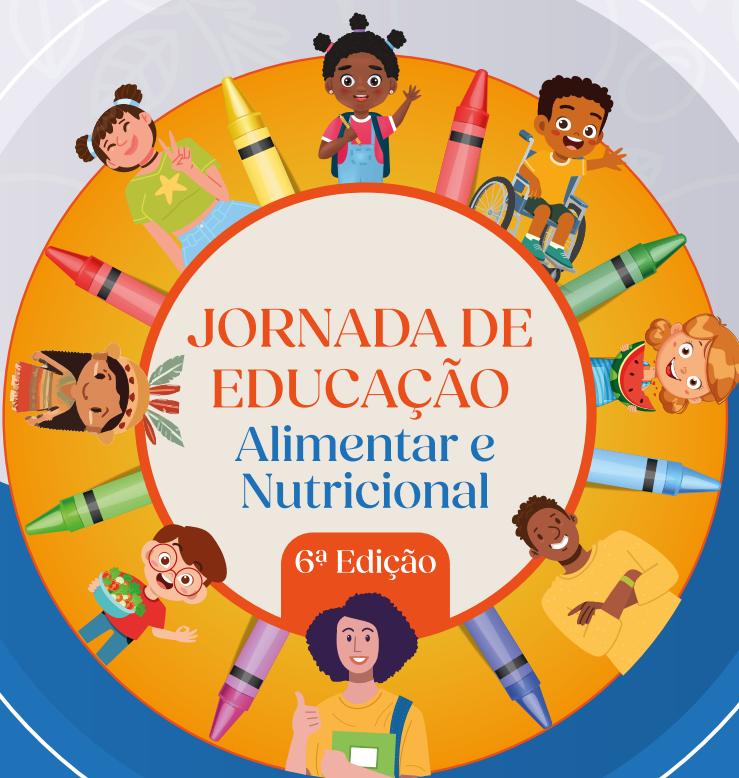


# MELHORES RELATOS DA JORNADA DE EAN

## 6ª EDIÇÃO







# **MELHORES RELATOS DA JORNADA DE EAN**

## **6ª EDIÇÃO**







# *Carta da Presidenta do FNDE*

O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) é uma das mais extraordinárias e respeitadas políticas públicas do mundo no campo da alimentação e da educação. Seu caráter intersetorial o torna um pilar essencial para a promoção da Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) e do Direito Humano à Alimentação Adequada. A alimentação escolar é um investimento não apenas no presente, mas também no futuro, pois impacta diretamente o aprendizado, a saúde e a qualidade de vida dos estudantes, promovendo, de forma eficiente, o desenvolvimento local sustentável e a garantia do direito constitucional à alimentação escolar para milhões de estudantes da Educação Básica em todo o Brasil.

O compromisso do governo brasileiro com a erradicação da fome e a promoção da SAN reflete-se no PNAE, que vai além de assegurar refeições adequadas e seguras, pois também fomenta práticas educativas que incentivam escolhas alimentares saudáveis e sustentáveis. A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) é um dos pilares mais fundamentais dessa política, transformando a escola em um espaço dinâmico de aprendizado, no qual as práticas alimentares saudáveis são ensinadas como base para o desenvolvimento integral dos estudantes.

É com imensa satisfação que apresentamos esta publicação da 6ª edição da Jornada de Educação Alimentar e Nutricional, uma iniciativa que fortalece as diretrizes e os objetivos do PNAE ao promover experiências inovadoras e significativas no campo da EAN. Nesta edição, quatro temas centrais orientaram as atividades da Jornada, ampliando reflexões e práticas em todo o país:

**Tema 1:** Comer em companhia, com prazer e atenção;

**Tema 2:** Como a crise climática afeta nossa alimentação e como podemos agir?

**Tema 3:** Povos e Comunidades Tradicionais: valorizando saberes e conexões na alimentação escolar;

**Tema 4:** Além da cozinha: o papel da merendeira como educadora.

A cada edição, testemunhamos o impacto extraordinário e transformador da Jornada de EAN, que inspira professores, professoras, nutricionistas, merendeiras, merendeiros, agricultores e agricultoras familiares, gestores e gestoras a se engajarem na construção de uma alimentação mais saudável, eficiente e sustentável. O FNDE expressa seu profundo reconhecimento a toda a comunidade escolar pelo comprometimento e dedicação que tornam essa iniciativa um sucesso, reafirmando que a educação e a alimentação são bases sólidas para o desenvolvimento de uma sociedade mais justa e próspera.

**Fernanda Pacobahyba**  
Presidenta do FNDE





# *Carta do diretor-geral brasileiro da ITAIPU Binacional*

Em abril de 2024, durante o 6º Encontro do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), em Brasília, o presidente Luiz Inácio Lula da Silva e o ministro da Educação, Camilo Santana, anunciaram oficialmente o projeto “Alimentação Escolar Nota 10: Formação e Valorização de Merendeiras e Nutricionistas”, com participação direta da ITAIPU Binacional.

Resultado de uma parceria entre a ITAIPU, o Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE), o Instituto Federal do Sul de Minas Gerais (IFSULDEMINAS) e a Fundação de Apoio ao Desenvolvimento da Extensão, Pesquisa, Ensino Profissionalizante e Tecnológico (FADEMA), o projeto integra o Programa Itaipu Mais que Energia e conta com investimento de quase R\$ 5 milhões da binacional. A iniciativa, alinhada à Política Nacional de Alimentação Escolar, reforça o compromisso da ITAIPU com o desenvolvimento territorial sustentável e com políticas públicas que promovem a segurança alimentar, a educação de qualidade e a justiça social.

O principal objetivo do projeto é a implementação de um processo formativo em Segurança Alimentar e Nutricional voltado para merendeiras e nutricionistas que atuam no âmbito do PNAE, contribuindo para o fortalecimento da Política Nacional de Alimentação Escolar. A ação prevê a publicação deste livro, contendo os melhores relatos da 6ª edição da Jornada de Educação Alimentar e Nutricional (EAN), do Caderno de Receitas Saudáveis, além da realização de seminários regionais e nacionais, capacitações presenciais e a distância, premiação das Jornadas de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) e a valorização pública dessas profissionais por meio de campanhas e concursos.

A ITAIPU tem orgulho de integrar esse esforço conjunto com o governo federal, reconhecendo que a alimentação escolar é parte fundamental do processo educativo. Como destacou o presidente Lula: “Ninguém consegue estudar de barriga vazia”. A me-

renda escolar é, para muitas crianças, a principal refeição do dia, e sua qualidade tem impacto direto no desenvolvimento físico, cognitivo e social dos estudantes.

Esta ação fortalece a agricultura familiar, especialmente aquela desenvolvida por comunidades tradicionais, quilombolas, indígenas, cooperativas de mulheres e outros grupos que produzem alimentos saudáveis e sustentáveis. A valorização desses agricultores reflete-se na oferta de uma merenda mais diversificada e nutritiva, ao mesmo tempo que promove a educação ambiental e a inclusão produtiva no campo.

Com esta publicação, celebramos o protagonismo dos atores sociais da alimentação escolar, destacando as merendeiras e nutricionistas, que, com afeto, criatividade e responsabilidade, alimentam diariamente milhões de crianças e adolescentes nas escolas públicas do Brasil. Que este material inspire novas práticas, valorize saberes locais e contribua para transformar hábitos em direção a uma vida mais saudável e solidária.

Boa leitura!

**Enio Verri**  
Diretor-geral brasileiro da  
ITAIPU Binacional



# *Mensagem da Equipe da Jornada de EAN*

A 6ª edição da Jornada de Educação Alimentar e Nutricional reafirma seu compromisso com a promoção de práticas alimentares adequadas e saudáveis no ambiente escolar. A cada nova edição, essa iniciativa fortalece um espaço dinâmico e transdisciplinar de aprendizado e troca de saberes, no qual a alimentação é compreendida em suas múltiplas dimensões – sociais, culturais, históricas, ambientais e econômicas.

Ao reunir educadores, educadoras, nutricionistas, familiares e responsáveis pelos estudantes, gestores, gestoras, merendeiras, merendeiros, agricultores e agricultoras familiares, estudantes e demais membros da comunidade escolar, a Jornada permite que diferentes olhares e experiências contribuam para transformar a relação da comunidade com a alimentação. Esse intercâmbio fortalece a Educação Alimentar e Nutricional (EAN) como um processo coletivo, que valoriza o conhecimento científico e os saberes tradicionais, promovendo hábitos alimentares saudáveis e sustentáveis ao longo da vida.

Compreendendo a escola como um ambiente vivo e estratégico para a formação de hábitos alimentares, a Jornada incentiva a construção de práticas educativas inovadoras, reflexivas e alinhadas às diretrizes do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE). Ao integrar a EAN ao cotidiano escolar, possibilita-se não apenas a melhoria da alimentação de estudantes, mas também a criação de um espaço onde o alimento é reconhecido como um patrimônio cultural, social e ambiental, promovendo conexões entre o ato de comer, a identidade e a sustentabilidade.

Nesta edição, destacamos vinte práticas inspiradoras implementadas por escolas de diversas regiões do país, selecionadas entre aproximadamente 2.000 relatos de Educação Alimentar e Nutricional registrados. Que esses relatos inspirem novas ações e continuem ampliando o alcance da Educação Alimentar e Nutricional, fortalecendo o compromisso de toda a comunidade escolar na construção de um futuro onde a alimentação seja cada vez mais consciente, inclusiva e transformadora.

Com entusiasmo e dedicação,

**Equipe da Divisão de Educação Alimentar e Nutricional (DIEAN)**

**Coordenação de Segurança Alimentar e Nutricional (COSAN)**

**Coordenação-Geral do Programa Nacional de Alimentação Escolar (CGPAE)**







# *Apresentação*

A Jornada de Educação Alimentar e Nutricional (EAN), no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), é uma iniciativa do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE), que ocorre desde 2017. Em sua sexta edição, seguindo o seu propósito, promoveu um encontro de valorização das ações de EAN na construção de hábitos de vida saudáveis e que são potencializados pelas ações do PNAE. Seu maior objetivo é incentivar o debate e a prática de ações de EAN no ambiente escolar, além de dar visibilidade às iniciativas criativas e transformadoras desenvolvidas nas escolas públicas de todo país, servindo de inspiração para novos olhares e fazeres de EAN, fortalecendo o PNAE e a educação pública e de qualidade do Brasil.

A Jornada é uma iniciativa que celebra a alimentação como ato político, cultural e afetivo, repleto de significados que vão muito além do nutricional. Nesta edição, foram 2.344 escolas inscritas, e dentre as escolas aprovadas, foram recebidas 1.287 atividades de EAN realizadas em diversos municípios e estados brasileiros, abordando e fazendo refletir temas urgentes e inspiradores que dialogam com os desafios e as belezas do nosso tempo: “Comer em companhia, com prazer e atenção”, “Como a crise climática afeta a nossa alimentação e como podemos agir?”, “Povos e Comunidades Tradicionais: valorizando saberes e conexões na alimentação escolar” e “Além da cozinha: o papel da merendeira como educadora”.

**“Comer em companhia, com prazer e atenção”** faz lembrar que a alimentação é um convite ao encontro, à partilha e ao afeto. Em um mundo acelerado, resgatar a importância de saborear cada refeição com presença, valorizando os laços que se fortalecem à mesa e os sentidos que se aguçam quando se come com consciência e gratidão, é salutar ao processo de construção de hábitos alimentares saudáveis. A alimentação escolar se configura como uma importante oportunidade de exercitar o comer com presença e companhia.

Já “**Como a crise climática afeta a nossa alimentação e como podemos agir?**” traz à tona um debate necessário de ser feito no âmbito escolar: a relação intrínseca entre o que se come e o futuro do planeta. É fundamental discutir como as mudanças climáticas impactam a produção de alimentos e, principalmente, como cada cidadão e cidadã pode contribuir para construção de sistemas alimentares mais justos e sustentáveis, da escolha do prato às políticas públicas.

Em “**Povos e Comunidades Tradicionais: valorizando saberes e conexões na alimentação escolar**”, honra-se a riqueza dos conhecimentos ancestrais que atravessam gerações. A alimentação escolar se transforma em um espaço de diálogo entre culturas, onde a biodiversidade e os saberes tradicionais se encontram para nutrir corpo e alma, fortalecendo identidades e territórios.

Por fim, “**Além da cozinha: o papel da merendeira como educadora**” celebra as profissionais que, com suas mãos habilidosas e coração generoso, fazem da cozinha um lugar de aprendizagem e cuidado. Elas são agentes fundamentais na construção de hábitos alimentares saudáveis, transmitindo valores e afeto em cada refeição servida.

Desta forma, é possível afirmar que EAN é um investimento que acontece no presente, utilizando os aprendizados do passado para que se reflita em transformações no futuro, afinal, como diz o escritor indígena Ailton Krenak, “O futuro é ancestral”. Por meio das diversas ações de EAN é possível promover melhora nos hábitos alimentares, prevenir doenças e contribuir com a preservação do meio ambiente.

A Alimentação Escolar é um componente importante do processo de formação dos e das estudantes. As ações compartilhadas neste livro são confirmações de como a EAN pode promover mudanças significativas e duradouras, não apenas na alimentação, mas também no bem-estar dos alunos e das alunas, e de toda comunidade escolar.

Este livro é um convite para que se pense coletivamente sobre o presente e o futuro da alimentação no país. Este instrumento, que é muito mais que páginas bem diagramadas e ilustradas, inspira reflexões, mudança de paradigmas, ações e, principalmente, a compreensão de que comer é um ato de transformação – do indivíduo, da sociedade e do planeta.

Desfrutem de cada página sentindo o gostinho de poder “esperançar” por meio do compartilhamento de experiências, da possibilidade de estabelecer ideias e práticas educativas pautadas em princípios essenciais de direitos humanos e ética, e através do exercício de tornar realidade práticas criativas, inclusivas, inovadoras e que contribuam, de fato, para transformar realidades hostis em bem-viver.

**Boa leitura e boas ideias!**

**Dra. Vanille Valério Barbosa Pessoa Cardoso –**

Professora do Curso de Nutrição da UFCG,  
campus Cuité, e Coordenadora do Núcleo PENSO





# *Listas de Siglas*

**APASA:** Associação dos Pequenos Agricultores do Sertão Alagoano

**BNCC:** Base Nacional Comum Curricular

**CAIC:** Centro de Atenção Integral à Criança (ou Centro de Atendimento Integrado à Criança)

**CECANE-UFS:** Centro Colaborador em Alimentação e Nutrição Escolar da Universidade Federal de Sergipe

**CEI:** Centro de Educação Infantil

**CEMEI:** Centro Municipal de Educação Infantil

**CRN:** Conselho Regional de Nutrição

**DIEAN:** Divisão de Educação Alimentar e Nutricional

**DNOCS:** Departamento Nacional de Obras Contra as Secas

**EAN:** Educação Alimentar e Nutricional

**EBM:** Escola Básica Municipal

**EE:** Educação Especial

**EIEF:** Escola Indígena de Ensino Fundamental

**EJA:** Educação de Jovens e Adultos

**EMEB:** Escola Municipal de Educação Básica

**EMEF:** Escola Municipal de Ensino Fundamental

**EMEI:** Escola Municipal de Educação Infantil

**EMEIEF:** Escola Municipal de Educação Infantil e Ensino Fundamental

**FADEMA:** Fundação de Apoio ao Desenvolvimento da Extensão, Pesquisa, Ensino Profissionalizante e Tecnológico

**FNDE:** Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação

**IFSULDEMINAS:** Instituto Federal do Sul de Minas Gerais

**IMT:** Iniciação ao Mundo do Trabalho

**LIBRAS:** Língua Brasileira de Sinais

**MDS:** Ministério do Desenvolvimento Social (atual Ministério do Desenvolvimento e Assistência Social).

**MEC:** Ministério da Educação

**ODS:** Objetivos de Desenvolvimento Sustentável

**PANCs:** Plantas Alimentícias Não Convencionais

**PNAE:** Programa Nacional de Alimentação Escolar

**PPP:** Projeto Político-Pedagógico

**PTS:** Proteína Texturizada de Soja

**RT:** Responsável Técnico(a)

**SAN:** Segurança Alimentar e Nutricional

**SME:** Secretaria Municipal de Educação

**UFCG:** Universidade Federal de Campina Grande

**UNIFAL-MG:** Universidade Federal de Alfenas (Minas Gerais)



# SUMÁRIO

## CAPÍTULO 1

Comer em companhia,  
com prazer e atenção **20**

- 22** Barriguinha Feliz
- 31** Promovendo a saúde e fortalecendo laços
- 41** Programa de Auditório “Altas Dicas”
- 45** Trabalhando a compreensão sobre o ato de comer
- 51** Comer em companhia, com prazer e atenção

## CAPÍTULO 2

Como a crise climática afeta a nossa  
alimentação e como podemos agir? **57**

- 60** Do solo à mesa: como as mudanças climáticas interferem na nossa alimentação
- 64** Explorando os alimentos
- 70** Do prato ao planeta: repensando sabores e sustentabilidade
- 74** Alimentação consciente - Desvendando como as mudanças climáticas influenciam na nossa alimentação
- 79** Como a crise climática afeta a nossa alimentação e como podemos agir?

**85** Povos e Comunidades Tradicionais:  
valorizando saberes e conexões na  
alimentação escolar

**CAPÍTULO 3**

**88** Um mergulho na Cultura Quilombola: Dia de Campo na  
Comunidade de Sítio Alto

**96** Uma viagem na cultura dos povos tradicionais

**102** Oficina culinária: Kavuré gerando conexão entre o povo Guarani  
e estudantes não indígenas

**105** Cultura e Alimentação: resgatando tradições quilombolas  
na escola

**111** Nosso povo, nossas raízes: é conhecendo que se  
ama, é amando que se respeita

**116** Além da cozinha: o papel da  
merendeira como educadora

**CAPÍTULO 4**

**118** Merendeiras educadoras: desenvolvendo habilidades culinárias  
e vínculos afetivos no ambiente escolar

**124** Cozinhar com amor, educar com valor

**129** O papel da merendeira como educadora

**134** Encontro com as cozinheiras escolares e inauguração do  
cardápio ilustrado

**143** Hoje você é a estrela: entrevistando a merendeira escolar

# 1

Comer em  
companhia, com  
prazer e atenção



# **COMER EM COMPANHIA, COM PRAZER E ATENÇÃO**

Comer em companhia, com prazer e atenção, é uma oportunidade para promover a saúde, valorizar a cultura alimentar e fortalecer os laços sociais, proporcionando uma conexão mais profunda com os alimentos e com as pessoas ao nosso redor. O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) desempenha um papel fundamental nesse contexto, incentivando experiências enriquecedoras e significativas para os estudantes.

O PNAE estabelece diretrizes para garantir que as refeições servidas nas escolas sejam balanceadas, saudáveis e adequadas às necessidades nutricionais dos alunos. Isso inclui a oferta de uma variedade de alimentos frescos, regionais e nutritivos, contribuindo para a formação de hábitos alimentares saudáveis desde a infância.

Além disso, o Programa valoriza o convívio e a socialização durante as refeições, incentivando os estudantes a compartilharem o momento da alimentação em grupo. Comer em companhia promove a interação entre os colegas, fortalece os vínculos afetivos e estimula a construção de uma cultura alimentar positiva.

O prazer ao comer também é uma dimensão importante da alimentação escolar. Ao priorizar ingredientes frescos, preparações saborosas e refeições atrativas, o programa busca tornar o ato de comer uma experiência agradável e satisfatória para os estudantes. Isso contribui não apenas para o bem-estar físico, mas também para o desenvolvimento emocional e social dos alunos.

A atenção na alimentação é outra dimensão importante desse contexto. Ao praticar a atenção plena durante as refeições, estamos mais presentes no momento presente, conscientes das sensações físicas e emocionais que surgem enquanto comemos. Isso nos permite reconhecer os sinais de fome e saciedade, evitando excessos alimentares e promovendo uma relação mais saudável com a comida. Além disso, a atenção na alimentação nos ajuda a apreciar mais os alimentos e a desfrutar verdadeiramente da experiência de comer.

Em suma, o Programa Nacional de Alimentação Escolar não se limita apenas a fornecer refeições nutritivas, mas também se preocupa em promover uma experiência alimentar completa, que valoriza a convivialidade, o prazer e a atenção na alimentação. Ao fazer isso, o PNAE contribui para o desenvolvimento integral dos estudantes e para a promoção da saúde e bem-estar na comunidade escolar.

Neste tema da Jornada, incentivamos todos a comer em companhia, com prazer e atenção. Compartilhem refeições com outras pessoas, apreciem os alimentos e pratiquem a atenção plena na alimentação. Desejamos que as atividades da Jornada dentro desse tema sejam capazes de valorizar e cultivar essa prática em nosso dia a dia, reconhecendo o poder transformador que uma simples refeição pode ter em nossa vida!

# BARRIGUINHA FELIZ

Município:  
**Sorocaba - SP**



128 estudantes

## EDUCAÇÃO INFANTIL



CEI 122 Nelson Fonseca

## EQUIPE

**Renata Gonçalves Falcato Catini**  
Participante inscrita na Jornada

**Renata Gonçalves Falcato Catini**  
Nutricionista da Alimentação Escolar

**Nivia Fernanda Ferreira**  
**Claudia Lima**  
Coordenadoras da Jornada

**SÃO PAULO**  
**SÃO PAULO**  
**SÃO PAULO**  
**SÃO PAULO**  
**SÃO PAULO**  
**SÃO PAULO**  
**SÃO PAULO**

An outline map of Brazil, with the state of São Paulo highlighted in a solid yellow color. The map is overlaid on a background of repeating "SÃO PAULO" text in a lighter shade of orange.

**Período de execução:** 16/04 a 24/05/2024

**Profissionais envolvidos:** Diretora Nivia F. Ferreira, nutricionista da Secretaria de Educação Renata G. Falcato Catini, coordenadora pedagógica Miriam, professoras Mayara, Luana, Silvana e Lucimara, auxiliares de educação, merendeiras escolares e responsáveis.

**Público-alvo:** 128 crianças de 4 meses a 4 anos

**Objetivo:** Incentivar e valorizar o momento da alimentação, promovendo cuidados com o corpo, ampliando a autoimagem e reconhecendo as particularidades de cada criança.

**Campos de experiência BNCC:** Escuta, Fala, Pensamento e Imaginação; O Eu, o Outro e o Nós; Traços, Sons, Cores e Formas.



## DESENVOLVIMENTO

### ETAPA 1

A sensibilização dos adultos foi iniciada em uma reunião com a equipe escolar (gestoras e professoras) e a nutricionista Renata. Foram apresentados os objetivos, temas e propostas da Jornada de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) do FNDE, além do conceito de EAN, de acordo com o Marco de Referência de EAN para as políticas públicas, conforme sintetizado no documento Princípios e Práticas para Educação Alimentar e Nutricional (Ministério do Desenvolvimento Social – MDS, Governo Federal, 2018).

O Tema 1, “Comer em companhia, com prazer e atenção”, foi abordado de forma conceitual e prática. A equipe escolar foi convidada a refletir sobre sua relação com a comida por meio da pergunta: “O que é comer normalmente para você?”. Frases de Ellyn Satter foram lidas em formato de jogral e discutidas.

Na sequência, uvas-passas foram distribuídas para a realização da dinâmica do comer consciente. Na primeira rodada, as frutas foram consumidas sem orientações específicas. Na segunda rodada, a nutricionista explicou o conceito de atenção plena e orientou os participantes a degustarem a uva-passa com atenção, explorando os sentidos.

Foi apresentado o vídeo “O que é COMER CONSCIENTE?” do canal Autoridade Fitness (YouTube), seguido de discussão. A nutricionista Renata propôs a atividade “Qual o tamanho da minha fome?”, na qual, de forma lúdica, três animais de tamanhos diferentes seriam “alimentados” pelas crianças usando imagens, recortes ou brinquedos. A atividade visava trabalhar os conceitos de fome, saciedade, comer com atenção e diferenças interpessoais no consumo alimentar. A adequação do conteúdo e da abordagem à faixa etária de cada turma ficou a cargo dos educadores. Por fim, o vídeo “Você come no piloto automático? Mindful Eating: comer com atenção plena” do canal Eu Vejo (YouTube) foi disponibilizado para acesso individual e aprofundamento no tema.



## ETAPA 2

### Planejamento e Execução das Atividades

A equipe escolar elaborou um planejamento pedagógico semanal com base no Tema 1 da Jornada. As professoras selecionaram materiais e atividades lúdicas adequadas à faixa etária das crianças (4 meses a 4 anos). As atividades foram realizadas com todas as turmas da unidade escolar, conforme descrito abaixo:

**Segunda-feira:** Leitura do livro *Hora do Almoço*

**Atividade:** Leitura em roda do livro *Hora do Almoço*, de Rebecca Cobb, com apresentação das imagens, expressões faciais, movimentos corporais e diferentes entonações de voz para incentivar práticas de alimentação saudável. A história apresenta uma

menina que se senta à mesa sozinha para sua refeição, mas não sente vontade de comer. Animais aparecem para fazer companhia, consumindo sua comida, o que inicialmente a deixa feliz, mas depois ela percebe que está com fome. A menina retorna à mesa para se alimentar, valorizando o alimento saudável preparado com carinho pela mãe. As crianças receberam a história com entusiasmo e se mostraram animadas nas refeições seguintes, recordando os “amiguinhos comilões”.

**Recurso Didático:** Livro *Hora do Almoço*.

**Habilidades Desenvolvidas:** Estimular a alimentação saudável, compreender sua importância e reconhecer os sinais de fome.

**Terça-feira:** Barriguinha Feliz

**Atividade:** Materialização dos animais da história *Hora do Almoço* (urso, jacaré e lobo), confeccionados em diferentes tamanhos com materiais reciclados. As crianças foram convidadas a colocar bolinhas coloridas dentro da “barriga” de cada animal, destacando que cada um tem um tamanho e uma capacidade diferentes, assim como os humanos. A atividade enfatizou o respeito às particularidades e necessidades individuais.

