



BÁRBARA ANDREATA AVELAR

**PAPEL DAS METODOLOGIAS ATIVAS NO ENSINO DE EDUCAÇÃO
ALIMENTAR E NUTRICIONAL EM ÂMBITO ESCOLAR**

**Lavras
2023**

PAPEL DAS METODOLOGIAS ATIVAS NO ENSINO DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL EM ÂMBITO ESCOLAR

RESUMO

Os comportamentos alimentares evoluem durante os primeiros anos de vida; as crianças aprendem o que, quando e quanto comer por meio de experiências diretas com os alimentos e observando os comportamentos alimentares dos outros. Da mesma forma, o ambiente escolar também pode ajudar a ensinar as crianças sobre padrões alimentares e comportamentos alimentares. Assim, a modelagem social positiva é uma prática indireta, porém eficaz, para a promoção de uma alimentação mais saudável para crianças, entre as quais cita-se a metodologias ativas de aprendizagem. O presente estudo tem como objetivo descrever e destacar o papel das metodologias ativas no ensino da educação alimentar e nutricional como facilitadora do processo de aprendizagem na fase escolar. Trata-se de uma revisão narrativa de natureza qualitativa composta por publicações identificadas em periódicos no período de 2017 e 2022. Existem muitas intervenções escolares direcionadas para modificar o comportamento alimentar, a dieta, o conhecimento nutricional e a relação da criança com o alimento, porém, a maneira mais poderosa de enviar mensagens de alimentação saudável para as crianças é deixá-las conhecer diante os diferentes sentidos as características da alimentação e nutrição. Portanto, a aplicação de metodologias ativas de aprendizagem tem papel importante para a educação frente a educação alimentar.

Palavras chave: Educação Alimentar e Nutricional. Métodos de Ensino. Educação Infantil.

ABSTRACT

Eating behaviors evolve during the first years of life; children learn what, when, and how much to eat through direct experiences with food and by observing the eating behaviors of others. Similarly, the school environment can also help teach children about eating patterns and eating behaviors. Thus, positive social modeling is an indirect but effective practice for promoting healthier eating for children, among which active learning methodologies are cited. The present study aims to describe and highlight the role of active methodologies in teaching food and nutrition education as a facilitator of the learning process in the school phase. This is a narrative review of a qualitative nature composed of publications identified in journals from 2017 to 2022. There are many school interventions aimed at changing eating behavior, diet, nutritional knowledge and the child's relationship with food, but the most powerful way to send messages of healthy eating to children is to let them know through different senses the characteristics of food and nutrition. Therefore, the application of active learning methodologies has an important role for education regarding food.

Keywords: Food and Nutrition Education. Teaching Methods. Early Childhood Education.

INTRODUÇÃO

O estabelecimento de hábitos alimentares saudáveis, sobretudo, nos primeiros anos da vida exerce papel fundamental no desenvolvimento global na infância (PACHECO et al., 2021). Levando em consideração o período escolar que abrange crianças dos 7 a 10 anos, as atividades desenvolvidas nesse ambiente podem contribuir de forma substancial na formação de hábitos alimentares adequados (BRITO et al., 2019; CONCEIÇÃO et al., 2019).

Todavia, faz-se importante fundamentar que hábitos alimentares adequados constitui na alimentação cuja composição contém elementos que possui os nutrientes fundamentais para promover a manutenção da saúde e proporcione ao organismo condições para uma vida com saúde; os hábitos alimentares saudáveis consiste no exercício de uma alimentação adequada de forma que atenda as necessidades nutricionais do organismo, reconhecendo a quantidade e a procedência do alimento. E considerando que comer é uma ação política, social e cultural, os hábitos alimentares culturais configura uma prática alimentar que abrange a cultura onde o indivíduo encontra-se inserido (CARDOSO et al., 2015; MARIM et al., 2019; APARICIO et al., 2016).

O consumo de produtos ultraprocessados como os ricos em gordura saturada, açúcar e sódio, além da ingestão insuficiente de fibras, é uma realidade cada vez mais presente na rotina alimentar de crianças (PACHECO et al., 2021; ZAMONEL; CAMPOS, 2018). Diante desse cenário, torna-se imprescindível uma intervenção por meio da utilização de estratégias pedagógicas de Educação Alimentar e Nutricional com a finalidade de promover e estimular a alimentação saudável, tendo em vista, a valorização das relações ali estabelecidas (CONCEIÇÃO et al., 2019; SOARES et al., 2018).

As tendências do século XXI indicam que a característica central da educação é o deslocamento do enfoque individual para o aspecto social, político e ideológico (BACICH; MORAN, 2018). Sabe-se que a educação ocorre durante a vida inteira, constituindo um processo que não é neutro e sofre influências que contribuem para o dinamismo, tendo em vista, a construção do conhecimento (ALMEIDA et al., 2018; TABILE; JACOMETO, 2017).

Considera-se que o sistema de produção da educação foi mediado por métodos e tendências de ensino diversificadas. Por conseguinte, uma das

adversidades impostas é a procura por metodologias que tornem possível uma prática pedagógica dinâmica no sentido de transcender as demarcações do ensinamento exclusivamente tradicional e técnico, para de maneira efetiva conseguir formar um indivíduo ativo como um ser reflexivo, crítico, ético, histórico, humanizado e transformador do ambiente onde se encontra inserido (BEIER et al., 2017; MORAN, 2015).

