explicamos às crianças que os alimentos da feirinha seriam incorporados aos lanches servidos na escola no dia seguinte, enriquecendo ainda mais a nossa merenda escolar, fornecida pela prefeitura.

Ainda nesta fase do projeto, fizemos parceria com os estudantes do primeiro período do curso de medicina da UNIFIPMOC para trabalhar com os temas saúde e alimentação saudável. Foram realizadas oficinas em formato de estações, e cada criança participava das diferentes atividades.

Em uma estação, as crianças brincaram com um jogo de alimentos saudáveis e não saudáveis. Havia duas caixas decoradas, uma com um rosto sorridente e outra com um rosto triste. Nelas, cada criança colocava fichas com alimentos variados, classificando-os como saudáveis ou não saudáveis.

Em outra estação, as crianças brincaram com os acadêmicos usando jogos pedagógicos relacionados a alimentos, como jogo da memória, pareamento, dominó e alinhavo. Essas atividades ajudam a melhorar a coordenação motora, a identificar figuras de alimentos e a compreender a importância de uma nutrição adequada.

Na terceira estação, as crianças tiveram a oportunidade de participar da construção de uma mini horta de material reciclado (garrafas pet). Elas conheceram as etapas do plantio, as necessidades das plantas e alguns tipos de alimentos saudáveis que podem ser cultivados em casa.

O encerramento do projeto “Alimentação saudável: conhecendo e aceitando nossa merenda escolar” ocorreu no dia 13 de novembro. As crianças tiveram a oportunidade de colocar as mãos na terra, literalmente, ao participarem do plantio de mudas de leguminosas e verduras, criando uma pequena horta escolar.

Acreditamos que a combinação educação e experiência prática contribuirá

para que nossas crianças cresçam conscientes da importância de escolher alimentos saudáveis para si e para o meio ambiente.



Feirinha na escola



Dominó de alimentos



Banca do Joaquim



JOGOS



BRINCADEIRAS

Integrando a agroecologia e a sustentabilidade na produção de alimentos e no cuidado com a saúde

Município de Caetanópolis / MS



Escola Estadual Indígena de Ensino Médio "Yvy Poty"

Etapas de ensino oferecidas



Ensino Médio



Mato Grosso do Sul



274 estudantes



Equipe

Elenice Koch Tasso
Participante inscrita na Jornada

Elenice Koch Tasso
Nutricionista do estado

Angela Beatriz Martins
e Sélvia Lemes
Coordenadoras da Jornada

A Escola Estadual Indígena de Ensino Médio "Yvy Poty" é uma instituição de ensino que atende 274 alunos em tempo integral. Esse modelo de ensino está

Colaboradores: Valdinei Marques Mendonça (diretor escolar); Professor Edmar Manoel; Professora Taiza Nunes; Conselheiro da Alimentação Escolar Antonio Ribeiro

centrado no desenvolvimento de jovens autônomos, solidários e competentes. A escola oferece acolhimento diário e Clubes de Protagonismo, bem como disciplinas eletivas, empreendedorismo social e itinerário formativo. Todas as atividades realizadas na escola respeitam e incluem a cultura indígena na qual ela está inserida.

Na escola, os alunos recebem formação técnica e profissional com o curso de Agroecologia e sustentabilidade. Nesse contexto, estima-se que a agroecologia possibilita novas ferramentas voltadas aos discentes e suas famílias para a produção sustentável, buscando o desenvolvimento agrícola, construído sob os aspectos de conservação dos recursos da agricultura tradicional local, enquanto explora conhecimentos e métodos ecológicos modernos.



Alunos em atividade prática

No dia 9 de agosto de 2023, a nutricionista Helenice e o membro do Conselho da Alimentação Escolar (CAE) do Estado do Mato Grosso do Sul sr. Antônio Ribeiro participaram da reunião do Projeto Família e Escola, para um momento de troca de conhecimentos com os professores, pais e as lideranças da aldeia.

Na oportunidade, o sr. Antônio compartilhou sua experiência como profissional técnico em agronomia, cooperativista e produtor rural da agricultura familiar. Defendeu a agricultura familiar e agroecológica como o meio mais adequado para a proteção do solo e da vida. Orientou os pais e as lideranças locais quanto à organização de grupos ou parcerias para a produção de alimentos, tanto para o consumo familiar quanto para a comercialização e geração de renda.



Em seguida, a nutricionista Elenice se apresentou aos pais. Ela falou do seu trabalho com a merenda escolar e relatou o empenho da escola no cuidado com a alimentação saudável. Também orientou as famílias quanto à importância de adotar bons hábitos alimentares para a manutenção da saúde e quanto aos riscos de desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis que os alimentos industrializados e ultraprocessados oferecem.

Pais e lideranças indígenas questionaram a nutricionista sobre as atividades que estão sendo desenvolvidas com os alunos. A nutricionista explicou que a escola está inscrita na Jornada de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) do FNDE, e que essas atividades trazem conhecimentos que devem ser colocados em prática pela família para melhorar a saúde e prevenir doenças. Explicou, ainda, que podemos e devemos fazer escolhas saudáveis sem a necessidade de perder ou esquecer a cultura local.

Os pais ficaram contentes em saber que o bolo de milho verde, produzido pelos alunos desta escola, por meio da 1ª atividade da Jornada de EAN, havia sido aprovado no teste de aceitabilidade, e a receita foi inserida no sistema de cardápios, podendo fazer parte da merenda das escolas da rede estadual de ensino do estado do Mato Grosso do Sul.

A professora Selvia Lemes, professora de cultura e diversidade, empreendedorismo social, itinerário formativo em agroecologia e coordenadora de qualificação profissional em agroecologia, juntamente com o professor Edmar Manoel, professor de agroecologia, são responsáveis pelas aulas do curso de agroecologia na escola. Além das atividades teóricas, desenvolvem um excelente trabalho com a horta escolar, em que os alunos colocam em prática os conhecimentos adquiridos em sala.

Na horta da escola são produzidos tomate, pimentão, alface, couve, repolho, acelga, cebola, plantas medicinais, além de plantas alimentícias não convencionais. Esses alimentos enriquecem a alimentação ofertada aos alunos, e a sobra é comercializada com a comunidade. O recurso monetário obtido com a venda dos

a imentos custeia as despesas com sementes para as próximas plantações.

Os alunos também tiveram aulas sobre plantas alimentícias não convencionais, como umbigo de banana, guavira (árvore de grande porte, seus frutos são conhecidos como símbolo do MS), taioba, feijão (jopara), palmito, coquinho e coco (o azeite pode ser usado para a hidratação capilar). Além das aulas, os alunos participaram de atividades voltadas ao agroextrativismo e à confecção de receitas. Essas atividades foram apresentadas em forma de seminário, no saguão da escola. Os alunos foram ouvidos e avaliados.

A professora relata que, antes do projeto de agroecologia ser desenvolvido na escola, a horta era precária, com pouca produção, e o que tinha era produzido com uso de agrotóxicos. Atualmente, usa-se somente o adubo natural. Ela relata, ainda, as dificuldades com a irrigação da horta e o transporte do esterco. A irrigação é feita manualmente pelos alunos e professores. Nos finais de semana, é necessário que alguém se disponha a ir à escola molhar a horta. Já o esterco, como vem de longe, a escola precisa pagar o frete, ficando oneroso para a instituição.



Horta da escola

A escola planeja a construção de um galinheiro, e o manejo das aves e de seus resíduos farão parte das atividades de ensino para os alunos. Com a criação e a manutenção do galinheiro, a escola vê a possibilidade de aplicação do adubo natural nos canteiros da horta, criando um ciclo de sustentabilidade local.

A professora Taiza Nunes, além de ministrar aulas de Matemática, trabalha com empreendedorismo social, e desenvolveu um projeto de artesanato utilizando fibra de banana e folhas da taboa. Os alunos aprenderam a secar e preparar a matéria-prima, e a utilizá-la para confeccionar caixas, objetos decorativos e bolsas, como mais uma opção de renda sustentável.

Além dessas atividades, a escola desenvolve o projeto de reciclagem, que propicia ações de conscientização e produção de artesanatos por meio da reutilização de pneus e outros materiais descartados. Em sala de aula, os alunos discutem com os professores o impacto ambiental e o tempo de vida útil do material abordado. Depois, os alunos colocam em prática os conhecimentos, e ainda decoram o pátio da escola.



Professor Edmar e alunos em atividade prática

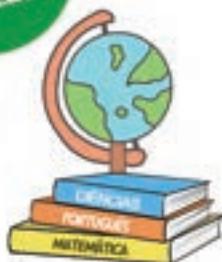
Abelhas nativas: polinizando para um futuro sustentável por meio da agroecologia

Município de Massaranduba / SC



Escola de Educação Básica
Felipe Marke

Etapas
de ensino
oferecidas



Ensino
Fundamental



Ensino
Médio



Santa Catarina



234 estudantes



Equipe

Loércio Rodolfo Guzak
Participante inscrito na Jornada

Irineu F. de Matos Jr
Nutricionista da Regional de
Jaraguá do Sul - SC

Maria Ivoni Campigotto Spézia
Coordenadora da Jornada

Ao longo da história, o ser humano aprendeu e desenvolveu diversas técnicas para melhorar a produção de mel e própolis, que são utilizados em alimentos e remédios. Essa produção tem sido a principal função de se criar

abelhas em uma residência ou empresa.

Por muito tempo, as abelhas-europeias (*Apis mellifera*) foram as únicas reconhecidas e utilizadas na produção de mel e própolis. Mas como vivemos em um ambiente de grande biodiversidade, é importante conhecer também outras espécies de abelhas nativas da nossa região, como, por exemplo, as abelhas sem ferrão (Meliponina - Hymenoptera, Apidae).

Com o uso cada vez maior das tecnologias no meio ambiente, esquecemos como a natureza pode se desenvolver de maneira saudável e sem o auxílio das ações humanas. Os animais, principalmente os insetos, têm papel fundamental no desenvolvimento dos ecossistemas por meio da polinização.

As abelhas, em especial, possuem um papel basilar nesse processo de desenvolvimento dos ecossistemas. Levando em consideração que as abelhas nativas brasileiras fazem de forma eficiente a polinização, não possuem ferrão e não apresentam agressividade ao implantar colmeias próximas a residências,



Colocação de caixas de abelhas sem ferrão na EEB Felipe Manke



Conhecendo as abelhas sem ferrão

fizemos uma palestra com a comunidade escolar para difundir conhecimentos sobre as abelhas, como forma de incentivar a criação de melíponas. Colocamos os alunos também como agentes disseminadores desses conhecimentos.

A comunidade escolar em geral, e especialmente os familiares dos alunos, foi atingida de forma positiva. Para que todos os recursos naturais sejam utilizados de forma sustentável, precisamos conscientizar as crianças e os adolescentes sobre a importância de se preservar o meio ambiente. Quanto mais eles aprendem, mais vão entender a importância de preservar o meio em que vivemos. Como bem ressalta a proposta curricular de Santa Catarina, “reconhecer o caráter interdisciplinar da educação ambiental é, de fato, aproximar-se dos



Construindo um hotel de insetos



Instalação de hotel de insetos na propriedade dos familiares de um estudante

valores e da complexidade do real, da ação efetiva, articulando-os à dinâmica da vida coletiva”.

O projeto “Abelha nativa” é pautado no tripé da sustentabilidade, que trata de questões relacionadas à integração das três dimensões do desenvolvimento sustentável: econômica, social e ambiental. A ideia principal do tripé é a de que as três dimensões devem interagir de forma a compreender os fenômenos na sua totalidade e globalidade, o que dá amparo à sustentabilidade. O objetivo maior de todo o projeto é viver bem, usando a ciência e a tecnologia a serviço do ser humano.

Levando em consideração a Base Nacional Comum Curricular (BNCC), que preconiza “Caracterizar os principais ecossistemas brasileiros quanto à paisagem, à quantidade de água, ao tipo de solo, à disponibilidade de luz solar, à temperatura etc., correlacionando essas características à flora e fauna específicas” (BRASIL, 2019, p. 390), bem como “Avaliar como os impactos provocados por catástrofes naturais ou mudanças nos componentes físicos, biológicos ou sociais de um ecossistema afetam suas populações, podendo ameaçar ou provocar a extinção de espécies, alteração de hábitos, migração etc.” (BRASIL, 2019, p. 390), os estudantes conseguiram se aprofundar nos conceitos de ecossistema e nos impactos ambientais causados por espécies invasoras ao ecossistema nativo.

A unidade escolar contou com o apoio especializado de Fabiana de Paiva Costa Barros, principal autoridade do município de Massaranduba/SC, no que se refere ao conhecimento técnico sobre melíponas, sendo todo o projeto coordenado pedagogicamente pela assessora de direção Maria Ivoni Campigotto Spézia.

O projeto foi desenvolvido de forma interdisciplinar e teve a participação da gestão escolar, dos professores dos anos iniciais do ensino fundamental e dos professores dos componentes curriculares de Ciências, Biologia, Artes, Química e Física. O público-alvo definido foram os alunos do 1º ano do ensino fundamental ao 2º ano do ensino médio.

O objetivo geral foi criar situações de vivências para que a comunidade escolar, bem como as comunidades que circundam a Escola de Educação Básica

(EEB) Felipe Manke pudessem experienciar a importância das abelhas nativas para a manutenção da biodiversidade e da saúde humana, e a possibilidade de geração de renda complementar para as famílias por meio de seus produtos e subprodutos. Assim, buscamos viabilizar aos educandos e à comunidade escolar conhecer e desenvolver hábitos de preservação e criação de abelhas nativas sem ferrão, usando os conhecimentos científicos aliados às diferentes tecnologias empregadas para a obtenção de resultados que beneficiem a sociedade.

Foram estabelecidos os seguintes objetivos específicos:

- Identificar e catalogar as diferentes espécies de abelhas presentes na região de estudo, destacando suas características físicas e comportamentais únicas;
- Demonstrar como a polinização é importante no desenvolvimento dos ecossistemas naturais;
- Desenvolver materiais educativos e campanhas de sensibilização para informar a comunidade sobre a importância das abelhas na preservação da biodiversidade e estimular práticas de conservação.

A seguir, apontamos as principais ações desenvolvidas por meio do projeto.