**Recurso Didático:** Animais de materiais reciclados e bolinhas coloridas.

**Habilidades Desenvolvidas:** Noção de quantidade, percepção de conforto e saciedade.

**Quarta-feira:** Imagem Interativa – Corpo Humano: Quanto Cabe na Minha Barriguinha?

**Atividade:** Em roda, as crianças relembraram a atividade do dia anterior. Foi apresentada uma imagem do corpo humano, com ênfase na barriga. Após a refeição, cada criança preencheu a “barriguinha” de um boneco, simulando a quantidade de alimento consumida. As crianças levaram o boneco para casa para compartilhar com os responsáveis.

**Habilidades Desenvolvidas:** Autoconhecimento, expressão em relação aos outros, respeito ao próprio corpo.

**Quinta-feira:** Conhecendo o Cardápio da Creche

**Atividade:** Apresentação do cardápio escolar, enviado mensalmente às famílias e exposto em um mural de informações para consulta diária. Essa ação promove o melhor aceite das mudanças na merenda escolar, previstas na Resolução FNDE nº 6/2020, e incentiva a comunidade a adotar uma alimentação semelhante à da creche. A troca entre escola e comunidade tem sido fundamental para introduzir hábitos saudáveis desde a primeira infância.

Para reforçar o envolvimento das famílias, as crianças exploraram o cardápio por meio de imagens, desenhos e alimentos reais, despertando curiosidade para ver, sentir, tocar e apreciar os alimentos. Cada criança montou um “prato divertido” com alimentos escolhidos por elas. A atividade passou a fazer parte da decoração da sala, e, ao longo dos dias, as crianças revisitaram a produção, reforçando a importância da alimentação saudável e o prazer de comer com atenção.

**Recurso Didático:** Cardápio escolar, imagens dos pratos e ingredientes, cartolina, cola.

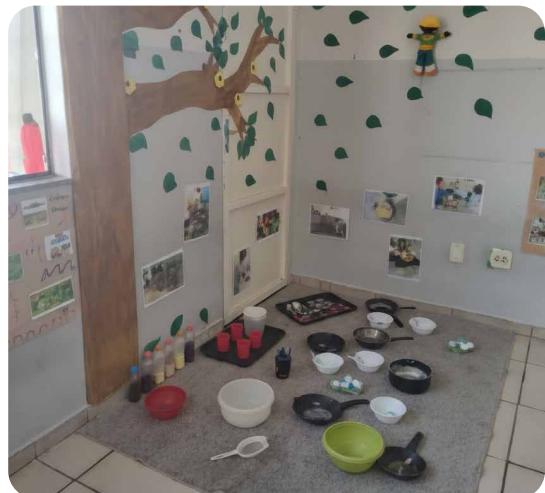
**Habilidades Desenvolvidas:** Reconhecimento do cardápio, aceitação de novos alimentos, fortalecimento da relação escola-comunidade.

**Sexta-feira:** Música “O que é que a comida tem?”

**Atividade:** Apresentação do videoclipe da música “O que é que a comida tem?”, do grupo Animazon, que aborda a importância de consumir legumes e frutas de forma atrativa e divertida. As crianças se divertiram e relacionaram o vídeo às atividades da semana, que incluíam elementos como animais comendo juntos, montagem de pratos com verduras e legumes e uma variedade de frutas, formando uma salada de frutas. O videoclipe reforçou a proposta de “Comer em Companhia, com Prazer e Atenção”.

**Recurso Didático:** Pen drive, televisão, caixa de som.

**Habilidades Desenvolvidas:** Estimular a concentração, memória e hábitos alimentares saudáveis.



### ETAPA 3

#### Culminância e Envolvimento da Comunidade

A culminância dos projetos do segundo bimestre ocorreu com a exposição “Pequenos Artistas do Cotidiano”, que apresentou o desenvolvimento do tema “Comer em companhia, com prazer e atenção” às famílias e crianças. Durante a exposição, a comunidade confeccionou colares de macarrão, previamente colorido pelas crianças em uma atividade complementar à etapa “Conhecendo o Cardápio da Creche”. O macarrão foi escolhido por ser um dos alimentos preferidos das crianças.

Ao longo do desenvolvimento do Tema 1, foram realizadas reuniões com a equipe pedagógica, gestoras e responsáveis, com o objetivo de ressignificar os conteúdos sobre alimentação saudável, indo além de um tema abordado no ambiente escolar.

As vivências afro-brasileiras e indígenas estiveram presentes em todas as etapas, em cumprimento às Leis nº 10.639/2003 e nº 11.645/2008, que tornam obrigatório o ensino da história e cultura africana, afro-brasileira e indígena nos ensinos fundamental e médio. Essas vivências promoveram a valorização da diversidade, combatendo o racismo desde a primeira infância, por meio do reconhecimento dos costumes alimentares de cada família, discutidos nas reuniões.

### **Relatos de Impacto**

Seguem relatos de responsáveis pelas crianças a respeito do impacto que a Jornada de EAN teve em sua família.

*“Ela sempre pede frutas na sobremesa, coisa que não era comum em casa.”*

**Kyra - Creche III A**

*“Ela comia apenas banana e maçã. Depois da creche, aceitou mais opções de frutas, como abacaxi, melancia, melão e kiwi. A alimentação dela já era boa, mas, com a ajuda da creche, ampliou ainda mais o cardápio.”*

**Deise - Creche III B**

*“Observei bastante mudança em questão de alimentação, pois Gael comia muito pouco.”*

**Gael - Creche III B**

*“Betina apresentou algumas falas sobre comer frutas e experimenta um pouquinho. Antes, nem experimentava.”*

**Betina - Creche III A**

*“No início, ele tinha dificuldade de comer pedaços, mas, junto à creche, insistimos e deu certo. Ele não gosta muito de frutas, mas melhorou bastante depois que começou a frequentar a creche. Hoje come pouco, mas come.”*

**Mateus - berçário**

*“Ela pede bastante as comidas que come na creche e gosta muito de banana, sua fruta preferida.”*

**Yuna - Creche I**

*“Observei que ela está se alimentando melhor, comendo mais e sempre me conta, ao chegar em casa, quais alimentos comeu na escola. Passei a oferecer mais legumes diversificados e misturados.”*

**Alyce - Creche III A**

*“Às vezes, me surpreendo achando que ele não gosta de um alimento e ele acaba comendo superbem. Somente agradecimento por esse projeto que ajuda as crianças a se alimentarem melhor, a ganharem gosto pelo alimento e, junto com tudo, a melhorar a saúde.”*

**Enzo - Creche III A**







**O QUE TEREMOS HOJE**

- BRINQUEOS INPLÁVEIS
- PÁTIO - MÚSICA E MOVIMENTO APRESENTAÇÃO
- SALA BERÇÁRIO - PEQUENOS ARTISTAS- ATÉLÉIS
- SALA CRECHE I - COM PRazer E COMPANHIA, COM PRazer E ATENÇÃO- Povos e CONGREGAÇÕES TRADICIONAIS- VALORIZANDO
- SALA CRECHE I - COMUNIDADES INDÍGENAS
- SALA CRECHE II A - COMUNIDADES CALÇARAS
- SALA CRECHE II B - COMUNIDADES GULOMOLAS

**TORNANDO VISÍVEL AS APRENDIZAGENS**

Hoje é um dia importante, é o momento de celebrar e partilhar as alegrias e conquistas percorridas neste semestre. É um apreço das experiências significativas protagonizadas pelas crianças, evidenciando as histórias, curiosidades e relações cotidianas que elas viveram no CEI 122.

Vamos colocar em pauta o projeto JORNADA DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL DO CEI 122, com propostas didáticas trabalhar a alimentação com as crianças, enfatizando os cuidados com o corpo, podendo destacar a particularidade de cada um, as semelhanças e diferenças, ampliando a auto imagem e a relação positivas com os alimentos. O envolvimento da família é o principal para um resultado com excelência.

# PROMOVENDO A SAÚDE E FORTALECENDO LAÇOS

Município:  
**Santo André - SP**



30 estudantes

**EDUCAÇÃO INFANTIL  
ENSINO FUNDAMENTAL -  
ANOS INICIAIS**



E.M.E.I.E.F. Professor José  
Lazzarini Júnior

**EQUIPE**

**Michelle Pereira Sena**  
Participante inscrita na Jornada

**Jacqueline Martins Laranjeira Pinto**  
Nutricionista da Alimentação Escolar

**Michelle Pereira Sena**  
Coordenadora da Jornada

**SÃO PAULO**



**Período de execução: 10/06 a 21/06/2024**

**Profissionais envolvidos:** O desenvolvimento do tema nº 1 (Comer em companhia, com prazer e atenção), proposto pela 6ª Jornada de Educação Alimentar e Nutricional, foi realizado em conjunto com a professora de uma turma de quinto ano do período da tarde, a diretora, a vice-diretora, a assistente pedagógica, as nutricionistas da alimentação escolar e as merendeiras da Escola Municipal de Educação Infantil e Fundamental Professor José Lazzarini Júnior.

**Público-alvo:** 30 alunos do 5º ano do ensino fundamental da Escola Municipal de Educação Infantil e Fundamental Professor José Lazzarini Júnior e a comunidade escolar.

**Objetivo da atividade:** O objetivo da atividade foi proporcionar aos alunos um ambiente agradável para que pudessem fazer refeições sem pressa, promovendo a socialização entre eles, a fim de fortalecer laços e facilitar a troca de experiências. Era essencial que, durante esses momentos, eles se concentrassem exclusivamente na comida, explorando cores, aromas, sabores e texturas, desfrutando do prazer que cada alimento oferece. Isso não apenas melhora a digestão e regula a fome e a saciedade, mas também incentiva a prática do comer consciente, focando na experiência sensorial completa.

**Além disso, os objetivos da atividade incluíram:**

- Analisar o padrão alimentar dos estudantes.
- Identificar os locais onde realizam suas refeições.
- Investigar interferências, como o uso de telas eletrônicas durante as refeições.
- Avaliar o envolvimento dos alunos na preparação das refeições em casa.
- Compreender a frequência de consumo de alimentos ultraprocessados.

Também foram discutidos os benefícios de compartilhar refeições com prazer e atenção plena, além de incentivar a participação em atividades relacionadas ao preparo dos alimentos, com o intuito de promover hábitos alimentares saudáveis e uma relação positiva com a comida.

**Como a ação foi realizada**

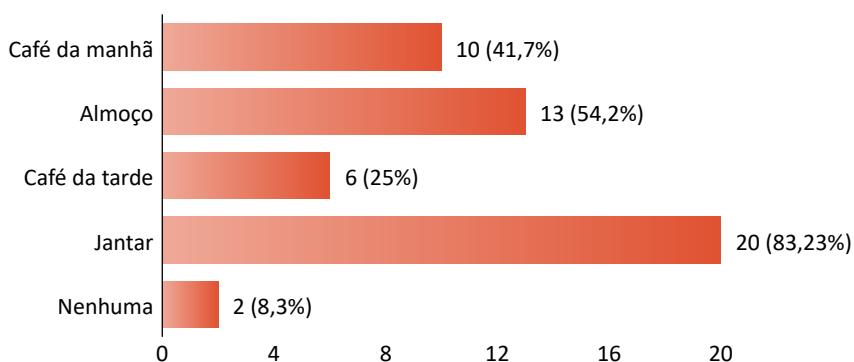
A ação foi conduzida seguindo um planejamento detalhado. Inicialmente, elaboramos um questionário no Google Forms e o enviamos para o e-mail da unidade escolar em 17/06/2024, para que os alunos envolvidos pudessem respondê-lo antes da atividade (link: <https://forms.gle/LY6xpmXfiyLvAzCC8>). Um total de vinte e quatro alunos participou, e os resultados obtidos foram os seguintes:

## Refeições em família

41,7% afirmam tomar café da manhã junto com a família; 54,2% responderam que compartilham o almoço com seus familiares; a grande maioria, 83,23%, janta na companhia dos familiares; apenas 25% dos alunos fazem lanche da tarde em conjunto com a família; uma minoria, 8,3% dos alunos, não compartilha nenhuma refeição com os familiares.

Esses resultados indicam que o jantar é a refeição mais comum para as famílias se reunirem, seguido pelo almoço e café da manhã, enquanto o lanche da tarde tem uma adesão menor. Apenas uma pequena parte dos alunos entrevistados não compartilha refeições com seus familiares.

Qual dessas refeições você realiza junto com a sua família?  
24 respostas

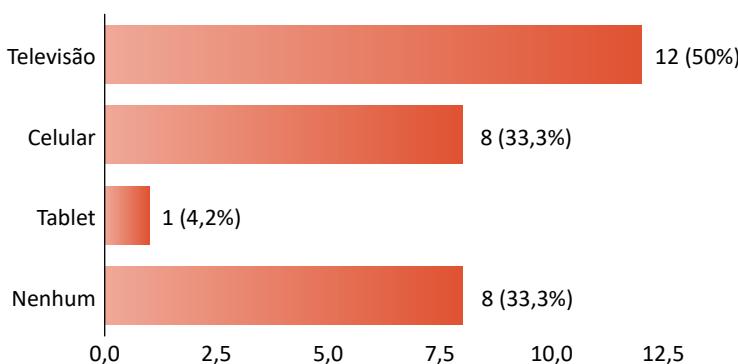


## Uso de dispositivos eletrônicos durante as refeições

50% assistem TV; 33,3% utilizam celular durante as refeições; 4,2% usam tablet e 33,3% não usam nenhum dispositivo eletrônico.

Mostram que metade dos alunos utilizam eletrônicos durante as refeições. Assistir TV é o uso mais comum de dispositivos eletrônicos, seguido pelo uso de celular. Uma minoria utiliza tablet, e aproximadamente um terço dos alunos não usam nenhum dispositivo eletrônico durante esse momento.

Você utiliza algum desses dispositivos enquanto faz suas refeições?  
24 respostas



### **Realizar refeições sentados à mesa**

62,5% dos alunos fazem suas refeições sentados à mesa, enquanto 37,5% dos alunos não fazem suas refeições sentados à mesa.

Os dados indicam que a maioria dos estudantes (62,5%) mantém o hábito de se alimentar sentados à mesa, enquanto uma parcela considerável (37,5%) não segue essa prática. Embora a maioria adote o comportamento esperado, o percentual significativo que não se senta à mesa durante as refeições merece atenção.

Você realiza suas refeições sentado à mesa?

24 respostas



### **Participação nas compras de alimentos com a família**

Esses resultados indicam que a maioria dos alunos, 70,8%, ocasionalmente compra alimentos junto com seus familiares. Um quarto dos alunos, 25%, afirma fazer isso regularmente, enquanto uma pequena parte, 4,2%, não costuma comprar alimentos com a família.

Você costuma comprar alimentos no mercado, na feira ou no sacolão com a sua família?

24 respostas



### **Envolvimento no preparo das refeições**

Uma maioria de 58,3% está ativamente envolvida no preparo das refeições ou em tarefas domésticas relacionadas à alimentação. Um terço dos alunos, 33,3%, ajuda de vez em quando, enquanto 8,4% não participam dessas atividades.

Você participa do preparo das refeições ou ajuda de alguma outra forma sua família, por exemplo, a montar a mesa ou a lavar a louça?

24 respostas

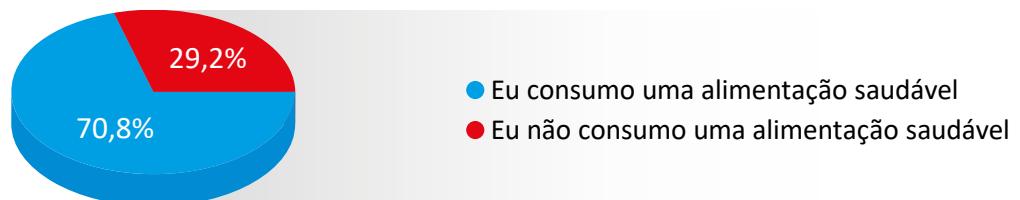


### **Hábitos alimentares dos alunos**

Os resultados mostraram que: 70,8% dos estudantes declararam ter uma alimentação saudável; 29,2% afirmaram não manter hábitos alimentares saudáveis.

Como você avalia a sua alimentação diariamente?

24 respostas



## Frequência no consumo de alimentos ultraprocessados

Os resultados revelam que:

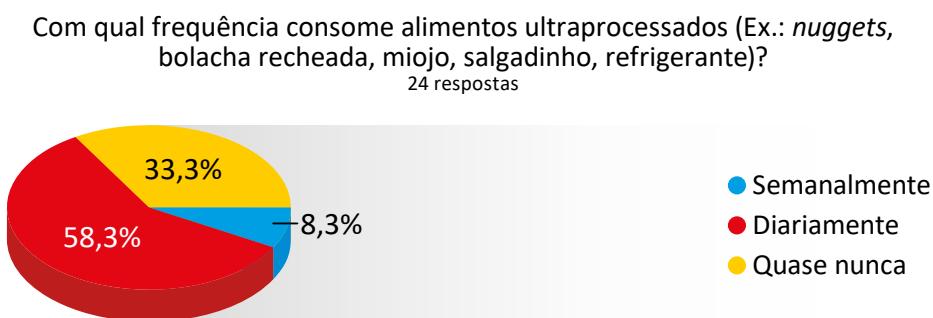
58,3% consomem alimentos ultraprocessados diariamente

33,3% declararam que consomem esses alimentos quase nunca

8,3% afirmaram consumir semanalmente

### A pesquisa demonstra que

Mais da metade dos estudantes (58,3%) tem consumo diário de ultraprocessados.



No dia 24/06/2024, realizamos a ação de educação alimentar e nutricional. A equipe da cozinha higienizou as frutas que seriam utilizadas na atividade e organizou:

Frutas cortadas em recipientes para o *self-service* de salada de frutas.

Frutas inteiras e cortadas ao meio para exposição.

Frutas inteiras separadas para a caixa misteriosa (atividade sensorial).

Dirigimo-nos à sala de aula para organizar o local da atividade. Após o retorno dos alunos, foi realizada a apresentação introdutória sobre o tema a ser tratado naquele dia, com recordação do questionário respondido anteriormente. Iniciamos com a exibição de um vídeo explicativo sobre comer consciente e seus benefícios: <https://youtu.be/9nZvoXWeDo4>.

Organizamos a sala em 6 equipes de 4 a 5 alunos cada, garantindo a participação de todos. Realizamos então uma dinâmica com a “caixa misteriosa”, contendo frutas preparadas para a salada. Os alunos:

1. Identificaram as frutas apenas pelo tato.
2. Exploraram aromas, sabores e texturas com os olhos vendados.
3. Praticaram o Mindful Eating (alimentação consciente).

Observamos que muitos experimentaram frutas desconhecidas ou que não consumiam havia tempo, e mesmo os que afirmavam não gostar de determinada fruta deram nova oportunidade ao paladar. Todos os alunos participaram, experimentando pelo menos um pequeno pedaço.

Na sequência, aplicamos um quiz avaliativo sobre os conceitos de:

Comer em companhia

Comer com atenção

O grupo vencedor recebeu um troféu simbólico impresso pela equipe.

Concluímos com a degustação de salada de frutas contendo itens pouco usuais na alimentação dos alunos (carambola, kiwi e morango), momento em que puderam colocar em prática os conceitos aprendidos sobre atenção plena durante as refeições.

### **Objetivos alcançados:**

Conscientização sobre alimentação saudável.

Prática de comer com prazer e atenção.

Estímulo à participação ativa nas etapas de compra e preparo dos alimentos.

Distribuição de material informativo (*folders*) para familiares.

O entusiasmo foi evidente, com muitos alunos compartilhando posteriormente fotos de experiências, como compras em feiras e refeições familiares. A atividade cumpriu seu propósito de promover hábitos alimentares saudáveis, com expectativa de que os aprendizados permaneçam no cotidiano dos estudantes.

### **Desafios encontrados**

#### **Restrição de tempo para alimentação**

A unidade escolar destina apenas cerca de 10 minutos para o café da manhã e 20 minutos para o almoço, devido à limitação de espaço no refeitório, o que exige o revezamento de turmas. Essa condição pode impactar negativamente a qualidade da alimentação dos alunos, pois não há tempo suficiente para que se alimentem de maneira adequada e tranquila.

#### **Dificuldade em experimentar novos alimentos**

Alguns alunos demonstraram resistência em experimentar novos alimentos, possivelmente em decorrência do medo do desconhecido. A atividade que envolvia a degustação de alimentos com os olhos vendados pode ter acentuado essa resistência, já que a privação do sentido da visão pode gerar desconforto e insegurança ao experimentar algo novo.

#### **Dificuldade de concentração dos alunos**

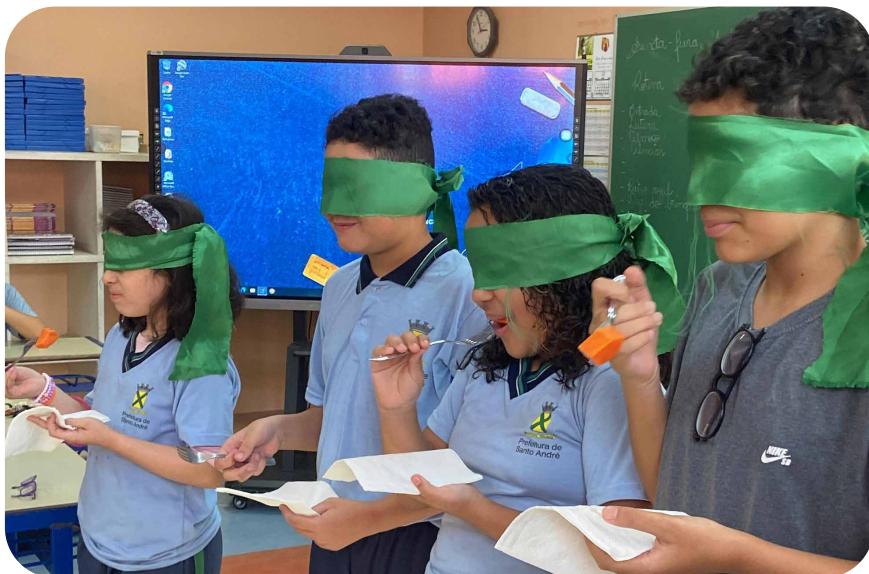
A falta de concentração dos alunos foi identificada como outro desafio significativo. Esse comportamento pode estar relacionado ao ambiente escolar, à pressa para se alimentar dentro do tempo limitado ou a outros fatores que afetam o foco dos estudantes durante as refeições e atividades educativas.

Esses desafios evidenciam a necessidade de desenvolver abordagens adaptativas e sensíveis para promover hábitos alimentares saudáveis e uma relação positiva com a comida entre os alunos, considerando tanto as limitações de tempo quanto as preocupações individuais em relação à alimentação e experimentação de novos alimentos.

## **CAIXA MISTERIOSA**



## **DESCOBRINDO OS ALIMENTOS**



## **MONTAGEM DA SALADA DE FRUTAS E MINDFUL EATING**



## **APRESENTAÇÃO DO VÍDEO E APLICAÇÃO DO QUIZ PARA EQUIPES**



**ATIVIDADES PROPOSTAS PARA CASA – COMENDO  
EM COMPANHIA E PARTICIPANDO DA PREPARAÇÃO  
E COMPRA COM A FAMÍLIA**



**TURMA REUNIDA APÓS REALIZAÇÃO DA ATIVIDADE**



# PROGRAMA DE AUDITÓRIO “ALTAS DICAS”

Município:  
**Nova Lima - MG**



695 estudantes

**ENSINO FUNDAMENTAL -  
ANOS FINAIS**



Escola Municipal George  
Chalmers

**EQUIPE**

**Tânia Mara Fernandes França**  
Participante inscrita na Jornada

**Andresa Cristina Oliveira**  
Nutricionista da Alimentação Escolar

**Bruno Henrique Faria Lourenço**  
Coordenador da Jornada

**MINAS GERAIS**



## **Justificativa**

A Jornada de Educação Alimentar e Nutricional é uma oportunidade fundamental para promover a conscientização sobre a importância de uma alimentação saudável entre os estudantes, bem como propagar bons hábitos no seio familiar. O Programa de Auditório “Altas Dicas” visa engajar a comunidade escolar, proporcionando um espaço de aprendizado, reflexão e diálogo sobre as práticas alimentares adequadas. A participação ativa de vários atores da comunidade escolar fortalece os laços e cria um ambiente colaborativo, onde todos têm voz para discutir desafios e soluções relacionadas à alimentação. Por meio de entrevistas e debates motivados pelo tema e por diversas estratégias que instigam à reflexão, o programa se traduz em construção de novos conhecimentos que ajudam a desmistificar conceitos errôneos, promovendo uma cultura de saúde e bem-estar. O primeiro Programa de Auditório da escola, o Altas Dicas, elaborado com o tema “Comer em companhia, com prazer e atenção”, trouxe uma abordagem holística em relação à alimentação, enfatizando a importância de compartilhar refeições de forma consciente e prazerosa. Este projeto teve sua relevância ao incentivar e, em muitos casos, resgatar a prática de comer em companhia, promovendo laços familiares e amizades, fortalecendo a convivência e o diálogo entre os estudantes e suas famílias, além de uma reflexão sobre o momento das refeições no ambiente escolar.

## **Desenvolvimento**

Para promover o programa, começamos pela criação de uma logomarca e de uma vinheta, ambas elaboradas pela equipe da escola, com a participação dos estudantes. Em seguida, definimos o apresentador do programa, os nomes dos convidados e as apresentações que dariam ênfase ao tema. Laura Oliveira Rocha, estudante do 8º ano, foi a apresentadora do primeiro programa, demonstrando sua capacidade de locução. Os convidados do dia foram a nutricionista Andresa Oliveira, a secretária escolar Patrícia Ribeiro e a estudante Ester Augusta de Oliveira. Como a escola é carente de espaço físico, optamos por transformar as salas de aula em auditório. Vale ressaltar que o Altas Dicas “Comer em companhia, com prazer e atenção” foi gravado e apresentado para todas as turmas.

No dia do programa, iniciamos com a apresentação do tema e a leitura do texto de abertura, o qual já enfatizava a importância da prática de comer em companhia, seguido da apresentação da vinheta. Nesse dia, houve a participação do Altamir, professor da Sala de Recursos Multifuncionais da escola e grande musicista, de importância relevante para a abertura do nosso primeiro programa. Em seguida, apresentamos os convidados e seguimos com o programa. Para enriquecer o tema “Comer em companhia, com prazer e atenção” e promover a reflexão sobre a memória afetiva dos participantes diante de uma mesa de refeição, convidamos o estudante Pedro Felipe para cantar a música “Naquela mesa”, do compositor Sérgio Bittencourt. Foi um momento de muita comoção, tanto pelo resgate de várias memórias quanto pela delicadeza da apresentação do estudante.