Nesse contexto surgem as metodologias ativas como recurso que motiva o indivíduo a explorar, incentivando experiências, tomada de decisão e viabiliza o aprendizado (SOUZA; DOURADO, 2015; BORGES; ALENCAR, 2014). Trata-se de um mecanismo dinâmico alicerçado de forma autônoma e participativa, que tem como premissa o desenvolvimento de competências e habilidades, com base na aprendizagem colaborativa e na interdisciplinaridade. Existem várias técnicas e estratégias que permitem o ensino mais ativo, no entanto, nesse modelo o professor torna-se coadjuvante no processo de ensino-aprendizagem, conduzindo os estudantes como protagonistas do aprendizado (DIESEL et al., 2017; SOUZA et al., 2014).

Adicionalmente, a Educação Alimentar e Nutricional (EAN) que tem como objetivo o incentivo das práticas alimentares nutricionalmente adequadas que proporcionem a autonomia, no caso dos escolares, como um processo permanente, levando em consideração a troca de saberes, individualidade e os hábitos alimentares culturais (PEREIRA; MOREIRA; NUNES, 2020). Assim, constata-se que as ações de EAN fazem parte de eixos prioritários do Programa Nacional de Alimentação Escolar (BRASIL, 2012).

Tendo em vista os princípios inseridos no Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para políticas públicas que tem como propósito a abordagem do sistema alimentar, na sua integralidade; a promoção do autocuidado e da autonomia; e a Educação enquanto processo permanente e gerador de autonomia e participação ativa e informada dos sujeitos; abrangendo estratégias e temas relativos às dimensões inseridos no contexto alimentar contribuindo para estimular as pessoas, sobretudo crianças, para escolhas conscientes, geração de situações de reflexão sobre o comportamento alimentar das mesmas, bem como a ampliação do grau de autonomia (BRASIL, 2012).

Ademais, no ambiente escolar a EAN desempenha um papel de fundamental importância na promoção, preparação e construção dos hábitos alimentares dos

alunos, particularmente, da educação infantil, de modo que contribua para a construção de comportamentos alimentares saudáveis através de abordagens permanentes e contínuas (SANCHES; GREGGIO, 2022).

Isto posto, frente a essa perspectiva, a adequação junto às propostas metodológicas que estimulem o protagonismo do aluno na formação de seu próprio conhecimento, contribuirá para que o mesmo se torne proativo, com maior senso crítico, reflexivo e humanístico, sendo capacitado para escolhas alimentares adequadas (CONCEIÇÃO et al., 2019; NOGUEIRA; LEAL, 2015).

Assim sendo, a presente pesquisa se justifica na perspectiva de reforçar a importância da escolha dos métodos de ensino aplicados aos educandos na fase escolar, visando facilitar o processo de aprendizagem da educação alimentar e nutricional. Dito isso, o objetivo deste trabalho é descrever e destacar o papel das metodologias ativas no ensino da educação alimentar e nutricional como facilitadora do processo de aprendizagem na fase escolar.

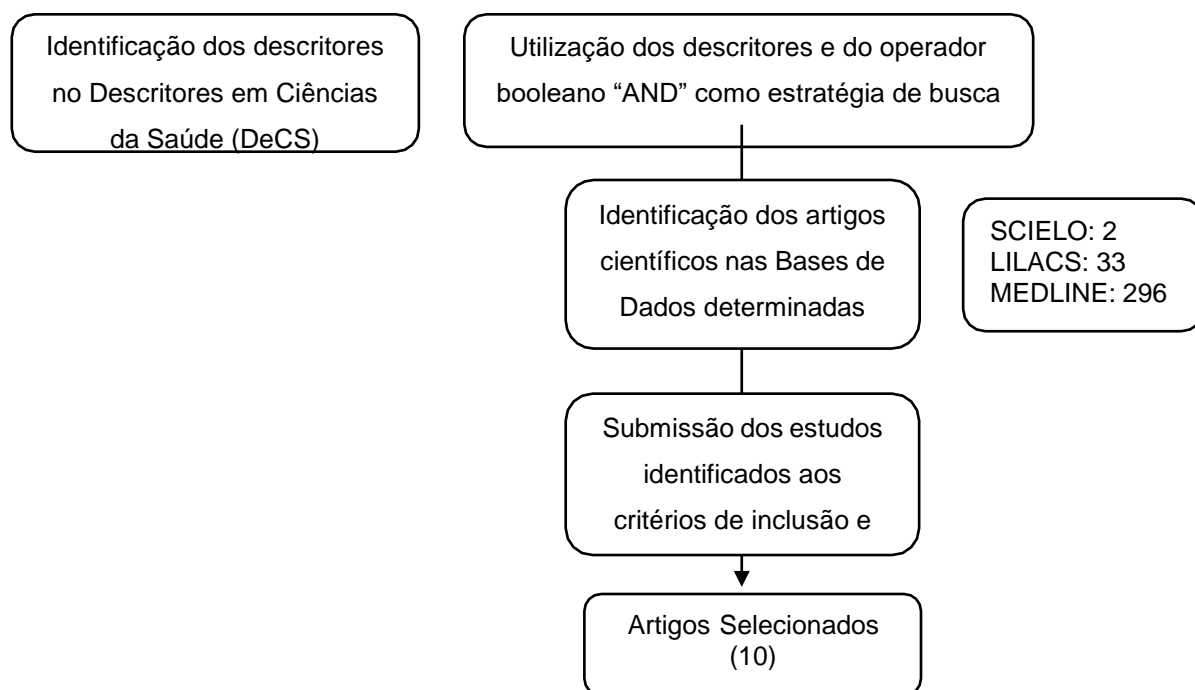
METODOLOGIA

Esse estudo trata-se de uma revisão narrativa de natureza qualitativa, composta por publicações identificadas em periódicos. Foi realizada uma busca bibliográfica por meio das fontes constituídas pelos recursos eletrônicos nas bases de dados da Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), Scientific Electronic Library Online (SCIELO), Latin American and Caribbean Health Sciences (LILACS) e US National Library of Medicine (Medline). Os descritores utilizados foram: Educação Alimentar e Nutricional, Métodos de Ensino, Educação Infantil. Salienta-se que os descritores supracitados se encontram nos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS).