- Apresentação de conhecimentos básicos sobre abelhas sem ferrão à comunidade, no dia da reunião da associação de pais e professores.
- Busca de parceria junto às empresas da comunidade, com o intuito de obter recursos para custear parte do projeto desenvolvido.
- Palestra, no dia da Família na Escola, referente a abelhas sem ferrão e seus benefícios aos diferentes ecossistemas.
- Colocação de caixas com abelhas sem ferrão na EEB Felipe Manke, para que a comunidade pudesse observar as abelhas sob diferentes aspectos.
- Ministração de palestras aos educandos, por Fabiana Barros, técnica em meliponicultura.
- Visitação ao meliponário “Família Abelha”, na comunidade do Sete de

Janeiro.

- Criação de um hotel de insetos.

O hotel de insetos é criado especialmente para atrair insetos polinizadores e insetos auxiliares, que são adequados para hortas e jardins, pois atuam no controle biológico de pragas nocivas às plantas. Ele oferece abrigo, e local para hibernação ou reprodução de diferentes espécies, como abelhas solitárias, joaninhas, besouros, borboletas, crisopas e moscas-das-flores.

A criação de um hotel de insetos permite observar e acompanhar de perto o ciclo de vida desses animais. É uma forma educativa de promover a conscientização sobre a importância dos insetos e de manter o equilíbrio no convívio com outras espécies. Para construir nosso hotel de insetos, usamos materiais de texturas variadas para atrair diferentes grupos de insetos. Fizemos a coleta consciente de madeira, pedaços de bambu, galhos, palha, pinhas, folhas secas, gravetos, cascas de árvores, frutos secos, rolhas, papelão grosso, pedaços de telhas, considerando que as abelhas solitárias preferem madeira furada e canos de bambu; joaninhas gostam de gravetos e de bambu de diferentes tamanhos; enquanto as crisopas apreciam palha ou papelão enrolado.

- Observação e monitoramento do hotel de insetos.
- Incentivo para a instalação de hotéis de insetos nas propriedades dos familiares dos alunos.
- Coleta e produção de extrato de própolis para consumo humano – alunos do ensino médio.
- Atividades práticas de como acontece a polinização.
- Confecção e instalação de iscas para capturar as abelhas sem ferrão.
- Coleta e degustação do mel das abelhas sem ferrão.
- Criação de lapbook em sala de aula, para informações sobre o desenvolvimento das abelhas e a sua importância no meio ambiente.

- Atividades de pesquisa sobre a importância das abelhas sem ferrão para a sociedade e o meio ambiente.
- Participação na feira regional de Ciências.

Identificamos como resultados, até o momento:

- A aquisição de conhecimentos fundamentais para a conservação da biodiversidade por meio da agroecologia, tanto por parte dos educandos como pela comunidade escolar em geral;
- A conscientização da necessidade de preservação das abelhas nativas, as quais são responsáveis por mais de 85% da polinização das florestas e das demais plantas de forma geral; e
- A criação de abelhas nativas pelas famílias, tanto para a preservação ambiental como para obtenção de mais uma fonte de renda, pois o mel dessas abelhas tem muito mais nutrientes com preço agregado, além do extrato de própolis para consumo humano ter melhores benefícios.



E. E. B. FELIPE MANKE
ENSINO MÉDIO
EMPREENDEDOR E
POLINIZANDO PARA UM
FUTURO SUSTENTÁVEL E
BEM-ESTAR SOCIAL

Participação na feira regional de ciências

*Horta orgânica e sustentável Vovó Socorro Oliveira:
equilibrando o clima, nutrindo o solo e alimentando o mundo*

Município de Pocinhos / PB

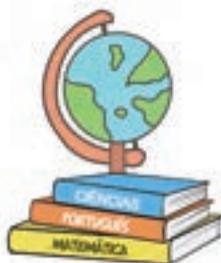


*Escola Maria da Glória
Sales Heurônio*

Etapas
de ensino
oferecidas



Educação
Infantil



Ensino
Fundamental



Paraíba



498 estudantes



Liandra de Souza Oliveira
Participante inscrita na Jornada

Tomiris Diniz Rodrigues
Nutricionista RT do município

Mateus de Oliveira Policarpo
e Joedna Maria de Aroujo
Coordenadores da Jornada

Em mais uma participação do município de Pocinhos/PB na Jornada, a ação de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) no ambiente escolar foi desenvolvida de maneira transversal e multiprofissional, e inserida no projeto político pedagógico

(PPP) da escola.

Depois de refletir e buscar as questões-chave para o planejamento e desenvolvimento da ação, preenchemos novamente um instrumento de planejamento disponibilizado no caderno Princípios e Práticas para Educação Alimentar e Nutricional, para registrar, avaliar e melhorar a organização dos recursos necessários para o desenvolvimento a ação.

Destaca-se que as ações de EAN debatidas e aplicadas em aulas pelos professores e alunos foram de grande importância dentro do componente curricular, uma vez que os alunos desenvolveram atividades e expandiram os conhecimentos para além da escola, alcançando também suas casas.

Agroecologia, meio ambiente e sustentabilidade são alguns exemplos de temas mais discutidos no contexto atual, pois o planeta pede socorro pelos desastres que acontecem, provocados pelas ações do homem.

Com os objetivos de disseminar ações de preservação do planeta, diminuir o risco de desnutrição nas crianças em vulnerabilidade social e aplicar o tema “Agroecologia é o caminho para a saúde da humanidade e do planeta” no ambiente escolar, as nutricionistas da alimentação escolar do município de Pocinhos /PB Liandra Oliveira e Tamiris Diniz, juntamente com a diretora Joedna Maria e as professoras da Escola Municipal de Ensino Fundamental (EMEF) Maria da Guia Sales Hermínio lançaram, no dia 2 de junho de 2023, o projeto da construção de uma horta orgânica na instituição, a pioneira dentre as escolas do município.

Anteriormente à proposta oferecida pelas nutricionistas, o Instituto Mpumalanga, numa parceria com a prefeitura, doou, no dia 8 de junho, uma composteira a EMEF Maria da Guia, como forma de incentivar as práticas de sustentabilidade ambiental em nossa cidade. Todo o alunado teve participação ativa na construção da composteira, na construção da horta, na alimentação constante da composteira com sobras da alimentação escolar, e nos cuidados de cobrir a composteira com pó de madeira e capim para evitar o acúmulo de insetos.

No dia 14 de julho, os alunos voltaram a realizar a manutenção da composteira.

Houve a primeira retirada de biofertilizante, e os alunos foram a campo em busca de capim para cobrir a composteira. Foi elaborada, também, a planta baixa para a construção da horta.

No dia 24 de julho, os alunos do turno vespertino foram a campo encher 341 garrafas com terra. As garrafas serviriam para a montagem dos canteiros. Pensamos nessa iniciativa como forma de utilizar as garrafas que seriam descartadas no meio ambiente, dando-lhes alguma utilidade. Com essa ação, iniciamos a atividade do tema 2 da 5ª edição da Jornada de EAN: Agroecologia é o caminho para a saúde da humanidade e do planeta, horta orgânica Vovó Socorro Oliveira.

Em busca de adquirir mais conhecimento, as nutricionistas e o coordenador Mateus Policarpo foram ao Instituto Nacional do Semiárido (Insa), localizado no



Visita ao Instituto Nacional do Semiárido (INSA)

município de Campina Grande/PB, no dia 25 de julho, para conhecerem a riqueza do que representa a instituição e formar parcerias. Na ocasião, a escola recebeu as mudas de plantas que haviam sido solicitadas no dia 11 de julho pelas nutricionistas e pelo coordenador Mateus. O Instituto explicou a maneira correta de plantio e possíveis estratégias para evitar o surgimento de pragas.

Cientes de que a proporção do projeto seria muito maior do que o previsto, no caminho para a construção da horta orgânica fizemos parcerias com as secretarias de educação, de infraestrutura, e de agricultura. Solicitamos, junto à secretaria de educação, a compra dos materiais para a construção da horta: caibros, telas para fechar as laterais da horta para evitar a entrada de animais ou de alunos sem permissão, caixa d'água, tintas para colorir as paredes e deixar o ambiente mais alegre, irrigadores manuais, kits de jardinagem, dentre outros materiais.

No dia 26 de julho, a secretaria de agricultura encaminhou um técnico agrícola para estudo e orientações sobre o melhor manejo do solo e conservação da horta. Solicitamos a compra das sementes e do adubo limpo, pois o processo da compostagem é lento e não daria tempo de utilizar de imediato o adubo orgânico.

A secretaria de infraestrutura, no dia 31 de julho, enviou funcionários para fazerem a limpeza do solo no espaço físico da horta e o corte da terra, com demarcação dos canteiros, facilitando, assim, o andamento da execução do projeto. Iniciamos, nesse dia, a plantação de algumas mudas recebidas no Insa, como pitaya, vinagreira, ora-pro-nóbis, ipê-roxo, ipê-amarelo, jambo e acerola.

No dia 3 de agosto, os alunos, com o auxílio dos gestores da escola, iniciaram a pintura das paredes, proporcionando mais cor e alegria à horta. Um aluno do 7º ano B e sua mãe trouxeram uma muda de pé-de-louro para ser plantada na horta. A mãe relatou os benefícios da planta medicinal para a saúde humana, e houve uma troca riquíssima entre a mãe e a gestão escolar. Com isso, percebemos o quanto o projeto se tornou importante não apenas à comunidade escolar, mas também, aos pais, avós, tios e conhecidos dos alunos. Vimos que o conhecimento do senso

comum perpassado pelos nossos ancestrais aliado ao conhecimento científico ensinado pelos professores impactam de forma positiva na construção social do alunado da EMEF Maria da Guia.

O coordenador Mateus Policarpo, com o intuito de acelerar o processo de produção da horta, doou substrato, algumas sementes, tela de sombrite, sistema de irrigação de microaspersão e fort plantio à escola.

No dia seguinte, os alunos iniciaram a retirada da terra de cada canteiro, e depois misturaram a terra com o substrato e esterco bovino limpo, para fertilizar o solo. Finalizada a preparação do solo, no dia 11 de agosto os canteiros receberam as primeira sementes: cebola e cebolinha, tomate-cereja e tomate italiano, beterraba, quiabo, abobrinha, cenoura, salsa e pimentão. Diariamente, um grupo de alunos é convidado a fazer a manutenção e a irrigação dos canteiros.



Estudantes conhecendo a horta

Depois de firmar parceria com o Insa, agendamos uma visita para que os alunos conhecessem o Instituto e verificassem como é feito todo o processo de plantio e conservação das mudas. No dia 15 de agosto, a primeira turma seguiu viagem para o Insa. Durante a visita, os alunos ganharam materiais científicos, que serão expostos na escola para quem quiser se informar a respeito do nosso bioma Caatinga.

Nos ajustes finais da construção da horta, as equipes da cozinha e de serviços gerais também participaram, ajudando a cercar o local, concluindo os canteiros das alfaces, que foram feitos de canos, limpando o solo e mantendo a composteira.

No dia 19 de agosto, a horta ficou mais completa: os alunos colocaram as plaquinhas para identificação de cada semente plantada. Já no dia 21 de agosto, foi realizada a instalação dos irrigadores de microaspersão. Ao conferirem o andamento do trabalho, os gestores da escola perceberam que as sementes



Estudantes colhendo da Horta Sustentável Vovó Socorro Oliveira



Doação de muda de louro (*Laurus nobilis* L.)

plantadas em 11 de agosto estavam germinando.

Em 30 de agosto, dia em que a escola promoveu o evento da mostra pedagógica com a temática “Consciência ambiental e sustentabilidade”, a gestora inaugurou a horta. A horta recebeu o nome Maria do Socorro Oliveira Melo, em memória da avó do coordenador Mateus Policarpo, como forma de reconhecer o trabalho dele e de homenageá-lo pelo empenho para que o projeto se concretizasse. Foi dessa maneira, então, que a horta foi inaugurada.

No dia 26 de setembro de 2023, o coentro já estava pronto para a colheita. A gestora, o coordenador, o cozinheiro e algumas alunas fizeram a colheita dos primeiros molhos de coentro para serem utilizados na alimentação escolar daquele dia.

Em breve, a alimentação da escola Maria da Guia passará a utilizar hortaliças orgânicas para o preparo das refeições, em atendimento à resolução CD/FNDE nº 6/2020, que estabelece, em suas regras, a utilização de alimentos in natura ou minimamente processados na alimentação escolar, para promoção da saúde e longevidade das crianças. A horta produzirá alimentos fresquinhos e seguros para todo o alunado.



Colocando a tela de proteção na horta



Colheita de coentro para uso na alimentação escolar

3

*Utilização das mídias
sociais como facilitadoras
para integrar a
comunidade escolar
nas atividades
de EAN*



As mídias sociais dinamizam a comunicação e a interação social nos dias de hoje. Com o avanço da tecnologia, é possível utilizar diversas plataformas para promover a educação alimentar e nutricional no âmbito do Programa Nacional da Alimentação Escolar (PNAE), integrando a comunidade escolar às atividades relacionadas à alimentação saudável.

Ao utilizar as mídias sociais, é possível alcançar um público mais amplo e diversificado, além de facilitar a interação entre alunos, professores e pais/mães e responsáveis. Essa interação pode ocorrer por meio da criação de grupos em aplicativos de mensagens ou de páginas específicas na internet, em que são compartilhadas informações sobre as atividades relacionadas à alimentação saudável e à nutrição.

As mídias sociais podem ser utilizadas para divulgar receitas saudáveis e dicas de alimentação, e para incentivar a participação da comunidade escolar em eventos relacionados à alimentação adequada e saudável, como feiras da agricultura familiar e de produtos orgânicos e agroecológicos, palestras e oficinas culinárias.

Outra possibilidade é o uso das mídias sociais para realizar pesquisas de opinião e levantamento de demandas da comunidade escolar em relação à alimentação. Dessa forma, é possível identificar quais são as principais necessidades e os interesses dos alunos, professores e responsáveis, e adaptar as atividades relacionadas à educação alimentar e nutricional às demandas da comunidade escolar.

Vale ressaltar que a utilização das mídias como facilitadoras para integrar a comunidade escolar às atividades de educação alimentar e nutricional exige cautela e responsabilidade, pois os conteúdos relacionados à alimentação têm um grande impacto nos hábitos alimentares das pessoas, especialmente daquelas em idade escolar.

Existem diversas formas, negativas ou positivas, de se influenciar os hábitos alimentares por meio das mídias sociais:



Influenciadores digitais: as pessoas seguem influenciadores digitais que postam fotos e vídeos sobre seus hábitos alimentares e estilo de vida. Esses influenciadores podem ser uma fonte de inspiração para algumas pessoas, incentivando-as a adotar hábitos alimentares mais saudáveis ou, ao contrário, a seguir um padrão alimentar não saudável.