Nesse momento, os convidados foram motivados a compartilhar suas memórias afetivas construídas em torno de uma mesa de refeição. A estudante Ester Augusta de Oliveira, do 7º ano, compartilhou suas lembranças em torno da mesa de ceia de Natal, reforçando a importância da reunião da família nas refeições. Os demais convidados também fizeram seus relatos, enriquecendo ainda mais o momento do programa. Em seguida, foi lido o poema “Um jantar em família”, da estudante do 9º ano Maria Flor, o qual foi apresentado a partir da leitura do trecho do poema de Cora Coralina “Estas mãos”.

Entre uma apresentação e outra, dentre elas a encenação de um momento de refeição em família pelos estudantes Théo, Luna, Miguel e Alejandro e a participação da menininha Pollyanna Núbia compartilhando sua experiência na cozinha da escola e a prática do cozinhar com amor, a vinheta do programa era apresentada, reforçando bons hábitos alimentares. E, para finalizar o programa, foi aberto um espaço para perguntas aos convidados, mais um momento de grande relevância do Programa Altas Dicas. Como o próprio nome sugere, muitas dicas sobre hábitos alimentares foram compartilhadas, em especial pela nutricionista Andresa Oliveira. Os estudantes foram conduzidos às reflexões sobre a



importância de sentar-se à mesa, compartilhando refeições em um ambiente positivo, que ensina habilidades importantes como a empatia, a escuta ativa e a convivência harmoniosa, considerando que essas competências são essenciais para o desenvolvimento pessoal e social de todos. Além disso, os convidados trouxeram questões como tempo de mastigação, uso do celular durante as refeições, desperdício e alimentos ultraprocessados.

### Conclusão

Em suma, o Programa Altas Dicas “Comer em companhia, com prazer e atenção” buscou promover o ato de comer em companhia, encorajando os estudantes a incorporarem essa prática em suas rotinas, não apenas na escola, mas também em casa, reforçando o valor da convivência e da alimentação saudável e consciente.

Acreditamos que, por meio dessa iniciativa, poderemos impactar positivamente a saúde e o bem-estar físico e emocional dos estudantes, preparando-os para uma vida mais saudável e equilibrada, além de contribuir para um ambiente escolar mais agradável e produtivo.

Segue link para acesso à gravação do primeiro Programa de Auditório “Altas Dicas”: [https://drive.google.com/file/d/1SbRocyWKQU12tR2Ltl-wjErbJwmUxva7/view?usp=drive\\_link](https://drive.google.com/file/d/1SbRocyWKQU12tR2Ltl-wjErbJwmUxva7/view?usp=drive_link)



# TRABALHANDO A COMPREENSÃO SOBRE O ATO DE COMER

Município:  
**Corumbá - MS**



170 Estudantes

**EDUCAÇÃO INFANTIL**  
NÍVEL III & PRÉ-ESCOLA

**ENSINO FUNDAMENTAL -  
ANOS INICIAIS E ANOS FINAIS**  
1º AO 9º ANO



Escola Municipal Rural  
Monte Azul

**EQUIPE**

**Bruna Fernanda Antonio Clímaco**  
Participante inscrita na Jornada

**Aline Nascimento de Moraes**  
Nutricionista da Alimentação Escolar

**Bruna Fernanda Antonio Clímaco  
Marcele de Paula Figueiredo**  
Coordenadoras da Jornada

**MATO GROSSO  
DO SUL**



**MATO GROSSO  
DO SUL**

**MATO GROSSO  
DO SUL**



## **Relato da Atividade**

No dia 5 de setembro de 2024, foi realizada a primeira etapa da 6ª Jornada de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) na Unidade Escolar Municipal Rural Monte Azul, localizada na região do Assentamento Taquaral, a aproximadamente 15 km da zona urbana do Município de Corumbá, Mato Grosso do Sul, conhecida como a Capital do Pantanal. Trata-se de uma escola do campo, em regime integral, com um total de 170 alunos matriculados, distribuídos entre Educação Infantil (nível III), Pré-Escolar I e II, Ensino Fundamental - Anos Iniciais (1º ao 5º ano) e Ensino Fundamental - Anos Finais (6º ao 9º ano).

A atividade, intitulada “Praticando o comer consciente”, teve como objetivo geral demonstrar às crianças e adolescentes os diversos benefícios que o ato de comer em companhia, com prazer e atenção, pode trazer para o cotidiano. Entre esses benefícios, destacam-se a melhora na digestão dos alimentos, maior controle da quantidade consumida, oportunidades de convivência com familiares e amigos, fortalecimento das relações sociais e maior prazer durante as refeições.

Foram estabelecidos os seguintes objetivos específicos: incentivar o comer consciente tanto na escola quanto em casa; verificar, por meio de atividades didáticas, o nível de compreensão das crianças e adolescentes sobre o tema; e colocar em prática os conceitos abordados durante um almoço em grupo.

Para a elaboração da atividade, foram utilizadas como referências bibliográficas as orientações do Guia Alimentar para a População Brasileira (2014), especificamente o capítulo 4, que aborda “O ato de comer e a comensalidade”; o Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas (2012); e o livro *Nutrição comportamental*, de Alvarenga *et al.* (2019), em especial o capítulo 10, intitulado “Comer com atenção plena (mindful eating)”. Além disso, foram exibidos vídeos disponíveis na plataforma YouTube, como “A jornada de Daniela” (episódio 5, sobre comensalidade), “O que é alimentação saudável” (produzido pela Aliança pela Alimentação Adequada e Saudável) e o documentário resumido “Muito além do peso” (Maria Farinha Filmes).

O público-alvo convidado a participar foi composto por alunos do Ensino Fundamental - Anos Finais, matriculados no 6º e 7º anos, totalizando 24 alunos presentes no dia (18 do 6º ano e 6 do 7º ano). A faixa etária dos participantes variou entre 11 e 13 anos.

A atividade foi estruturada em três etapas: palestra, atividade de assimilação e prática. Na primeira parte, foi realizada uma palestra na sala de informática, com duração de 40 minutos, utilizando *slides* projetados em uma televisão. A nutricionista Bruna Clímaco, integrante do quadro técnico do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) no Município de Corumbá, Mato Grosso do Sul, foi a responsável pela exposição do conteúdo. Durante a palestra, foram abordados temas como a importância do ato de comer, o

---

**Colaboradores da Jornada:** Diretora: Gelsimara Cunha dos Santos. Coordenadoras: Cleide Marcelina Marçal de Abreu; Cristiane da Silva Velasco. Professores: Sandra Regina de Souza; Jessiane Gonçalves da Silva Conceição; Ulisses Felipe Yopie Mendez. Agentes e Auxiliares de Alimentação Escolar: Vera Lucia Lemos Soares; Monique de Oliveira Almeida; Mirian da Silva Ribeiro dos Santos.

caminho que a comida percorre no corpo humano e sua função nutricional. Discutiu-se como a alimentação vai muito além da simples ingestão de nutrientes, explorando o conceito de comensalidade e como as práticas alimentares se transformaram em um ato coletivo ao longo da história. Foram destacados os benefícios de se alimentar em companhia, com atenção e prazer, além da importância de ambientes adequados para as refeições. Também se debateu sobre as mudanças nos hábitos alimentares na atualidade, os malefícios dos alimentos ultraprocessados e as novas regras de rotulagem nutricional.

Ao final da palestra, foi aberto um espaço para os alunos compartilharem suas opiniões sobre o que acharam mais interessante e o que compreenderam do conteúdo. Muitos relataram que suas famílias costumam comer assistindo à televisão ou usando celulares durante as refeições. Alguns disseram não ter mesa de jantar em casa, enquanto poucos afirmaram manter o hábito de comer em família. Uma declaração que chamou atenção foi a de uma aluna do 6º ano, que disse: “Pra mim, comer com a família é sinônimo de união”. Percebeu-se que os alunos entenderam que a comensalidade começa com a participação no preparo das refeições, inclui o momento compartilhado de apreciação da comida e se estende à colaboração na limpeza de panelas, pratos e utensílios após as refeições.

Por se tratar de uma escola rural localizada em um assentamento de Agricultores Familiares, observou-se que a maioria das crianças e adolescentes possui em casa criação de galinhas e hortas, além de ajudar os pais nas tarefas diárias da roça. A produção de queijo minas, pães e doces caseiros, assim como o cultivo de folhosos (alface, rúcula, salsa, coentro, cebolinha), abóboras e mandiocas, são alguns dos conhecimentos sobre “alimentação saudável” transmitidos pelas famílias. Essa realidade provavelmente seria diferente se fossem questionados alunos da zona urbana. De acordo com o Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas (2012), as diferentes percepções sobre “alimentação saudável” podem refletir diversos contextos, aspectos históricos,



habitos, heranças culturais, informações científicas e conhecimentos tradicionais.

Quanto aos alimentos ultraprocessados, optou-se por incluí-los na discussão por serem produtos industrializados que visam à praticidade na vida moderna. A exibição do documentário resumido “Muito além do peso” sensibilizou os alunos ao mostrar casos de crianças e adolescentes que desenvolveram doenças crônicas não transmissíveis devido a escolhas alimentares inadequadas.

Na segunda etapa da atividade, os alunos foram levados para a sala de aula e orientados a desenvolver a tarefa “Atitudes que contribuem para o comer consciente versus atitudes que NÃO contribuem para o comer consciente”, com o objetivo de avaliar a compreensão do conteúdo. Na folha de atividades, as crianças e adolescentes puderam escolher entre desenhar ou escrever sobre o que consideravam ser comportamentos que favorecem ou prejudicam a prática da alimentação consciente.

**Seguem algumas respostas:**

**Atitudes que contribuem para o comer consciente:**

*“Comer sentado na mesa com a família, não ficar com o celular na mão, não ficar assistindo TV e prestar atenção no que está comendo.”*

(Sara, 6º Ano)

*“Comer com a família e com alegria e feliz.”*

(Carlos Henrique, 6º Ano)

*“Comer com a família unida, comer com atenção, compartilhar com amigos e mastigar devagar faz bem para a digestão.”*

(Ezequiel, 7º Ano)

**Atitudes que não contribuem para o comer consciente:**

*“Comer assistindo TV e ficar jogando (free fire).”*

(Ezequiel, 7º Ano)

*“Comer com celular e não prestar atenção na comida.”*

(Ana Lucia, 6º Ano)

*“Não contribui comer na frente da TV, mexendo no celular, comer sozinho ou em ambientes muito movimentados.”*

(Saryanne, 6º Ano)



ESTADO DE MATO GROSSO DO SUL  
MUNICÍPIO DE COROMBA  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

6º JORNADA EM EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL – EAN  
TEMA: Comer em companhia, com prazer e atenção.

ESCOLA: ENREI MONTE AZUL      NOME: Suzanna Jacov Estigandista

Atitudes que CONTRIBUEM para o comer consciente	Atitudes que NÃO CONTRIBUEM para o comer consciente

NUCLEO DE GESTAO PATRIMONIAL, ALMOXARIFADO E ALIMENTACAO ESCOLAR

ESTADO DE MATO GROSSO DO SUL  
MUNICÍPIO DE COROMBA  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

6º JORNADA EM EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL – EAN  
TEMA: Comer em companhia, com prazer e atenção.

ESCOLA: ENREI MONTE AZUL      NOME: Silvana do Silva Moraes

Atitudes que CONTRIBUEM para o comer consciente	Atitudes que NÃO CONTRIBUEM para o comer consciente

NUCLEO DE GESTAO PATRIMONIAL, ALMOXARIFADO E ALIMENTACAO ESCOLAR

Pode-se notar pelos desenhos e respostas escritas que, para a maioria das crianças e adolescentes, o comer em família, sentados à mesa, com escolhas saudáveis, está associado a atitudes que contribuem para o comer consciente, e que comer sozinho, na frente da televisão, foram consideradas atitudes negativas.

Para a aluna Sara do 6º Ano, participante da atividade, a atitude que contribui para o comer consciente é fazer escolhas saudáveis na alimentação, pois quando escolhemos descascar mais e desembalar menos estamos prestando mais atenção ao alimento. Já a escolha de alimentos ultraprocessados foi considerada atitudes que não contribuem para o comer consciente.

Na parte três foi realizado um almoço coletivo, no refeitório da unidade escolar, entre os alunos participantes, quando puderam praticar o que foi abordado em sala. As crianças e adolescentes foram responsáveis por auxiliar a nutricionista a organizar a mesa para o momento da refeição (forrando-a com uma toalha, adicionando jarros de flores para transformar o ambiente convidativo e especial, além de acomodarem a disposição dos utensílios e travessas com as preparações). O cardápio preparado no dia foi arroz branco, feijão-carioca, carne ao molho, mandioca cozida e salada de alface-crespa com tomate. Durante o almoço, todos puderam conversar sobre a refeição, sobre o que mais gostavam na alimentação escolar, sobre o que não gostavam, além de perceber a própria mastigação, realizando um momento de troca e fortalecimento das relações sociais. De acordo com Alvarenga *et al.* (2019, p. 260): “O comer com atenção plena nos imerge nas cores, texturas, aromas, sabores e até mesmo sons do comer e beber. Permite que sejamos curiosos e até lúdicos enquanto investigamos nossas respostas à comida e nossos sinais internos de fome e saciedade”.

Assim como na organização, os alunos também auxiliaram na desmontagem da mesa, encerrando as atividades propostas no dia.

É importante destacar que com essa experiência do almoço coletivo e a boa adesão dos alunos à atividade, as nutricionistas da Secretaria Municipal de Educação verificarão e buscarão a possibilidade de inclusão de balcões térmicos, para que a oferta da alimentação escolar na unidade Monte Azul, e em todas as unidades integrais do Município de Corumbá, possam ser distribuídas na modalidade *self-service*.



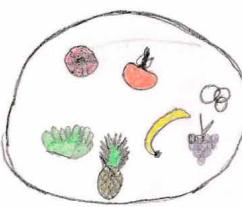
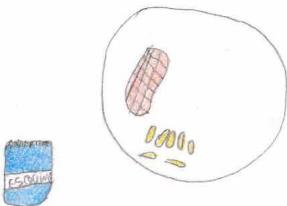
ESTADO DE MATO GROSSO DO SUL  
MUNICÍPIO DE CORUMBÁ<sup>1</sup>  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

6ª JORNADA EM EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL – EAN  
TEMA: Comer em companhia, com prazer e atenção.

ESCOLA: ENREI MONTE AZUL

NOME: Sara Crisânia Soárez de Lima Bozi



Atitudes que CONTRIBUEM para o comer consciente	Atitudes que NÃO CONTRIBUEM para o comer consciente
	

# COMER EM COMPANHIA, COM PRAZER E ATENÇÃO

Município:  
**Piraquara - PR**



101 estudantes

**ENSINO FUNDAMENTAL -  
ANOS INICIAIS**



Escola Rural Municipal  
Dona Júlia Wanderley

**EQUIPE**

**Amanda Waleska Sedlmaier**  
Participante inscrita na Jornada

**Bruna Cordeiro Charello da Rocha**  
Nutricionista da Alimentação Escolar

**Bruna Yasmim de Freitas Pires**  
**José Diego Romano**  
Coordenadores da Jornada

PARANÁ  
PARANÁ  
PARANÁ  
PARANÁ  
PARANÁ  
PARANÁ  
PARANÁ  
PARANÁ



**PERÍODO DE REALIZAÇÃO DO PROJETO:** 28/05/24 a 30/07/25

**PÚBLICO-ALVO DA ATIVIDADE:** Estudantes do ensino fundamental - anos iniciais – turmas do 1º ano ao 5º ano, e os estudantes que estão inseridos no projeto de ensino “Da escola para mesa: as potencialidades do povo camponês”.

**OBJETIVOS DA ATIVIDADE:** Aprender sobre a importância de realizar as refeições em companhia de seus familiares e colegas, conhecendo os benefícios da comensalidade e de comer com prazer e atenção.

**Como foi realizada a ação:** Iniciamos a atividade com uma conversa sobre o pé de maracujá que plantamos na escola. Os estudantes contaram sobre as preparações que já haviam provado com o maracujá, como sucos, mousses, vitaminas, xaropes, doces, tortas e geleias. Em seguida, foi apresentada a receita do doce de casca de maracujá, sugerida pela nutricionista Amanda, do *Livro de Receitas para Planos de Aula* desenvolvido pelo Departamento de Nutrição Escolar do município.

A professora Bruna perguntou aos estudantes se já conheciam a receita, e todos disseram que não, mas que parecia ser gostosa e que gostariam de provar. Comentaram ainda que seria uma boa receita para comer depois do almoço. Ao conversarmos sobre os ingredientes da receita (água, maçã Fuji e maracujá), identificaram que todos eram saudáveis, pois são alimentos *in natura* ou minimamente processados. Essa análise foi possível porque em projetos anteriores já havíamos trabalhado com os alunos a classificação dos alimentos do *Guia Alimentar para a População Brasileira*.

A professora então perguntou o que é ter uma boa alimentação. Eles mencionaram características como: não comer muitos doces, evitar refrigerantes e frituras, consumir frutas e saladas, reduzir alimentos ultraprocessados, ingerir alimentos com fibras e beber água. Acrescentaram ainda a importância de praticar atividades físicas, ajudar outras pessoas a se alimentarem bem, manter hortas caseiras para acesso a alimentos orgânicos, fazer a separação do lixo e evitar a poluição do solo - conhecimentos adquiridos em atividades anteriores sobre agroecologia e preservação ambiental.

Os estudantes também compartilharam seus hábitos alimentares diários, citando o consumo de: arroz, feijão, carne, saladas (de tomate, pepino, alface, couve-flor), sucos, frutas (como abacaxi, uva, maçã e banana), pão com queijo, ovos, manteiga, amendoim, café com leite, bolo, macarrão, frango, iogurte e granola. Finalizaram a atividade representando esses alimentos com massinha de modelar.

Em seguida, a professora perguntou aos estudantes como era o momento da refeição na escola. Eles falaram que as tias preparam e organizam o refeitório, e quando toca o sinal, todos vão para a fila e se servem no *buffet*. Mencionaram ainda que, quando não têm certeza se gostam de algum alimento, colocam apenas um pouco no prato para provar, pois se não gostarem, não desperdiçam comida e, se gostarem, podem repetir. Relataram também que há dois baldes no refeitório: um para colocar

o que restou no prato (quando sobra) e outro para as cascas das frutas (quando tem), e que há uma bacia para colocar os talheres e pratos após a refeição.

Seguiram o relato falando que, durante o momento do lanche, eles conversam, comem, escolhem o lugar, sentam-se, interagem com os colegas e descansam. Falaram ainda sobre alguns dos alimentos servidos na escola: arroz, feijão, lentilha, farofa de ovos, salada de ovos, ovos mexidos, carne ao molho, frango ao molho, macarrão, saladas de alface, beterraba, couve, cenoura, brócolis, tomate, Proteína Texturizada de Soja (PTS), sopa, polenta, frutas como banana, maçã, laranja, melancia e murgote. Explicaram também sobre como era o comportamento deles no momento do lanche e sobre como se sentem ao comerem sozinhos: “É ruim, nem dá vontade de comer; comer com um amigo é mais legal, você não fica solitário, dá para ter trocas, conversar; ter companhia é mais divertido.” Foram questionados em seguida se acham importante estarem atentos no momento de se alimentarem. Relataram que sim, que é importante dar atenção às refeições para: ver o quanto comem e para não engasgar. Os estudantes também assistiram a vídeos, realizaram pesquisas e escreveram um texto coletivo sobre a importância da alimentação saudável, com as conclusões que tiraram a partir de todo o trabalho realizado com a temática da alimentação saudável.

Durante a produção do texto, também citaram o uso de xaropes e corantes em alguns alimentos, e que se comermos muitos doces, podemos ter açúcar (elevado) no sangue – diabetes. Falaram ainda que o excesso de gordura faz mal para a saúde, que o sal pode causar pressão alta e pedras nos rins, e que, quando você se alimenta bem, vai dormir melhor; quando não se alimenta bem, fica fraco e não tem energia. Após socializarem suas respostas com a professora e os colegas, a professora apresentou aos estudantes uma imagem retirada do site do Ministério da Saúde com uma dica de alimentação: “Coma em companhia”, passando a mensagem de preferir sempre comer em companhia, seja dos familiares, dos amigos ou dos colegas de trabalho ou da escola.

A professora explicou que ter companhia durante as refeições é importante para uma alimentação saudável, pois evita a ingestão rápida e excessiva de alimentos. Após a conversa e a apresentação do informativo, os estudantes foram até o laboratório de informática pesquisar mais a fundo sobre a importância da alimentação em companhia, com prazer e atenção. Encontraram uma postagem sobre o “comer em companhia”, e os alunos foram divididos em grupos. Cada grupo estudou um tópico e elaborou um cartaz para apresentar para os colegas e fazer uma exposição para toda a escola. Dentre os tópicos trabalhados, estavam: compartilhamento de experiências, desenvolvimento de habilidades sociais, incentivo a hábitos alimentares saudáveis, redução do estresse alimentar, estímulo à comunicação, ao aprendizado de novos pratos e culturas e a promoção de um ambiente positivo.



## ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

É necessário comer no mínimo cinco frutas por dia, é importante beber água no mínimo dois litros por dia, setenta por cento do corpo humano é água, é necessário beber água ao longo do dia, e não exagerar também bebendo tudo de uma vez só, para não passar mal.

Alimentação saudável é quando a gente come frutas para ficar bem, mas não pode comer gorduras, não podendo deixar as crianças comer muita gorduras, salgadinhos, miojos, chocolates, vimos que esses alimentos são industrializados, aprendemos como eles são feitos, onde são usados produtos químicos para colocar sabor, e que avisam o nosso cérebro para comer mais, o chocolate é feito com cacau e leite, leite condensado, o salgadinho é feito com batatas que são fritas em muito óleo, depois é adicionado sal e conservantes, na produção de yinas são utilizadas carcaças, peles, ossos, essas partes dos animais que são trituradas, viram uma massa, também são utilizados corantes e conservantes para dar gosto, e manter o produto, depois são colocados em pacotes transparentes comestíveis, sejam de origem animal ou não, em seguida colocados em um lugar que solta uma fumaça que deixa com cheiro de churrasco, e depois é embalado e levado aos mercados.

Tudo isso faz mal para a saúde pois é utilizado muito sal, ou açúcar nessas produções. Você precisa ter uma alimentação saudável, se não você pode ter diabetes e câncer, AVC, podendo levar a morte.

## TEXTO COLETIVO

Sobre o tópico do compartilhamento de experiências, discutimos que ao sentar à mesa, seja em casa, numa lanchonete ou restaurante, com família e amigos, podemos compartilhar nossas vivências passadas, criando assim momentos significativos juntos. Quanto ao desenvolvimento de habilidades sociais, conversamos sobre como, através das refeições em companhia, vamos aos poucos desenvolvendo importantes habilidades e fortalecendo laços – interagindo, conversando, aprendendo a iniciar diálogos, a nos expressar com clareza, a ouvir atentamente o outro e a demonstrar genuíno interesse e respeito por quem está conosco.

No que diz respeito ao incentivo a hábitos alimentares saudáveis, refletimos sobre como o consumo de frutas, legumes e saladas é fundamental para uma alimentação equilibrada. Observamos que, ao vermos outras pessoas consumindo alimentos saudáveis, naturalmente somos influenciados a fazer o mesmo. Também destacamos a importância de controlar as quantidades ingeridas e como um estilo de vida estressante pode levar ao desenvolvimento de maus hábitos alimentares, prejudicando nossa saúde e bem-estar.

Sobre a redução do estresse alimentar, vimos que ao fazer refeições em companhia teremos controle dos impulsos alimentares. Assim, ao comermos junto com os amigos, nos alimentamos melhor. No tema do estímulo à comunicação, vimos que se você é uma pessoa envergonhada e introvertida, ao se sentar com alguém e começar a conversar aos poucos, irá desenvolver relações. As conversas são muito importantes para as pessoas tímidas que têm dificuldades de se expressar e se relacionar. Ao ter contato com pessoas extrovertidas, a pessoa vai se relacionando de forma natural durante a refeição, estabelecendo gradativamente la-

ços e vínculos. Além disso, é bom comer com as pessoas, vemos pratos diferentes, temos curiosidades, vontade, conhecemos as receitas, os ingredientes, provamos coisas novas, aprendemos a comer os alimentos de formas diferentes. Isso é o aprendizado de novos pratos e culturas. E tudo isso ajuda na promoção de um ambiente positivo: é bom comer com alguém, em um lugar bom, com ambiente acolhedor e aconchegante, sem brigas, discussões, e com boas conversas e risadas. Esse ambiente agradável faz bem para todos e deixa boas memórias.

**Resultado da Ação:** Com a realização das ações propostas, os estudantes puderam compreender melhor a importância da alimentação em companhia (além da alimentação saudável). A partir desta atividade, as crianças tiveram a oportunidade de pesquisar, expressar-se, observar, preparar receitas e, com isso, aprenderam muitas coisas através da troca de experiências e da interação durante o momento da alimentação. Assim, aprenderam na prática sobre a comensalidade. Além disso, retomaram as informações de que, quando a pessoa consome em excesso alimentos ultraprocessados e *fast-foods*, como pizzas, hambúrgueres e demais alimentos que não são saudáveis, poderá ter diabetes, pressão alta e outros problemas de saúde. Segundo eles: “A escola nos incentiva a comermos saudável, aqui não comemos frituras. O Dia das Crianças é sempre saudável e bom, com espetinhos de frutas, sanduíche natural, geladinho e suco de fruta. Nós podemos comer alimentos novos e saudáveis, na alimentação em companhia, quando achamos que não gostamos de algo, quando vemos alguém comendo, podemos saber mais informações sobre aqueles alimentos, uma nova forma de preparo ou experimentar novamente e gostar”.



ciam, pois aprenderam na entrevista com as merendeiras durante a atividade 1 da Jornada), tudo sob a orientação da professora e com o apoio dos demais profissionais envolvidos na atividade. Foi superdivertido, e o resultado muito saboroso.