Para a condução da pesquisa, a busca de dados ocorreu por meio da utilização dos descritores em conjunto com o operador booleano “and”. Também, foram determinados critérios de inclusão e exclusão para direcionamento e redução do leque de estudos identificados, para tanto, os critérios de inclusão envolveram publicações científicas online, gratuitas, disponíveis na íntegra e na língua portuguesa, publicadas entre 2017 e 2022 por configurar um recorte temporal mais atual, excetuando-se aqueles com objetivo conceitual, cujo período contemplou os últimos dez anos; e que atendiam ao objetivo da pesquisa. Os critérios de exclusão

foram os estudos publicados fora do período estabelecido, resumos, em duplicação, dissertações, teses, estudos incompletos e que não atendam ao objetivo.

Organograma 1: Representação da Busca dos Estudos.



Foram identificados 331 artigos científicos nas Bases da SCIELO (2), LILACS (33), MEDLINE (296), após a submissão aos critérios de exclusão e inclusão realizados restaram 38 materiais e por meio da leitura do resumo dos materiais, foram então determinados como amostra do estudo, 10 artigos científicos.

Foi realizada uma leitura seletiva e analítica a partir dos materiais selecionados, sendo extraída, examinada com auxílio do bloco de notas para posterior confecção da discussão desses achados, para tanto os mesmos serão dispostos num quadro contendo informações acerca dos mesmos.

Quadro 1 – Representação dos artigos seleccionados.

Ano	Tema	Autor	Metodologia	Resultados
2021	Educação Alimentar E Nutricional: Estratégias lúdicas facilitadoras do ensino	Alena Sousa de Melo; Maria de Fátima Camarotti	O estudo foi desenvolvido na Escola Estadual de Ensino Fundamental e Médio Prof. José Baptista de Mello, da rede pública estadual de ensino,	Foram produzidas cinco estratégias pedagógicas tal como Oficina pedagógica (Quiz); jogo de construção de a pirâmide

	de Biologia na Educação de Jovens e Adultos		localizada João Pessoa–PB, nas turmas de Ciclo 5 EJA/noturno. Optou-se por uma abordagem quantitativa e qualitativa, utilizando o método etnográfico com enfoque na observação participante.	alimentar; jogo (de olho no rótulo); sequencia didática (diversidade de microorganismos); encenação.
2021	Avaliação da aceitabilidade e de lanche saudável em duas escolas da rede pública.	Thamires Castro da Silva Pacheco; Rosileuda Marques de Souza da Costa; Eydlane do Rosário Costa Campos et al.	Trata-se de um estudo do tipo transversal, exploratório, descritivo com abordagem quantitativa e qualitativa; conduzido com 82 escolares, de ambos os sexos, na faixa etária de 8 e 14 anos de duas escolas selecionadas (A e B) com o uso da metodologia ativa de oficina de lanche saudável. A Oficina aconteceu nas dependências das escolas participantes, com a elaboração e degustação do lanche saudável: sanduíche natural, suco da horta e uma fruta	O estudo avaliou a aceitabilidade do lanche saudável através da aplicação da escala hedônica facial. A aceitação dos escolares foi de 87,5% na escola A e de 95,24% na escola B.
2019	Ludicidade e método ativo na educação alimentar e nutricional do escolar	Adriene Carvalho da Conceição; Erica Costa da Costa; Elen Dayane Albuquerque e Cardoso, et al	Foi realizado um estudo transversal, quantiqualitativo, analítico-descritivo a partir das atividades educativas teatro de fantoches, roda de conversa e oficina culinária, com avaliação de um teste de conhecimento e de aceitabilidade de um lanche com ingredientes regionais	A amostra consistiu de 49 estudantes, entre 7 e 10 anos. No conhecimento assimilado não se observou diferença estatística entre os alunos das duas escolas; a aceitabilidade do lanche regional na Escola A foi ótima e boa na Escola B, mas não se observou diferença estatística na

				aceitabilidade geral.
2018	Metodologias ativas de ensino e aprendizagem na educação alimentar e nutricional para crianças: uma visão nacional	Anderson Melgar de Oliveira; Fabiula Masiero; Otávio Cristiano Gomes da Silva; Sandra Gonçalves Barros	Revisão sistemática onde foi realizada busca para trabalhos científicos publicados entre 2016 a 2017.	Em análise quanto às metodologias de ensino utilizadas nos estudos revisados houve: utilização de dinâmicas, aulas dialogadas, grupos de verbalização e observação, oficinas, painéis, jogos lúdicos, histórias com fantoches, jogos eletrônicos, atividades educativas em EAN, palestras, encontros, apresentações e recursos audiovisuais como rádio e vídeo.
2012	Validação de metodologias ativas de ensino-aprendizagem na promoção da saúde alimentar infantil	Evanira Rodrigues Maia; José Ferreira Lima Junior; Jamelson dos Santos Pereira	Foi feito estudo de validação de quatro tecnologias educacionais: dinâmicas de avaliação, minuto-cinema, momento-teatro e caixa dos sentidos. A pesquisa foi efetuada em 2009, com 25 crianças de 5 a 7 anos, estudantes de uma escola privada em Juazeiro do Norte, Ceará.	Validaram-se as metodologias utilizadas. Nas dinâmicas de avaliação, a colagem adequada dos alimentos foi realizada por 84% das crianças, demonstrando aquisição de saberes a partir da interação com os meios de comunicação, o aprendizado nutricional em família e o convívio social infantil, para a diferenciação entre alimentos saudáveis e não saudáveis.