Compartilhamento de receitas: as redes sociais permitem o compartilhamento de receitas de comidas e bebidas, com fotos e vídeos, que tornam a apresentação mais atraente e chamativa. Isso pode encorajar as pessoas a experimentarem novos alimentos e a prepará-los de maneiras diferentes.

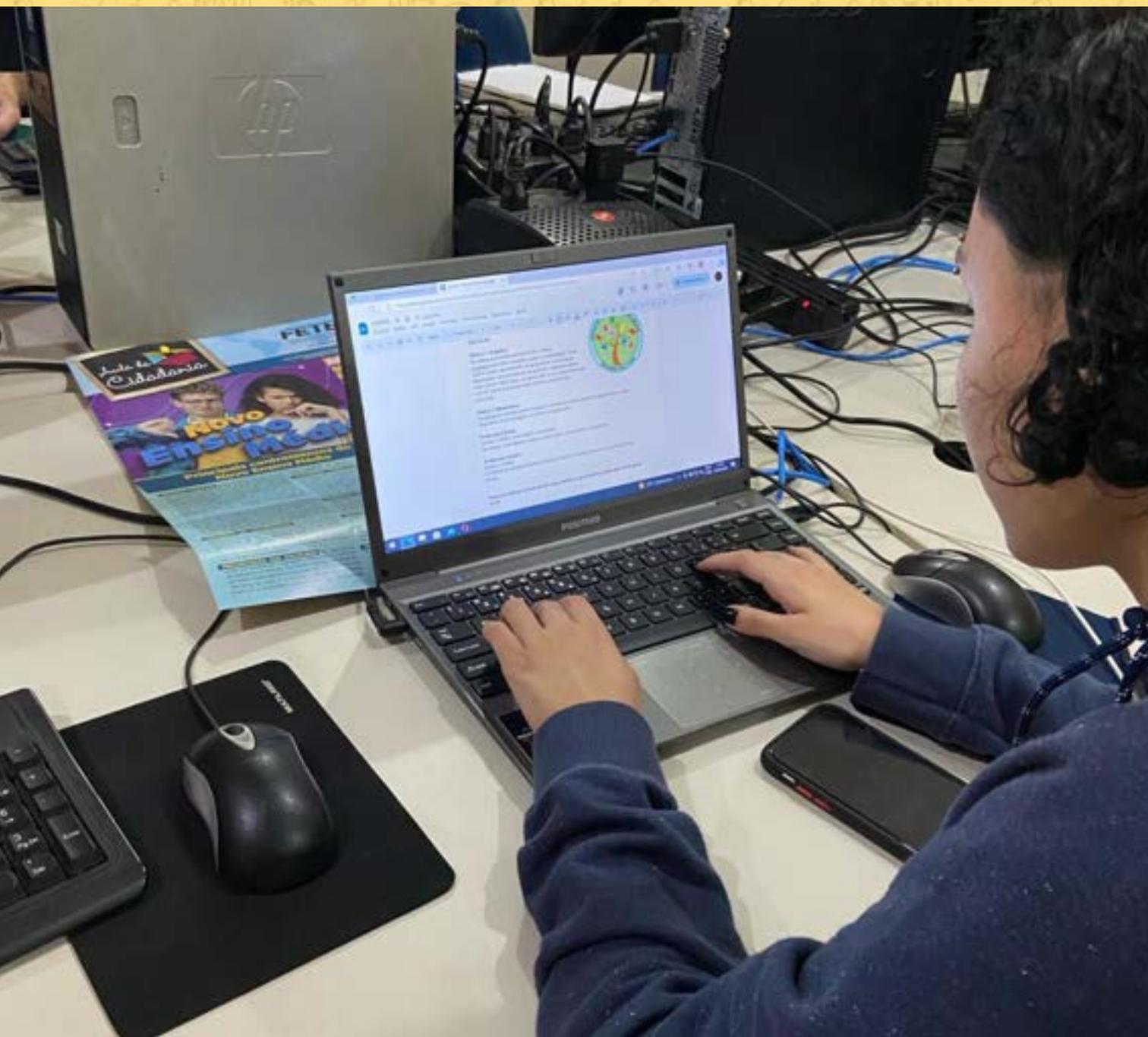
Publicidade de alimentos: a publicidade de alimentos e bebidas pode impactar a formação de hábitos alimentares, principalmente das crianças e dos adolescentes, que são mais suscetíveis a esse tipo de marketing. Muitas vezes, essas publicidades promovem alimentos não saudáveis, como refrigerantes e alimentos industrializados, estimulando a adoção de hábitos alimentares não saudáveis.

Discussão sobre alimentação saudável: as redes sociais também permitem que as pessoas discutam, compartilhem e obtenham informações sobre alimentação adequada e saudável, e/ou nutrientes e alimentos a serem evitados. Também ajudam a disseminar informações sobre questões relacionadas à saúde.

Assim, as redes sociais podem influenciar a alimentação dos indivíduos de várias maneiras, algumas positivas e outras negativas. É importante que as pessoas estejam cientes dessas influências e usem as redes sociais de maneira consciente e crítica em relação a sua alimentação. Também é necessário garantir que as informações divulgadas nas mídias sejam baseadas em evidências científicas e que as orientações fornecidas sejam adequadas para cada faixa etária e realidade socioeconômica e cultural dos estudantes.

O nosso tema 3 tem como objetivo despertar a ideia de que as mídias sociais podem ser uma ferramenta poderosa para integrar a comunidade escolar às atividades de educação alimentar e nutricional no âmbito do PNAE. Ao utilizar

essas plataformas de forma estratégica e responsável, é possível promover a conscientização sobre a importância da alimentação saudável, incentivando hábitos alimentares mais saudáveis e contribuindo para o desenvolvimento integral dos estudantes.



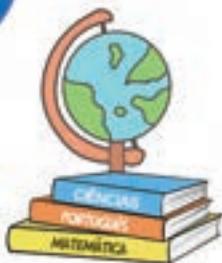
Videocast Escola Nutrida apresenta: de papo com a nutri

Município de Nova Lima / MG



Escola Municipal George Chalmers

Etapas
de ensino
oferecidas



Ensino
Fundamental



Minas Gerais



690 estudantes



Andresa Cristina Oliveira
Participante inscrita na Jornada

Andresa Cristina Oliveira
Nutricionista RT do município

Tânia Mara Fernandes França
e Geralda Kelen Fonseca
Coordenadoras da Jornada

O objetivo desta atividade foi desenvolver práticas de Educação Alimentar e Nutricional (EAN), possibilitando que os estudantes e a comunidade compreendam a legislação que rege o processo da alimentação escolar.

Iniciamos pela definição de qual mídia seria utilizada na atividade. Junto aos estudantes e professores, chegamos ao consenso de criar um vídeocast. Convidamos três estudantes do 6º e 7º anos, entre eles, uma estudante com Diabetes tipo 1, para participarem do vídeocast, além de alguns atores do PNAE: a nutricionista da rede municipal, um membro do Conselho de Alimentação Escolar (CAE), uma mãe de estudante e uma professora.



Alunos com Medalhas

Com a participação dos estudantes, elaboramos perguntas, que na gravação do videocast seriam direcionadas aos integrantes do PNAE. Cada representante de turma ficou responsável por elaborar uma pergunta sobre o tema abordado. As perguntas foram baseadas nos desafios de se garantir uma alimentação saudável dentro e fora da escola, respeitando as restrições e alergias alimentares (com a supervisão nutricional constante na escola e o desenvolvimento de práticas de EAN); minimizando o desperdício de alimentos;

promovendo a sustentabilidade; e criando um ambiente escolar com o incentivo da valorização da cultura alimentar local.

No dia 18 de outubro, produzimos o videocast na escola. As perguntas ficaram sob a responsabilidade dos estudantes, que as direcionavam aos presentes. O videocast foi mediado pela professora de Ciências Gleicielle Viviane Silva Souza. A atividade foi um sucesso! Os estudantes conseguiram interagir totalmente com a proposta e com os outros atores. A prática foi tão importante que ganhou espaço na nossa escola. Teremos novos videocasts abordando temas diversificados relacionados à alimentação escolar.

Nessa mesma data, realizamos um quiz com o tema nutrição e alimentação saudável, em comemoração à semana da alimentação. O propósito principal foi educar e conscientizar os alunos sobre a importância de adotar hábitos alimentares saudáveis e equilibrados para a promoção da saúde. As perguntas do quiz abordavam uma variedade de tópicos, incluindo grupos alimentares, nutrientes essenciais, hábitos alimentares saudáveis, alimentação escolar e



Premiação do Quiz da Nutrição - alunos com medalhas



Premiação do Quiz da Nutrição - alunos com medalhas

a importância da agricultura familiar na nossa alimentação. Para tornar o aprendizado mais dinâmico e cativante, optamos por incluir perguntas de múltipla escolha e verdadeiro ou falso. Unimos a Nutrição com a prática da Educação Física.

A dinâmica foi executada pela acadêmica de Nutrição Cecília Luíza Espínula e pelo profissional de Educação Física Clayton Monteiro Gomes. Organizamos duas equipes de estudantes, e cada uma elegeu os seus representantes, que seriam os porta-vozes das respostas. Com o uso de cones, adaptamos o pátio no formato de jogo de tabuleiro. As perguntas eram feitas alternadamente para cada equipe. A equipe que acertasse a resposta avançava uma casa, e a equipe que errasse pagava uma prenda predefinida pelo profissional de Educação Física (corrida, polichinelos, etc.). A equipe vencedora seria a que chegasse primeiro ao final do tabuleiro. Como premiação, a equipe vencedora recebeu uma medalha comemorativa pela semana

da alimentação.

Convidamos uma merendeira para apresentar o cardápio elaborado naquele dia e nos relatar como são: a produção da alimentação escolar; os cuidados na manipulação e higienização dos alimentos; o carinho e zelo que temos pelos nossos estudantes. Por fim, a professora de Ciências Fernanda editou o videocast, acrescentando a apresentação da merendeira e a prática do quiz de Nutrição.



Cardápio do dia na gravação da merendeira - Poliana

Link de acesso ao videocast: <https://drive.google.com/file/d/11S504-BFR2ZI6mXpKCukBg2omu-DxLKw/view?usp=sharing>





Cardápio do dia na gravação da merendeira - Poliana

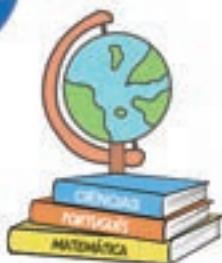
Aprendendo sobre a classificação dos alimentos por meio das redes sociais

Município de Araguaatins / TO



APAE - Associação de Pais e Amigos dos Excepcionais

Etapas de ensino oferecidas



Ensino Fundamental



Tocantins



57 estudantes



Equipe

Haysa Fernandes Da Silva
Participante inscrita na Jornada

Haysa Fernandes Da Silva
Nutricionista RT do município

Arábia Dias Andrade
e Elizângela Pereira Assunção
Coordenadoras da Jornada

A ação desenvolvida recebeu o seguinte título: Uso das redes sociais: aprendendo a classificação dos alimentos. Trabalhamos com os alunos das três turmas de educação especial, modalidade ensino fundamental, totalizando trinta alunos. Os professores envolvidos foram Elieuda, Elizângela, Eth, Geronice, Ivânia,

Selsa e Vânia. Toda equipe de trabalho participou da atividade.

O objetivo da ação foi mostrar, utilizando como ferramenta as redes sociais, a importância dos alimentos saudáveis e o risco dos não saudáveis; para que os alunos aprendam a se alimentar corretamente, façam escolhas saudáveis e garantam que o corpo receba os nutrientes de que necessita.



Valdeir e Elenilde apresentando sobre os alimentos in natura

Os estudantes iniciaram a atividade apresentando um lindo jogral sobre alimentos in natura, processados e ultraprocessados. Em seguida, os alunos Hellen, Valdeir, Léo Kauã, Ana Cristina, Ronald e Elenilde explicaram, cada um em seu estande, quais são os nutrientes encontrados nos alimentos que estavam expostos.

Os alunos apresentaram os alimentos da seguinte forma: primeiro, os alimentos in natura; segundo, os alimentos processados; terceiro, os alimentos ultraprocessados. Gravamos um vídeo da apresentação e, logo após, divulgamos nas redes sociais: Instagram, Facebook, site e WhatsApp, para alcançar a comunidade e os pais.

Os adolescentes desenvolveram as atividades propostas com êxito, demonstrando interesse e aprendizado sobre a classificação dos alimentos. O resultado alcançado foi positivo, pois muitos alunos disseram que não consumiriam alimentos ultraprocessados, porque prejudicam a saúde.

Observamos, pela fala dos alunos, o quanto se dedicaram à realização da ação e como aprenderam que os alimentos saudáveis são importantes para a saúde. Aprenderam, também, que na nossa região podemos encontrar e consumir de forma correta uma variedade de alimentos que possuem os nutrientes essenciais para os nossos alunos da educação especial.



Estudantes da APAC apresentando as frutas



Ronald, Ana Cristina, Léo Kauã e Hellen nos stands dos ultraprocessados e alimentos processados



Stand dos alimentos in natura



Stand dos alimentos processados



Stand dos ultraprocessados

Perfil interativo no Instagram: Alimentação Escolar Altinópolis

Município de Altinópolis / SP

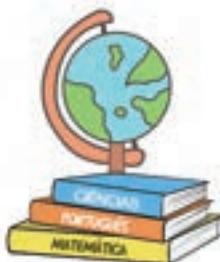


Escola Municipal de
Ensino Fundamental e Infantil
Emelinda Rosalina Sammarco
de Figueiredo

Etapas
de ensino
oferecidas



Educação
Infantil



Ensino
Fundamental



São Paulo



203 estudantes



Equipe

Leandra Alvarez de Paiva Alves
Participante inscrita na Jornada

Leandra Alvarez de Paiva Alves
Nutricionista RT do município

Carmem Lúcia da Silva
e Guilherme Gama Gomes
Coordenadores da Jornada

O Instagram Alimentação Escolar Altinópolis foi criado pelos responsáveis técnicos da cozinha piloto Leandra Alvarez de Paiva Alvez e Guilherme Gama Gomes, representando um passo significativo na integração da comunidade



Visita à horta da agricultura familiar

escolar às atividades de Educação Alimentar e Nutricional (EAN). A ação teve como objetivo viabilizar um canal interativo entre a comunidade escolar da rede pública de Altinópolis e os responsáveis pela produção da alimentação escolar.