### **Desafios encontrados até o momento e lições aprendidas**

Até o momento, não enfrentamos grandes desafios no desenvolvimento da atividade, pois as crianças se mostraram extremamente participativas e toda a equipe colaborou de forma efetiva. Quanto às lições aprendidas, após sistematizar todos os encaixinhamentos, os estudantes relataram ter adquirido muitos conhecimentos durante o preparo da receita. Eles adoraram a experiência de cozinhar juntos e de compartilhar um alimento que prepararam com as próprias mãos.

Os alunos expressaram entusiasmo ao dizer que “foi muito legal”, que puderam aprender mais com os colegas, que gostaram de todo o processo e de ampliar seus conhecimentos sobre alimentação saudável. Acharam especialmente interessante que, mesmo sem adição de açúcar, o doce ficou delicioso - o azedo característico do maracujá combinou perfeitamente com o doce natural da maçã, criando um sabor equilibrado e agradável. Houve apenas uma aluna que não comeu a preparação final por não gostar de maracujá, mas que participou ativamente de todas as etapas do processo, vivenciando integralmente a experiência junto aos colegas.

A principal lição que extraímos dessa vivência foi a constatação de que preparar receitas coletivamente e comer em companhia nos faz sentir acolhidos e integrados. Ao manipular os ingredientes - conhecendo suas características, sentindo seus aromas e sabores - e ao observar os colegas degustando o resultado final, despertamos naturalmente o interesse por descobrir novos pratos e receitas. Essa experiência compartilhada nos permitiu aprender juntos, enquanto socializávamos nossas descobertas e impressões sobre o mundo da alimentação.



# 2

Como a crise  
climática afeta a  
nossa alimentação e  
como podemos agir?



# **COMO A CRISE CLIMÁTICA AFETA A NOSSA ALIMENTAÇÃO E COMO PODEMOS AGIR?**

Crise climática é o nome que se dá às mudanças climáticas que vêm acontecendo em consequência do aquecimento global. Atualmente, vivenciamos em todo planeta o agravamento das secas, enchentes, ondas de calor, frio severo, aumento do nível do mar e extinção de espécies.

Esses fenômenos prejudicam a produção de alimentos, afetam a disponibilidade de alimentos saudáveis e acessíveis e impactam na segurança alimentar em todo o mundo.

Vale frisar que os sistemas alimentares podem ser, ao mesmo tempo, vilão e vítima da crise climática. Por um lado, os processos de produção convencionais, tanto agrícolas quanto pecuários, são grandes fontes de emissão de gases de efeito estufa, degradação do solo, poluição da água, perda de biodiversidade e desperdício de alimentos. Por outro lado, são também vulneráveis às consequências do aquecimento global, como secas, excesso de chuvas e alterações de temperatura.

Diante desse cenário, haveria solução para esse problema? Estaríamos fadados a esperar o mundo ruir de vez, sem ter o que fazer para impedir? Na verdade, olhando para o passado e para a sabedoria dos povos e comunidades tradicionais, encontramos inspiração para enfrentar os desafios atuais.

Muito antes da civilização moderna, da revolução industrial e desse modo de vida tecnológico existir, humanos já habitavam a Terra. Essas pessoas coexistiram com a natureza por milhares de anos e usaram de seus recursos de forma sustentável, e até hoje esses povos nos ensinam que é possível viver em harmonia neste planeta, sem exaurir recursos naturais.

Os Povos e Comunidades Tradicionais – indígenas, quilombolas, ribeirinhos, caboclos, extrativistas, e tantos outros – parecem deter o conhecimento para nos mostrar o caminho que devemos trilhar como sociedade para que o mundo volte para o eixo.

Já está comprovado que os recursos naturais estão se exaurindo, por isso uma agricultura sustentável e a produção de alimentos ecológicos pode ser a chave para salvar a humanidade da fome. É preciso aliar tecnologia, saberes ancestrais e sustentabilidade para buscar reverter a situação atual.

Além disso, a educação alimentar e nutricional desempenha um papel fundamental na conscientização sobre práticas alimentares sustentáveis. Informar sobre como lidar com os impactos da crise climática na alimentação e incentivar o controle do desperdício de alimentos são ações importantes nesse sentido. O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) tem um papel crucial na promoção de hábitos alimentares saudáveis entre os alunos, contribuindo para a segurança alimentar e nutricional da comunidade escolar.

Abaixo estão listadas sugestões de soluções para o problema da alimentação na crise climática:

- Agricultura adaptativa: Desenvolver e promover práticas agrícolas adaptativas às mudanças climáticas, como culturas mais resistentes à seca e à temperatura.
- Investimento em agricultura sustentável/agroecologia: Promover a agricultura sustentável pode ajudar a mitigar os efeitos da crise climática na produção de alimentos.
- Educação e conscientização: Informar e educar as comunidades sobre práticas alimentares sustentáveis e como lidar com os impactos da crise climática na alimentação.
- Controle do desperdício: Incentivar ações de controle de desperdício de alimentos da produção ao consumo.

Diante da urgência e complexidade da crise climática, é evidente que não podemos mais ignorar os desafios que ela impõe à nossa sociedade. Esse tema da Jornada nos possibilita refletir sobre as ferramentas e conhecimentos necessários para enfrentar essa crise e construir um futuro mais sustentável e equitativo.

# DO SOLO À MESA: COMO AS MUDANÇAS CLIMÁTICAS INTERFEREM NA NOSSA ALIMENTAÇÃO

Município:  
**Crato - CE**



203 estudantes

**EDUCAÇÃO INFANTIL**  
(Berçário, Creche e Pré-Escola)



C.E.I. Rivaldo de Sousa  
Brasil

**EQUIPE**

**Anna Licya Calixto Serafim**  
Participante inscrita na Jornada

**Anna Licya Calixto Serafim**  
Nutricionista da Alimentação Escolar

**Antônia Stéfane Silva Alexandre**  
Coordenadora da Jornada



A atividade foi desenvolvida com duas turmas da pré-escola, infantil IV, do turno da tarde da Escola Municipal CEI Rivaldo de Sousa Brasil, contando com a participação de 33 alunos no total. Para a realização da primeira etapa da Jornada, a nutricionista e a estagiária de nutrição (coordenadora da jornada) trabalharam em parceria com as professoras dessas turmas, cuja colaboração foi essencial durante o desenvolvimento da atividade. A diretora também contribuiu, preparando antecipadamente a sala que seria utilizada antes da chegada dos alunos.

O objetivo principal da atividade foi ensinar de forma lúdica o processo de crescimento das plantas, abordando a questão “O que as plantas precisam para se desenvolver?”, demonstrando na prática as consequências que longos períodos de seca ou chuva excessiva causam no desenvolvimento vegetal, e mostrando como as ações humanas podem contribuir para as mudanças climáticas e seus impactos na alimentação.

Iniciamos com uma roda de conversa para nos apresentarmos e explicar a atividade proposta. Durante o diálogo, questionamos as crianças sobre seus conhecimentos acerca dos cuidados com as plantas e seu processo de desenvolvimento. Para nossa surpresa, apesar da pouca idade, muitos alunos demonstraram compreensão do assunto. Em seguida, exibimos dois vídeos curtos e lúdicos sobre germinação e os cuidados necessários para o crescimento das plantas.

Após a exibição, retomamos a conversa para avaliar o entendimento das crianças sobre os temas apresentados. Para finalizar essa etapa, propusemos um desafio prático: distribuímos seis mudas de plantas (três de alface e três de coentro) e orientamos os alunos a cuidarem delas de maneiras diferentes durante uma semana. Duas mudas receberiam tratamentos extremos – um sendo regado abundantemente sem receber luz solar, e outro exposto ao sol sem nenhuma rega –, enquanto o terceiro par seria cultivado nas condições ideais de água e luz solar. Cada turma ficou responsável por uma muda em cada condição climática, representando respectivamente alagamentos, seca e condições meteorológicas normais (com alternância entre chuva e sol).

O desafio foi lançado na segunda-feira, e retornamos à escola na sexta-feira para observar o resultado. Nesse segundo momento, reunimos novamente os alunos em uma roda de conversa e solicitamos que nos contassem como foi a experiência de cuidar das plantas e quais aspectos haviam notado no experimento. Após as falas, apresentamos mais dois vídeos que abordavam mudanças climáticas, efeito estufa e como o ser humano contribui para essas mudanças. Em seguida, debatemos sobre os vídeos, elucidando a influência das mudanças climáticas em nossa vida e como podemos colaborar positivamente para diminuí-las. Como foi abordado nos vídeos, demos ênfase às atitudes que podemos ter para não contribuir com o efeito estufa, como: andar mais a pé, evitar jogar lixo na rua, não utilizar embalagens plásticas descartáveis em excesso, plantar árvores, evitar deixar luzes acesas, entre outros. Destaque foi dado também ao papel das árvores para o efeito estufa, uma vez que elas conseguem absorver o gás carbônico ( $\text{CO}_2$ ), sendo sua presença imensuravelmente necessária.

Após a conversa, expusemos o resultado do desafio e como as plantas estavam após os quatro dias de cuidados realizados pelos alunos. Alguns percalços ocorreram ao longo desse



período, dentre eles o relato das professoras sobre a dificuldade de cuidar das plantas exatamente como foi solicitado, bem como a ansiedade dos alunos em perceber mudanças rápidas nas mudas. Entretanto, o estado final das plantas na sexta-feira permitiu-nos mostrar aos alunos exatamente o resultado que esperávamos.

A exposição das mudas levou-nos a refletir sobre o porquê de cada uma ter reagido de forma diferente. “Por que algumas estão mais ‘saudáveis’ que outras?”, “Por que essas morreram e as outras não?”, “Vocês acham que, se continuássemos cuidando delas da mesma forma por mais uma semana, elas continuariam vivas?”. Como era esperado por nós, as plantas sob condições normais de tempo foram as que tiveram melhores resultados e cresceram; as plantas que não deveriam receber água quase não se desenvolveram, e uma morreu. Já as que deveriam receber muita água cresceram, porém de forma afetada. Imediatamente, conversamos com eles sobre o motivo de não terem crescido bem em condições adversas. Lembramos o que havia sido abordado nos vídeos anteriores, sobre o que uma planta precisa para se desenvolver e que, caso não tenha esses requisitos, não irá crescer adequadamente. Os alunos demonstraram grande interesse em observar o estado em que as plantas ficaram.

Em um terceiro momento, convictas de que os alunos haviam compreendido as influências das mudanças climáticas sobre as plantas, montamos uma minifeira de alimentos e os convidamos a brincar conosco. Como cenário para a brincadeira, organizamos três barracas (utilizamos mesas para simular), cada uma representando um período de tempo: muita chuva, seca intensa e período normal de clima (sol e chuva adequadamente). No período normal, colocamos mais alimentos e preços baixos; nos outros dois, disponibilizamos poucos alimentos e preços altos. Utilizamos produtos do estoque da merenda escolar, e as três professoras simularam as feirantes.

Antes de começar, mostramos aos alunos as notas de dinheiro (notas de brinquedo) que havíamos levado, para observar se eles tinham noção de valor, e explicamos que usariam

aquelas cédulas para comprar comida nas barraquinhas das tias. Nas barracas, colocamos os produtos e uma nota de dinheiro para representar o preço de cada item, facilitando a compreensão dos alunos. Dividimos a turma em três grupos e distribuímos a mesma quantia em dinheiro para que pudessem fazer suas compras. Além das três professoras que atuavam como vendedoras, a nutricionista, a estagiária de nutrição e uma professora da escola ficaram responsáveis, cada uma por um grupo, auxiliando os alunos durante as compras.

Após as compras, pedimos que cada grupo mostrasse o que havia adquirido. O objetivo da feirinha era demonstrar que, em períodos de clima normal, temos maior disponibilidade de alimentos a preços acessíveis, enquanto em épocas de chuva excessiva ou seca intensa há menor variedade de produtos com custos elevados. Como mostrado no experimento anterior, em condições climáticas adversas as plantas não se desenvolvem adequadamente, reduzindo a disponibilidade de alimentos. Consequentemente, a produção se torna mais difícil e os preços aumentam, limitando o acesso da população a esses produtos.

Esse momento foi bastante animado para os alunos. Todos queriam participar das compras e, durante a apresentação dos resultados, ficaram impressionados com a quantidade que o grupo em condições climáticas normais conseguiu adquirir.

Com essas atividades, conseguimos aproximar os alunos da realidade do ciclo dos alimentos – desde o cultivo até o consumo – em diferentes condições climáticas, com variações de preços e cuidados necessários com as plantas. Alcançamos plenamente os objetivos propostos, obtendo resultados satisfatórios tanto no engajamento dos alunos quanto nos conhecimentos que pudemos transmitir.



# EXPLORANDO OS ALIMENTOS

Município:  
Içara - SC



33 estudantes

**EDUCAÇÃO INFANTIL**



Escola C.E.I. Carrossel

**EQUIPE**

**Fabiana de Aguiar Feghera**  
Participante inscrita na Jornada

**Rúbia Cunha de Souza Raupp**  
Nutricionista da Alimentação Escolar

**Fabiana de Aguiar Feghera**  
**Silvana da Silva Laurindo Minatto**  
Coordenadoras da Jornada

**SANTA CATARINA**  
**SANTA CATARINA**



**Profissionais envolvidos:** Fabiana de Aguiar Feghera (diretora); Vanessa Cabreira Dal Molim (professora pedagoga); Terezinha Ribeiro (merendeira); Mariléia França Loiola (auxiliar de serviços gerais); Larissa Abreu Santiago (auxiliar de sala); Maria Luiza Mota Votri (auxiliar de sala); Fancielly Bonotto Niehues (professora de Educação Física); Maria Dolores de Oliveira Réus (professora de Artes); Rúbia Cunha de Souza Raupp.

**Público-alvo:** Turma unificada composta por 33 crianças com idades entre 3 e 5 anos, frequentadoras do C.E.I. Carrossel e comunidade escolar.

**Período de execução:** Durante o ano de 2024.

## OBJETIVOS

- Habituar-se a práticas de cuidado com o corpo, desenvolvendo noções de bem-estar.
- Comunicar-se com os colegas e os adultos, buscando compreendê-los e fazendo-se compreender.
- Compartilhar, com outras crianças, situações de cuidado de plantas e animais nos espaços da instituição e fora dela.
- Ampliar o contato com a natureza, aprendendo a respeitá-la.
- Explorar alimentos desde a semente, aprendendo e compreendendo suas importâncias e funções.



## Como a crise climática afeta a nossa alimentação e como podemos agir?

A crise climática tem um impacto profundo na nossa alimentação, afetando desde a produção agrícola até o acesso a alimentos nutritivos e seguros. As mudanças no clima, como o aumento das temperaturas, a alteração nos padrões de precipitação e a ocorrência de eventos climáticos extremos, estão colocando em risco a segurança alimentar global. Essas mudanças resultam em secas, inundações e outras condições adversas que afetam a produtividade agrícola, tornando mais difícil o cultivo de alimentos e elevando os preços.

Para introduzir o conceito de preservação e o impacto na alimentação para as crianças, foi realizado o projeto: **Cuidando do meio ambiente**. O objetivo foi ampliar a compreensão das crianças sobre o meio ambiente e incentivá-las a participar de atitudes positivas.

A conscientização e o processo de plantar, cuidar e colher envolveram a comunidade durante todo o ano letivo de 2024.

### **Cuidando do meio ambiente**

Iniciamos o projeto com um estudo de campo no Parque Astronômico Albert Einstein E=mc<sup>2</sup>, em Criciúma (cidade vizinha). Lá, as crianças puderam compreender que só temos o planeta Terra para morar e os cuidados que devemos ter para preservar a natureza.

Para explorar esses conceitos, ampliaram-se os estudos no espaço escolar e na comunidade. Foram realizadas propostas como: “O que deixa o planeta feliz e o que deixa o planeta triste?”; “Para onde vai o nosso lixo?”; arrecadação de mudas de plantas (comestíveis ou não) para o plantio em nosso C.E.I; construção da horta; exploração das partes das plantas e das sementes.

Foram encontrados desafios como o frio e a preocupação com longos dias de chuva. Observou-se que as verduras e outros vegetais, como beterraba, sofreram demora no crescimento por falta de luz solar. Houve vários dias seguidos de chuva e frio em nossa região. O avanço no desenvolvimento só foi possível após o término dos longos dias nublados.

### **Estudo de campo - Parque Astronômico Albert Einstein E=mc<sup>2</sup>**

Uma das grandes descobertas que mais intrigou as crianças foi aprender que, apesar da imensidão do universo, até agora só conhecemos um lugar onde a vida pode prosperar: o nosso próprio planeta Terra.



Esta revelação trouxe uma série de perguntas e reflexões. “Mas em Marte, ô, não pode morar?”, indagou uma criança, com olhos brilhando de curiosidade. Os guias do parque explicaram que a Terra possui condições únicas que permitem a existência de vida como a conhecemos.

A visita ao parque astronômico instigou uma forte consciência ambiental nas crianças. Ao perceberem a singularidade e a fragilidade do nosso planeta, elas começaram a entender a importância de cuidar bem da Terra. “Precisamos proteger nosso planeta, porque não temos outro lugar para viver”, concluiu uma das crianças.

Essa jornada pelo universo não só ampliou o conhecimento das crianças sobre astronomia, mas também plantou sementes de responsabilidade e amor pelo nosso planeta. Elas saíram do parque não apenas com respostas, mas com uma infinidade de novas perguntas e um desejo ardente de aprender mais e proteger a Terra, nosso precioso lar.



### **Planeta feliz x Planeta triste**

A proposta “O que deixa o planeta feliz e o que deixa o planeta triste” é uma abordagem educativa e reflexiva que busca sensibilizar as pessoas, especialmente as crianças, sobre a importância de nossas ações cotidianas para a saúde do nosso planeta.

Pequenas mudanças em nossas rotinas diárias podem ter um impacto significativo na saúde do nosso planeta. Envolver as crianças nessa reflexão é essencial, pois elas são os futuros guardiões da Terra. Ao aprenderem desde cedo sobre a importância da sustentabilidade, elas podem desenvolver hábitos positivos que contribuem para um mundo mais saudável e equilibrado. A proposta nos chama a agir de maneira responsável e empática, cuidando do planeta.

Depois de várias reflexões, as crianças realizaram atividades de recorte e colagem, relacionando atitudes sustentáveis ao planeta feliz e atitudes irresponsáveis ao planeta triste.

### **Para onde vai o nosso lixo?**

Para essa reflexão, fomos conhecer a RAC Saneamento, um aterro sanitário em nosso município. Ao visitar um aterro sanitário, as crianças aprenderam sobre o ciclo completo dos resíduos, desde a coleta até a disposição final. Elas perceberam que o lixo não desaparece magicamente quando é descartado, mas sim que precisa ser gerenciado de maneira adequada para minimizar seu impacto ambiental.

## **Plantio**

Depois de compreender o conceito e a importância da preservação ambiental, solicitamos que as famílias enviassem plantas (árvores, verduras para a horta, flores...) para o C.E.I., onde realizamos o plantio.

Ao plantar as árvores, ouviram-se exclamações como: “A árvore que dá o ar que respiramos, né, pró?!“ Durante o plantio dos legumes, verduras, temperos e chás, percebeu-se o quanto é gratificante plantar, cuidar e colher, como recebemos alimentos saudáveis da natureza, e surgiu o desejo de provar o que foi plantado.

## **Explorando as partes das plantas**

Em um dos momentos de plantio, as crianças perguntaram o que era aquela parte branca. Foi então proporcionado que escolhessem alguma planta da horta para colher. Em seguida, foram convidadas a lavar e remover toda a terra para visualizar melhor todas as partes.

Após a secagem, identificamos todas as partes presentes (folhas, caule, raiz...). As crianças colaram cada parte de sua planta e fizeram registros. Como se trata de uma turma unificada, com crianças de três a seis anos, as maiores escreveram os nomes das partes, enquanto as menores desenharam as partes identificadas.



## **Explorando as sementes**

Em outro momento, durante a “hora da fruta”, como gostamos de chamar o momento em que comemos a fruta do dia, Samuel perguntou se aquilo dentro da bergamota era semente. Prontamente, a professora respondeu que sim e que, plantando, nasceria um pé de bergamota. As crianças ficaram encantadas e quiseram guardar as sementes. E assim foi durante toda a semana: a cada fruta, as sementes eram guardadas.

Na semana seguinte, a professora trouxe para a roda de conversa um mamão e uma abóbora, partiu-os ao meio e logo as crianças identificaram as sementes, exclamando: “Que tantas!”. A professora colocou na roda as sementes coletadas na semana anterior e mais algumas para ampliar a exploração. As crianças maiores foram convidadas a nomear as sementes, e as menores desenharam-nas. Após as identificações, utilizamos as sementes de cenoura para plantar e as outras para explorar brincando, criando maior interação com as sementes.



# DO PRATO AO PLANETA: REPENSANDO SABORES E SUSTENTABILIDADE

Município:  
**Oeiras - PI**



296 estudantes

**EDUCAÇÃO INFANTIL  
ENSINO FUNDAMENTAL –  
ANOS INICIAIS E ANOS FINAIS**



Escola Municipal do  
Contentamento

**EQUIPE**

**Jodiléia Pacheco de Barros**  
Participante inscrita na Jornada

**Brena Lopes Miranda**  
Nutricionista da Alimentação Escolar

**Constância Rodrigues de Oliveira  
Silva**  
Coordenadora da Jornada



Este relatório descreve as atividades realizadas com os alunos do Ensino Fundamental - Anos Iniciais da Escola Municipal do Contentamento, com o objetivo de explorar o tema “Como a crise climática afeta a nossa alimentação e como podemos agir?”, proposto pela Jornada de Educação Alimentar e Nutricional. A escola situa-se na zona rural do município de Oeiras, Piauí, e atende 296 alunos, dos quais 103 são do Fundamental - Anos Iniciais.

Tivemos como profissionais envolvidos na elaboração e no desenvolvimento do projeto os professores do Ensino Fundamental - Anos Iniciais: 1º ano (Lidiane Brito de Freitas e Vera Lúcia da Silva Santos), 2º ano (Girlene Maria de Souza e Kelle Ravena dos Santos Sousa), 3º ano (Maria do Carmo de Sousa e Silva e Kelle Ravena dos Santos Sousa); diretores da instituição escolar: Constância Rodrigues de Oliveira Silva e Jodiléia Pacheco de Barros; merendeiras: Edinalva Maria da Silva Estevão Santos, Maria Edinalva Rodrigues dos Santos e Zilma Carlos de Sousa.

A ação foi intitulada de **“Do prato ao planeta: repensando sabores e sustentabilidade”** e teve os seguintes objetivos propostos: levar o alunado a compreender o que é a crise climática e seus impactos negativos para o planeta; entender que sistemas alimentares, saúde humana e meio ambiente estão relacionados entre si; proporcionar ao aluno a possibilidade de fazer o uso de estratégias que contribuam favoravelmente para a redução dos impactos da crise climática na alimentação; fazer com que as crianças, por meio do conhecimento adquirido sobre a temática em estudo, sirvam de influência positiva no seu mundo externo à escola; despertar no público discente o sentimento de pertencimento com relação ao meio ambiente e automaticamente o senso de responsabilidade e compromisso para a construção de um futuro alimentar mais sustentável; sensibilizar o aluno a adotar uma postura adequada com relação aos hábitos alimentares individuais e coletivos; desenvolver nas crianças o conhecimento sobre a importância da agricultura familiar e da produção alimentar local; promover nelas o hábito do consumo consciente e responsável, evitando o desperdício.

O projeto teve início no dia 14 de maio de 2024, finalizando no dia 31 de maio de 2024. Foram realizadas as seguintes atividades:

Semana letiva com recreio dirigido voltado à temática em estudo. Na terça-feira (14/05/2024), o momento aconteceu a partir de um breve vídeo ([https://youtu.be/o7mjvaRjYJk?si=PEz\\_Kd6BKVIbkU-v](https://youtu.be/o7mjvaRjYJk?si=PEz_Kd6BKVIbkU-v)), e após a sua exibição algumas perguntas foram lançadas, sobre as quais realizamos coletivamente algumas reflexões, formulando teorias que auxiliaram na prática da busca por um mundo sustentável.

Roda de leitura sobre a temática em estudo. Na quarta-feira (15/05/2024), distribuímos diversos textos relacionados à temática estudada, e em grupos os alunos realizaram suas leituras e reflexões. Após alguns minutos, chamamos um representante por equipe para que fizesse a leitura e a exposição oral da compreensão e opinião de todos os participantes do grupo.

Jogo de *quiz* baseado na temática abordada. Na quinta-feira (16/05/2024), dividimos os alunos em grupos, repassamos as orientações e foi iniciado o jogo. A cada equipe

foi direcionada uma alternativa e eles teriam 10 segundos para dar a resposta. Caso não conseguissem responder, a vez era passada à outra equipe. No final foram contabilizados os pontos adquiridos por cada grupo, e a equipe vitoriosa foi premiada com uma sessão de cinema também relacionada ao tema: “COMO A CRISE CLIMÁTICA AFETA A NOSSA ALIMENTAÇÃO E COMO PODEMOS AGIR?”. Links dos quizzes que foram utilizados na dinâmica estão nos sites: <https://www.atividadeseducativas.com.br/index.php?id=13426> e <https://www.atividadeseducativas.com.br/index.php?id=842>.

Aula-passeio pelo entorno da instituição escolar. Na sexta-feira (17/05/2024), conduzimos os alunos à parte externa da escola para uma caminhada ecológica, oportunidade em que eles levaram sacolinhas para recolher o lixo encontrado no entorno da escola. Após voltarem, depositaram o lixo nos coletores de coleta seletiva. Outra atividade realizada na mesma ocasião foi a contagem de elementos recolhidos, sendo feita uma formulação de situações-problemas envolvendo as quatro operações básicas. Na sequência, a professora encerrou o momento falando sobre a importância daquela ação para o meio ambiente.

Aula prática para realização de atividade sustentável. As professoras, após conversarem sobre algumas práticas favoráveis ao meio ambiente, levaram os alunos para o trabalho com a terra. Eles revolveram o solo num espaço da escola e nele plantaram algumas hortaliças que seriam cultivadas de maneira orgânica. Os cuidados diários fica-



riam por conta de equipes direcionadas. Além de hortaliças, foram plantadas mudas de plantas que seriam usadas nas comunidades dos discentes para repor alguma árvore que havia sido cortada, praticando assim o reflorestamento local, ação favorável ao equilíbrio do nosso planeta.