SÍNTESE DE ALGUNS ESTUDOS

No estudo desenvolvido por Melo e Camarotti (2021) por meio de uma oficina pedagógica em um grupo compostos por alunos do EJA estruturada em três momentos: Abordagem introdutória – de caráter expositivo, com utilização de recurso visual (datashow); Mitos x Verdades - atividade lúdica na forma de quiz e, Jogo Nutriquiz – game de perguntas e respostas com elementos de desafios e recompensa.

Os resultados preliminares mostraram que o ensino quando mediado por meio de metodologias ativas associadas aos temas estruturantes como Educação Alimentar e Nutricional, além de prestarem serviço à sociedade por meio da promoção à saúde e ao bem-estar coletivo, proporcionam o despertar do protagonismo e oportunizam a criação de situações relevantes para uma aprendizagem significativa. É fundamental que as ações educativas estejam pautadas no desenvolvimento pleno e fluidamente com o que o estudante espera da escola (MELO; CAMAROTTI, 2021; OLIVEIRA et al., 2018).

Na pesquisa desenvolvida por Maia et al (2012) a Roda de Conversa foi eleita uma metodologia valiosa; a mesma possibilita que o educando expresse suas dúvidas e opiniões, na comunicação e formulação de justificativas que fundamentam seus julgamentos, a interação com os colegas e com o professor, o que pode viabilizar para que os alunos se tornem mais participativos, críticos num aprendizado mais significativo. Para tanto, foi determinado que o procedimento possibilite a dispersão de informação, elucidação de equívoco entre os atores que participam da roda de conversa.

Já no estudo de Conceição et al (2019), foi possível comprovar que por meio de oficinas culinárias e degustação das preparações aos alunos como principalmente os alimentos característicos da região podem ser aproveitados para elaborar preparações saborosas e que sejam adequadas nutricionalmente. É bem delimitado na literatura que as oficinas culinárias são formas dinâmicas, lúdicas e prazerosas para proporcionar o aprendizado, como estratégia efetiva para promover hábitos alimentares de forma saudável.

Com o desenvolvimento recente de tecnologia tiveram como resultado ferramentas de aprendizado inovadoras que combinam elementos de atividade nutricional com objetivos de aprendizado. Tendo como objetivo determinar se o aplicativo “Footgaming” em sala de aula resultaria no aprendizado de conceitos nutricionais. As experiências de participação dos alunos e as percepções dos professores demonstraram que em um total de 57 alunos todos tiveram um aproveitamento adequado no que refere ao conhecimento nutricional (PACHECO et al., 2021).

Todavia, as estratégias combinadas tornam possível o aprendizado recíproco entre pesquisadores e sujeitos acerca de hábitos alimentares de forma saudável e sua validade ao desenvolvimento adequado.

DESENVOLVIMENTO

O ambiente escolar é delimitado como os diferentes espaços da escola, como também, a dinâmica que ocorre nesses locais. Melhor dizendo, abrange todos os locais passando pela entrada, salas de aula, corredores, refeitório, banheiros, quadras de esporte entre outros, em que o corpo estudantil e administradores estejam presentes (TOZONI-REIS; CAMPOS, 2014).

Tem como objetivo contribuir para o desenvolvimento do pensamento crítico do estudante, fornecendo instrução para que o mesmo se posicione politicamente e socialmente. Também, na ampliação de habilidades socioemocionais, capacitando-o para a percepção do mundo, bem como o exercício dos seus direitos e deveres na sociedade (BORGES; ALENCAR, 2014).

O cotidiano no ambiente escolar é demarcado por uma rede de representações complexas que dispõe significado aos valores, processos vividos e sentimentos. Durante o período escolar o aluno encontra-se em evolução constante, e os saberes que conferem sentido as atividades dos professores são compartilhadas de forma coletiva por meio de metodologias pedagógicas distintas que tornam possível a circulação dos modelos social no âmbito educacional, com vistas ao aprendizado significativo (TOZONI-REIS; CAMPOS, 2014; BORGES; ALENCAR, 2014).

Atualmente, entende-se que os procedimentos de ensino são tão importantes quanto os próprios conteúdos de aprendizagem. Portanto, as técnicas de ensino

tradicional passam a fazer parte do escopo de teóricos não só da área da Educação, mas de toda a comunidade intelectual que busca identificar suas deficiências e visam propor novas metodologias de ensino-aprendizagem (DIESEL et al., 2017; BORGES; ALENCAR, 2014).

Nesse contexto, a delimitação de metodologias ativas de aprendizagem abrange a implantação de formatos inovadores de ensino no ambiente escolar, transformando a forma como é desenvolvido o aprendizado. Em que a mudança principal é na disposição desse aluno, que passa a ser participativo, se tornando então menos passivo, ou seja, se tornando engajado no próprio processo educacional (PAIVA et al., 2016; FREIRE, 2015)

Para que o aluno se envolva de forma ativa no processo de aprendizagem, o mesmo deve perguntar, discutir, escrever, ler ou estar inclinado para a resolução de desafios e desenvolvimento de projetos. Deve desempenhar trabalhos mentais de alto nível, como avaliação, síntese e análise (DIESEL et al., 2017; MORAN, 2015). Por conseguinte, as estratégias que propiciam o aprendizado ativo podem ser definidas como sendo atividades que tornam o educando ocupado em fazer algo e, concomitantemente, leva a reflexão sobre o que está sendo feito (TABILE; JACOMETO, 2017; SOUZA; DOURADO, 2015).