Esse instagram serve como um canal facilitador, promovendo a conscientização e participação ativa dos alunos, pais, professores e funcionários da escola. Aqui está uma descrição detalhada das atividades realizadas nesse perfil de instagram:

1. Divulgação de fotos de atividades de educação alimentar e nutricional: o instagram é utilizado para compartilhar fotos das atividades educativas realizadas na escola, como workshops de culinária, palestras sobre nutrição, visitas a fazendas de agricultura familiar e outras iniciativas relacionadas à alimentação saudável.



Conhecendo uma plantação de berinjela

2. Receitas da alimentação escolar: o perfil compartilha receitas saudáveis que são servidas na alimentação escolar. Isso não apenas informa aos alunos e pais os alimentos que estão sendo oferecidos, mas também incentiva a prática das receitas em casa, promovendo hábitos alimentares saudáveis fora do ambiente escolar.

3. Boletim informativo sobre a alimentação escolar: regularmente, são publicados boletins informativos que detalham os benefícios de uma dieta equilibrada, dicas para uma alimentação saudável e notícias sobre eventos futuros relacionados à alimentação na escola e à nutrição.

4. Enquetes sobre cardápio: enquetes interativas são realizadas para envolver os alunos na decisão do cardápio da escola. Eles podem votar em suas refeições favoritas. A ação de votar proporciona aos alunos um senso de participação, e dá à equipe de nutrição insights valiosos sobre as preferências dos estudantes.

Alimentação Escolar Altinópolis/SP
Escola pública
🍏 Tudo sobre Alimentação Escolar de Altinópolis você encontra aqui 🇧🇷
[Ver tradução](#)

Painel profissional
19 contas alcançadas nos últimos 30 dias.

[Editar perfil](#) [Compartilhar perfil](#)

[Recitas](#) [EAN](#) [Visita CL](#) [Novo](#)

ALERTA CALOR!
DICAS PARA DIAS DE TEMPERATURAS ELEVADAS

- 1. Hidrate-se regularmente: a hidratação é essencial. Beba bastante água ao longo do dia para evitar a desidratação. Após a refeição, tome um gole com cafézinho ou chá quente.
- 2. Deixe alimentos pesados e gordurosos: frituras, carnes e ovos são grandes fontes de calor. Se precisar fazer a desidratação por dois dias, tome água para manter a hidratação.
- 3. Deixe alimentos frios em geladeira: alimentos como saladas, sopas, frutas, sorvetes e iogurtes são frios e ajudam a manter a hidratação.
- 4. Mantenha-se hidratado com alimentos frescos: substitua os alimentos pesados por alimentos frescos, como frutas, verduras e legumes.

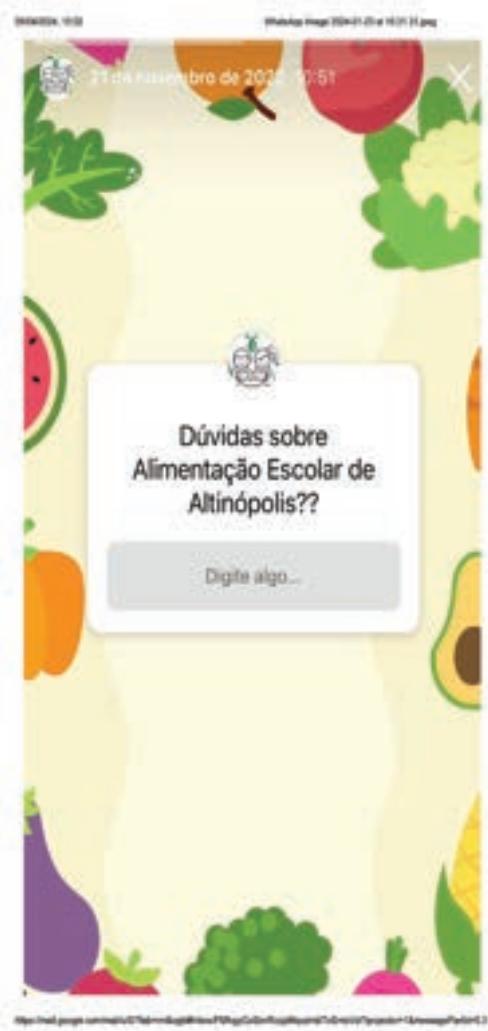
Perfil do instagram alimentacaoescolar

5. Enquetes sobre quais alimentos os alunos querem na alimentação escolar: além das escolhas de cardápio, enquetes são realizadas para entender as preferências alimentares dos alunos. Perguntas como quais tipos de frutas, vegetais ou lanches saudáveis eles gostariam de ver na cantina ajudam a adaptar o menu de acordo com os desejos e as necessidades da comunidade escolar.

6. Promoção de hábitos alimentares saudáveis: o perfil no instagram também serve como uma plataforma educacional, compartilhando dicas práticas sobre nutrição, importância de uma dieta balanceada e maneiras criativas de incorporar alimentos saudáveis no dia a dia. Há uma conscientização contínua sobre a importância da alimentação saudável.

7. Feedback e interação: o perfil incentiva os seguidores a fornecerem feedback sobre as refeições e atividades, promovendo uma comunicação aberta entre a escola e a comunidade. Respostas a perguntas e comentários são feitas de maneira atenciosa e informativa, mantendo uma interação constante com os seguidores.

Em resumo, o perfil no instagram Alimentação Escolar Altinópolis não apenas cria uma ponte vital entre a comunidade escolar da EMEFEI Ermelinda e cozinha piloto de Altinópolis, mas também entre todas as unidades escolares da rede pública de Altinópolis, desempenhando um papel fundamental na promoção de hábitos alimentares saudáveis, na participação ativa dos alunos e na construção de uma compreensão coletiva sobre a importância da alimentação equilibrada na vida diária.



Interação no Instagram da alimentação escolar de Altinópolis

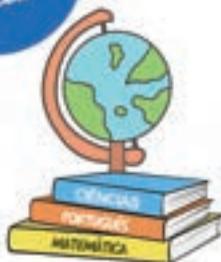
Alicio News

Município de Dourados / MS



Escola Estadual Prof. Alício Araújo

Etapas
de ensino
oferecidas



Ensino
Fundamental



Ensino
Médio



Mato Grosso do Sul



240 estudantes



Equipe

Marilice Cristina Werlang
Participante inscrita na Jornada

Marilice Cristina Werlang
Nutricionista do estado

Valéria Sales Menezes e
Vilma de Fátima Aguiar Carbonaro
Coordenadoras da Jornada

Nos dias 16 e 18 de maio, a Escola Estadual Prof. Alício Araújo deu início às atividades da 5ª edição da Jornada de Educação Alimentar e Nutricional (EAN), do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE). A ação é uma parceria entre a escola, a coordenadoria regional de educação de Dourados

(CRE5) e a nutricionista Marilice Cristina Werlang, com o apoio da coordenadoria de alimentação escolar (Coale). As atividades foram coordenadas pela professora regente do componente de Biologia, Vilma de Fátima Aguiar Carbonaro, e a professora coordenadora de Práticas Inovadoras, Valéria Sales Menezes, juntamente com a turma do 3º ano A do ensino médio.

A escola vinculada à Jornada tem o lema “educando para a vida” e promove a educação em tempo integral, por meio do programa Escola da Aatoria, ofertando do 6º ao 9º ano o ensino fundamental integral, além do novo ensino médio integral profissionalizante. Com uma formação pautada no protagonismo, acolhimento, na inclusão e aatoria, a proposta pedagógica da escola busca a preparação para o projeto de vida de cada estudante e para as competências socioemocionais para o século XXI.



Estudantes e nutricionista durante roda de conversa sobre alimentação escolar.

Saiba mais sobre a
escola nas redes sociais:



Os objetivos da Jornada são incentivar o debate e a prática de ações de educação alimentar e nutricional no ambiente escolar, além de dar visibilidade a iniciativas já desenvolvidas nas escolas públicas. Os temas norteadores da campanha são a promoção da alimentação adequada e saudável e a prevenção da obesidade infantil. Tais objetivos incentivam os estudantes a desenvolver habilidades culinárias, diminuir o consumo de alimentos ultraprocessados e, ao mesmo tempo, priorizar o consumo de alimentos in natura e minimamente processados. Também abordamos a importância dos micronutrientes.

O tema 3 da Jornada de EAN, intitulado “a utilização das mídias sociais como facilitadoras para integrar a comunidade escolar às atividades de EAN”, promove a reflexão sobre o uso das mídias sociais. As atividades ocorreram em diversos momentos da Jornada.

Na etapa 1 (atividade super chefs), os estudantes registraram em fotos e vídeos todas as receitas e preparos dos alimentos, e transformaram esses registros em vídeos. Publicamos, ainda, uma matéria no site da escola, entrevistando os estudantes, a nutricionista e o diretor Marcos Falco de Lima.

Todas as etapas e atividades foram divulgadas nas redes sociais da escola com vídeos, reels e posts. Esses recursos aproximam a comunidade escolar e facilitam o acesso aos conteúdos e às atividades que estão sendo desenvolvidas na escola, e também na Jornada.

A escola assegura a democratização do acesso aos meios tecnológicos, estimula, dá condições de aprendizagem e de usos de diversos aplicativos e sites de edição, como Canva, InShot, CapCut, FilmoraGo, iMovie, Filmr, etc. Recursos como esses preparam as novas gerações para a apropriação ativa e crítica das novas tecnologias.



Postagem no site da escola

As práticas tecnológicas são cada vez mais usadas e aperfeiçoadas na sociedade, e isso ocorre em uma grande velocidade. O surgimento das tecnologias impulsiona mudanças também na educação. É fato que, no âmbito escolar, a utilização das tecnologias é lenta se comparada ao surgimento e ao uso contínuo delas no mundo. Os alunos, inclusive, estão constantemente manuseando algum artefato tecnológico moderno, como smartphones, tablets e computadores. Contudo, a escola promove, a sua maneira, o uso de tecnologias no cotidiano, principalmente por meio das mídias sociais.

Uma das práticas que a atividade promoveu foi o uso do conceito de “educomunicação”:

- educomunicação é o conjunto de ações destinadas a criar e a desenvolver ecossistemas comunicativos abertos e criativos em espaços culturais, midiáticos e educativos formais, não formais e informais, mediados pelas linguagens e processos da comunicação e/ou das artes, bem como pelas tecnologias da informação e comunicação, garantindo-se as condições para a aprendizagem e o exercício da liberdade de expressão (Revista Magistério, 2020, p. 24).

A Base Nacional Comum Curricular (BNCC) é um documento que estabelece conhecimentos, competências e habilidades que todos os estudantes brasileiros

devem desenvolver ao longo da educação básica. A educomunicação está alinhada à BNCC quanto ao uso do campo jornalístico-midiático e, também, principalmente quando aborda temas transversais, como ética, cidadania, sustentabilidade, educação alimentar e diversidade, proporcionando aos estudantes uma visão mais ampla do mundo e preparando-os para enfrentar os desafios do século XXI.

A educomunicação na prática alinhada à Jornada de EAN pode beneficiar o uso de tecnologias digitais, como na criação de reportagens para o site da escola, vídeos educacionais para as redes sociais e jogos interativos (como o twister realizado na etapa 2).

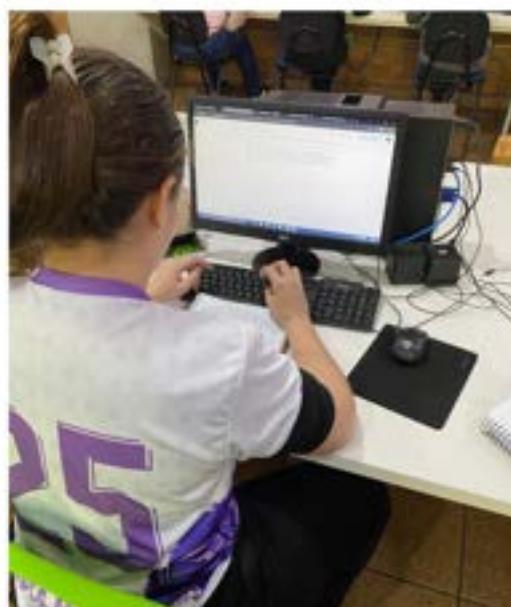
“ O campo jornalístico-midiático caracteriza-se pela circulação dos discursos/textos da mídia informativa (impressa, televisiva, radiofônica e digital) e pelo discurso publicitário. Sua exploração permite construir uma consciência crítica e seletiva em relação à produção e circulação de informações, posicionamentos e induções ao consumo (Brasil, 2018, p. 491). ”

Essas tecnologias oferecem oportunidades para os estudantes criarem conteúdos, compartilharem conhecimentos e explorarem formas inovadoras de expressão e comunicação, além de engajá-los, estimular o pensamento crítico e prepará-los para serem cidadãos informados, comunicativos e criativos na sociedade contemporânea.

Além das atividades já expostas, a escola conta com um jornal, intitulado Alcício News, que tem a prerrogativa de fortalecer o protagonismo juvenil. O projeto também preocupa-se com a recomposição de habilidades e aprendizagens perdidas ou não alcançadas desde o período pandêmico. Com resenhas, notícias, reportagens e

muita divulgação cultural, a equipe do jornal pretende levar aos leitores um pouco mais sobre o dia a dia de nossa escola.

Na primeira edição do jornal, em uma reportagem intitulada “Alimentação escolar: da horta ao prato do aluno”, os estudantes entrevistaram o diretor Marcos, a nutricionista Marilice e a agente de merenda escolar Gizelia Marques, com o intuito de esclarecer aos estudantes como a merenda funciona e quais são as bases legais e nutricionais que a fundamenta.



Alunos produzindo conteúdos para o jornal



Alício News



DESDE 2023 ★★★★★ UM JORNAL A SERVIÇO DO PROTAGONISMO

ANO 01 - EDIÇÃO 01 - OUTUBRO - 2023

DOURADOS - MATO GROSSO DO SUL

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA

Essas regras, segundo Marilice, proíbem, por exemplo, a oferta de alimentos ultraprocessados, como salicicha, linguiça, calabresa e refrigerantes. "Esses alimentos que são ultraprocessados não podem ser ofertados na alimentação escolar, porque ela visa o desenvolvimento do tempo biopsicossocial do aluno, que é fornecer nutrientes para que ele tenha uma alimentação saudável e um desenvolvimento adequado [...] ela também é baseada na porcentagem de tempo que o aluno fica na escola. Então, por exemplo, se o aluno ficar em período parcial, ele vai receber 20% da necessidade energética dele durante aquele dia. Se ele ficar no período integral, ele vai receber 70%, que é o lanche da manhã, o almoço e o lanche da tarde".