Visitação a uma comunidade quilombola para apreciação de plantações orgânicas provenientes da agricultura familiar. A direção da escola juntamente com alunos dos anos iniciais do Ensino Fundamental foram à comunidade Queiroz, onde, na ocasião, conversaram com representantes familiares a respeito das maneiras de cultivos sustentáveis praticados na localidade. Também visitaram espaços cultivados, compreendendo de perto um pouco mais sobre formas adequadas de manejo da terra. Após a visitação nos espaços verdes, alunos, professores, diretores e alguns moradores da comunidade foram até a capela católica local para participarem de algumas dinâmicas relacionadas à temática discutida.

Dentre os desafios encontrados, tivemos: resistência de algumas crianças em participar das aulas práticas, a falta de atenção em alguns alunos nos diversos momentos de aplicação das atividades, dificuldade em algumas crianças em razão de a prática vivida na escola ser diferente da vivida em casa, e a pouca participação de alguns membros da família em projetos elaborados e executados pela instituição escolar.

Por meio das atividades desenvolvidas com os alunos, obtivemos alguns resultados satisfatórios, dentre eles: compreensão dos discentes sobre maneiras de cuidados que devemos ter com o meio ambiente, a reeducação do aluno com relação à própria postura no que diz respeito às práticas voltadas ao meio ambiente, o entendimento aprimorado sobre práticas sustentáveis dentro e fora da escola, a multiplicação das boas ações por meio do bom exemplo levado da escola à comunidade, e a compreensão sobre a relação das crises climáticas com a produção alimentar.

A continuidade dessas ações é essencial tanto para que o cidadão disponha de uma vida com mais qualidade, como para que o planeta seja alvo de mais cuidado. Assim, aspectos relacionados a crises climáticas poderão ser minimizados, não afetando em grande escala os plantios agrícolas, que são responsáveis pela produção alimentar, imprescindível ao nosso viver e que contribui para o desenvolvimento integral das crianças.



# ALIMENTAÇÃO CONSCIENTE – DESVENDANDO COMO AS MUDANÇAS CLIMÁTICAS INFLUENCIAM NA NOSSA ALIMENTAÇÃO

Município:  
Indaial - SC



67 estudantes

**EDUCAÇÃO INFANTIL  
ENSINO FUNDAMENTAL –  
ANOS INICIAIS E ANOS FINAIS**



Escola Básica Municipal  
Encano Central

**EQUIPE**

**Sandra Ullmann**  
Participante inscrita na Jornada

**Sandra Ullmann**  
**Francielle Medeiros Milanese**  
**Danielle Moreno Parreira**  
Nutricionistas da Alimentação Escolar

**Maria Aparecida Machado Krauss**  
Coordenadora da Jornada

**SANTA CATARINA**  
**SANTA CATARINA**



### **Profissionais envolvidos:**

Professores do ensino integral: Maria Aparecida Machado Krauss e Diogo Michel; nutricionistas da Secretaria de Educação: Sandra Ullmann, Francielle Medeiros Milanese e Danielle Moreno Parreira; estagiário de Nutrição: Fagner Messias. As atividades foram executadas nos meses de junho, julho e agosto de 2024.

O público-alvo foi estudantes do 3º ao 5º ano do ensino fundamental integral.

### **Objetivos:**

- Explorar e entender como a crise climática impacta diretamente na produção de alimentos.
- Analisar as consequências atuais e futuras para a segurança alimentar global.
- Proporcionar reflexões aos alunos sobre ações individuais e coletivas que podem ser adotadas para minimizar os impactos ambientais e promover práticas mais sustentáveis na alimentação.

No primeiro encontro, a nutricionista Sandra e o estagiário de nutrição Fagner apresentaram um contexto de como as mudanças climáticas influenciam na alimentação, principalmente na alimentação escolar. Expuseram como funciona o efeito estufa, tema que estava sendo estudado nas aulas de Geografia, e como o aumento da temperatura e a mudança nos padrões das chuvas afetam a segurança alimentar e nutricional.

As fortes chuvas que atingiram o Rio Grande do Sul em 2024 serviram como um alerta sobre os impactos das mudanças climáticas na alimentação. A necessidade de doações de alimentos, roupas e outros itens essenciais evidenciou a vulnerabilidade de muitas famílias.

Assim, também foi abordado o papel da agricultura familiar no Brasil, que é responsável por aproximadamente 70% dos alimentos consumidos, além de sua importância no Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE).

Foi também explicado aos alunos que a situação de emergência climática provoca um efeito em cascata, impactando tanto a produção de alimentos vegetais quanto a de origem animal, resultando em um aumento nos preços. Na escola, isso pode ser observado pela necessidade de alteração no cardápio escolar, gerido por uma empresa terceirizada. Devido às chuvas e ao aumento dos preços, alguns alimentos, como alface, agrião, rúcula e couve, não puderam ser oferecidos por um determinado período.

Desse modo, ficou mais claro como funciona o sistema alimentar e o quanto de recursos naturais, como a água, são utilizados na produção dos alimentos, sendo a carne vermelha o alimento que mais demanda água. Também foram mencionados os ultraprocessados, que, além de não serem saudáveis, causam um impacto ambiental maior do que os alimentos *in natura* ou minimamente processados. Aproveitando o tema, foi apresentada a classificação dos alimentos conforme o Guia Alimentar para a População Brasileira, além de discutir o papel da indústria na propaganda e comercialização desses produtos.

Durante essa discussão, também foi explicado como vivemos em uma “Sindemia Global”, na qual pandemias, má nutrição e mudanças climáticas interagem e se reforçam mutuamente, afetando principalmente a população em situação de vulnerabilidade social.

Em um segundo momento, foi realizada uma visita com os alunos a uma propriedade

rural de uma agricultora familiar, mãe de uma aluna da escola. Nessa propriedade, os estudantes puderam observar plantações de couve-flor, beterraba, vagem, brócolis, entre outras. A agricultora compartilhou informações sobre práticas sustentáveis e a relação entre agricultura e clima. Ela destacou a importância do consumo dos alimentos que produz, os quais integram o cardápio da alimentação escolar e representam a principal fonte de renda de sua família. E os alunos tiveram a oportunidade de acompanhar o plantio utilizando a semeadeira.



No terceiro encontro, para elucidar o verdadeiro sentimento de perda das pessoas afetadas pelas enchentes no Rio Grande do Sul, os alunos construíram uma maquete. Utilizando materiais do bosque, como plantas, grama e pedras, eles criaram uma floresta e uma área desmatada no topo de um morro, representando a produção agrícola. Abaixo do morro, modelaram uma cidade, incluindo casas, escola, empresas, carros e pontes.

Após concluir a maquete, os alunos encheram regadores de água e simularam a chuva. Primeiro, irrigaram a área florestada, que absorveu quase toda a água e protegeu a cidade. Em seguida, despejaram água na área desmatada, onde puderam observar o barro se acumulando e a água destruindo a cidade. Assim, os alunos vivenciaram a tristeza de perder algo construído com tanto esforço em questão de minutos e compreenderam a importância da empatia em relação aos mais vulneráveis.

A construção da maquete foi relacionada também com as aulas de Ciências, em que estava sendo trabalhado o ciclo hidrológico, consumo consciente e reciclagem. Dessa maneira, de acordo com a Base Nacional Comum Curricular (BNCC), os alunos aprenderam a selecionar argumentos que justificam a importância da cobertura vegetal para a manutenção do ciclo da água, a conservação dos solos, dos cursos de água e da qualidade do ar atmosférico. Essa temática também possibilitou a construção de propostas coletivas para um consumo mais

consciente e a criação de soluções tecnológicas para o descarte adequado e a reutilização ou reciclagem de materiais consumidos na escola e/ou na vida cotidiana.

Entre os desafios enfrentados pela escola, observou-se a presença de alunos com seleitividade alimentar, que não consomem a alimentação escolar, optando apenas pelo pão seco trazido de casa, que é nutricionalmente pobre em comparação ao cardápio oferecido. Como consequência, essas crianças não podem frequentar o período integral. Visto que a comunidade é em sua maioria rural, esse fato causa preocupação, pois demonstra a disseminação dos alimentos processados e ultraprocessados nessa comunidade. Dessa forma, mostram-se



cada vez mais importantes as ações de educação alimentar e nutricional (EAN) para os alunos, como também para os pais e responsáveis.

Como proposta de ação, a escola já desenvolve iniciativas consolidadas de educação ambiental, como a horta escolar, onde os alunos cultivam verduras, temperos, mandioca e plantas alimentícias não convencionais (PANCs). Além disso, são realizadas práticas de compostagem, separação de lixo e conscientização para evitar o desperdício de alimentos.

O município de Indaial instituiu a Lei nº 5.290, de 25 de abril de 2016, que cria o “Junho Verde”. Durante este mês, a comunidade escolar se envolve em atividades como plantio de mudas de árvores, apresentações culturais, oficinas, caminhadas e outras ações que promovem reflexões sobre a importância de cuidar do meio ambiente. No dia 5 de junho, Dia Mundial do Meio Ambiente, foi elaborado um cardápio especial para todas as instituições de ensino, priorizando o aproveitamento integral dos alimentos e incentivando o consumo de cascas e talos, que geralmente são descartados. O cardápio foi composto por sopa com talos de legumes, suco com casca de fruta, bolo de casca de cenoura e semente de abóbora e assado verde.

O aproveitamento integral dos alimentos é uma prática que engloba questões de saúde, sustentabilidade e justiça social. Ao utilizar todas as partes comestíveis de um alimento, como cascas, talos, sementes e folhas, estamos promovendo uma série de benefícios, como, por exemplo, redução do desperdício alimentar, aumento do aporte nutricional e conscientização ambiental para um futuro mais sustentável.

**1. Bolo de casca de Cenoura e semente de Abóbora**

**Ingredientes:**

- 1 Xícara de casca de cenoura
- 3 ovos
- 1 xícara de óleo
- 1/2 xícara de semente de abóbora seca
- 2 xícaras de farinha de trigo
- 1 Xícara de açúcar
- 1 colher de sopa de fermento

**Preparo:**

Triturar as sementes no liquidificador e reservar. Bater no liquidificador a casca de cenoura, os ovos e o óleo e reservar. Misturar os demais ingredientes em um recipiente, acrescentar a mistura do liquidificador e as sementes trituradas e misturar. Colocar em uma assadeira untada e levar ao forno (baixa temperatura) por 30 minutos ou até ficar bem assado.

Esta é uma opção para fazer para lanche da tarde, quando você utilizou as cenouras e abóbora no almoço.

Elaborado pela equipe de Nutrição da Secretaria de Educação de Indaial

**2. Assado Verde**

**Ingredientes:**

- 4 xícaras de chá de cascas/talos cozidos de legumes
- 2 colheres de sopa de queijo ralado
- 1 xícara de pão amanhecido
- 1 cebola pequena
- 1 colher de sopa de óleo
- 2 ovos inteiros batidos
- Sal a gosto

**Preparo:**

Bater as cascas no liquidificador. Colocar a massa obtida em uma tigela e misturar o restante dos ingredientes. Untar uma forma com óleo, despejar a massa e levar para assar até que esteja dourada. Servir quente ou frio. Esta receita pode ser enriquecida, juntando à massa uma lata de sardinha desfiada ou pequena quantidade de carne cozida (moida ou desfiada).

Elaborado pela equipe de Nutrição da Secretaria de Educação de Indaial

**5. Suco Integral**

**Ingredientes:**

- Casca de fruta
- Água

Pode ser casca de abacaxi, manga, goiaba, mamão... use a criatividade!

**Preparo:**

Bater as cascas com a água no liquidificador e servir.

- Se quiser, pode usar a polpa também no suco;
- O suco pode ser coado e também adoçado, vai da sua preferência!

Elaborado pela equipe de Nutrição da Secretaria de Educação de Indaial

# **COMO A CRISE CLIMÁTICA AFETA NOSSA ALIMENTAÇÃO E COMO PODEMOS AGIR**

# Município: **Canapi - AL**



# 45 estudantes

## **ENSINO FUNDAMENTAL – ANOS INICIAIS E ANOS FINAIS**



Escola Municipal Presidente Tancredo Neves

**EQUIPE**

## **Simone Pereira Calheiros Cavalcante**

# **Simone Pereira Calheiros Cavalcante**

Nutricionista da Alimentação Escolar

**Simone Pereira Calheiros Cavalcante**  
**Kathalliny Tavares Barbosa**  
Coordenadoras da Jornada



## **Introdução**

O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) é uma importante política pública de segurança alimentar. Seus impactos vão além da saúde dos alunos nas escolas, pois também promove a agricultura familiar, a compra local, a inclusão de alimentos orgânicos nos cardápios e a atenção aos quilombolas e indígenas.

A agricultura no Brasil é, historicamente, uma das principais bases da economia do país. Atualmente, a região Nordeste abrange uma população estimada em mais de 25 milhões de habitantes. Apresenta problemas estruturais quanto à sustentabilidade dos sistemas de produção de alimentos, os quais, aliados aos constantes efeitos negativos do clima, como as secas, dificultam sua manutenção e desenvolvimento, levando à deterioração do solo e da água, à diminuição da biodiversidade de espécies e, como prejuízo ao meio ambiente, provocando o início do processo de desertificação. A pobreza da região tem como consequências a inadequada estrutura latifundiária, o sistema de crédito agrícola, a comercialização, a assistência técnica, o deficiente sistema educacional e a ocorrência periódica de seca, entre outras (Drumond *et al.*, 2000).

Devido às mudanças climáticas em relação às alterações nos padrões de precipitação e eventos climáticos extremos, aumento das temperaturas, incluindo no sertão alagoano, esse efeito afeta diretamente a produção dos alimentos nessa região, influenciando na produção, na disponibilidade e na qualidade nutricional dos alimentos, ocasionando prejuízos no crescimento das culturas e na criação de gado. Isso ameaça a oferta de alimentos básicos como cereais, legumes e vegetais. As mudanças climáticas no sertão alagoano afetam a inclusão de alimentos orgânicos advindos dos agricultores familiares no PNAE, levando também ao aumento dos preços e dificultando o acesso a alimentos saudáveis para muitas populações, especialmente aos alunos.

O Projeto Canal do Sertão é a maior e mais moderna obra de infraestrutura hídrica do Estado, que visa atender a população que mais sofre com o fenômeno da seca no semiárido alagoano, bem como promover a melhoria na produtividade agrícola da região por meio da irrigação, que traria as águas do rio São Francisco de Delmiro Gouveia até Arapiraca.

Uma solução para os produtores rurais é a irrigação, que desempenha um papel fundamental no desenvolvimento agrícola no sertão. Em Alagoas, o Canal do Sertão fornece água de forma contínua para irrigação, ajudando a estabilizar a produção agrícola, independentemente das chuvas sazonais. Desse modo, a irrigação permite um fornecimento regular de água, essencial para o crescimento de diversas culturas, nas quais conseguem produzir alimentos durante todo o ano, inclusive em períodos de estiagem, garantindo uma oferta contínua de alimentos para a população local e o fornecimento para a merenda escolar. Isso aumenta a produtividade das terras, que, sem irrigação, seriam subaproveitadas devido à dependência da chuva.

## **Objetivos**

Discutir sobre o clima da região Nordeste e como isso afeta a produtividade dos agricultores.

Apresentar a importância da irrigação para aumentar a produtividade agrícola do sertão.

Realizar atividades de educação alimentar e nutricional com visitas a campo, com ênfase no fortalecimento do Programa Nacional de Alimentação Escolar e valorização da agricultura familiar.

## **Público-alvo**

Alunos do 5º ano da escola Municipal Presidente Tancredo Neves em Canapi-AL, alcançando um quantitativo de 45 alunos.

## **Profissionais**

Nutricionista

Zootecnista

Professores

Coordenadores

Agricultores

## **Metodologia e desenvolvimento**

Foi solicitada aos pais e/ou responsáveis, através de um termo de autorização, contendo informações sobre o projeto, a liberação dos alunos (Anexo 1). O projeto foi desenvolvido com um grupo de 45 alunos do 5º ano da Escola Presidente Tancredo Neves, do município de Canapi-AL, os quais visitaram o Canal do Sertão no município vizinho de Inhapi-AL. O local produz e fornece os alimentos provenientes da agricultura familiar para as associações da APASA e Riacho Salgado, que fornecem os itens da agricultura familiar para o PNAE do município de Canapi-AL.

Os alunos foram guiados pelo zootecnista e especialista em agricultura de baixa emissão de carbono, Ronivon Amorim, que explicou aos estudantes como o aumento das temperaturas e secas prolongadas, que representam o clima do sertão, dificultam o cultivo de muitos alimentos, podendo resultar em menores safras, maior escassez de alimentos, alterações no perfil nutricional e nas características organolépticas dos alimentos. Em contrapartida, os alunos conheceram o projeto do Canal do Sertão, que visa garantir água tratada para o consumo humano, irrigação, produção de alimentos, viabilização da pecuária e aumento da oferta de alimentos na região, gerando renda e oferta de alimentos durante todo o ano. Assim, os alunos conseguiram visualizar como o clima interfere na produção dos alimentos.

Durante a visita aos agricultores do Canal do Sertão, foram apresentadas aos alunos as etapas produtivas, do plantio à colheita, de alguns dos itens oferecidos na alimen-

tação escolar, além de ressaltar a importância da atividade agrícola para o desenvolvimento do município.

Após a visita ao Canal do Sertão, os alunos foram direcionados a uma escola do município de Inhapi para desenvolver uma história em quadrinhos sobre o Canal do Sertão: alguns dos alimentos apresentados durante a visita, como a mudança climática pode afetar as características ou o sabor do alimento, assim como eles imaginam que seja o caminho desse alimento da agricultura familiar até chegar à alimentação escolar, e mostrar a preparação final desse alimento, colocando passo a passo o que foi explicado pelo zootecnista.

O intuito dessa atividade foi demonstrar como as mudanças no clima modificam as estações de cultivo, afetando a época de plantio e colheita de vários alimentos, a importância do consumo dos alimentos, a cultura nordestina e alagoana. No final da aula em campo, foi realizado um piquenique com os alunos, com a doação de alimentos advindos da agricultura familiar local, que fazem uso do Canal do Sertão em suas produções agrícolas.

#### Anexo 1- Termo de Autorização



#### TERMO DE AUTORIZAÇÃO

Eu \_\_\_\_\_, responsável  
legal pelo(a) menor \_\_\_\_\_  
na qualidade de \_\_\_\_\_, AUTORIZO o(a) referido(a) menor a participar do  
**Projeto de Educação Alimentar e Nutricional desenvolvido pela equipe técnica de  
nutricionistas deste município**, participando de uma visita em campo no dia  
12/09/2024 no período da manhã a partir de 07:30h e retornando aproximadamente às  
12h, sendo fora do município de Canapi, no canal do sertão em Inhapi, acompanhado  
pela equipe de nutricionista, zootecnista, professores e coordenadores de Canapi.

Por se tratar de aula em campo, para este dia é necessário que a criança esteja  
utilizando roupas leves, bermuda e camisa (se tiver camisa de proteção UV, pode  
utilizar), sapato fechado (tênis), chapéu, protetor solar e garrafa de água.

Canapi-Al, \_\_\_\_ / \_\_\_\_ /2024.

\_\_\_\_\_  
Assinatura do Responsável Legal

## Resultados

Os professores que acompanharam relataram que iriam trabalhar esse tema em sala de aula, assim como outros temas da grade em Biologia, como reino animal e vegetal.

Na semana seguinte, as nutricionistas avaliaram os desenhos das histórias em quadrinhos e foi escolhida a melhor história para ficar exposta em um cartaz no refeitório e pátio da Escola Presidente Tancredo Neves. Assim, todos os alunos tiveram acesso ao conteúdo abordado através da visão de um aluno sobre as etapas produtivas dos alimentos da agricultura familiar, como as mudanças climáticas afetam os itens e sobre o trajeto desses alimentos advindos da agricultura familiar até o prato dos alunos.

O diretor da escola, Gilberto, relatou que o projeto teve uma aceitação enorme entre eles, uma vez que, além de ser a primeira visita que fizeram ao Canal do Sertão, os alunos comentaram com seus pais e amigos sobre a importância do plantio, da colheita e do acesso à alimentação saudável.





Canal do Sertão em Inhapi/AL e irrigação do plâno



Os alunos conhecendo as plantações do agricultor, como ocorre o processo de irrigação e os alimentos produzidos

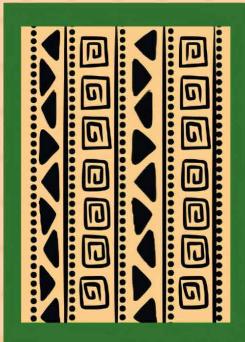


Diferença entre área com irrigação e sem irrigação, onde os alunos conseguiram ver a diferença, e a influência do clima em relação à produção de alimentos

# 3

## Povos e Comunidades Tradicionais: valorizando saberes e conexões na alimentação escolar

Em homenagem aos povos indígenas,  
celebramos sua cultura ancestral!



# **POVOS E COMUNIDADES TRADICIONAIS: VALORIZANDO SABERES E CONEXÕES NA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR**

De acordo com o Decreto nº 6.040/2007, Povos e Comunidades Tradicionais são definidos como “grupos culturalmente diferenciados e que se reconhecem como tais, que possuem formas próprias de organização social, que ocupam e usam territórios e recursos naturais como condição para sua reprodução cultural, social, religiosa, ancestral e econômica, utilizando conhecimentos, inovações e práticas gerados e transmitidos pela tradição”.

Existem pelo menos 28 Povos e Comunidades Tradicionais no Brasil, sendo estes os que possuem representação no Conselho Nacional dos Povos e Comunidades Tradicionais, instituído pelo Decreto nº 8.750/2016.

Para fortalecer esses grupos, seus saberes e suas culturas, os governos devem criar políticas públicas que os incluam, ou mesmo ações específicas para beneficiá-los. Nesse sentido, o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) determina, desde 2009, pela Lei 11.947, que os alimentos produzidos por essas comunidades tenham preferência na aquisição para alimentação dos estudantes.

Em 2023, o Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE) publicou uma Nota Técnica sobre a participação dos agricultores de Povos e Comunidades Tradicionais no PNAE<sup>1</sup>, atualizando a documentação exigida no processo de venda às Entidades Executoras. Essa publicação foi considerada um avanço porque facilitou o acesso desses grupos à venda institucional e beneficiou os estudantes que poderão consumir alimentos cultivados em seus próprios territórios.

Diante desse contexto, a 6ª edição da Jornada de EAN propõe que, no Tema 3, as atividades sejam desenvolvidas acerca dos saberes dos Povos e Comunidades Tradicionais. Historicamente, esses grupos são colocados à margem da sociedade e muitas vezes têm seus direitos fundamentais negados. Ao mesmo tempo, são exemplos de luta e persistência, possuem conhecimentos profundos sobre a natureza e sua relação com o homem, o cultivo de alimentos e a preservação da vida. São populações com uma riqueza incalculável de cultura, histórias e saberes.

---

<sup>1</sup> Nota Técnica nº 3744623/2023/DIDAF/COSAN/CGPAE/DIRAE - Participação de Povos e Comunidades Tradicionais no Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE). Disponível em: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/acesso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/media-pnae/NTParticipaodePovoseComunidadesTradicionaisnoPNAE.pdf>

Infelizmente, no entanto, muitos brasileiros não conhecem esses povos ou possuem um olhar equivocado e preconceituoso sobre eles. Por outro lado, estudantes que pertencem a essas comunidades não se veem representados, na maior parte das vezes, pelas atividades desenvolvidas no cotidiano escolar.

Portanto, o desafio desse tema é que as escolas busquem os Povos e Comunidades Tradicionais em seus arredores, pesquisem se há compra de seus alimentos por parte da gestão, investiguem se algum alimento consumido rotineiramente pelos estudantes é cultivado por essas comunidades, e que procurem inspirações para atividades que conectem toda comunidade escolar com a história desses povos que existem e resistem.

# UM MERGULHO NA CULTURA QUILOMBOLA: DIA DE CAMPO NA COMUNIDADE DE SÍTIO ALTO

Município:  
**São Cristóvão - SE**



30 estudantes

**ENSINO FUNDAMENTAL -  
ANOS INICIAIS**



E.M.E.I. Maria de  
Oliveira Santos

**EQUIPE**

**Andréa Maria Magalhães**  
Participante inscrita na Jornada

**Andréa Maria Magalhães**  
Nutricionista da Alimentação Escolar

**Andréa Maria Magalhães  
Renata Lopes de Siqueira**  
Coordenadoras da Jornada

**SERGIPE**  
**SERGIPE**  
**SERGIPE**  
**SERGIPE**  
**SERGIPE**  
**SERGIPE**  
**SERGIPE**



## **APRESENTAÇÃO**

O Guia Alimentar para a População Brasileira estabelece a importância do retorno às práticas tradicionais ligadas à alimentação, além de salientar a necessidade da preservação da cultura alimentar de cada local. Estes saberes ancestrais têm se perdido com o passar do tempo, à medida que a sociedade se torna cada vez mais tecnológica e acelerada, fazendo com que os escolares tenham contato com esse tema apenas em sala de aula. Dessa forma, as ações de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) são aliadas para proporcionar o resgate às tradições populares que envolvem saberes ligados ao plantio, história e ervas medicinais que eram transmitidas de forma oral à comunidade, com o intuito de manter viva a tradição de um povo.

## **OBJETIVO**

Estimular o aprendizado de saberes tradicionais que têm se perdido com o passar do tempo.

## **DESENVOLVIMENTO DAS AÇÕES DE EAN**

### **Público-alvo**

A ação foi conduzida com 30 escolares da turma do 5º ano do ensino fundamental, com faixa etária entre 10 e 11 anos, em uma escola da rede pública da cidade de São Cristóvão-SE.

### **Profissionais envolvidos**

01 nutricionista RT, 02 estagiárias de nutrição, 01 professor polivalente, 01 diretor da escola, 01 coordenadora da escola.

### **Parcerias**

No desenvolvimento das ações dessa temática, houve o apoio voluntário de 01 contador de histórias da Academia Sergipana de Contação de História e 01 líder comunitária da comunidade quilombola do Sítio Alto, localizada em Simão Dias. Para apoio técnico e estrutural, foram estabelecidas parcerias com o Centro de Colaboradores em Alimentação e Nutrição Escolar da Universidade Federal de Sergipe (CECANE/UFS), Núcleo de Nutrição da Diretoria de Alimentação Escolar de São Cristóvão e a Diretoria Pedagógica da Secretaria de Educação de São Cristóvão.