Ademais, essa é uma metodologia que pode envolver diferentes tecnologias, mas o objetivo primordial é proporcionar uma transformação no processo de ensino, que viabilize ao aluno educando recepção do conhecimento disponibilizado pelo educador e ao mesmo tempo, em conjunto tenha uma participação ativa nesse

processo (Paiva et al., 2016; MORAN, 2015). Assim, o educando terá autonomia para conduzir o aprendizado e assimilação de uma teoria, por meio da resolução de problemas reais tendo a orientação do docente (FREIRE, 2015; BORGES; ALENCAR, 2014).

Trata-se de um conjunto lógico de ações, com o propósito de desenvolver nos educando capacidade de aprender novas competências de modo consciente. Para tanto, o docente por sua vez, deixa de ser o elemento central, desvinculando do tradicionalismo, ou seja, não se comporta como aquela figura que se encontra à frente da turma, tendo a responsabilidade de mostrar o conteúdo, agora ele ocupa o espaço de mediador entre os discentes e o conhecimento (DIESEL et al., 2017; PAIVA et al., 2016).

O método envolve a construção de situações de ensino que promovam uma aproximação crítica do discente com a realidade; a opção por problemas que gerem curiosidade e desafio; a disponibilização de recursos para pesquisar problemas e soluções; bem como a identificação de soluções hipotéticas mais adequadas à situação e a aplicação dessas soluções. Além disso, o educando deve realizar tarefas que requeiram processos mentais complexos, como análise, síntese, dedução, generalização (DIESEL et al., 2017; BORGES; ALENCAR, 2014).

Esse é um modelo estudado desde a década de 90, por autores como Barnes, Eison, Bonwell entre outros, que exaltam o significado das formas de interação, ambiente adequado e estratégias de ensino-aprendizagem diferenciadas (MORAN, 2015). Para tal, é preciso a motivação e o envolvimento de cada sujeito oportunizado pelo diálogo, exploração de histórias, incentivo de experiências tendo em vista o atendimento das necessidades apresentadas por cada um (TABILE; JACOMETO, 2017)

As metodologias ativas de ensino partilham uma inquietação, contudo, não é imperativa a afirmação de que são uniformes tanto da perspectiva dos pressupostos metodológicos como teóricos; assim, são identificados estratégias e modelos diferenciados para a sua utilização, representando possibilidades para o processo de ensino e da aprendizagem, com desafios e benefícios diversos, nos mais variados âmbitos da educação (TABILE; JACOMETO, 2017; SOUZA; DOURADO, 2015).

O modelo diversificado de metodologias de ensino e práticas escolares é algo que torna o processo de ensino enriquecido, também, abre novos horizontes e aumenta a aprendizagem, entre os diferentes atores envolvidos, sendo ele educando ou docente. A Base Nacional Comum Curricular (BNCC) recomenda a seleção e aplicação das estratégias e metodologias didático-pedagógicas de forma heterogênea e diversificada, direcionando a diferentes ritmos e a conteúdos suplementares, quando necessário, para dedicar-se às carências de um determinado grupo de educando (TABILE; JACOMETO, 2017; PAIVA et al., 2016). Para tanto, as melhorias advindas para a educação desse modelo de ensino compreendem:

- A compreensão do significado da participação na sociedade;
- O desenvolvimento da percepção de responsabilidade;
- Ser mais colaborativo com colegas;

- O aperfeiçoamento do senso crítico;
- O aumento do protagonismo e autonomia do educando;
- O aprimoramento na qualidade do conhecimento e aprendizado (PAIVA et al., 2016; BORGES; ALENCAR, 2014)

Existem múltiplas técnicas e estratégias para tornar o ensino inserido na proposta das metodologias ativas, cada um possui um conceito específico, que tem como objetivo o estímulo da autonomia participativa. Dentre os quais se cita: a ludicidade nas atividades no ensino; atividades e estudos em grupo; relato crítico de experiência; promoção de debates; seminários; pesquisas de campo; bom emprego da tecnologia; debates temáticos; dinâmicas lúdico-pedagógicas; exposições dialogadas, sala de aula invertida entre outros (PAIVA et al., 2016; BORGES; ALENCAR, 2014).

Nesse íterim, a alimentação está inserida de forma intrínseca na cultura do sujeito e depende do seu anseio e disponibilidade, não ocorrendo apenas para suprir as suas exigências biológicas. Segundo a Política Nacional de Alimentação e Nutrição, a mesma pode ser evidenciada pelas relações sociais, valores e história do indivíduo e do grupo coletivo, além das suas inferências na saúde e qualidade de vida (BRITO et al., 2019; CAMPOS, 2018). O Brasil possui uma vasta diversidade cultural e alimentar que caracteriza regiões por meio do seu significado, tradição e valor nutricional que culminam por influenciar de maneira benéfica na saúde da população (PINHEIRO et al., 2021).

A alimentação brasileira, com suas particularidades, é uma das demonstrações do contexto histórico e de influência cultural mútua entre os distintos povos que contribuíram para a formação da nação. Assim, a EAN deve levar em consideração a validade dos saberes procedentes da ciência, religião e cultura. Respeitando e valorizando as expressões da identidade distintas e da cultura alimentar da população, difundindo e reconhecendo o patrimônio não comensurável dos alimentos, preparações, combinações e práticas alimentares regionais e locais. Nesse aspecto, o princípio da valorização da cultura alimentar local e respeito à diversidade de opiniões e perspectivas, considerando a legitimidade dos saberes de diferentes naturezas trata da diversidade na alimentação e deve contemplar as práticas e os saberes mantidos por povos e comunidades tradicionais, bem como diferentes escolhas alimentares, sejam elas voluntárias ou não (BRASIL. 2012).