Por isso, segundo a profissional, a alimentação fornecida para os estudantes varia de acordo com cada escola, que define o cardápio ofertado em relação ao público (tempo parcial ou integral), bem como quais são os recursos que a escola recebe, que também é diferente entre as instituições. Tal planejamento é realizado a cada 6 meses, respeitando as regras estabelecidas pelo PNAE, entre elas: oferta de saladas e legumes todos os dias para o período integral, de frutas 4 vezes na semana e sucos apenas de fruta ou da polpa de fruta de duas a três vezes na semana e apenas oferta de suco da polpa da fruta.

Sobre essa importância de uma alimentação adequada para crianças e adolescentes na escola, a nutricionista Marilice destaca que: "em algumas escolas públicas existem alunos que realizam sua principal refeição apenas no ambiente escolar, pois a insegurança alimentar ainda está presente na nossa região. Desta forma, a alimentação escolar torna-se ainda mais essencial para a vida destes educandos. Então é importante que cada instituição de ensino siga as regras do PNAE, de modo que esses todos tenham acesso a uma alimentação saudável, pois eles precisam receber esse aporte nutricional, afim de garantir a segurança alimentar e nutricional, que, muitas vezes, só acontece ambiente escolar".



Diante disso, caso seja necessário, algumas adaptações podem ser realizadas no cardápio escolar, desde que estejam em consonância com o PNAE, para melhor atender a demanda da escola com o recurso disponível de acordo com o senso escolar. Assim, o trabalho das agentes de merenda é de extrema importância para a oferta de uma alimentação de qualidade. A agente de merenda Dizele da Silva Marques, que atua nessa função há mais de 10 anos, explica que: "algumas vezes o cardápio não é regularmente seguido porque, quando há falta de funcionários, ou quando é um cardápio muito complexo, precisamos fazer mudanças para conseguir servir a refeição na quantidade correta e também em tempo hábil". Marlei Morgendorff Ferreira Oliveira, também agente de merenda da escola há alguns anos, conclui: "mudamos de acordo com a necessidade, quando não temos o alimento necessário, por exemplo. Então, temos que fazer algumas adaptações, mas sempre segundo as orientações das nutricionistas e prezando a qualidade do alimento que servimos".



Nutricionista Marilice

Logo, como toda a comunidade escolar reconhece, a merenda escolar da Escola Estadual Prof. Alício Araujo é de qualidade, respeitando todas as exigências estabelecidas pelo PNAE, com o foco na saúde e no desenvolvimento nutricional dos alunos. Assim, essa alimentação oferecida é resultado do trabalho das nutricionistas, da gestão escolar e das agentes de merenda que todos os dias desempenham um papel fundamental para o processo de produção dos alimentos. Preparada por "muitas mãos", da horta ao prato do estudante, nossa merenda escolar é feita com muito carinho e dedicação!



Reportagem completa no jornal da escola:



instagram.com/escolaalicioaraujo - www.escolaalicioaraujo.com.br - facebook.com/escolaalicioaraujo



Estudantes e professoras da equipe do Jornal Alcício News durante entrevista à TV local sobre o projeto.

Comunidade Interligada

Município de Lagoa Santa / MG

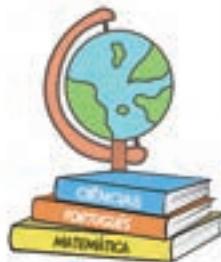


Escola Municipal
Coronel Pedro Vieira de Freitas

Etapas
de ensino
oferecidas



Educação
Infantil



Ensino
Fundamental



Minas Gerais



462 estudantes



Equipe

Marina Marcolino Braga
Participante inscrita na Jornada

Marina Marcolino Braga
Nutricionista RT do município

Ana Paula Gomes dos Santos
e Efigênia Lomasso Pinho
Coordenadoras da Jornada

O terceiro tema da 5ª edição da Jornada de Educação Alimentar e Nutricional “Utilização das mídias sociais como facilitadoras para integrar a comunidade escolar às atividades de EAN” foi trabalhado desde maio de 2023. Temos aplicado testes de aceitabilidade nas preparações novas e antigas, usando os tablets distribuídos

aos alunos de 1º ao 9º ano do ensino fundamental.

Para coleta dos dados, aplicamos um formulário via Google Forms, elaborado pela equipe de nutricionistas. O método utilizado foi a escala hedônica. No formulário, havia campos para preenchimento de nome, escola, série e turma; campos para selecionar se o aluno experimentou ou não determinado alimento; e duas perguntas abertas: “O que você mais gostou da preparação?” e “O que você menos gostou da preparação?” e, ainda, as ilustrações com as expressões faciais de adorei, gostei, indiferente, não gostei e detestei.

O objetivo é aplicar o teste de aceitabilidade sempre que for incluída uma nova preparação, ou esporadicamente, para avaliar os cardápios escolares. Ao todo, já foram aplicados quatorze testes de aceitabilidade neste ano (2023). Entre as preparações feitas na escola, temos: pão de doce de leite com coco, vitamina de amendoim, chá de amendoim, vitamina de manga, chocolate quente, vinagrete



Atividade em sala de aula com alunos da E. M. Coronel Pedro Vieira de Freitas

de chuchu, mingau de maisena e mingau de fubá.

A aplicação do teste fica a cargo da unidade escolar, que envia para os alunos os links ou QR Codes gerados por meio de programas como Google Forms e QrChimp. Os links e QR Codes são enviados via Google sala de aula e grupos de WhatsApp. Os QR Codes também são impressos e ficam expostos nas salas de aula e nos refeitórios.

Participam das aplicações dos testes de aceitabilidade a equipe de nutricionistas, os professores, diretores, vice-diretores, alunos e pais/responsáveis.

No dia 2 de agosto de 2023, testamos uma nova preparação, o mingau de fubá, a fim de avaliarmos a aceitação. O teste foi realizado com alunos do 5º ao 9º ano do período matutino. Ressaltamos que essa preparação já havia sido testada e obteve percentual de 100% de aceitação.

No dia 18 de agosto de 2023, preparamos um vinagrete de chuchu, que obteve 78,57% de aceitação. Dessa forma, a preparação foi reprovada e deverá ser



Aplicação do teste de aceitabilidade do "Mingau de Fubá"

submetida a um novo teste de aceitabilidade para avaliarmos a permanência ou exclusão da preparação do cardápio escolar.

Com a aplicação dos testes de aceitabilidade utilizando a tecnologia e as ferramentas digitais disponíveis (tablets, celulares, QR Codes, grupos do WhatsApp), conseguimos ampliar nossos resultados e avaliar de forma mais qualitativa o cardápio escolar empregado. Os testes aplicados até o momento atingiram 888 alunos da rede municipal, do 1º ao 9º ano do ensino fundamental.

Encontramos muitos desafios para a aplicação dos testes utilizando as tecnologias, como interpretação do texto do formulário, dificuldade de acesso ao link, dificuldades em acessar o e-mail institucional do aluno, instabilidade com os equipamentos e com a internet local. Dentre os resultados identificados, observamos um maior interesse dos alunos pelo consumo da alimentação escolar.

Desenvolvemos, também, atividades em sala de aula com os alunos do 2º ano do ensino fundamental, totalizando 29 alunos da Escola Municipal Coronel Pedro Vieira. A atividade teve como objetivo estudar os rótulos e as embalagens de produtos industrializados. As professoras conversaram com os alunos sobre os alimentos não saudáveis, explicando os motivos de não serem saudáveis, à medida que faziam a leitura de informações disponíveis nos rótulos.

Os alunos gravaram propagandas, nas quais anunciavam o porquê de se evitar o consumo de alimentos industrializados. Essas propagandas foram postadas nos grupos das respectivas turmas para que os pais ou responsáveis pudessem visualizar. Com essa atividade, além de os alunos praticarem o que já vem sendo ensinado em nosso ambiente escolar, houve, também, a participação e o envolvimento das famílias. Assim, todos foram conscientizados sobre as consequências de não se manter uma alimentação adequada.

Outra forma de facilitar o acesso ao trabalho da alimentação escolar no município foi a criação do site da Alimentação Escolar de Lagoa Santa, que está disponível no site oficial da prefeitura municipal de Lagoa Santa/MG. O site foi publicado no início de 2023, com a finalidade de divulgar todas as novidades e

informações sobre a execução do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) nas escolas do município. Além disso, no site também estão disponíveis os cardápios mensais para cada modalidade de ensino, as novidades dos cardápios, as ações de educação alimentar e nutricional (EAN), a aplicação das Boas Práticas de Fabricação e Manipulação nas unidades escolares, o trabalho do Conselho de Alimentação Escolar (CAE), entre outros assuntos relevantes.

O site foi amplamente divulgado para a comunidade escolar por meio de e-mail institucional e grupos de WhatsApp, estes compostos pela comunidade escolar. Mensalmente, junto com os cardápios, são divulgados: as novas preparações, os eventos relacionados ao setor de alimentação escolar, as frutas e verduras da estação, e muito mais.

Diante dessas atividades e dos resultados alcançados, percebemos que foi possível apresentar aos alunos e a toda comunidade escolar o uso e a importância das tecnologias em nosso cotidiano. As ferramentas tecnológicas alcançam mais pessoas, e contribuem para a sustentabilidade quando dissipamos informações úteis e confiáveis.