**Colaborador da Jornada:** Luciano da Silva Santos (diretor).

### **Aspectos éticos**

Seguindo os princípios éticos das atividades científicas que envolvem seres humanos, a participação será voluntária, mediante consentimento dos pais ou responsáveis, assim como a assinatura do termo de autorização do uso de imagem para realização de registros fotográficos. Os professores e demais profissionais envolvidos também foram solicitados a assinar esse termo.

### **Período de execução**

<b>Planejamento da ação</b>	02/08/2024 a 20/08/2024
<b>Realização da ação com a professora polivalente e o contador de história</b>	07/10/2024
<b>Realização da viagem para a comunidade quilombola de Sítio Alto</b>	11/10/2024
<b>Redação do relatório de execução</b>	07/10/2024 a 13/10/2024

### **Procedimentos pedagógicos**

Em consonância com o Marco de Referência em Educação Alimentar e Nutricional para Políticas Públicas (MDS, 2012), que recomenda o uso de metodologias ativas promotoras do aprendizado crítico-reflexivo e contextualizado, como procedimento pedagógico adotaram-se a contação de histórias e a viagem a uma comunidade quilombola, que permitissem que os escolares tivessem um contato prático e lúdico com as tradições dos povos originários. Ressalta-se que esse é um projeto-piloto, pensado para ser reproduzido posteriormente nas demais escolas da rede pública de ensino.



**1ª etapa – Apresentação e discussão da temática em sala de aula:** Previamente à roda de contação de histórias, como estratégia de estímulo prévio e contextualização

temática, a professora polivalente da turma do 5º ano inseriu a discussão sobre a história das comunidades quilombolas, utilizando-se de vídeos que retratavam o cotidiano, com o intuito de fazer os escolares entenderem um pouco mais sobre a origem do local e suas tradições.

**2ª etapa – Roda de contação de histórias relacionadas com a temática:** Após a aula, ocorreu uma roda de contação de histórias com um contador convidado da Academia Sergipana de Contação de Histórias, que organizou a sala no formato de roda e iniciou a ação tocando instrumentos indígenas que lembravam sons de animais da floresta. Pediu aos escolares que ficassem de olhos fechados e se concentrassem, pois seriam levados para o ambiente onde se passaria a história. Então, o contador fez uma brincadeira com os escolares: tocaria músicas populares na flauta e eles deveriam acertar quais eram as músicas, para que a contação acontecesse. Como todos acertaram, a primeira história foi contada: a origem do Baobá, uma importante árvore dos povos indígenas. Para a segunda história, o contador utilizou uma boneca de fantoche para ler o livro de contos *Histórias de Minervina*, e escolheu o conto “A semente e a águia”, que trouxe uma reflexão sobre o processo de germinação e o tempo da natureza. Os escolares ficaram extremamente entretidos com a metodologia ativa e o envolvimento com o contador.

**3ª etapa – Viagem à comunidade quilombola do Sítio Alto:** No dia da visita à comunidade tradicional foram providenciados: transporte, motorista, autorização dos pais para a viagem, criação de grupo com os pais das crianças que viajaram para dar informações sobre a viagem, lanche durante o percurso, almoço, disponibilidade da líder comunitária de receber o grupo.





Esta ação foi realizada no final da semana como culminância da temática, em que houve uma viagem para a comunidade quilombola do Sítio Alto, localizada no município de Simão Dias, liderada por Dona Josefa. Ao chegar no local, os escolares foram levados para a associação de moradores, onde Dona Josefa contou a história da comunidade, a origem do nome Sítio Alto, refletiu um pouco sobre as lutas do seu povo e permitiu que eles tirassem suas dúvidas. Posteriormente, visitaram a plantação orgânica do local, entrando em contato pela primeira vez com pé de café, algodoeiro, pé de feijão, observando as PANCs e entendendo como são usadas, através da explicação de Dona Josefa e da nutricionista. Tiveram a oportunidade de verificar a variedade existente dos grãos, sentir os cheiros das folhas e ver os insetos que eles nunca tinham visto. E foi importante a interação entre os escolares e a líder comunitária durante esse momento, por meio das explicações sobre o plantio e as propriedades medicinais das ervas plantadas.

Após a ida à plantação, os escolares foram conhecer o memorial do Sítio Alto, que mantém artefatos históricos usados no local, além de ser a representação de como eram as casas nessa comunidade anos atrás. Os escolares tiveram a oportunidade de entrar na casa, olhar e manusear os artefatos, tirar dúvidas sobre a utilidade desses materiais. A professora polivalente também aproveitou esse momento para lembrar os estudantes das aulas de História que eles tiveram sobre escravidão, pois um dos artefatos eram grillhões, que foram usados de maneira cruel para impedir a fuga dos escravos.

A próxima parada foi o banco de sementes crioulas que existe na comunidade, com a intenção de preservar a utilização de sementes não transgênicas e a variedade de grãos que eles possuem. Neste momento, os escolares tiveram oportunidade de observar uma enorme variedade de feijões, milhos e favas que eles nem sequer sabiam da existência. Durante esse momento também, Dona Josefa explicou a necessidade de esperar a colheita das demais áreas vizinhas que utilizam pesticidas e agrotóxicos, para só depois fazerem o plantio para não contaminar suas sementes crioulas.

O último momento aconteceu após o almoço, quando, antes da despedida, Dona Josefa ensinou para os escolares cantigas de roda usadas antigamente como uma forma de distração e diversão por seus antepassados durante o período de colheita. Essa tradição perdura até hoje graças à dedicação da líder da comunidade.

**4ª etapa - Avaliação da ação de EAN:** Como estratégia de avaliação participativa, foi realizada uma série de perguntas durante o retorno da viagem, para que pudesse haver a compreensão do quanto os escolares aprenderam durante a ação. Esse espaço de conversa permitiu que os alunos relatassem o que mais gostaram, se conseguiram aproveitar e o que absorveram dessa experiência riquíssima.

Os estudantes como um todo relataram terem amado a ação, principalmente por se tratar de uma viagem na qual eles puderam conhecer lugares novos, com novas culturas e dividirem essa experiência com seus amigos de turma.

No que diz respeito às dificuldades enfrentadas, estas estão relacionadas principalmente ao tempo disponibilizado para a realização de toda a atividade que, segundo os escolares, foi restrito por conta do tanto de espaços que tinham para serem explorados, além da distância da comunidade, o que tornou a viagem um pouco cansativa.



## CONSIDERAÇÕES FINAIS SOBRE AS AÇÕES DE EAN

Diante das reflexões promovidas durante a ação, foi possível concluir que a metodologia de EAN adotada foi compatível com o objetivo de estimular o aprendizado de saberes tradicionais que têm se perdido com o passar do tempo, pois incentivou a reflexão contextualizada dos escolares sobre hábitos culturais que estão sendo perdidos e que fazem parte da história do nosso povo. A utilização de metodologias ativas de aprendizagem proporcionou uma abordagem dinâmica e participativa, contribuindo para o envolvimento e o aprendizado dos alunos.





# UMA VIAGEM NA CULTURA DOS POVOS TRADICIONAIS

Município:  
**Palestina – AL**



126 estudantes

**EDUCAÇÃO INFANTIL**



Escola Municipal  
Presidente Getúlio Vargas

**EQUIPE**

**Joelma Anjos Silva Torres**  
Participante inscrita na Jornada

**Raniely Lira**  
Nutricionista da Alimentação Escolar

**Joelma Anjos Silva Torres**  
**Flávia Mayara Nogueira dos Santos**  
**Silva**  
Coordenadoras da Jornada

**ALAGOAS**  
**ALAGOAS**  
**ALA**  
**ALAGOAS**  
**ALAGOAS**  
**ALAGOAS**  
**ALAGOAS**



No desenvolvimento deste trabalho na Escola Municipal Presidente Getúlio Vargas, localizada na cidade de Palestina/AL, contamos com a orientação da nutricionista Raniely Lira, com a participação da coordenação pedagógica, diretor, professores e demais profissionais da escola. As atividades foram realizadas com as turmas do Pré I e II, nos horários matutino e vespertino, entre julho e agosto 2024, culminando no dia 16 de agosto do corrente ano, com o Tema 3 – “Povos e Comunidades Tradicionais: valorizando saberes e conexões na alimentação escolar”, com o título: **“Uma viagem na cultura dos povos tradicionais”**. Encerramos com apresentações culturais envolvendo toda escola, exposição das propostas que foram desenvolvidas durante o desenvolvimento da Jornada alimentar, uma verdadeira viagem cultural.

Com base no tema “Povos e comunidades tradicionais”, a professora do Pré II planejou suas propostas da Jornada de Educação Alimentar e Nutricional, organizando em sua sala de referência um contexto investigativo da **MANDIOCA**. As crianças puderam observar, pegar, sentir cheiros e texturas da mandioca em seus diferentes processos. Partindo, então, para uma proposta mais livre e de riqueza ampla, planejou uma atividade com o apoio da escola e da SEMED, para além dos muros da escola. As crianças passaram uma manhã em um roçado de mandioca, explorando a plantação, brincando e ouvindo histórias ao ar livre. No mesmo contexto livre, tiveram a oportunidade de conhecer e brincar da brincadeira **“ARRANCA A MANDIOCA”** de origem indígena, que tem como objetivo conhecer a cultura e os costumes indígenas, além de promover a movimentação corporal, a força e a coordenação motora.

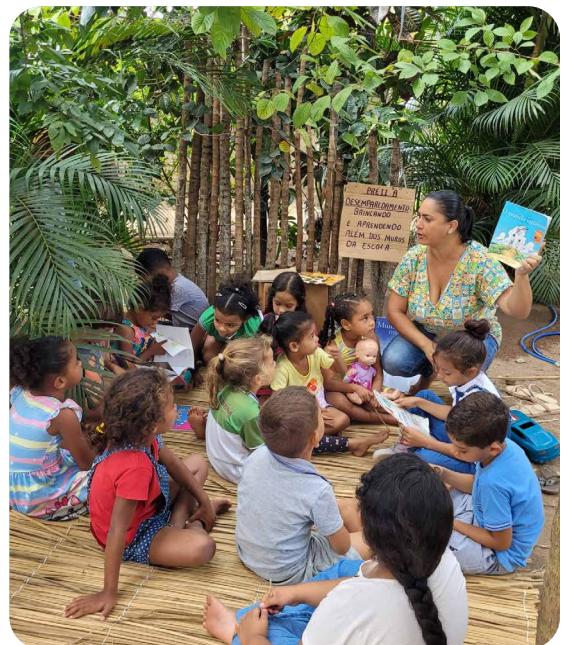
No mesmo contexto, puderam explorar as árvores, brincar em balanços, subir e descer das árvores livremente, testando suas capacidades motoras e autonomia corporal. O mais curioso desta proposta foi o fato de não observarmos conflitos entre as crianças. Todas brincaram livremente. Suas narrativas fluíram a todo instante, com descobertas sobre a mandioca, perguntas referentes à forma de plantar: “Tem semente, tia?”, “Planta a raiz?”, “Como a pessoa come tudo isso?”, “Tem micróbios, tia? Eca!”, “Fica toda cheia de terra!”, “É só lavar



bem, meu filho!”, “Nossa! Tem muitas plantas aqui”. Assim, passaram uma manhã de muitas descobertas, brincando, trocando informações, aprendendo e interagindo.

Conforme nos inspira a educadora Lea Tiriba: “É fundamental investir no propósito de desemparedar e conquistar os espaços que estão para além dos muros escolares, pois não apenas as salas de aula, mas todos os lugares são propícios às aprendizagens: terreiros, jardins, plantações, criações, riachos, praias, dunas, descampados; tudo que está no entorno da escola, no bairro, a cidade, seus acidentes geográficos, pontos históricos e pitorescos, as montanhas, lagos, açudes, o mar. Além de se constituírem como espaços de brincar livremente e relaxar, esses lugares podem também ser explorados como ambiente de ouvir histórias, desenhar e pintar, espaços de aprendizagem em que se trabalha uma diversidade de conhecimentos.”

De volta à sala de referência, a professora promoveu uma roda de conversa referente à proposta realizada anteriormente no roçado de mandioca, e podemos concluir que essa vivência foi de uma potência de aprendizagem sem tamanho. Sugeriu para as crianças fazerem um bolo de macaxeira e, assim, ampliar as possibilidades de utilização dessa raiz, que é bem comum em nossas mesas. Apresentamos para as crianças outra brincadeira musical de origem indígena – Yapo –, que pode ser feita sozinho ou em grupo. A brincadeira não requer materiais específicos, apenas o corpo e atenção. Os participantes cantam uma música e fazem sons percussivos com o corpo, criando uma espécie de coreografia. Alguns dos gestos que fazem parte da brincadeira: bater as mãos nas coxas (Yapo), bater as mãos cruzadas no peito (Ya Ya) e estalar os dedos (ÊÊ). E assim nossa viagem de descoberta da cultura indígena foi ganhando espaço e novas aprendizagens a cada dia.





As crianças trouxeram como referência para complementar o nosso contexto investigativo a tapioca, alimento muito conhecido em nossa região. Mesmo que tenha sofrido influência dos portugueses e dos africanos, ou tenha sido modificada ao longo do tempo, ela guarda em sua essência a originalidade de um povo que é responsável pela construção de boa parte daquilo que hoje compõe a cultura brasileira, os povos indígenas. Para completar a viagem de aprendizagens culturais, a professora trouxe para o contexto da sala de referência a lenda da mandioca. Essa lenda brasileira apresenta a origem mítica do alimento mais importante para os nativos do Brasil, a mandioca. Contadas em várias regiões do Brasil, onde assumem características diferentes, as lendas surgidas entre os índios brasileiros se popularizaram e fazem parte do nosso folclore. O consumo de raízes, o preparo de comidas bem temperadas e apimentadas, as comidas de milho e coco, o cuscuz, a pamonha, a canjica e a tapioca, são heranças que foram adaptadas em cada estado, mas estão diretamente ligadas à cultura indígena em todo o Brasil. Na turma do Pré II “c”, a professora também organizou um contexto da cultura da mandioca, acrescentando alimentos que são processados a partir desta raiz bem comum em nossa região e que faz parte do alimento diário da comunidade. Foi incluído neste contexto investigativo: a mandioca em seus diferentes processos, o pé de mandioca com as raízes, mandioca cozida, crua, descascada, ralada, a goma, a farinha, a tapioca, o bolo de massa de mandioca – e assim fomos enriquecendo as crianças de conhecimento relacionados à diversidade de pratos preparados a partir de uma única raiz. E as crianças foram percebendo a influência de diferentes povos ao longo do tempo em relação a nossa alimentação.

A turma do Pré I fez uma viagem à cultura das ‘Pinturas e arte indígenas’ de modo geral, utilizando tintas naturais e barro como matéria-prima para seus trabalhos. Iniciou montando um contexto investigativo com artes indígenas, elementos utilizados como forma de inspiração para as crianças. Os indígenas carregam no corpo e no rosto a identidade cultural de seu povo. As pinturas são as marcas de muitas etnias e diferentes para cada ocasião. Acrescentamos ao nosso contexto de investigação a arte musical e os elementos envolvidos nessas cerimônias tão marcantes para esse povo em especial. As danças indígenas têm como objetivo realizar rituais por várias razões, como: prestar homenagem, agradecer pela colheita, pela pesca, entre outros motivos. Dessa maneira, entende-se que a dança

indígena possui intenções diferentes de outras danças, por ser uma prática que abrange rituais e costumes. Nesta perspectiva, a professora buscou o envolvimento das famílias para que as propostas pudessem abranger toda comunidade, solicitando que cada criança trouxesse para a escola um instrumento musical de origem indígena, confeccionado em casa com a família. Em outro momento, montou um contexto sobre a cana-de-açúcar, produto bem comum em nossa região, cultivada por muitas pessoas em seus quintais. No entanto, a grande maioria das crianças não conhecia sua origem e cultivo por parte dos povos indígenas, bem como a riqueza que a cana-de-açúcar produz em nosso país. Essa planta está presente em quase tudo o que consumimos e faz parte do nosso cotidiano desde sempre.

Continuamos a nossa viagem cultural dentro das comunidades dos povos tradicionais com a turma dos Pré II “b”, que trouxe como contexto de investigação as “Comunidades Ribeirinhas”. A professora organizou em sua sala de referência um painel com as diferentes comunidades, apresentando para as crianças os diferentes modos de vida de cada uma e como os alimentos têm influência em nosso dia a dia, como chegam à nossa mesa e os cuidados em relação à preservação do meio ambiente, a fim de garantir a nossa subsistência alimentar. Trouxe como leitura complementar livros de escritores alagoanos: *Doce Riacho*, de Gianinha Schaeffer Bernardes, que apresenta os costumes e a paisagem local do estado, retratando as belas paisagens do litoral norte de Alagoas. Acrescentou ao acervo de leitura *O Peixinho do São Francisco*, de Luís Pimentel, com rimas que contam a saga do Velho Chico, o famoso e mais importante rio que banha o estado de Alagoas e consequentemente parte do sertão alagoano.

Os povos ribeirinhos têm uma forte relação com a natureza e a vida, direcionada pela sazonalidade das águas no estado de Alagoas. A pesca artesanal é muitas vezes a principal atividade de sobrevivência, mas também cultivam pequenos roçados para con-



sumo próprio, praticam atividades extrativistas e de subsistência, e, mais recentemente, o ecoturismo. Os povos ribeirinhos vivem em casas flutuantes e/ou nas margens dos rios, e passam muitas dificuldades e perigos. Enfrentam as cheias dos rios, que podem durar meses e submergir as casas. Também enfrentam dificuldades com a falta de tratamento do esgoto, insalubridade da água e doenças (leptospirose, hepatite, dengue e febre amarela) em razão do esgoto a céu aberto, além do assoreamento dos rios, que dificulta no transporte e o trabalho com a pesca.

Continuando com as propostas, apresentamos para as crianças a rede de pesca artesanal, instrumento bem comum na cidade, já que temos associação de pescadores local. As crianças puderam conhecer um dos maiores açudes da sua comunidade – o Açude do DNOCS –, utilizado para a criação e o consumo de peixes pelas famílias de pequenos pescadores. O DNOCS tem por finalidade básica implementar a Política Nacional de Recursos Hídricos relativos à execução de obras públicas de captação, acumulação, condução, distribuição, proteção e utilização de recursos hídricos, o beneficiamento de áreas através da irrigação, a promoção da agricultura e a recuperação de áreas degradadas. No entanto, nos deparamos com uma área tão extensa de captação de água em nossa comunidade e tão pouca utilizada, já que sua única função hoje se restringe à criação de peixes que atende poucas famílias, um espaço que poderia ser mais bem utilizado se houvesse investimentos adequado por parte da gestão pública. Nesta viagem de cultura tão rica e tão presente em nosso dia a dia, as crianças foram conhecendo e se situando dentro do seu território, reconhecendo sua cultura de pertencimento e riqueza na culinária ribeirinha até a chegada em suas casas.

Por fim, a Jornada Alimentar, que fez uma viagem na cultura dos povos tradicionais, culminou com uma rica exposição das produções das crianças e apresentações culturais relacionadas à cultura desses povos: apresentação da brincadeira indígena “Yapo”; “Os forrozeiros e suas muladas”; “A dança da chuva”, de origem indígena; “A dança das peneiras”, de origem quilombola; “O maculelê”, de origem africana. Uma viagem cultural que versou não apenas na alimentação, mas em muitos elementos que formam a riqueza cultural do nosso país. Após as apresentações, as crianças puderam saborear todas as delícias preparadas com os produtos originalmente conhecidos da cultura dos Povos e Comunidades Tradicionais. Organizamos uma mesa com delícias de tradição reconhecida e que fazem parte do contexto alimentar da comunidade, como: tapioca, bolo de milho, bolo de macaxeira, milho cozido, sucos de frutas que também pertencem à nossa cultura local: goiaba e maracujá.

É importante destacar que não há uma única cultura indígena, quilombola ou ribeirinha, e cada povo desenvolveu suas próprias tradições, como as religiosas, musicais, culinária, artesanatos, dentre outras, e precisam ser enaltecididas sempre. Após essa viagem cultural pelos povos e comunidades tradicionais, percebemos as diversas influências na cultura brasileira, contribuindo fortemente sobretudo na culinária presente em nosso dia a dia.

# OFICINA CULINÁRIA – KAVURÉ GERANDO CONEXÃO ENTRE O PVO GUARANI E ESTUDANTES NÃO INDÍGENAS

Município:  
Palhoça - Sc



17 estudantes

ENSINO FUNDAMENTAL –  
ANOS INICIAIS E ANOS FINAIS  
ENSINO MÉDIO



E.I.E.F Pira Rupá

**EQUIPE**

**Josiane Hilbig**  
Participante inscrita na Jornada

**Josiane Hilbig**  
Nutricionista da Alimentação Escolar

**Cristiana Samaniego**  
**Marco Antônio Oliveira da Silva**  
Coordenadores da Jornada

**SANTA CATARINA**



**SANTA CATARINA**

**SANTA CATARINA**



No dia 11 de setembro, os professores Cristiana Samaniego, Nalme Fernandes Duarte, Janilson Ortiz Assunção, Suzane Benites, Raiane Benites Samaniego, Gislaine Benites Samaniego e Marco Antônio Oliveira da Silva, junto com os alunos do ensino fundamental - anos iniciais e anos finais, e médio da escola indígena EIEF Pira Rupá, situada no município de Palhoça/SC, realizaram a 3ª etapa da Jornada de Educação Alimentar e Nutricional, com o tema central: “Povos e Comunidades Tradicionais: Valorizando Saberes e Conexões na Alimentação Escolar”. A iniciativa também contou com a presença das nutricionistas Josiane Hilbig e Rayza Dal Molin Cortese, da Coordenadoria Regional de Educação de Florianópolis. O evento teve como objetivo enaltecer os conhecimentos tradicionais e fortalecer as conexões culturais no contexto da alimentação escolar.

Para enriquecer o intercâmbio de experiências, a comunidade indígena recebeu, com grande hospitalidade, alunos do ensino fundamental - anos finais de uma escola privada do município de São José.

Esta ação, além de promover a valorização dos saberes tradicionais, possibilitou uma troca cultural única entre os estudantes, fortalecendo o respeito pelas tradições e criando laços que ultrapassam o ambiente escolar. Foi um momento de integração e aprendizado, em que a cultura indígena se destacou como um elo essencial no processo de educação alimentar e nutricional.

Durante a recepção, os professores e alunos da escola indígena ofereceram aos visitantes uma imersão que foi muito além da alimentação escolar, proporcionando uma experiência profunda e culturalmente enriquecedora. Logo na chegada, os alunos foram conduzidos à casa de reza (Opy'i), onde foram recebidos com uma emocionante apresentação do coral da escola. As canções, entoadas com harmonia e reverência pelos alunos indígenas, narravam a essência da cultura Guarani, a íntima relação com a natureza e os espíritos sagrados, além de retratar as lutas e resistências históricas desse povo.

Após o coral, os visitantes tiveram a oportunidade única de ouvir as palavras do cacique da aldeia e professor Marco Antônio Oliveira da Silva. Em seu discurso, ele comparti-





Ihou com sensibilidade e profundidade aspectos essenciais da cultura Guarani, explicando o modo de vida da comunidade, o significado dos cantos tradicionais e das pinturas corporais, que são expressões culturais e espirituais de grande importância para o seu povo.

O encontro se transformou em um rico espaço de diálogo, em que os alunos visitantes puderam interagir diretamente com os anfitriões. Perguntas e curiosidades sobre a cultura indígena foram respondidas com paciência e entusiasmo, gerando uma intensa troca de saberes. Esse momento de conversa permitiu uma conexão genuína, não apenas entre culturas, mas entre pessoas, reforçando o respeito mútuo e a admiração pela ancestralidade e tradição do povo Guarani.

Para encerrar as atividades do Tema 3 de maneira especial, os alunos visitantes foram convidados a participar de uma envolvente oficina culinária, realizada em conjunto com os professores e alunos da comunidade escolar indígena. A professora Cristiana Samaniego iniciou a oficina com uma explanação sobre as diversas preparações culinárias típicas da cultura indígena, destacando os ingredientes-base e as várias formas de preparo.

O ponto alto da oficina foi o preparo do tradicional Kavuré, um alimento simples, porém repleto de significado, feito à base de trigo e água. Durante o processo, a massa foi cuidadosamente moldada e boleada, para em seguida ser envolvida em taquaras de bambu e assada diretamente na fogueira. Os alunos visitantes foram instruídos sobre o ponto ideal da massa e como fixá-la corretamente nos bambus, garantindo que o alimento assasse de maneira uniforme.

Enquanto um integrante da comunidade indígena assumia a responsabilidade de assar o Kavuré, todos aguardavam com entusiasmo. Quando pronto, o Kavuré foi servido e apreciado por todos, acompanhado de frango ao molho e batata-doce e amendoim torrado, gentilmente preparados pelo cozinheiro da escola, proporcionando um momento de partilha e conexão entre os participantes. A oficina não apenas celebrou a culinária tradicional, mas também fortaleceu os laços entre visitantes e comunidade, em uma troca de saberes e sabores.

Link de vídeo resumo das ações:

<https://drive.google.com/file/d/1dhiCHgeqFPcpndc4c17alFhehGN1QEN2/view>

# CULTURA E ALIMENTAÇÃO – RESGATANDO TRADIÇÕES QUILOMBOLAS NA ESCOLA

Município:  
**Gurinhém – PB**



188 estudantes

**EDUCAÇÃO INFANTIL**  
**ENSINO FUNDAMENTAL –  
ANOS INICIAIS E ANOS FINAIS**  
**EDUCAÇÃO DE JOVENS  
E ADULTOS (EJA)**



E.M.E.F. Madre Dantas

**EQUIPE**

**Kamylla Bezerra de Góis Tenório**  
Participante inscrita na Jornada

**Kamylla Bezerra de Góis Tenório**  
Nutricionista da Alimentação Escolar

**Kamylla Bezerra de Góis Tenório  
Suzana Serapião de Luna**  
Coordenadoras da Jornada

**PARAÍBA**  
**PARAÍBA**  
**PARAÍBA**  
**PARAÍBA**  
**PARAÍBA**  
**PARAÍBA**  
**PARAÍBA**



**Título da Atividade:** Cultura e Alimentação: Resgatando tradições quilombolas na escola.

Atividade planejada na primeira semana de julho de 2024, quando foi realizado o convite à comunidade quilombola. No dia 25 de julho, tivemos uma reunião com uma representante da comunidade para ajustes. Durante a primeira e a segunda semana de agosto, foi realizada atividade em sala de aula sobre o quilombo e elaboração do cordel. No dia 22 de agosto de 2024, a ação foi executada no período da manhã no pátio da escola.