Sabe-se que 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 aspectos simbólicos. 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 (BRASIL, 2012, p. 26).

Nesse contexto, observa-se ser de extrema importância que seja desenvolvido a compreensão de hábitos alimentares e aspectos de vida saudável desde a infância, constituindo um requisito imprescindível no currículo escolar (SOARES et al., 2018). A mudança de hábito quando inseridas desde a infância demonstra exercer maior predominância, favorecendo a constância e a preferência por alimentos estimulados nesses momentos. Ademais, pautar esses assuntos sobre estilo de vida com o educando da educação básica auxilia na construção do aprendizado e conscientização de forma inerente ao currículo escolar (SANTOS; BERGOLD, 2018; PEREIRA et al., 2017).

Conforme disposto na Nota Técnica nº 2974175/2022, a escola integra a rede de proteção social de crianças e adolescentes e oferece oportunidades educativas e formativas que potencializam a aprendizagem e o desenvolvimento de práticas de vida saudáveis dos educandos. Esses locais devem redimensionar as ações desenvolvidas no cotidiano escolar, valorizando a alimentação como estratégia de promoção da saúde, e tais ações estão apoiadas em marcos legais estruturantes nacionais. Ressalta-se que os atos relativos à promoção da alimentação adequada e saudável devem envolver toda a comunidade escolar, compreendidos estudantes e suas famílias, diretores, professores, funcionários da escola como as merendeiras, a equipe da alimentação escolar e os proprietários e funcionários de cantinas escolares.

De acordo com Pacheco et al (2021) e Paiva et al (2016), os hábitos alimentares adquiridos na infância são desenvolvidos associados a outros aspectos culturais, como a interferência dos hábitos familiares, religiosos, e do contexto social no qual se encontra inserido. Assim, a escola como espaço de socialização necessita atuar como meio de orientação e conhecimento que reforce atitudes que favoreçam a preservação da saúde, devendo o tema ser elucidado e contextualizado

para a formação do cidadão para que o mesmo contribua para avanços positivos em níveis pessoais e coletivos (SANTOS; BERGOLD, 2018).

Considera-se que a propensão e a resistência alimentar, cujo comportamento consiste na recusa de alimentos pela ausência de familiaridade, nas crianças ocorrem por meio do contato direto com o alimento, seja pelos sentidos da visão, olfato ou mesmo pela observação do meio social e costume alimentar de terceiros, deste modo, diversos fatores interferem na formação dos hábitos alimentares, como a família, meio ambiente e o nível cultural e socioeconômico (CONCEIÇÃO et al., 2019; ZAMONEL; CAMPOS, 2018).

Desta forma, a Educação Alimentar e Nutricional (EAN) é um campo que busca educar e orientar a população acerca de hábitos saudáveis conforme assegura o Direito Humano à Alimentação adequada e segura e tem como propósito promover atividades educativas (SANTOS; BERGOLD, 2018), respeitando cada etapa da vida e fase alimentar do indivíduo e/ou população levando em consideração as características alimentares que compõem o contexto que o sujeito se encontra inserido (BRASIL, 2012).

A educação alimentar e nutricional pode e deve ser utilizada como ferramenta na promoção de hábitos saudáveis devido a sua eficácia no combate e controle das condições crônicas não transmissíveis. A utilização das metodologias ativas nesse processo contribui para que esse conhecimento seja introduzido nas crianças, de forma dinâmica (CONCEIÇÃO et al., 2019; SOARES et al., 2018).

Considera-se que o lúdico é uma estratégia constante e válida para o ensino de EAN na Educação Infantil e nos anos iniciais, onde muitas vezes o tema é abordado de maneira recreativa para os alunos, o que contribui para assimilação dos conceitos transmitidos durante a aula. Assim, a criança encontra o equilíbrio entre o real e o imaginário e tem a oportunidade de se desenvolver de maneira prazerosa (CONCEIÇÃO et al., 2019; BORGES; ALENCAR, 2014).

A promoção da saúde no ambiente escolar compreende três grandes áreas, sendo a educação em saúde, participação dos serviços de saúde e ambiente saudável. Em seguida, a escola tem sido visualizada como um espaço considerado privilegiado para desenvolver ações que viabilizem o progresso dos aspectos relativos à saúde, bem como o estado nutricional (CONCEIÇÃO et al., 2019; BACICH; MORAN, 2018).

Segundo Pacheco et al (2021) e Conceição et al (2019), estudos desenvolvidos nos últimos anos indicam que as interferências de EAN são bem-sucedidas quando desenvolvidas de forma abrangente, duradoura e intensa, priorizando as transformações ambientais no espaço escolar, como também envolvendo a família. Pacheco et al (2021) também fazem uma sugestão que essas intervenções devem ter como base a teoria, sendo as mesmas ligadas ao plano de estudo e atividades escolares de forma regular.

A utilização de tecnologias adaptadas, como o modelo para aprovisionar a promoção da saúde, é primordial para o desenvolvimento de atribuições educativas. Deste modo, a concepção de estratégias que tornem possível o ensino-aprendizagem precisa priorizar o acionamento da ciência prévia e ter como pilar a ludicidade de forma contextualizada (PINHEIRO et al., 2021; OLIVEIRA et al., 2018). Nesse momento as metodologias ativas de educação principalmente quando voltadas para a saúde devem ser aplicadas na expectativa de serem utilizadas em contextos diversos de ensino e, para isso, devem ser testadas de maneira adequada para cumprir o papel educativo considerado (BORGES; ALENCAR, 2014).