Site da Alimentação Escolar de Lagoa Santa



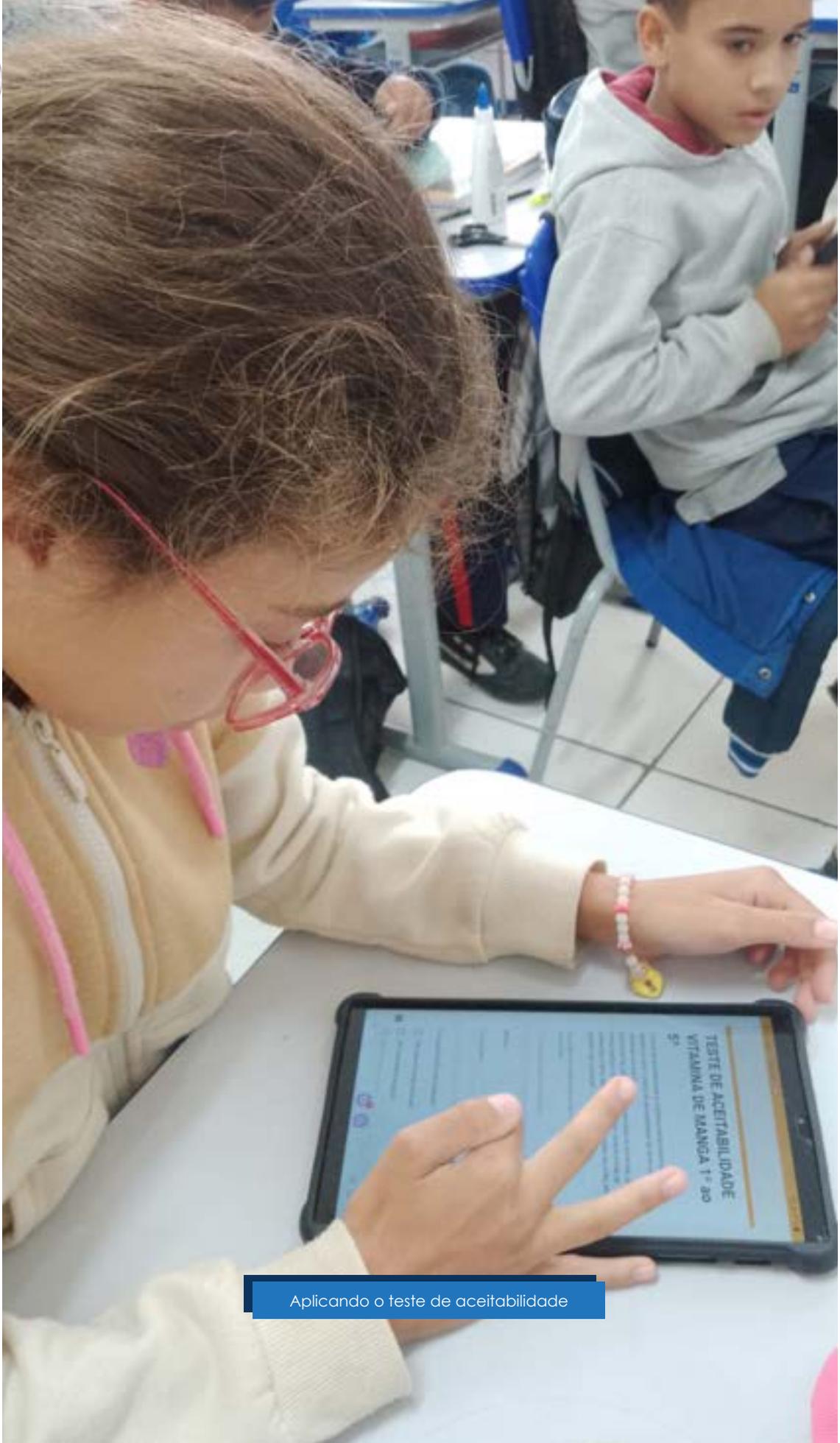
Novidades do mês publicadas no site



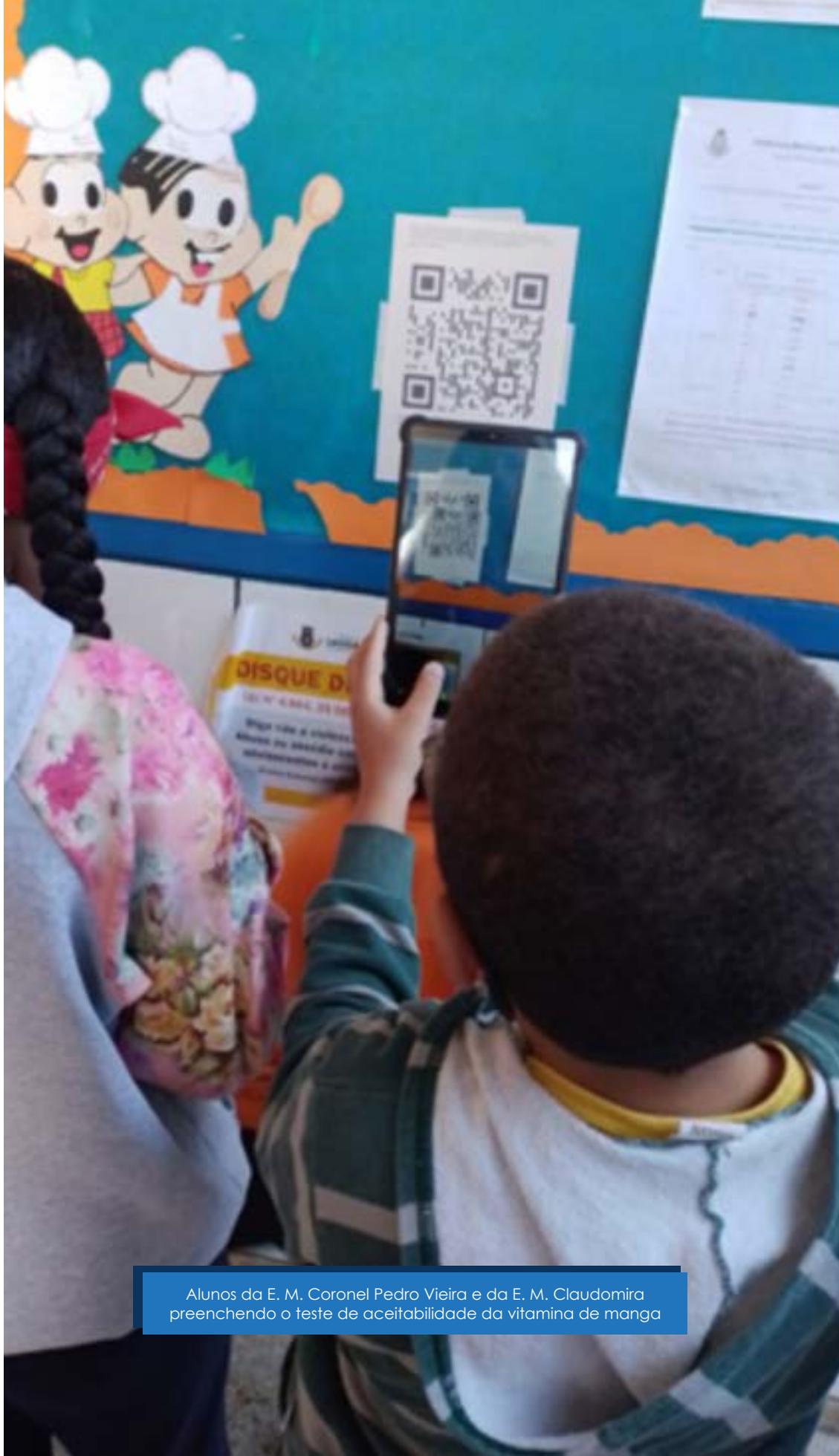
Pão doce de leite com coco preparado com muito carinho e capricho - Escola Municipal da Lapinha



Preparações exaltadas no site, demonstrando cuidado e carinho com as refeições



Aplicando o teste de aceitabilidade



Alunos da E. M. Coronel Pedro Vieira e da E. M. Claudomira preenchendo o teste de aceitabilidade da vitamina de manga

4

*Valorização e resgate
da cultura alimentar
regional, por meio
da promoção
de EAN*

FEIRA DE ALIMENTOS



A alimentação é um aspecto fundamental da cultura de uma região ou país. Cada lugar tem suas tradições, ingredientes, técnicas e pratos característicos que refletem sua história, clima, recursos naturais e costumes. No entanto, a globalização e a urbanização têm impulsionado um processo de homogeneização da alimentação. Os alimentos industrializados, fast-foods e padrões alimentares ocidentais são cada vez mais difundidos, em detrimento da diversidade e da qualidade nutricional dos alimentos naturais.

Diante desse cenário, a valorização e o resgate da cultura alimentar regional são essenciais para a preservação da identidade cultural e para a promoção da alimentação saudável e sustentável. Isso implica em reconhecer a importância dos alimentos locais, das receitas tradicionais, das festas populares e dos hábitos alimentares característicos de cada lugar.

O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) é uma política pública que tem como objetivo fornecer alimentação escolar saudável e de qualidade para os estudantes da rede pública da educação básica. Além disso, o PNAE também pode desempenhar um papel importante na valorização e no resgate da cultura alimentar regional, por meio da promoção da educação alimentar e nutricional.

Uma das principais formas de promover a valorização da cultura alimentar regional é por meio da inclusão de alimentos regionais no cardápio escolar e da sociobiodiversidade. Isso permite que os estudantes tenham contato com os alimentos e as preparações típicos da sua região, possibilitando uma maior conexão com a cultura alimentar local. Ademais, a inclusão desses alimentos pode contribuir para o fortalecimento da economia local, uma vez que são adquiridos de agricultores locais.

A promoção da educação alimentar e nutricional é um aspecto importante para a valorização da cultura alimentar regional. Por meio de atividades educativas integradas ao projeto político pedagógico da escola, os estudantes podem aprender sobre a história, as tradições e os hábitos alimentares da região e dos povos originários, bem como sobre os benefícios dos alimentos típicos para a saúde e o

OS



bem-estar. Assim, é possível incentivar o consumo dos alimentos regionais de forma consciente e saudável.

As ações de educação alimentar e nutricional também podem estimular a participação dos estudantes e da comunidade na produção e no preparo dos alimentos. Isso pode incluir atividades como visitas a produtores locais e a comunidades tradicionais, aulas de culinária com alimentos regionais e desenvolvimento de hortas escolares. Com essas atividades, os estudantes podem aprender sobre o ciclo de produção e a forma saudável e saborosa de preparar os alimentos.

Aproveite o tema 4 da nossa Jornada para explorar como o PNAE pode desempenhar um papel fundamental na valorização e no resgate da cultura alimentar regional, por meio da inclusão de alimentos regionais no cardápio escolar e da promoção da educação alimentar e nutricional. Dessa forma, é possível contribuir para a formação integral dos nossos alunos, para a preservação da cultura alimentar local, além de proporcionar uma alimentação escolar saudável e de qualidade para os estudantes.



SAÚDE BARRAGEM

PERNAMBUCO

Rede Estadual

Rede Estadual

Caminhos dos tropeiros: garimpando sabores e resgatando saberes

Município de Diamantina / MG



*Escola de Educação Infantil (EMEI)
Professor Célio Hugo Alves Pereira*

*Etapas
de ensino
oferecidas*



**Educação
Infantil**



Minas Gerais



268 estudantes



Equipe

Eunice Geralda Coelho de Abreu
Participante inscrita no Jornada

Hemerson Peterson de Lima
Nutricionista RT do município

**Eunice Geralda Coelho de Abreu
e Rita de Cássia Lopes da Silva**
Coordenadoras da Jornada

Com mais de 300 séculos de fundação de povoado até município, Diamantina é uma cidade localizada na porta de entrada do Vale do Jequitinhonha. Seu casario colonial é circundado pela formosa Serra dos Cristais, e seu conjunto arquitetônico

e urbanístico foi tombado, em 1938, pelo Instituto do Patrimônio Histórico e Artístico Nacional (Iphan) e reconhecido como Patrimônio Mundial, pela Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura (Unesco), em 1999.

Em meio às curvas sinuosas das suas ladeiras, resplandecem, imponentes, as formas arquitetônicas, de estilo mouro, o popularmente conhecido “Mercado Velho”. Rancho edificado para a carga e descarga das tropas de comércio de produtos e de mineração, construído em 1835 e articulado, em 1889, para a organização e a modernização da rede urbana. O trânsito frequente dessas tropas originou a figura dos tropeiros, desbravadores que trilhavam os caminhos mineiros em suas expedições e que possuíam modos de viver, vestir e comer identitários.

Atualmente, o local é gerenciado pela secretaria de cultura, turismo e



Visita ao Centro Cultural Davi Ribeiro Mercado Velho

patrimônio, sendo intitulado como Centro Cultural David Ribeiro (CCDV), desde março de 2022. Ele abriga o Memorial do Tropeiro e do Ferreiro, e lojas da Associação dos Artesãos de Diamantina (Assart). No local, são realizadas apresentações culturais variadas, como feiras (de produtos hortifrutigranjeiros provenientes da agricultura familiar e artesanatos), e comercialização de flores nativas da região, e de alimentos e pratos típicos da culinária mineira local, como doces, quitandas, o famoso feijão tropeiro e outras preparações.

As normas para o funcionamento das feiras e eventos no referido Centro foram estabelecidas pela Lei Municipal nº 4.239, de 25 de agosto de 2023. No âmbito das políticas públicas, a Lei definiu o incentivo e o apoio a segmentos eleitos como prioritários, quais sejam: apanhadores de flores sempre-vivas, artesãos, famílias de baixa renda, agricultores familiares, quilombolas e outros grupos pertencentes às comunidades tradicionais.

Nessa etapa da Jornada de EAN, escolhemos a data de aniversário da cidade para começar os trabalhos. As atividades foram desenvolvidas com as crianças dos 2º períodos da Escola Municipal de Educação Infantil (EMEI) Professor Célio Hugo Alves Pereira.

As professoras iniciaram, em sala de aula, os estudos da patrimonialização alimentar e cultural do município, explorando os espaços do sistema alimentar e culinário local. Para tanto, escolhemos a preparação de um prato típico, o feijão tropeiro, fortemente presente na culinária mineira, desde as panelas de barro e fornos à lenha, até os restaurantes da refinada gastronomia.

A referência desse prato reporta-se à mistura das culinárias africana, portuguesa e indígena e, ainda, ao movimento chamado tropeirismo, quando os viajantes (tropeiros) transportavam todos os insumos alimentares e de produção, inclusive os utensílios, em caixas de couro, chamadas bruacas, que eram afixadas nas cangalhas dos animais de carga, como cavalos e muars. Havia a necessidade de que os alimentos não estragassem pelo caminho e que, ainda, oferecessem aos tropeiros energia suficiente para seguir em longas viagens.

Após a escolha da preparação e a apresentação sobre os costumes, o modo de vida e de vestimenta dos tropeiros às crianças, elas tiveram a oportunidade de conhecer os ingredientes que originalmente compunham o feijão tropeiro. Trabalhamos o reconhecimento de algumas propriedades organolépticas desses alimentos (textura, odor, brilho, cor, sabor). Os familiares das crianças cederam, gentilmente, alguns ingredientes para o preparo da refeição, que foi feita na escola, em parceria com os serventes escolares e a mãe de uma criança, cuja profissão é chefe de cozinha.

As crianças participaram ativamente da atividade, desde a caracterização como mini chefes, até etapas como a higienização das mãos e o pré-preparo de



Tropeiro Refeição do Cardápio Escolar



Museu do ferreiro e tropeiro

alguns alimentos, com o auxílio das professoras. Com a refeição pronta, todos se sentaram à mesa principal e degustaram a preparação.

Antes do preparo do almoço, as crianças aprenderam, em sala de aula, o gênero textual receita, pesquisaram os ingredientes, suas respectivas quantidades, o modo de preparo e trabalharam a escrita. Além dessa atividade, produzimos banners com a lista dos pratos típicos da culinária mineira e com a receita original do feijão tropeiro. Como expressão do que haviam vivenciado e aprendido, cada criança representou, utilizando massinha de modelar, os alimentos que compõem a preparação do feijão tropeiro.

A quarta etapa 4 de atividades buscou desenvolver ações que promovessem a pesquisa, a aproximação e valorização pelas crianças das diferentes formas de cozinhar e preparar os alimentos, remetendo-as aos modos de cozinhar como raízes da memória e identidade alimentar de um povo, associando a culinária à sociabilidade e integrando os conceitos de saberes e fazeres. Essa etapa demandou reuniões, visitas de campo e rodas de conversa entre os seguintes atores: a diretora e a supervisora escolar; os nutricionistas responsáveis e o quadro técnico da alimentação escolar; a pedagoga e gerente do ensino infantil da secretaria municipal de educação, com a coparticipação do setor de transporte escolar da secretaria municipal de educação; a secretaria de cultura, turismo e patrimônio; os serventes escolares e a cooperativa local dos agricultores familiares.

A execução das ações se deu da seguinte forma: retomamos o conteúdo trabalhado em março e, no dia 25 de outubro de 2023, levamos as crianças de duas turmas dos 2º períodos a uma excursão no Memorial do Tropeiro e do Ferreiro. Lá, elas puderam visualizar tanto as peças que tinham estudado em sala de aula (os tipos de vasilhames, por exemplo), como as que ainda não tinham estudado: bruocas, selas, capas e chapéus característicos dos tropeiros.

As crianças se surpreenderam com os achados: documentos da época, escritos à mão; uma peça real de mula, que abria as tropas; o fole, em tamanho real, utilizado para acender fogão à lenha, entre outros. Todo o percurso da visita foi

acompanhado por um funcionário do local, que atenciosa e polidamente explicou cada objeto às crianças, sanando as dúvidas. Ele perguntou se alguém sabia quem foram os tropeiros. Uma criança prontamente se manifestou, resgatando o conhecimento de sua memória e relatando tudo o que havia aprendido. Alguns pais das crianças acompanharam o passeio.

Logo após esse momento, as crianças sentaram-se às mesas dispostas no CCDV, para que pudessem se hidratar e descansar, até que a refeição fosse servida. O ambiente estava caracterizado com os banners confeccionados na escola durante o mês de março e com as peças originárias do período do tropeirismo. Havia, ainda, gamelas com os alimentos in natura que atualmente compõem a preparação do feijão tropeiro no cardápio escolar das unidades municipais: farinha de mandioca, feijão, ovos, couve, salsinha e cebolinha. Como a proposta da etapa foi, além do resgate, a promoção da educação alimentar e nutricional para as crianças, seus respectivos familiares e toda a comunidade escolar, havia, também, gamelas com frutas, verduras e legumes in natura, de grande incidência e de consumo regional.

Na parte preparatória para a visita, realizamos uma reunião no EMEI, dirigida pelo nutricionista responsável técnico, com a participação das professoras, da diretora, das crianças e dos pais que puderam estar presentes. Na reunião, houve uma apresentação dos nutricionistas, intitulada “Como o ambiente globalizado interfere na reconstrução das culturas alimentares”, abordando os aspectos financeiros, o acesso aos alimentos e o crescente uso dos ultraprocessados, em detrimento do consumo dos alimentos in natura e minimamente processados.