**Profissionais Envolvidos na Elaboração e no Desenvolvimento da Atividade:** Nutricionistas da Secretaria de Educação: Kamylla Bezerra de Góis Tenório (Responsável Técnica); Suzana Serapião de Luna (Quadro Técnico); Diretora da Escola de Ensino Fundamental Madre Dantas: Josieli Ferreira dos Anjos; Vice-diretora: Patrícia da Silva Santos Régis; Coordenadora Pedagógica: Rosileide de Fátima Evangelista de Souza.

**Parcerias Realizadas:** Secretaria Municipal de Educação: fornecimento de apoio logístico e materiais. Direção da escola: organização e logística do espaço a ser trabalhado. Comunidade Quilombola de Matão, representada por Risomar Gomes de Oliveira Santos, identificada como uma das líderes da comunidade.

**Público-Alvo da Atividade:** Alunos da pré-escola II, segundo, terceiro, quarto e quinto ano da escola, bem como toda a comunidade escolar: pais de alunos e demais membros da comunidade escolar. Participaram 43 alunos, sendo 6 alunos da pré-escola II, 5 alunos do segundo ano, 11 alunos do terceiro ano, 12 alunos do quarto ano e 9 alunos do quinto ano, além de 7 professores e auxiliares.

**Objetivos da Atividade:**

- Valorizar os saberes tradicionais dos povos quilombolas e sua contribuição cultural para a comunidade.
- Integrar os alunos à diversidade cultural presente na comunidade local.
- Estabelecer conexões entre a cultura alimentar quilombola e a alimentação escolar.
- Estimular a criatividade e expressão dos alunos através da arte e literatura.
- Promover o contato direto com a culinária tradicional quilombola.

**Como foi realizada a ação:** A atividade foi dividida em cinco etapas: apresentação dos profissionais, apresentação cultural, palavra da presidente do quilombo, trabalho com cordel e degustação.

**Apresentação dos profissionais:** A atividade começou com a fala da coordenadora pedagógica, Rosileide de Fátima, que fez a apresentação da ação, seguida pela

apresentação das nutricionistas da Secretaria de Educação. A nutricionista Kamylla apresentou a Jornada de Educação Alimentar e Nutricional e agradeceu a presença de todos, em especial da parceria com a comunidade quilombola, com breve fala sobre a importância da valorização da cultura local. Em seguida, a nutricionista Suzana explicou o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) e destacou a importância de respeitar a cultura local na elaboração dos cardápios.

**Apresentação cultural:** O grupo de dança e canto da comunidade quilombola de Matão se apresentou no pátio da escola, onde ocorreu toda a atividade. A apresentação incluiu danças tradicionais e cantos que refletem a cultura e história da comunidade quilombola.

**Palavra da representante do quilombo:** Após a apresentação do grupo de dança, a representante do quilombo discursou, ressaltando a importância de reconhecer e valorizar as culturas tradicionais, enfatizando seus hábitos alimentares e como essas atividades enriquecem o ambiente escolar.



**Trabalho com cordel:** Uma semana antes da ação, os alunos realizaram atividades em sala de aula para aprofundar o conhecimento sobre a cultura quilombola. Uma dessas atividades foi a criação de desenhos representando um quilombo, dos quais foram selecionados três desenhos para compor as capas dos cordéis. Além disso, o cordel foi escrito coletivamente com a contribuição dos alunos, um poema popular nordestino que retratou as tradições do quilombo de Matão de Gurinhém. No dia da ação na escola, o cordel foi lido pelas alunas Yasmin, do terceiro ano, Lara, do quarto ano, e Rauanny, do quinto ano, celebrando a riqueza cultural do quilombo. Antes de o cordel ser recitado, a professora Genilda Luís explicou sobre a origem e as características desse gênero literário. Como gesto de gratidão e reconhecimento, o cordel foi entregue como presente aos membros da comunidade quilombola, simbolizando a troca de saberes entre a escola e o quilombo. Essa ação reforçou os laços entre a comunidade escolar e os representantes do quilombo, destacando o valor do respeito, da diversidade cultural e da preservação das tradições.

**Degustação:** Após as apresentações culturais, todos os presentes – alunos, professores, pais e membros da comunidade – se reuniram para um momento especial de integração. A comunidade quilombola preparou uma degustação da “Cocada de coco com doce de banana”, um prato tradicional feito com coco, leite e doce artesanal de banana, trazendo para a escola o sabor de sua culinária.

Esse momento não só permitiu que os alunos e a comunidade escolar conhecessem de perto os hábitos alimentares dos quilombolas, como também proporcionou uma experiência sensorial de imersão cultural. A degustação reforçou a importância da alimentação como elemento de identidade e conexão com as tradições.

### **Resultados identificados até o momento**

**Aproximação cultural:** Os alunos demonstraram maior curiosidade e respeito pela cultura quilombola, ampliando seu entendimento sobre a diversidade cultural do Brasil.

**Engajamento criativo:** A atividade de desenho e a criação do cordel estimularam a imaginação dos alunos, promovendo maior interação com o tema abordado.

**Conexão escolar e comunitária:** A ação reforçou os laços entre a comunidade escolar e a comunidade quilombola local, criando uma troca rica de saberes e valores.

**Valorização alimentar:** A degustação do prato tradicional quilombola conectou os alunos com a gastronomia e hábitos alimentares da comunidade, promovendo uma nova percepção sobre a importância da alimentação cultural.

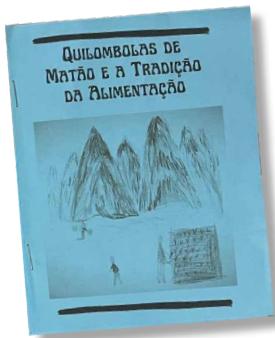
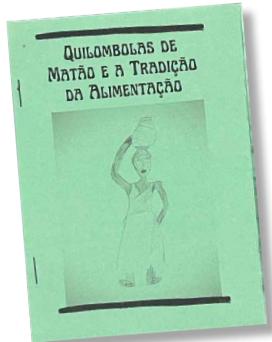
### **Desafios Encontrados e Lições Aprendidas**

**Desafios:** Um dos principais desafios encontrados foi ajustar um dia que fosse adequado para todos os envolvidos na ação. Conciliar as agendas da comunidade quilombola e do calendário escolar exigiu planejamento e comunicação prévia. Além disso, conci-

liar uma data que fosse conveniente para todos os membros da comunidade quilombola foi outro ponto crucial. Outro desafio foi a logística do transporte para os membros da comunidade quilombola. Garantir que tudo estivesse organizado e disponível no dia da ação demandou esforços extras de ajustes e comunicação.

**Lições Aprendidas:** A integração da cultura alimentar tradicional às atividades escolares é uma ferramenta poderosa de aprendizado. A colaboração entre os profissionais da escola e a comunidade quilombola foi essencial, e o envolvimento dos alunos na degustação e nas atividades artísticas criou uma experiência de aprendizado mais imersiva e significativa.





#### **Quilombolas de Matão e a Tradição da Alimentação**

No agreste paraibano, terra de sol e de fé,  
Lá no município de Gurinhém, vou contar o que é.  
Um povo de luta e coragem, herdeiros  
da escravidão,  
Os quilombolas resistem com sua rica  
tradição.

Nos quilombos escondidos, entre  
matas e brejos,  
Guardam histórias e sonhos, em vivas  
canções.  
Sua cultura é forte, cheia de sabedoria,  
E na mesa se encontra, a essência do  
seu dia.

Com o feijão é feito a feijoada com um  
toque especial,  
Feito em panela de barro, no fogão  
tradicional.  
A macaxeira macia, colhida com  
precisão,  
É comida de resistência, de amor e  
gratidão.

Tem o cuscuz de milho, no café da  
manhã,  
Que fortalece o corpo, pra batalha da  
manhã.

O arroz com carne seca, sabor do  
sertão,  
Na cozinha quilombola, não falta  
emoção.

E a galinha caipira, criada solta no  
chão,  
Feita com ervas e temperos, é prato de  
celebração.  
Cocada de coco com doce de banana,  
no fim da refeição,  
São delícias que alimentam corpo,  
alma e coração.

Os quilombolas de Matão de Gurinhém,  
com seu saber ancestral,  
Ensoram que a comida é mais que  
necessidade vital!  
É memória e é luta, é cultura e união,  
É a força de um povo, que resiste à  
opressão.

Assim, em cada prato, na mesa  
simples e farta,  
Vive a história de um povo, que da luta  
nunca aparta.  
No município de Gurinhém, a tradição  
se mantém,  
Nos quilombos e nas panelas, a  
resistência também.

# **NOSSO POVO, NOSSAS RAÍZES: É CONHECENDO QUE SE AMA, É AMANDO QUE SE RESPEITA**

**Município:  
Montes Claros – MG**



1288 estudantes

**ENSINO FUNDAMENTAL –  
ANOS INICIAIS E ANOS FINAIS**  
**EDUCAÇÃO DE JOVENS E  
ADULTOS (EJA)**



Escola Municipal  
Dominguinhas Pereira

**EQUIPE**

**Kassy Laura de Almeida Gomes**  
Participante inscrita na Jornada

**Mariana Mendes Pereira**  
Nutricionista da Alimentação Escolar

**Solange Afonso Mota**  
**Anny Júlia de Oliveira Nunes**  
Coordenadoras da Jornada

**MINAS GERAIS**  
**MINAS GERAIS**



A terceira etapa da jornada aconteceu entre os dias 05/08 e 09/09/2024. Para iniciar, foi elaborada uma nova reunião com a equipe pedagógica, apresentando o tema, bem como possibilidades a serem trabalhadas. Ao final, a proposta sugerida foi o estudo sobre a matriz africana e sua influência até os dias atuais, a exemplo dos Catopês, Caboclinhos e Marujos que fomentam as Festas de Agosto na cidade de Montes Claros/MG desde o ano de 1839 (conforme atas da Câmara Municipal); festejos que se inserem no contexto do Congado brasileiro. O objetivo foi estimular o respeito às tradições e às diferentes manifestações culturais; mostrar a riqueza da história de um povo que ultrapassa gerações, suas crenças, danças e vestimentas; e assimilar a alimentação tradicional desse evento (arroz com pequi) com a cultura da região, aguçando as crianças e suas famílias a prestigiarem a festa, que é permeada por diversas manifestações culturais, como música, teatro, dança, festival folclórico e exposições artísticas diversas.

Os recursos utilizados foram inspirados nas cores das fitas que colorem as ruas da cidade nesse período, criando memórias afetivas nos alunos, para que cresçam entendendo do que se trata, sendo multiplicadores da valorização da cultura local. Conforme o autor Carlos Rodrigues Brandão menciona, a festa é uma fala, uma memória e, então, uma mensagem. Logo, essa deve ser propagada pelas gerações, de forma que acima de uma manifestação em que haja cunho religioso, sobressaia a riqueza da tradição de um povo digno de ser respeitado.

Nesse sentido, foram trabalhadas nas turmas a história dos Catopês na cidade, que tinha o Mestre João Farias, falecido em 25/10/2021, aos 88 anos, como o líder do grupo de Catopês “Nossa Senhora do Rosário” desde 1971. Deixou o legado para o filho Júnior Pimenta dos Santos, conhecido como Mestre Zanza Júnior. Durante as apresentações, os Catopês representam a linhagem africana de origem do povo brasileiro, constituem o principal símbolo das festas no Reinado de Nossa Senhora do Rosário; os marujos (ou marujada) encenam sobre os navegadores portugueses e os princípios do catolicismo durante a colonização, junto aos caboclinhos (ou caboclada), que remetem aos povos indígenas no Império do Divino Espírito Santo. As rainhas, reis, príncipes e princesas representam a coroa portuguesa, a alta sociedade no Terno de São Benedito.

Iniciando o trabalho cultural com os alunos, em dias alternados, a nutricionista visitou as turmas, explicando sobre a chegada da feijoada na cultura brasileira, as formas de preparo que mudaram, mas mesmo assim foi mantida sua identidade, concedendo força e sustento aos escravos, conquistando grande adesão dos brasileiros. Inclusive, atualmente na alimentação escolar, a associação com folhas verdes escuras e frutas digestivas auxilia também na absorção, e falou ainda sobre a mudança nos padrões alimentares com o passar dos anos. Após essa partilha, perguntava aos alunos se havia algum prato que eles conheciam a origem, se sabiam de algum prato cultural, o que eles consideravam como prato tradicional ou alimento da região, se em suas casas faziam algum prepa-

---

**Colaborador da Jornada:** Marcela Maria de Almeida (professora).

ro especial como receita de família, fomentando uma grande partilha nas salas. Ao final, pedia que pesquisassem com as famílias sobre a cultura do arroz com pequi e carne de sol, até se tornar o prato predileto das festas de agosto.

Em paralelo à visita, os professores das disciplinas de História, Geografia, Artes, Português e Redação trabalhavam o folclore, voltado para as manifestações culturais da cidade. As turmas montaram uma exposição, com comidas tradicionais, tipos de brinqueiras antigas que reduziram com o tempo, vestimentas, brinquedos de materiais recicláveis, danças e cultura de origem africana que perduram até hoje. Algumas crianças foram caracterizadas, compartilhando os saberes adquiridos nas aulas e pesquisas propostas. Nesse dia, a preparação servida na alimentação escolar foi a feijoada: feijão preto com lombo suíno, arroz branco e vinagrete. E de sobremesa: Laranja.

Dentro deste contexto, os anos iniciais na disciplina de Artes confeccionaram uma coroa (acessório dos Catopês) com papéis e fitas de crepom. A diretora da unidade permitiu que os recortes maiores fossem feitos no período noturno (horário com menor quantidade de alunos), quando colaboradores disponíveis auxiliariam na ação. Durante quatro dias, a equipe composta por auxiliares administrativos, professores,

#### Abaixo imagens dos arquivos da Secretaria Municipal de Cultura



Terno de Nossa Senhora do Rosário em 1973



Catopês: Metade do século XX



Caboclinhos: Fim dos anos 1930 ou início dos anos 1940. Local: Praça Dr. Chaves

psicólogo, zeladora, cantineira e nutricionista se reuniu à noite para esta demanda, enquanto o trabalho era executado. Houve partilhas relacionadas ao tema, levantando questões sobre intolerâncias, inclusive a religiosa, culturalmente inserida na sociedade. O psicólogo falou sobre a relevância de trabalhar com as crianças o respeito à cultura do próximo, mostrando que as diferenças constroem a beleza de uma comunidade.

Após os recortes, as turmas confeccionaram os capacetes representativos dos Capotês, e os alunos do primeiro ano, junto com um dos zeladores da unidade, tocador de violão, ensaiaram a música tema do festejo, composta pelos artistas locais:

### **Montesclareou (Tino Gomes e Georgino Junior)**

*Montes Claros, montesclareou,  
Meus olhos cegos de poeira e dor,  
Tudo é previsto pelos livros santos,  
Que só não falam que o sonho acabou,  
A marujada vem subindo a rua,  
Suores brilham nos rostos molhados,  
Agosto chega com a ventania,  
Cálice bento e abençoado,  
A dor do povo de São Benedito,  
No mastro existe para ser louvado,  
Louvado seja o Santo Rosário,  
Louvado seja poeira e dor,  
Louvado seja o sonho infinito,  
E mestre Zanza que é cantador!*

A supervisora da unidade organizou a equipe para apresentação no auditório, onde as crianças ouviram de uma professora – que também é contadora de histórias, disfarçada em seu personagem “Joãozinho” – “A lenda do pequi”, descobrindo sua origem na região pelos indígenas que aqui moraram. Foi um momento muito rico, em que as professoras, auxiliares, supervisoras, dançaram no palco a dança indígena do retorno após “à espera de um forte guerreiro que havia ido para batalha, enquanto a índia, sua mãe, a cada dia que ele não voltava, plantava uma semente, se lembrando dele, chorava pedindo ao criador que ele retornasse. Suas lágrimas caíam no solo, como espinhos ferindo a terra com tanto lamento” (segundo a lenda, os espinhos do pequi foram formados pelas lágrimas de saudade da mãe), até que aquele filho retornou. As crianças ouviram atentas, participaram da história e vibraram, dançando e cantando as músicas utilizando seus capacetes. Logo após, um aluno que participou da festa se lembrou de uma das canções que ouviu e compartilhou com os colegas. Nesta mesma



data, foi servido na alimentação escolar o Risoto Moc (arroz com pequi e carne de sol), salada de alface com tomate e suco de cajá. Durante a distribuição da preparação, foi possível perceber que um autista seletivo aderiu à refeição, comendo tudo o que foi servido no pratinho.

Os pontos altos destacam-se em especial nesta etapa: a união, presteza, interesse dos colaboradores da unidade, sem distinção: da diretora, psicólogo, supervisoras, porteiros, zeladores, auxiliares de secretaria, professoras regentes e de apoio; funcionários do CAIC, onde funciona a escola, também muito solícitos, ajudando na decoração do auditório com pipas, fitas coloridas, panos de chita, auxiliando nos ensaios. Sem o envolvimento deles, não teria sido tão emocionantes as apresentações pelas crianças. Pontos negativos: o espaço do refeitório, como as turmas eram grandes, para fazer as apresentações foi necessário ajustar os horários de lanche de todas as turmas, a fim de comportar todos os alunos.



# 4

## Além da cozinha: o papel da merendeira como educadora



# **ALÉM DA COZINHA: O PAPEL DA MERENDEIRA COMO EDUCADORA**

A merendeira desempenha um papel crucial no PNAE, não apenas na preparação e distribuição das refeições, mas também como educadora na promoção de hábitos alimentares saudáveis entre os alunos. Este tema aborda a importância da atuação da merendeira como agente educacional na escola, destacando suas responsabilidades além das atividades relacionadas à cozinha.

A escola é um espaço privilegiado para o desenvolvimento de ações educativas, e o PNAE surge como uma excelente oportunidade para promover hábitos alimentares saudáveis. Não se limitando apenas a fornecer nutrientes, o Programa possibilita a integração de temas relacionados à EAN ao currículo escolar, além de valorizar e reconhecer seus atores sociais no desenvolvimento de atividades de EAN nas escolas. Em 2022, o FNDE lançou a Nota Técnica “Educação Alimentar e Nutricional no PNAE: atores sociais e possibilidades de atuação”, no qual apresenta, dentre os atores citados, as merendeiras, com recomendações para que participem ativamente das ações de EAN, além de reconhecer a sua importância na execução do PNAE.

Historicamente, a nomenclatura “merendeira” refere-se aos profissionais responsáveis pela produção da alimentação escolar. Porém, seu papel vai além da preparação e distribuição de alimentos, abrangendo também a sensibilização dos estudantes para a aceitação de uma alimentação saudável e adequada.

No processo de promoção de hábitos alimentares saudáveis, destacamos o trabalho desses profissionais, que, juntamente com nutricionistas, compreendem todo o processo de produção das refeições e reconhecem a relevância do PNAE na rotina dos estudantes em todo o Brasil. As merendeiras são responsáveis por transformar leis e regras em refeições saborosas, enfrentando o desafio de atender um público exigente: crianças e adolescentes. A presença desses profissionais dedicados e competentes garante que os alunos estejam bem alimentados, contribui para a formação integral dos estudantes e para a construção de uma escola mais saudável e consciente.

A 6ª edição da Jornada de EAN convida os participantes a explorar o potencial educativo da merendeira e a desenvolver atividades de EAN que valorizem e fortaleçam sua função como educadora. Conheçam, valorizem e homenageiem suas merendeiras, pois por trás de uma comida bem-feita há sempre corações felizes e mãos habilidosas, que proporcionam momentos inesquecíveis de convivência social e aprendizado.

# MERENDEIRAS EDUCADORAS: DESENVOLVENDO HABILIDADES CULINÁRIAS E VÍNCULOS AFETIVOS NO AMBIENTE ESCOLAR

Município:  
**Alfenas - MG**



198 estudantes

**EDUCAÇÃO INFANTIL**



E.M.E.I. Professor José Eduardo  
Oliveira Prado – Raios de Sol

**EQUIPE**

**Alexandra Vieira Gonçalves**  
Participante inscrita na Jornada

**Alexandra Vieira Gonçalves**  
Nutricionista da Alimentação Escolar

**Alexandra Vieira Gonçalves**  
**Gislene dos Reis Oliveira**  
Coordenadoras da Jornada

**MINAS GERAIS**  
**MINAS GERAIS**



## **RELATO DA ATIVIDADE**

As atividades foram desenvolvidas com os 25 estudantes da turma da manhã do Pré de 5 anos da EMEI Raios de Sol. O planejamento e a execução das ações foram realizados de maneira coletiva, envolvendo diferentes atores sociais do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), tais como nutricionista, diretora, equipe pedagógica, merendeiras, bem como estudantes do curso de Nutrição da Universidade Federal de Alfenas (UNIFAL-MG) que atuam como estagiárias do PNAE. A temática foi abordada de maneira a garantir a transversalidade com o currículo escolar e os planos de aula, de acordo com o Projeto Político-Pedagógico (PPP). Foi considerado, ainda, o contexto vivenciado no ambiente escolar e os princípios para ações de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) segundo o Marco de Referência de EAN para as políticas públicas (Brasil, 2012).

Foram desenvolvidas atividades de diagnóstico, planejamento, execução e avaliação, divididas em 7 etapas no período de abril a maio de 2024. As atividades foram articuladas aos conteúdos que estavam sendo abordados em sala de aula, em consonância com os campos de experiências pautados na Base Nacional Comum Curricular (BNCC) (Brasil, 2018) e baseadas na segunda edição do Guia Alimentar para a População Brasileira, que orienta a promoção da alimentação adequada e saudável (Brasil, 2014). O objetivo das ações foi promover atividades para aumentar o engajamento e a valorização das merendeiras enquanto educadoras, através da estratégia de desenvolvimento de habilidades culinárias para melhoria da aceitabilidade de alimentos ofertados no ambiente escolar.

Na etapa 1, diagnóstica, foi realizada roda de conversa com os estudantes e as merendeiras para levantamento de questões relacionadas à aceitabilidade dos alimentos e engajamento das merendeiras para atuarem como educadoras no ambiente escolar. A professora apresentou aos estudantes a imagem de alguns alimentos ofertados na escola, tais como tomate, inhame, beterraba, lentilha e abobrinha, e questionava os estudantes sobre o que sabiam de cada alimento e se gostavam ou não. Ao observarem as imagens do inhame e da lentilha, os alunos demonstraram dificuldade em nomear e reconhecer esses alimentos e relataram não gostar deles. O diagnóstico foi realizado, ainda, baseado na observação no momento das refeições, tais como a quantidade consumida, as preferências alimentares e o comportamento à mesa das crianças, bem como a interação com as merendeiras. A baixa aceitabilidade do inhame e da lentilha foi confirmada por meio dessas observações, além da necessidade de aumento do vínculo entre as merendeiras e os estudantes.

Na etapa 2, direcionada para o início das intervenções, as merendeiras e os alunos se apresentaram e falaram sobre seus alimentos preferidos. Em seguida, a professora dia-

---

**Colaboradores da Jornada:** Ana Franciely Cabral de Queiroz (Supervisora), Karina Aparecida Cardoso (Professora), Cristina Fernandes da Silva Oliveira (ADH); Mirian Mendes Costa Ribeiro e Maria Auxiliadora Feliciano Santos (Merendeiras); Lucas Willian Souto Barbosa Navega e Henrique Marcondes Silveira Félix (discentes de Nutrição, estagiários).



logou com os estudantes sobre o inhame e a lentilha, destacando seus benefícios à saúde.

Na etapa 3, foi realizado um curso de formação para todas as merendeiras da rede municipal de ensino em formato de gincana, em parceria com a UNIFAL-MG, como parte do projeto “Formação Continuada: promoção da alimentação adequada e saudável no ambiente escolar”. Um dos temas abordados foi o papel das merendeiras como educadoras, sendo observada a necessidade de estabelecer mais estratégias para atingir esse objetivo no cotidiano escolar.

Na etapa 4, as merendeiras foram orientadas pela diretora e pela equipe de nutrição sobre estratégias para incentivar os estudantes a consumirem a alimentação escolar e construírem boas relações com os alimentos. Para tanto, as merendeiras iniciaram o processo de apresentar o cardápio do dia e dialogar com as crianças sobre alimentação saudável.

Na etapa 5, foi realizada atividade em sala de aula com o objetivo de introduzir o gênero textual receita, trabalhar com rimas de forma criativa e lúdica, e promover o conhecimento e interação sobre os alimentos identificados como de baixa aceitabilidade pelo grupo. Foi promovida contação de história com teatro de fantoches e alimentos *in natura* como ferramentas pedagógicas. A história abordava personagens descobrindo os benefícios da lentilha e do inhame para a saúde e como poderiam elaborar receitas gostosas e nutritivas com esses alimentos. Foi feita, ainda, a exposição das ideias de receitas definidas pelas merendeiras em cartazes, e a professora mostrou a estrutura, analisando

os conhecimentos prévios dos alunos. Após esse momento, os alunos completaram o cartaz com rimas sobre os alimentos.

Na etapa 6, foi realizada oficina culinária com os estudantes, tendo as merendeiras como protagonistas tanto no planejamento quanto na execução da atividade. Foram elaboradas as receitas “almôndegas de lentilha” e “danete de inhame”, com a participação ativa das crianças. Participaram também a nutricionista RT e os estagiários, que interagiram com os estudantes para aumentar o vínculo e apresentar o papel dos nutricionistas na alimentação escolar.