Para a condução generalizada da perspectiva nutricional e alimentar na escola, o procedimento educacional aplicado, demanda estratégias associadas às características sensoriais (atratividade, formato, cores, apresentação, etc), harmonizadas de maneira lúdica. Uma educação na conjuntura da nutrição torna possível a compreensão de como o alimento é preparado, ambiente em que ocorrem as refeições, como também sobre as porções oferecidas, sendo estes uns dos fatores considerados significativos para satisfazer as necessidades emocionais, sociais e principalmente nutricionais, direcionando para promoção da qualidade de vida saudável (CONCEIÇÃO et al., 2019; MAIA et al., 2012).

Relacionado à qualidade de vida saudável é fundamental evidenciar a educação em saúde, conhecida como um processo transformador e crítico, desenvolvida por um agente que promove a comunicação, que pode proporcionar o aprendizado de caráter coletivo ou individual, além de uma alteração de conduta, desfavorável anteriormente e que pode deixar a saúde vulnerável. A promoção da saúde é percebida como um grupo de atividades que tem como propósito capacitar um grupo social ou um indivíduo para o desenvolvimento dos recursos indispensáveis para manutenção ou elevação do seu bem-estar, refletindo na qualidade de vida do sujeito (MELO; CAMAROTTI, 2021; PACHECO et al., 2021).

Dentre os artifícios ativos que são evidenciados no estudo de Conceição et al (2019), descritos como “desafiadores, motivadores, humanistas, investigativos, críticos, reflexivos, contextualizados, interdisciplinares, colaborativos e construtivistas”, são exemplos: a Aprendizagem por Projetos ou Problematização, Aprendizagem Baseada em Projetos; Team Based Learning; Roda de conversa; e o Problem Based Learning.

As metodologias ativas descritas no estudo de Oliveira et al (2018) são: aula dialogada; tempestade de ideias; seminário; mapa conceitual; solução de problemas; dramatização; portfólio; grupo de verbalização e de observação; oficina; júri simulado; simpósio; ensino com pesquisa; estudo de caso; entrevista; painel; entre outras. Ainda, oficinas, painéis, jogos lúdicos, histórias com fantoches, jogos eletrônicos, atividades educativas em EAN, palestras, encontros, apresentações e recursos audiovisuais.

CONSIDERAÇÕES

Os comportamentos alimentares das crianças são suscetíveis a muitas influências externas dentro de suas famílias, escolas e comunidades. Atualmente, muitas dessas influências promovem padrões alimentares que predispõem à alimentação com baixa qualidade nutricional. Porém, essas influências também podem atuar na promoção de práticas alimentares saudáveis. A incorporação do conhecimento atual sobre as influências multifacetadas nos comportamentos alimentares das crianças nos esforços de prevenção e ações baseadas em evidências é necessária para ajudar a melhorar a qualidade da alimentação diante a mudança dos comportamentos alimentares dos jovens.

Nesse contexto, o uso de metodologias ativas como forma de intervenção tem função relevante no desenvolvimento de mudanças dos hábitos alimentares infantis por despertar o interesse e curiosidade dos discentes, além disso, contribuir para aquisição de novos hábitos favoráveis. Assim, atividades de Educação Alimentar e Nutricional devem ser propostas desde a fase inicial escolar, para a formação de comportamento alimentar adequados e escolhas alimentares a fim de proporcionar não somente um crescimento mais sadio como prevenir condições crônicas também na fase adulta.

As atividades de EAN aliadas às metodologias ativas de forma participativa e lúdica como promover mudanças nas práticas alimentares dos escolares por despertar o interesse e curiosidade pelo alimento proveitoso e imprimir nas crianças desejos de consumi-lo. Isto pode contribuir para boas escolhas alimentares.

CONCLUSÃO

As ações de EAN devem ocorrer de forma contínua no ambiente escolar, permitindo que os educandos sejam provocados e tenham senso crítico, estando conscientes das escolhas alimentares adequadas, perpassando à sua faixa etária. A inserção de metodologias ativas e atuais que valorizam a busca da autonomia voltadas para o conhecimento alimentar e nutricional são instrumentos fundamentais para tal objetivo. Contudo, a fundamentação pedagógica é essencial para o sucesso dessas ações, para que as mesmas não se restringem ao perfil de atividades de entretenimento com fundamentações restritas aos modelos orientativos.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, V., et al. História da educação e método de aprendizagem em ensino de história. Palmas: EDUFT, 2018, 391p.

APARÍCIO, Graça. Ajudar a desenvolver hábitos alimentares saudáveis na infância. **Millenium-Journal of Education, Technologies, and Health**, n. 38, p. 283-298, 2016.

BACICH, L.; MORAN, J. Metodologias ativas para uma educação inovadora: uma abordagem teórico-prática. Porto Alegre: Penso, 2018.

BEIER, A.A.V., et al. Metodologias ativas: um desafio para as áreas de ciências aplicadas e engenharias. In: Seminário Internacional de Educação, II., 2017, Cruz Alta / RS. Anais Seminário Internacional de Educação... Cruz Alta / RS: UERGS, 2017.

BORGES, T.S.; ALENCAR G. Metodologias ativas na promoção da formação crítica do estudante: o uso das metodologias ativas como recurso didático na formação crítica do estudante do ensino superior. Cairu em Revista, v.8, n. 04, p. 119-143, Jul/Ago 2014.

BRASIL. Ministério da Saúde. Política Nacional de Alimentação e Nutrição. Brasília: Ministério da Saúde; 2012.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas. – Brasília, DF: MDS; Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, 2012. 68 p.