No dia do evento no Centro, após a refeição (feijão tropeiro com pernil suíno, ovos, farinha de mandioca, couve e cheiro verde, acompanhado de suco de polpa integral de goiaba), a nutricionista desenvolveu uma dinâmica com as crianças, denominada “garimpendo sabores”, com o objetivo de fortalecer a importância da alimentação saudável. Para essa atividade, colocamos figuras coloridas de alimentos ultraprocessados e de alimentos saudáveis nas bancas das feiras, junto com os alimentos comercializados no local. As crianças deveriam, em duplas, fazer a seleção

MERCADO VELHO

CENTRO CULTURAL DAVID RIBEIRO



Foto: Marco Cavali

Data da Construção: Século XIX

Em 1835, o Tenente Joaquim Casimiro Lages construiu um prédio de moradia e comércio no então Largo da Cavalhada Nova, atual Praça Barão de Guaicui, tendo ao lado um rancho de tropas ou "intendência", destinado a descarregar e comercializar mercadorias. Os animais de carga eram amarrados em rústicos esteios de madeira. A edificação, de forma retangular, com pátio interno e pavimento único, aproveita o declive conformando um porão na parte posterior. De influência moura, é uma das construções mais singulares da arquitetura diamantinense. Constituído de arcadas de madeira com vedação de tábuas que correm a meia altura servindo de parapeito em todas as suas fachadas, é coberto por telhado de variadas águas, cujo prolongado balanço valoriza esteticamente a construção.



dos alimentos, “garimpendo”, ou seja, selecionando e valorizando os alimentos in natura e minimamente processados, pela sua riqueza nutricional e fácil acesso, bem como pelos valores culturais; e “descartando” os ultraprocessados, cuja ingestão não tem nenhum benefício; parecem saborosos e agradáveis, mas desconstruem todos os passos recomendados pelo Guia Alimentar para a População Brasileira para uma alimentação saudável.

Em caráter de continuidade à ação, planejamos para o próximo ano o lançamento de um livro de receitas saudáveis sobre a cultura alimentar local. Após a seleção das receitas enviadas pelos familiares das crianças, os nutricionistas editaram o conteúdo, fazendo uma releitura das receitas, para que possam ser utilizadas tanto no contexto escolar (por meio do cardápio escolar, em atendimento às normas da Resolução CD/FNDE nº 6 de 2020), quanto no familiar. Dessa forma, a proposta terá continuidade e, no ano seguinte, o livro será digitalizado e disponibilizado para as famílias. Esperamos que as crianças escolham pelo menos uma preparação para ser feita em casa. A ação deverá ser documentada por meio de fotos, e cada criança escreverá suas impressões sobre essa atividade em família.

No segundo semestre de 2023, a cozinha mineira foi qualificada como patrimônio cultural imaterial de Minas Gerais, a partir dos registros dos Sistemas Culinários do Milho e da Mandioca.

Nossa intenção, ao elaborar o livro e realizar a Jornada foi resgatar e valorizar os sistemas e saberes culinários transmitidos por gerações, fundamentando, assim, as raízes do conhecimento gastronômico e alimentar mineiro, além de promover, divulgar e fomentar a educação alimentar e nutricional como esteio da cultura alimentar regional.



Feijão tropeiro

História da alimentação no Brasil

Município de Barreiras / BA



Escola Municipal Príncipe
de Sabedoria

Etapas
de ensino
oferecidas



Educação
Infantil



Ensino
Fundamental I



Bahia



350 estudantes



Equipe

Geisa Santos da Cruz Lessa
Participante inscrita na Jornada

Luciene de Souza Pinto
Nutricionista QT

Ruannita Maria de Sousa Rufino
e Luciene de Souza Pinto
Coordenadoras da Jornada

A ação de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) foi desenvolvida na Escola Municipal Príncipe da Sabedoria (sede), localizada no Bairro Jardim Ouro Branco, em Barreiras/BA. Essa ação teve como objetivo valorizar e resgatar a cultura alimentar regional, por meio da promoção de EAN, além de estimular a alimentação

saudável nas unidades educacionais.

A atividade foi realizada no dia 27 de outubro de 2023, com os professores e educandos das sete turmas do turno matutino, do ensino fundamental I. Participaram da atividade a diretoria de alimentação escolar (DAE), com a mediação da nutricionista responsável técnico (RT) Geisa Santos da Cruz Lessa e das nutricionistas Júlia Maria Pereira Aires de Alencar, Luciene de Souza Pinto, Pâmela Souza da Silva e Ruannita Maria de Sousa Rufino, além das estagiárias em saúde coletiva, do curso de Nutrição, da Universidade Federal do Oeste da Bahia (UFOB), Samara Luísa Santos de Souza e Wayne Lissa Souza dos Santos. Uma motivação extra sustentou essa ação: a proximidade com o Dia Mundial da Alimentação, celebrado em 16 de outubro.

Com o tema desta Jornada, criamos sete subtemas, com o propósito de envolver os estudantes e os professores na “história da alimentação no Brasil”, inspirados no livro homônimo de Luís da Câmara Cascudo. A partir de então, a ação foi realizada em quatro etapas.



Apresentação de poema por uma das turmas

A primeira etapa consistiu em uma visita à escola para apresentar a proposta à diretora Cleide, verificar a viabilidade de realização e a possibilidade de integração com o planejamento da escola. Após isso, agendamos uma nova data para apresentar a proposta aos professores, colher sugestões que pudessem enriquecê-la e descrever as etapas de desenvolvimento do trabalho.

A segunda etapa foi a reunião na escola. Apresentamos a proposta da ação aos professores, utilizando um roteiro e slides sobre os sete subtemas e seus objetivos. Discutimos as atividades relacionadas à cada subtema da ação, que seriam desenvolvidas pelos estudantes. Nesse dia, fizemos o sorteio dos temas que cada turma trabalharia. Os temas e seus objetivos ficaram distribuídos da seguinte forma:

- “A rainha do Brasil, a mandioca”, 5º ano A: descrever como ocorre o processo de fabricação da farinha e como ela chega à alimentação escolar;
- “Verde milho, doce milho”, 4º ano B: demonstrar a relação do milho com as festas juninas;
- “O caso das bananas”, 5º ano B: apresentar a importância da banana no cardápio escolar;
- “Temperos da panela indígena”, 4º ano A: expor a descoberta das especiarias, como as especiarias atravessaram o oceano para serem posteriormente comercializadas e como ocorreram as guerras motivadas por essa descoberta;
- “A história do cuscuz”, 3º ano A: descrever a origem do milho e de que forma ele virou cuscuz;
- “A dieta africana”, 2º ano A: apresentar a influência da comida africana e abordar como a religião se enquadra nesse contexto;
- “O doce nunca amargou”, 2º ano B: despertar a consciência sobre o consumo do açúcar a partir da construção histórica do cultivo da cana de açúcar no Brasil.



Apresentação sobre a banana por uma das turmas

Desde a apresentação dos temas até a execução, o contato entre diretoria de alimentação escolar e equipe pedagógica da unidade escolar foi constante, tanto para acompanhar o desenvolvimento das atividades, quanto para auxiliar em relação às dúvidas que surgiram no processo.

Na terceira etapa, visitamos a escola para confeccionar, com o auxílio da coordenadora pedagógica Maria Aparecida, um mural sobre a Jornada de EAN, que ficaria exposto no pátio de apresentações. Nesse mesmo dia, acompanhamos os ensaios dos alunos no pátio da escola, e pudemos constatar a dedicação deles em produzir uma linda apresentação.

A quarta e última etapa consistiu na apresentação dos materiais produzidos pelos alunos, na data escolhida: 27 de outubro de 2023. As atividades foram expostas e/ou apresentadas no pátio da escola, para que todos conhecessem e compreendessem os trabalhos que cada turma elaborou, além de promover reflexões sobre a importância da alimentação.

As nutricionistas da DAE e as estagiárias de nutrição participaram da abertura

do evento, falando brevemente sobre a Jornada de EAN, do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) e do Marco de Referência para a EAN. Durante a apresentação, observamos a bravura e o engajamento dos alunos, bem como a preocupação em demonstrar o entendimento do tema. O apoio dos familiares foi importante: cada aluno levou para a escola um prato que representava o subtema da sua turma. Uma ação de tal magnitude só pode ser materializada com o envolvimento de diversos atores do PNAE, em especial da família, componente fundamental da comunidade escolar.

Dentre as preparações relacionadas aos subtemas, tivemos amostras de mingau, canjica, pamonha, cuscuz, milho cozido, bolos de banana, de mandioca e de milho, doces de banana, compotas, banana frita, panqueca de banana, beiju, caldo de cana. Além das preparações, houve a exposição de alguns alimentos, como pimentas, quiabos, especiarias, temperos, cana-de-açúcar, açúcar e, ainda, diversos pratos que remeteram à proposta da ação e possuíam o objetivo de demonstrar a pluralidade das matérias-primas em questão.



Estudo do subtema em sala de aula pelos alunos

Além da exposição dos alimentos, cada turma desenvolveu, junto com o professor, uma atividade relacionada ao seu subtema para explicar o objetivo proposto e o que aprenderam em sala de aula. Os alunos apresentaram: uma paródia da música Asa Branca, de autoria do nordestino Luiz Gonzaga; texto sobre a história da mandioca e receitas com esse alimento; texto sobre a importância do milho nas festas juninas e produção de receitas; apresentação lúdica, orquestrada e texto informativo sobre a banana; apresentação de uma pesquisa sobre a descoberta das especiarias; leitura de um texto informativo e receitas sobre a história do cuscuz; apresentações de textos e receitas sobre a dieta africana; apresentação de um poema do autor Ferreira Gullar sobre o açúcar. Durante a pesquisa do tema dieta africana, a família de um dos alunos inovou um prato típico denominado “musaku”, e isso enriqueceu a diversidade de pratos na exposição. Ao final das apresentações, a coordenadora Maria Aparecida fez um resumo histórico sobre a escravidão no período colonial do Brasil e ressaltou a importância de estudar a alimentação brasileira sob a vertente histórica.



Mesa sobre as especiarias

Durante a ação, os alunos tiveram a oportunidade de praticar, aprender e discutir a valorização e o resgate da cultura alimentar regional. Realizaram um minucioso levantamento das tradições alimentares brasileiras, fruto da miscigenação entre povos originários do Brasil, da população africana escravizada e dos portugueses. Estudaram, também, a aclimação da doçaria portuguesa no Brasil com ingredientes nacionais; o processamento da farinha de mandioca, entre outras técnicas; e os alimentos que permanecem no cotidiano da culinária brasileira.

A defesa dos produtos regionais, como o pé de mandioca e o cacho de banana levados pelos alunos, foi um dos principais aspectos positivos observados durante a realização da atividade. Esse trabalho fortalece a prática da alimentação enquanto refeição, e não como uma prática mecânica isolada. O segundo aspecto positivo foi o envolvimento da escola na realização da ação, em parceria com a diretoria da alimentação escolar do município.

Com a realização dessa ação, o sentimento gerado foi de extrema felicidade e de expectativas superadas. Ao chegarmos à escola, vimos as mesas organizadas de acordo com os subtemas. Percebemos o empenho de todos os profissionais envolvidos; o empenho e a participação dos pais ao deixarem as crianças, levando o alimento designado e desejando uma boa apresentação. Percebemos também o compromisso das crianças. Antes do início das atividades, estavam todas reunidas, ensaiando, sorrindo e com uma ansiedade que víamos no olhar. Ao final, os sorrisos e os “obrigado/obrigada” dos alunos para nós gerou um sentimento de dever mais que cumprido, pois não esperávamos tamanha repercussão e envolvimento com um tema tão tradicional, mas que muitos deles não tinham afinidade.

O principal objetivo da ação foi cumprido com sucesso. A colaboração em formar cidadãos críticos, reflexivos e enriquecidos de cultura foi um aspecto fundamental no desenvolvimento da ação, e destaque-se, observado por toda a equipe envolvida.



Mesas montadas pelas turmas

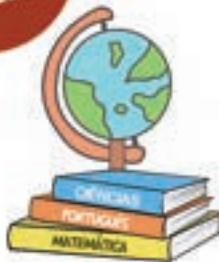
Conhecendo a cultura alimentar da região pernambucana

Município de Recife / PE



EREFEM Lions de Pernambuco

Etapas de ensino oferecidas



Ensino Fundamental



Ensino Médio



Pernambuco



448 estudantes



Equipe

Iara Alves Diniz
Participante inscrita na Jornada

Iara Alves Diniz
Nutricionista RT do município

Iara Alves Diniz e
Manoel Vanderley dos Santos Neto
Coordenadores da Jornada

A Educação Alimentar e Nutricional na infância tem um papel importante na formação de hábitos alimentares que tendem a se refletir na vida adulta. Diante do contexto das mudanças dos padrões alimentares, torna-se necessária a inclusão de atividades educativas abordando a valorização do resgate da cultura alimentar, a

identidade cultural e os valores e saberes locais, em prol da promoção da segurança alimentar e nutricional de indivíduos em vulnerabilidade.

Foi pensando nisso que, em reunião, a nutricionista Iara Alves Diniz e o gestor da escola inscrito na Jornada de Educação Alimentar e Nutricional Manoel Vanderley decidiram trabalhar o tema 4 proposto pela 5ª edição, promovendo um passeio cultural com os alunos no Mercado Público de Casa Amarela, como uma forma de resgate e conhecimento da cultura alimentar da nossa região. O Mercado fica localizado na região norte de Recife/PE.

Um dos mais antigos e simbólicos da cidade, o Mercado de Casa Amarela foi inaugurado em novembro de 1930. Os bares e restaurantes populares são suas principais atrações e estão localizados na parte externa do mercado. Neles são servidas comidas regionais no café da manhã, almoço e jantar. Nos boxes da parte interna do mercado há pontos de vendas de charque, queijo coalho, bolos tradicionais, manteiga de garrafa, rapadura, cocadas, mel de engenho, beiju, entre outros alimentos tradicionais da região. Além desses, há uma oferta de produtos diversificados, como carnes, peixes, armarinhos, ervas, flores e artesanatos em palha e barro.



Encontro dos estudantes com a nutricionista antes do passeio no

Na manhã do dia 18 de outubro, os alunos do sexto ano, acompanhados da assistente de gestão da escola Vanessa Priscilla e dos professores de Geografia, Matemática e Biologia, Marcelo José, Carlos Alberto e Iraiton Prazeres, respectivamente, foram até o mercado público em carros. Lá encontraram-se com Lara, que os aguardava juntamente com outras nutricionistas, Olga Ávila e Selma Pirajá.

Antes de iniciarem o passeio pelo mercado tradicional da cidade, a nutricionista Lara orientou os alunos sobre a atividade que desenvolveriam naquela manhã, ressaltando a importância de valorizar as diferentes tradições culinárias e de conhecer o valor cultural da comida, para não correr o risco de se perder a memória alimentar regional.



Visita ao Mercado Público de Casa Amarela



Estudantes degustando comidas típicas do Mercado

Logo em seguida, os alunos e a equipe de professores e nutricionistas adentraram o Mercado Público de Casa amarela. A primeira parada foi no restaurante de Dona Mery, um restaurante popular que fornece diariamente comidas tradicionais da região, como buchada, sarapatel, dobradinha, arrumadinho de charque, vaca atolada, entre outros. A própria dona Mery, proprietária e também cozinheira do estabelecimento, recepcionou o grupo falando um pouco sobre o cardápio do dia, que constava, entre outras preparações, os tradicionais sarapatel e dobradinha. A proprietária explicou aos alunos, também, os ingredientes utilizados nessas receitas e deu a eles a oportunidade de provarem as iguarias que seriam servidas naquele dia. Os alunos degustavam as preparações, inicialmente com muita curiosidade, mas logo iam se deliciando e compartilhando uns com os outros daquela experiência gastronômica cultural.

Após esse momento de degustação, os alunos puderam conhecer alguns boxes do mercado que comercializam alimentos culturais e tradicionais da região. Os vendedores locais expuseram os alimentos aos alunos, com muito bom grado, apresentando os diversos tipos de queijos, cocadas, mel de engenho, rapadura, beiju, tapiocas, charque, bolos tradicionais como o de rolo, entre outros.

Vivemos tempos de muitas mudanças de hábitos alimentares, com a redução da variedade da nossa alimentação cultural e com o maior consumo de produtos alimentícios industrializados e ultraprocessados. Muitas das nossas crianças e adolescentes vêm sofrendo o impacto dessas mudanças e perdendo a identidade da culinária do tempo de seus avós e bisavós. Portanto, os alimentos tradicionais, as práticas e receitas, os saberes, os fazeres e os sabores simbolizam formas de resistência cultural contra a padronização de nossa alimentação.

Essa experiência demonstrou ser capaz de promover a valorização da cultura e o fortalecimento da identidade alimentar cultural, bem como a utilização dos sentidos, em especial, por meio da degustação. Todos esses elementos são capazes de promover nossos alimentos culturais e regionais.



Comercialização de alimentos culturais e tradicionais da região



Visita a uma banca de alimentos tradicionais

Resgate da cultura alimentar indígena

Município de Santa Terezinha / MT

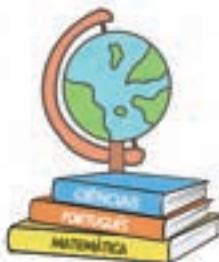


Escola Municipal
Dagmar Bastos de Seixas

Etapas
de ensino
oferecidas



Educação
Infantil



Ensino
Fundamental



Mato Grosso



45 estudantes



Equipe

Lorrana Gonçalves de Brito
Participante inscrita na Jornada

Lorrana Gonçalves de Brito
Nutricionista RT do município

Marina Costa Sertão
e Cleriane Amorim Moraes
Coordenadoras da Jornada

A atividade foi desenvolvida na Escola Municipal Dagmar Bastos de Seixas com os alunos do pré-escolar e ensino fundamental. O planejamento foi realizado pela professora Marina Costa e pela nutricionista Lorrana Gonçalves, que se basearam no tema “Valorização e resgate da cultura alimentar regional, por meio da promoção

de Educação Alimentar e Nutricional (EAN)". A professora e a nutricionista levaram em consideração que o município de Santa Terezinha é uma cidade ribeirinha populosa, povoada pelos povos indígenas das etnias Carajá e Tapirapé. A ideia foi trabalhar o resgate da cultura alimentar dos povos indígenas, visto que os alunos das escolas não indígenas não conhecem a cultura alimentar indígena.

Os povos originários moram em aldeias às margens do rio Araguaia, em matas fechadas. Os costumes e hábitos alimentares desses povos são característicos de sua cultura, no entanto, com a modernidade, a proximidade das aldeias com a cidade e o contato frequente dos indígenas com as pessoas da cidade, a cultura alimentar desses povos tem se modificado. A cultura alimentar dos povos indígenas já não é a mesma de quando cada comunidade tinha que plantar seu próprio alimento para consumo das famílias.

O contato com a cultura alimentar da cidade influencia a mudança dos hábitos alimentares dos povos originários, pois eles têm acesso fácil e frequente aos alimentos ultraprocessados. Essa facilidade de acesso faz com que os indígenas deixem de produzir seu próprio alimento e passem a adquiri-lo pelo meio mais prático. Isso, além de gerar uma mudança na cultura alimentar dos povos originários,



Atividade com o professor Hadori, da aldeia indígena Hawalora, que pertence a etnia Tapirapé

acaba provocando, também, o consumo excessivo de açúcares, sódio e gorduras, que podem causar doenças crônicas não transmissíveis.

Para aplicar a atividade, convidamos o professor Hadori, da aldeia indígena Hawalora, que pertence a etnia Tapirapé, para explicar aos alunos: as tradições da comunidade indígena, a cultura alimentar e a diferença da cultura alimentar há 20 anos da atual, em que os indígenas mantêm contato direto com a cidade e com os hábitos alimentares dos povos não indígenas.

A atividade teve como objetivo apresentar a cultura indígena aos alunos, pois, mesmo morando em uma cidade povoada por povos indígenas, muitas crianças não conhecem a cultura dessa comunidade.

No primeiro momento da atividade, o convidado, professor Hadori, foi apresentado à turma. A professora Marina explicou o motivo da visita e o objetivo da atividade. Os alunos receberam o indígena com muita alegria.



Professor apresentando instrumentos utilizados na pesca e na caça para os alunos



Professor apresentando instrumentos utilizados na pesca e na caça para os alunos

O professor apresentou as características de sua aldeia, explicou como são os hábitos alimentares e quais alimentos predominam na comunidade. Ele explicou que esses alimentos são conseguidos, principalmente, por meio da caça e da pesca. O professor levou os instrumentos utilizados na pesca e na caça para os alunos conhecerem. Ele esclareceu que, na cultura indígena, os homens são responsáveis por buscar os alimentos, e as mulheres por prepará-los e por produzir artesanatos. Parte da renda dos povos indígenas vem da comercialização de pescado e de artesanatos produzidos nas aldeias.

Na oportunidade, o professor Hadori falou um pouco das festas tradicionais que acontecem na aldeia e apresentou algumas pinturas aos alunos. Os alunos interagiram fazendo perguntas, relatos, e com curiosidades. Esse foi um momento único de troca. Os alunos perguntaram como era a rotina alimentar nas escolas indígenas e qual língua era ensinada. O professor Hadori relatou que nas escolas indígenas os alunos são ensinados na língua tradicional da etnia da aldeia e na língua portuguesa.

Após o diálogo com o indígena, os alunos confeccionaram cartazes para expor o que aprenderam sobre as tradições indígenas e a cultura alimentar. Realizamos uma exposição com os artesanatos indígenas para que todos os alunos da escola

tivessem contato com os materiais.

Esse momento de troca entre ambas as culturas foi importante para que os alunos observassem a diferença de uma cultura para a outra e o quanto o meio em que estamos inseridos pode influenciar os nossos hábitos alimentares.

A tecnologia veio com muita força para trazer mais praticidade e conforto para a população, mas, quando o assunto é alimentação, tem sido um obstáculo. A cada dia, aumenta-se a oferta de alimentos ultraprocessados, o que gera conflitos culturais; e o consumo dos ultraprocessados causa doenças crônicas não transmissíveis.

Conseguimos atingir o objetivo da atividade, com a participação de todos os profissionais e alunos da escola.



Cartazes confeccionados pelos estudantes sobre as tradições indígenas e a cultura alimentar



Cartazes confeccionados pelos estudantes sobre as tradições indígenas e a cultura alimentar



Cartazes confeccionados pelos estudantes sobre as tradições indígenas e a cultura alimentar

Valorização da cultura alimentar indígena guarani: ações de EAN na escola Wherá Tupã Poty Djá

Município de Biguaçu / SC

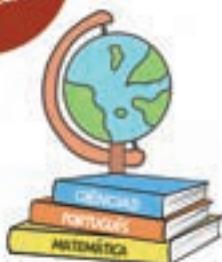


EIEF Wherá Tupã Poty Djá

Etapas
de ensino
oferecidas



Educação
Infantil



Ensino
Fundamental



Ensino
Médio



Santa Catarina



57 estudantes



Equipe

Rayza Dal Molin Cortese
Participante inscrita na Jornada

Rayza Dal Molin Cortese
Nutricionista RT do município

Gennis Martins Timóteo
e Silvana Minduá Vidal Veríssimo
Coordenadores da Jornada

A atividade do tema 4 da Jornada de EAN foi realizada na unidade escolar indígena EIEF Wherá Tupã Poty Djá, localizada no município de Biguaçu/SC, e coordenada pelas professoras Silvana Minduá Vidal Veríssimo e Bruna Yoyapyrê

da Silva e pelas nutricionistas da coordenadoria regional de educação (CRE) – Florianópolis, vinculada à secretaria de educação do estado, Rayza Dal Molin Cortese e Josiane Hilbig. Colaboraram os professores Dayane Antunes de Souza, Matheus Oliveira, Suellem Timóteo Gonçalves, Kátia Moreira, Kiko Benite, Ismael de Souza, Adailton Karay Moreira e Angélica Florêncio dos Santos. Todos os alunos da escola, alguns familiares e membros da comunidade também participaram.

A atividade teve como objetivo resgatar e valorizar as tradições alimentares indígenas, envolvendo as famílias dos escolares na preparação de alimentos típicos da cultura para que pudessem compartilhar receitas e técnicas culinárias envolvidas no preparo. A atividade aconteceu na cozinha comunitária (onde são produzidas as refeições da escola) e também em um espaço típico próximo ao refeitório. Com o apoio e incentivo da gestora da escola Gennis Timóteo, todos os professores, alunos e parte da comunidade puderam participar da atividade e se envolveram, desde o início do dia, no pré-preparo dos pratos típicos e organização do local onde seriam feitas as preparações.



Professores e alunos da escola indígena preparando as varetas para assar o Kavyre.

As preparações escolhidas para representar a cultura e a tradição alimentar das famílias da comunidade foram o xipá, o mbojapé, o ka'ire poti e o kavyre, além de peixe, milho verde, palmito (da palmeira real) e batata-doce assados. O mbojapé consiste em um pão à base de farinha de trigo e água assado entre as cinzas e brasas. O ka'ire poti é um bolinho feito com milho socado no pilão, hidratado e assado na taquara. Nesse dia, ele foi produzido com farinha de milho (fubá orgânico) hidratado, socado na taquara e assado. E o kavyre consiste em uma massa, à base de farinha de trigo e gordura de boi, enrolada em uma vareta e assada na fogueira. Os peixes foram pescados em um rio em território indígena e também foram assados na fogueira, temperados com ervas naturais, como tomilho e alecrim. O milho verde foi assado com a palha na fogueira, e as batatas-doces foram assadas em uma grelha na fogueira.



Professoras e alunas da escola indígena EIEF Wherá Tupã Poty Djá preparando o Ka'ire poti na taquara.



Preparando xipá na cozinha da aldeia indígena.

O encontro iniciou-se no período da manhã, com o preparo das taquaras e varetas, bem como da fogueira para assar os alimentos. Num segundo momento, os estudantes se reuniram com os professores e familiares, para aprenderem e auxiliarem no preparo das comidas típicas, por meio de demonstrações de familiares mais velhos e que conheciam as técnicas e receitas. As meninas-moças auxiliaram na preparação do mbojapé, ka'ire poti e kavyre, enquanto os meninos acendiam as fogueiras e preparavam as taquaras e as varetas.

A alimentação indígena é permeada por outras práticas, como pintura e música. Logo, durante o preparo dos alimentos típicos, a comunidade também realizou pinturas corporais com tinta à base de jenipapo e carvão, e houve a apresentação do coral da escola, chamado Nuvens Azuis.

Na cozinha comunitária, as cozinheiras da escola ainda prepararam o xipá, preparação típica guarani que consiste em uma massa com farinha de trigo e água, que é boleada, achatada e frita no óleo de soja, para consumir com o peixe



Peixes assando na grelha com temperos e ervas naturais.



Mbojape, pão à base de farinha de trigo e água assado entre as cinzas e brasas.

e com os outros alimentos. Destaca-se que, além da batata-doce, o mbojapé e o xipá estão presentes no cardápio da alimentação escolar, o qual é elaborado pelas nutricionistas da CRE. Essa inclusão foi realizada após várias conversas e o constante diálogo com a gestora da escola, os professores, alunos e outros membros da comunidade, a fim de contemplar seus hábitos e preferências alimentares na refeição servida na escola.

A atividade possibilitou aos mais jovens observar e aprender com os membros mais velhos das famílias as técnicas culinárias para a elaboração de preparações tradicionais, permitindo vivências práticas relacionadas ao tema da Jornada e valorizando a herança da cultura alimentar local por meio desse resgate das tradições, rituais, técnicas e ingredientes, em um momento de muita celebração e união.

Com alguns registros desse dia, a nutricionista Josiane produziu um vídeo, que pode ser acessado neste link:

https://drive.google.com/file/d/1IX31tqEazF4cM2YPVB4OAjq7mf_CCNOw/view?usp=drive_link



Aluno da escola indígena comendo milho em espiga assado com a palha na fogueira.

Referências

BRASIL. Lei nº 13.666 de 16 de maio de 2018: Altera a Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996 (Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional), para incluir o tema transversal da educação alimentar e nutricional no currículo escolar. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_Ato2015-2018/2018/Lei/L13666.htm#:~:text=LEI%20N%C2%BA%2013.666%2C%20DE%2016%20DE%20MAIO%20DE%202018.&text=Altera%20a%20Lei%20n%C2%BA%209.394,e%20nutricional%20no%20curr%C3%ADculo%20escolar.

BRASIL. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. Nota Técnica nº 2810740/2022/COSAN/CGPAE/DIRAE. Educação Alimentar e Nutricional no PNAE: atores sociais e possibilidades de atuação. Disponível em <<https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/mediapnae/encontros-tecnicos/NotaTecnicaEANassinada.pdf>.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas. Brasília: MDS, 2012.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia alimentar para a população brasileira. 2. ed., 1. reimpr. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular. Brasília, 2019.