BRITO, L.P., et al. Metodologias lúdicas e educação alimentar e nutricional para promover o consumo de pescado em escolares. Revista Eletrônica de Extensão - Extensio, v. 16, n. 34, p. 127-142, 2019.

CARDOSO, Susana et al. Escolhas e hábitos alimentares em adolescentes: associação com padrões alimentares do agregado familiar. **Revista Portuguesa de Saúde Pública**, v. 33, n. 2, p. 128-136, 2015.

CONCEIÇÃO, A.C., et al. Ludicidade e método ativo na educação alimentar e nutricional do escolar. Interdisciplinary Journal of Health Education, v. 4, n. 1-2, 2019.

DIESEL, A.; BALDEZ, A.L.S.; MARTINS, S.N. Os princípios das metodologias ativas de ensino: uma abordagem teórica. Revista Thema, v.14, n.1, p. 268-288, 2017.

FREIRE, P. Pedagogia da Autonomia. Saberes necessários à prática educativa. 51ªed. Rio de Janeiro: Paz e terra, 2015.

MAIA, E.R. et al. Validação de metodologias ativas de ensino-aprendizagem na promoção da saúde alimentar infantil. *Revista de Nutrição*, v. 25, p. 79-88, 2012.

MARIN, Tatiana; BERTON, Priscila; SANTO, L. K. R. E. Educação nutricional e alimentar: por uma correta formação dos hábitos alimentares. *Rev F@ ciência*, v. 3, n. 7, p. 72-8, 2009.

MELO, A.S.; CAMAROTTI, M.F. Educação Alimentar E Nutricional: Estratégias lúdicas facilitadoras do ensino de Biologia na Educação de Jovens e Adultos. *BrazilianJournalofDevelopment*, v. 7, n. 1, p. 7000-7019, 2021.

MEDEIROS, A. Docência na socioeducação. Brasília: Universidade de Brasília, Campus Planaltina, 2014.

MORÁN, J. Mudando a educação com metodologias ativas. In: SOUZA, Carlos Alberto de; MORALES, Ofelia Elisa Torres. Coleção Mídias Contemporâneas. Convergências Midiáticas, Educação e Cidadania: aproximações jovens. [S.l.]: UEPG, 2015. p. 15-33.

NOGUEIRA, M.O. G. LEAL, D. Teorias de aprendizagem - um encontro entre os pensamentos filosófico, pedagógico e psicológico. 2 ed. Curitiba: InterSaberes, 2015.

NOTA TÉCNICA Nº 2974175/2022/COSAN/CGPAE/DIRAE. Processo nº 23034.017554/2022-78. Brasília: Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação, 2022.

OLIVEIRA, A.M., et al. Metodologias ativas de ensino e aprendizagem na educação alimentar e nutricional para crianças: uma visão nacional. *RBONE-Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, v. 12, n. 73, p. 607-614, 2018.

PAIVA, M.R.F., et al. Metodologias ativas no ensino aprendizagem: revisão de literatura. *Sanare, Sobral*, v.15, n.2, p. 145-153, ju/dez. 2016.

PACHECO, T.C.S., et al. Avaliação da aceitabilidade de lanche saudável em duas escolas da rede pública. *Research, SocietyandDevelopment*, v. 10, n. 9, p. e21010917852-e21010917852, 2021.

PEREIRA, T. S.; PEREIRA, R. C.; ANGELIS-PEREIRA, M. C. Influência de intervenções educativas no conhecimento sobre alimentação e nutrição de adolescentes de uma escola pública. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 22, n. 2, p. 427-435, 2017.

PINHEIRO, A., et al. Ações de educação alimentar e nutricional na prevenção ao excesso de peso em escolares: Experiência do Programa Saúde na Escola em um município do Vale do Rio dos Sinos-RS. *Revista da Associação Brasileira de Nutrição-RASBRAN*, v. 12, n. 4, p. 38-51, 2021.

SANCHES, W.S.; GREGGIO, S. Educação Alimentar e Nutricional (EAN) nas escolas: relevância e limitações. Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento. Ano. 07, Ed. 09, Vol. 02, pp. 140-149. Setembro de 2022.

SANTOS, A.P.M.; BERGOLD, L.B. Oficinas musicais: a utilização do lúdico e da música para Educação Alimentar e Nutricional com escolares. Revista da Associação Brasileira de Nutrição, v.1, n. 2, p. 87-92, 2018.

SOARES, P., et al. Programa Nacional de Alimentação Escolar como promotor de sistemas alimentares locais, saudáveis e sustentáveis: uma avaliação da execução financeira. CiencSaudeColet, v. 23, n.12, p. 4189-4197, 2018.

SOUZA, C.S.; IGLESIAS, A.G.; PAZIN-FILHO, A. Estratégias inovadoras para métodos de ensino tradicionais –aspectos gerais. Medicina,v. 47, n. 3, p. 284-292, 2014.

SOUZA, S.C.; DOURADO,L. Aprendizagem baseada em problemas (abp): um método de aprendizagem inovador para o ensino educativo. HOLOS, Ano 31, v.5, 2015.

TABILE, A.F.; JACOMETO, M.C.D. Fatores influenciadores no processo de aprendizagem: um estudo de caso. RevPsicopedagog. São Paulo, v. 34, n. 103, 2017.

TOZONI-REIS, Marília Freitas de Campos; CAMPOS, Luciana Maria Lunardi. Educação ambiental escolar, formação humana e formação de professores: articulações necessárias. Educar em revista, p. 145-162, 2014.

ZAMONEL, A.L.G.; CAMPOS, H.C. Impacto da educação nutricional em escolares do município de Taiaçu-SP. 2019.