Como etapa 7 (avaliativa), após a degustação de cada preparação, foi aplicado o teste de aceitabilidade utilizando urnas com escala hedônica, em consonância com a metodologia proposta no Manual para Aplicação do Teste de Aceitabilidade do FNDE (Brasil, 2017). Outra forma de avaliação foi uma nova roda de conversa para verificar mudanças na aceitabilidade dos alimentos trabalhados e no engajamento das merendeiras como educadoras. Os alunos receberam as receitas impressas para compartilhar com seus familiares, atuando como multiplicadores e estimulando a continuidade do desenvolvimento de habilidades culinárias em casa.

### **Resultados e Considerações Finais**

Em relação ao teste de aceitabilidade, quando somadas as respostas “adorei” e “gostei”, foram observados percentuais de 65,2% e 69,5% para as preparações “almôndegas de lentilha” e “danete de inhame”, respectivamente. Apesar de o resultado não



ter alcançado 85% de aceitabilidade para nenhuma das preparações, observou-se que a maioria dos estudantes demonstrou maior interesse em experimentar preparações contendo inhame e lentilha, evidenciando como todas as atividades propostas contribuíram para a promoção da alimentação saudável de maneira geral. As receitas passarão por adaptações antes de ter sua aceitabilidade testada novamente para possível inclusão nos cardápios. Vale ressaltar que o número de estudantes que compôs essa amostra foi reduzido e que as ações de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) promovem mudanças graduais. Quanto às merendeiras, constatou-se que os estudantes passaram a conhecer e valorizar seu trabalho, e que as próprias merendeiras se sentiram mais engajadas e confiantes para atuarem como educadoras.

Foram identificados alguns desafios, como o planejamento e execução de ações com a colaboração de diferentes atores sociais, o que demandou intenso diálogo com a equipe e adaptações nos planos de aula para incorporar as atividades de EAN de forma transversal. Além disso, despertar o interesse das crianças por alimentos rejeitados mostrou-se desafiador. Por outro lado, evidenciou-se a potência e importância da participação na Jornada como forma de estimular a comunidade escolar a dar continuidade às ações de EAN de maneira autônoma e contínua, por meio de um processo de ensino-aprendizagem coletivo e participativo, utilizando abordagem crítica e problematizadora, mas ao mesmo tempo criativa, lúdica e com a utilização de diferentes cenários de prática. Foi relevante abordar o tema aceitabilidade por meio de atividades que envolvessem o desenvolvimento, exercício e compartilhamento de habilidades culinárias, em consonância com o Guia Alimentar para a População Brasileira e a partir da articulação entre saberes populares e científicos. Percebeu-se como tais ações despertam encantamento e interesse tanto nos estudantes quanto nas merendeiras, contribuindo para a construção de caminhos possíveis.





---

## Referências Bibliográficas

---

- 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.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. *Guia Alimentar para a População Brasileira*. 2.ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.
- BRASIL. Ministério da Educação. *Manual para aplicação dos testes de aceitabilidade no Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE)*. 2.ed. Brasília, DF: Ministério da Educação, 2017.
- BRASIL. Ministério da Educação. *Base Nacional Comum Curricular*. Brasília, 2018.

# COZINHAR COM AMOR, EDUCAR COM VALOR

Município:  
São Geraldo  
do Araguaia - PA



113 estudantes

## EDUCAÇÃO INFANTIL



C.M.E.I. Professora Goiamar  
Gonçalves de Oliveira

**EQUIPE**

**Loany Cristiny Pereira de Carvalho  
Galdioso**

Participante inscrita na Jornada

**Loany Cristiny Pereira de Carvalho  
Galdioso**

Nutricionista da Alimentação Escolar

**Franciléia Monteiro dos Santos  
Silvéria Pereira dos Santos**

Coordenadoras da Jornada

**PARÁ  
PARÁ**



**PARÁ  
PARÁ**

**PARÁ  
PARÁ**



No dia 17 de setembro de 2024, foi feita a apresentação do tema em sala de aula, com abordagens orais sobre a importância das merendeiras nas escolas. As professoras trabalharam rodas de conversa, escreveram o título no quadro e explanaram o tema. Esse tema foi desenvolvido em sala de aula com as turmas do Jardim I e Jardim II, com um total de 59 alunos.

As merendeiras da escola têm um papel fundamental na qualidade da merenda oferecida aos alunos. Elas asseguram que os alimentos sejam preparados de acordo com as normas de segurança alimentar, bem como preparados de forma limpa e higiênica. Também supervisionam o serviço para garantir que os alimentos sigam as normas nutricionais. Ao preparar e servir a merenda, essas grandes profissionais podem ajudar a orientar os alunos na formação de bons hábitos alimentares. Além de serem responsáveis por oferecer refeições bem preparadas e sem riscos para a saúde, as merendeiras são excelentes educadoras alimentares, ensinando os alunos sobre escolhas saudáveis na hora de comer e a importância de consumir todas as frutas e verduras, além do afeto que os alunos têm por elas.

No dia 18 de setembro, tivemos as apresentações, com momento cívico, oração e, na sequência, a professora Andressa contou uma historinha sobre as merendeiras, nas quais elas eram as heroínas da alimentação escolar, preparando alimentos com a qualidade e higiene necessários para nossa escola. Na sequência, as merendeiras foram convidadas a ir à frente, onde foram apresentadas a todos os alunos da escola e falaram da importância da manipulação dos alimentos. Todo o momento cívico foi direcionado para elas.

No dia 19 de setembro, aconteceu a visita à cozinha, realizada pelos alunos do Jardim I e Jardim II, para conhecer como funciona o local, os utensílios e o armazenamento da merenda. As merendeiras mostraram toda a cozinha e explicaram sobre a manipulação dos alimentos. Mostraram como são armazenados os frios na geladeira e no freezer, e os não perecíveis, nos armários.





Ao retornar para a sala de aula, a turma do Jardim II reproduziu toda a investigação em forma de desenho, em que foram desenvolvidas a oralidade, a coordenação e a leitura.

Já a turma do Jardim I fez uma atividade que pedia aos alunos para desenhar a sua merenda preferida e, em seguida, pintaram os desenhos.

No dia 24 de setembro, aconteceu uma roda de conversa com as merendeiras, em que foram feitas perguntas como: Qual o seu nome? Há quanto tempo trabalha como merendeira? O que mais gosta preparar nas merendas? Como os alunos recebem a merenda escolar? Quais as maiores dificuldades que encontram no preparo das merendas?. E assim as merendeiras foram respondendo e interagindo com as crianças, tornando a conversa bem agradável. Foi um momento em que as merendeiras falaram do prazer de fazer a merenda com carinho e explicaram que seguem um cardápio elaborado pela nutricionista municipal, e que todas as merendas são pensadas para um bom desenvolvimento nutricional dos alunos. Ao final, as merendeiras receberam uma mensagem carinhosa com uma “Receita de currículo de cozinheira”, que demonstra o quanto cada uma é importante para nossa escola.

No dia 25 de setembro, a turma do Jardim II produziu uma homenagem em cartões com desenhos livres voltados a sentimentos de gratidão às merendeiras, e a esses cartões foi anexado outro cartão produzido pela professora, com a foto das merendeiras da escola. A turma do Jardim I produziu cartões de homenagem para as merendeiras, fazendo os desenhos de como elas são importantes para eles. Logo em seguida, realizaram atividades impressas para pintar somente os utensílios e alimentos que as merendeiras utilizavam no preparo da merenda escolar.

No dia 26 de setembro, aconteceu mais um momento especial, em que as professoras realizaram o momento cívico com a presença das merendeiras e a entrega de cartões com mensagens escritas pelos alunos, confeccionado no dia anterior.

Os alunos do Jardim I desenvolveram a atividade na qual eles deveriam encontrar a profissão merendeira entre várias outras. Nesse período em que foi desenvolvido esse tema, as professoras trabalharam a oralidade com músicas e coreografias para serem apresentadas no dia da culminância da ação.

E no dia 11 de outubro aconteceu a culminância, que iniciou com as boas-vindas feitas pela diretora Franciléia Monteiro dos Santos. As merendeiras foram convidadas a se sentar em local de destaque e foram chamadas uma a uma pelo nome, sendo parabenizadas. As homenageadas foram: do turno matutino, Neurilene de Jesus Ribeiro Silva e Ana Cristina Sousa Medrado; e do turno vespertino, Beatriz Sousa da Rocha e Poliana Pereira de Sousa.

As merendeiras foram homenageadas como merendeiras especiais da CMEI Professora Goiamar Gonçalves de Oliveira, recebendo das mães Fernanda, Fransciline, Kaline e Apoliana as faixas.

Na sequência foram homenageadas com apresentações.

A turma do Jardim I-A apresentou a música “Meu lanchinho”.

A turma do Jardim I-B fez a coreografia da música “Come-come”.

A turma do Jardim II-A cantou a música “Gratidão às merendeiras”.

E a turma do Jardim II-B cantou a música “Baião das merendeiras”.

Após as apresentações, as merendeiras receberam uma cesta de frutas e doces que foram entregues pelas convidadas Daiane e Maria Viana.

As professoras do Jardim I e do Jardim II foram convidadas a ficar na frente e parabenizadas pelo excelente trabalho realizado durante toda a Jornada de Educação Alimentar desenvolvida na escola. Elas trabalharam de forma prazerosa e eficiente, fazendo com que os alunos realmente adentrassem no tema e ocorresse o aprendizado real.

Na sequência foi servido um lanche especial aos convidados, alunos e comunidade escolar, encerrando assim a ação proposta pelo município.





# O PAPEL DA MERENDEIRA COMO EDUCADORA

Município:  
**Canaã Dos Carajás - PA**



1140 estudantes

**ENSINO FUNDAMENTAL -  
ANOS INICIAIS E ANOS FINAIS**



E.M.E.B. Carmelo Mendes da Silva

**EQUIPE**

**Lucileide Soares de Amorim**

**Cristallini**

Participante inscrita na Jornada

**Andréa Pinto da Silva**

Nutricionista da Alimentação Escolar

**Juliane Maia Almeida**

**Ivonete Lopes da Silva**

Coordenadoras da Jornada



A atividade da Jornada de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) teve como tema: “Além da cozinha: O papel da merendeira como educadora”, em que foi desenvolvida uma sequência didática com diversas atividades, em parceria com a professora Icleia Barros e os 28 alunos do 2º ano, as merendeiras Luzia Oliveira e Luciana Oliveira, e o merendeiro Fábio Neres, no período de 30/09/2024 a 04/10/2024. Participaram também dessa jornada a coordenadora Ivonete Lopes da Silva, a gestora Lucileide Soares de Amorim Cristallini, e as orientadoras Maria Betânia e Elisangela Cunha.

A execução dos trabalhos, após todo o planejamento realizado pelos envolvidos no projeto, iniciou quando a professora Icleia apresentou individualmente os merendeiros aos alunos em sala de aula, ressaltando o papel que desempenham no ambiente escolar e sua importância não apenas na preparação e distribuição das refeições, mas também como educadores na promoção de hábitos alimentares saudáveis. Ela destacou que a escola é um espaço privilegiado para o desenvolvimento dessas ações educativas e que o papel deles não se limita a fornecer apenas “comida”, mas uma merenda saudável, pensando no desenvolvimento integral dos alunos.

A docente também chamou a atenção dos educandos, explicando que, antigamente, as merendeiras eram responsáveis apenas pela produção ou preparação da alimentação escolar, muitas vezes baseada em alimentos processados, como achocolatado e bolacha de sal. No entanto, atualmente, essa função vai além da distribuição de alimentos, e essa responsabilidade não está restrita apenas à cozinha, estando diretamente ligada a outros profissionais, como as nutricionistas, que garantem e incentivam esse trabalho, sempre pensando em uma alimentação saudável.

Os alunos ouviram atentamente as informações e, em seguida, contribuíram com um bate-papo, fazendo perguntas e expressando seus conhecimentos prévios sobre o tema. Foram feitas perguntas aos pequenos discentes, como: “Vocês sabem qual é o papel das merendeiras?”, “Mudou a forma de vocês verem esses profissionais da cozinha?”, “O que vocês acham do lanche que consomem todos os dias?”, “As merendeiras são educadoras ou não, e por quê?”. Todos responderam de forma positiva, afirmando que agora entendiam melhor o papel dos profissionais apresentados.

A professora informou que, durante a semana, aconteceriam diversas atividades relacionadas ao papel da(o) merendeira(o) como educador(a), incluindo novas rodas de conversa, entrevistas com as merendeiras e alguns alunos, produção de histórias em quadrinhos, curiosidades e visitas à cozinha.

Nos dias seguintes, o planejado ocorreu de forma interativa e divertida, permitindo que os alunos refletissem sobre os novos conhecimentos adquiridos.

### **Roda de conversa com o merendeiro Fábio**

O merendeiro Fábio participou de um momento divertido e repleto de aprendizados junto aos alunos. Ele respondeu a perguntas elaboradas pelas crianças, como: “Você se vê como educador ou apenas como merendeiro?”, “Qual a parte mais importante do

“seu trabalho?”, “Quais são seus alimentos favoritos para preparar na escola?”, “Como é seu dia a dia na cozinha?”, “É difícil cozinhar para muitas crianças?”, “Como você se tornou merendeiro?”. Além das perguntas, houve momentos de afirmações espontâneas, como: “Eu gosto muito da merenda da escola, como mais de uma vez”, “Eu gosto de comida saudável”, “Eu gosto de salada”.

Após esse momento, o merendeiro explicou como funciona a organização da cozinha, levando os alunos para visitá-la. Ele mostrou como as nutricionistas elaboram os cardápios e como os alimentos são preparados para que tudo ocorra em harmonia, garantindo uma alimentação higienizada, saborosa e saudável. Esse momento foi muito valioso, pois a maioria das crianças ficou surpresa e entusiasmada com tudo o que foi abordado.

### **Visita à cozinha durante o preparo da alimentação e bate-papo sobre as observações feitas durante a entrevista**

A visita à cozinha foi repleta de aprendizagens, e os alunos puderam conhecer o espaço de perto, observar como as refeições são preparadas, como as merendeiras se organizam para esse momento, quais os cuidados precisam ter com os alimentos no momento da preparação, onde ficam armazenados, entre outros aspectos. Após a visita, eles tiveram um bate-papo com a merendeira Luzia e o merendeiro Fábio, e os educandos puderam perguntar sobre o que observaram enquanto estavam na cozinha. Curiosos, os alunos questionaram: “Por que vocês usam luvas?”, “Cada pessoa faz uma coisa sozinha ou se ajudam?”, “É difícil fazer comida saudável?”, “A senhora gosta de ser merendeira?”. Os cozinheiros responderam a todas as perguntas e aproveitaram para abordar a importância de serem valorizados, já que tudo é preparado com muito cuidado, carinho e dedicação. Ressaltaram que nem sempre foi assim e que nem todas as crianças têm essa mesma oportunidade que o município de Canaã dos Carajás proporciona com tanto compromisso.



### **Roda de conversa com a merendeira Luciana sobre a importância de ouvir as orientações das merendeiras no momento do lanche**

Este momento foi muito significativo para os alunos, pois a merendeira Luciana Oliveira falou sobre a importância de ouvir e respeitar as orientações que elas sempre fazem no momento do lanche. Explicou que essas orientações servem para evitar

problemas, como queimaduras ao servir a comida de caldo que às vezes ainda está quente, ou machucar os colegas quando ficam empurrando na fila. Também destacou que a comida é feita para todos os alunos, por isso não precisam se comportar de forma inadequada, e que devem colocar no prato somente a quantidade que conseguem comer para evitar desperdício.

#### **Entrevista com os alunos sobre o que acham do lanche servido na escola e das merendeiras**

Outro momento considerado por todos como muito importante e divertido foi a entrevista feita pela aluna Ana Mitchelly Mota, escolhida como repórter por um dia da escola Carmelo Mendes. Ana visitou algumas turmas perguntando o que achavam do lanche servido na escola e o que pensavam das merendeiras. As respostas foram todas positivas: “A comida é uma delícia”, “Muito saborosa”, “Gosto muito de todo o cardápio semanal”, “A comida é super saudável”, “Cozinharam muito bem”. Foi repetido várias vezes que as merendeiras ajudam na hora do lanche e que elas são uma “belezura”. Foram momentos divertidos, cheios de aprendizagens e muito significativos para todos.

#### **Produção de história em quadrinhos com o tema: O papel da merendeira como educadora**

Com uma atividade interessante e após vários momentos proporcionados em relação ao tema em estudo, os alunos produziram histórias em quadrinhos, deixando evidente na atividade como mudaram sua visão e conceito em relação ao papel das merendeiras.





Nas histórias produzidas, os desenhos mostravam figuras sorridentes e balões de palavras gentis dirigidas às merendeiras em forma de agradecimento. Desenharam também filas do lanche bem organizadas, balões de fala cumprimentando com respeito os profissionais da cozinha. Alguns quadrinhos mostravam personagens elogiando o sabor da comida e como os merendeiros ficavam felizes quando tratados com carinho e respeito pelos alunos.

### Culminância do projeto

Para o dia da culminância, os merendeiros elaboraram um cardápio especial como produto final: um hambúrguer saudável contendo os seguintes ingredientes: pão de forma integral, blend misto de carne bovina e carne de soja, tomate, alface, abobrinha laminada, cenoura em rodelas e maionese de ervas frescas, acompanhado de suco natural de cajá. Este momento foi pensado e proporcionado pelas merendeiras e pelo merendeiro como forma de gratidão por terem sido lembrados de forma tão nobre no tema do trabalho, que reconheceu esses profissionais como indispensáveis dentro da escola. A professora e os alunos reservaram uma mesa posta com a ajuda dos alunos para servir os profissionais da cozinha, ressaltando a importância desse trabalho no dia a dia da comunidade escolar. Os cozinheiros demonstraram grande surpresa quando foram convidados a sentar à mesa. A coordenadora Ivenete Lopes iniciou o momento agradecendo a todos pelo trabalho desenvolvido no cotidiano escolar e pela dedicação nas atividades da Jornada de Educação Alimentar e Nutricional (EAN). A professora Icleia Barros também contribuiu, destacando o quanto foi rico e importante o desenvolvimento desse projeto e como trouxe aprendizagens significativas, proporcionando um novo olhar sobre o papel da merendeira para além da cozinha. Os alunos fizeram lindas homenagens de agradecimento e, por fim, serviram os profissionais, ressaltando que eles desempenham esse papel todos os dias e que queriam retribuir com esse simples gesto a nobreza de servir o outro.

# ENCONTRO COM AS COZINHEIRAS ESCOLARES E INAUGURAÇÃO DO CARDÁPIO ILUSTRADO

Município:  
**São Paulo - SP**



96 estudantes

**EDUCAÇÃO ESPECIAL**  
(PROJETO: INICIAÇÃO PARA O MUNDO DO TRABALHO)



Sagrado Coração

**EQUIPE**

**Maíra Ladeia Rodrigues**  
Participante inscrita na Jornada

**Maíra Ladeia Rodrigues**  
Nutricionista da Alimentação Escolar

**Maíra Ladeia Rodrigues**  
**Márcia Maria Isabel**  
Coordenadoras da Jornada

**SÃO PAULO**  
**SÃO PAULO**



**Data da execução: 18/06/24**

Profissionais envolvidos e parcerias: Nutricionistas da equipe: Larissa Santos das Neves, Agnes Pinheiro, Thaís Martins Rogero, Cláudia Boato. Estagiárias de Nutrição: Clara Chicalle e Nicoly Ramalho. Coordenadora pedagógica: Solange de Jesus Souza. Professora de Culinária: Vivian Kelly Alves Monção. Professor de artesanato: Rômulo Perri Rodrigues. Merendeiras escolares: Jamilly Santos de Farias e Raimunda Edilsa Acelino Farias. Diretora: Márcia Maria Isabel.

**Público-alvo:** Estudantes com deficiência intelectual matriculados.

**Objetivos:** Apresentar as cozinheiras escolares aos estudantes; estimular a conexão entre os estudantes e cozinheiras; dar visibilidade e valorizar o trabalho dessas profissionais; inaugurar o cardápio ilustrado acessível a todos.

**Justificativa:** Promovemos um encontro com os estudantes e as cozinheiras escolares, uma atividade projetada para proporcionar o conhecimento mútuo entre eles. Essa atividade se alinha aos princípios do Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional (EAN), que enfatiza a importância da intersetorialidade e do diálogo entre os diferentes atores envolvidos no processo de alimentação. Ao conectar estudantes e cozinheiras, promovemos um espaço de aprendizado mútuo que valoriza o saber e a experiência das cozinheiras, enquanto estimulamos nos alunos um maior reconhecimento e valorização da comida que consomem. Essa interação é fundamental para desenvolver um senso de pertencimento e responsabilidade em relação à alimentação escolar, fortalecendo a prática autônoma de hábitos alimentares saudáveis.

Além disso, a inauguração do cardápio ilustrado está em consonância com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS), especialmente o ODS 4 (Educação de Qualidade), que busca garantir uma educação inclusiva e equitativa. O cardápio acessível não apenas promove a inclusão, mas também fortalece a EAN ao permitir que os estudantes conheçam e entendam melhor os alimentos que estão consumindo. Essa prática também contribui para o ODS 3 (Saúde e Bem-Estar), ao incentivar escolhas alimentares mais informadas e saudáveis.

Por meio desse encontro, estamos construindo uma cultura alimentar mais inclusiva, que respeita e valoriza a contribuição de todos os envolvidos na alimentação escolar, enquanto reforçamos a importância da valorização da cultura alimentar local e da promoção de hábitos saudáveis. Essa abordagem integral é fundamental para a formação de cidadãos conscientes e críticos em relação à sua alimentação e ao seu papel na comunidade.

**Caracterização da Unidade Escolar:** Trata-se de uma unidade educacional para pessoas com deficiência intelectual. O trabalho realizado com pessoas com esse diagnóstico se dá por meio de dinâmicas que possibilitam aprendizados significativos dentro das especificidades individuais de cada um. A intencionalidade das ações converge no favorecimento da autonomia nos âmbitos da vida prática em seus aspectos físicos, cognitivos, emocionais

---

**Colaboradores da Jornada:** Nutricionistas QT: Agnes Pinheiro; Cláudia Boato; Larissa Santos das Neves; Maira Ladeia Rodrigues; Thaís Martins Rogero. Estagiárias de Nutrição: Clara Chicalle e Nicoly Ramalho Zerbinati. Equipe de apoio para a atividade: Adriana Bonafe, Fernanda Lourenzato. Coordenadora pedagógica: Solange de Jesus Souza. Professora de Culinária: Vivian Kelly Alves Monção. Professor de artesanato: Rômulo Perri Rodrigues. Cozinheiras escolares: Jamilly Santos de Farias e Raimunda Edilsa Acelino Farias.



Turma da professora Vivian Kelly

e sociais. O diagnóstico da pessoa com deficiência intelectual é classificado em nível leve, moderado e severo, e é por meio do laudo médico que a equipe multiprofissional avalia suas habilidades e onde seu potencial pode ser desenvolvido.

As atividades pedagógicas têm como objetivo realizar o preparo para uma vida profissional, denominado como “iniciação ao mundo do trabalho” (IMT). A unidade está localizada em uma área periurbana na cidade de São Paulo, em um sítio ao lado da Serra da Cantareira, Zona Norte. Realiza o atendimento a adolescentes e adultos com deficiência intelectual, por meio de convênio com a Prefeitura de São Paulo, que oferece a alimentação escolar e o apoio técnico para o desenvolvimento do Programa Nacional de Alimentação Escolar.

A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) para pessoas com deficiência intelectual é muito importante para promover a autonomia e a conscientização sobre hábitos alimentares saudáveis. Por meio de abordagens problematizadoras e recursos educacionais adaptados, a equipe de nutricionistas e pedagógica uniu seus diferentes saberes complementares para realizar EAN de forma acessível e inclusiva, incentivando o diálogo e respeitando as capacidades e necessidades individuais. Esse trabalho multiprofissional e intersetorial valoriza o direito de todas as pessoas ao aprendizado, garantindo que a EAN ocorra de forma contínua, estimulando escolhas saudáveis de forma voluntária e adequada à realidade local. A parceria entre a instituição e a equipe de nutricionistas da alimentação escolar foi essencial no ano de 2024 para a realização de projetos e ações que visaram o desenvolvimento integral da pessoa com deficiência e sua inserção na sociedade com relevância e autonomia.

**Desenvolvimento da atividade:** Esta foi a atividade final do projeto da Jornada de EAN da Unidade, que reuniu todas as equipes e estudantes. Previamente, as cozinheiras tiraram fotos dos pratos comumente preparados por elas. As fotos foram impressas e plastificadas, e montamos uma base para fixar as imagens em uma das paredes do refeitório.

Para começar, todos nos sentamos nas mesas do refeitório e iniciamos uma conversa

retomando as atividades realizadas anteriormente com as turmas. Os estudantes foram estimulados a lembrar o que haviam feito. Em seguida, uma das educadoras trouxe ao refeitório uma cesta com itens colhidos da horta para serem preparados para o almoço. Mostramos aos estudantes e perguntamos se todos lembravam da primeira atividade na horta, quando colheram os temperos. Eles afirmaram que lembravam e contaram brevemente aos demais colegas como foi a experiência. Na cesta era possível ver vários tipos de alface: roxo, liso e crespo. Aproveitamos a oportunidade para destacar novamente que, assim como as alfaces são diferentes umas das outras, as pessoas também têm suas diferenças, e isso não é um problema. Incentivamos o respeito às diferenças e limitações de todos os integrantes do grupo.

Logo em seguida, chamamos as cozinheiras e perguntamos aos estudantes quem elas eram. Todos já as conheciam e sabiam seus nomes. Nesse momento, abrimos espaço para o grupo fazer perguntas às profissionais, e eles ficaram bastante animados com essa possibilidade. Surgiram perguntas como: “Quantos anos você tem?”, “Quanto tempo demora para ficar pronto um feijão?”, “Qual a sua comida favorita?”, “O que você mais gosta de cozinhar?”, “O que você acha mais difícil de cozinhar?” e “O que você gosta de comer?”. Dentro de suas possibilidades, todos os alunos participaram fazendo perguntas. Eles elogiaram as cozinheiras, bateram palmas e as abraçaram, sendo um momento de grande aproximação entre eles.

Pegamos os alimentos da despensa para apresentar aos estudantes. A presença de uma diversidade de grãos nos permitiu explorar novamente as diferenças, como entre o feijão carioca e o feijão preto, reforçando a ideia de que as diferenças existem e são bem-vindas tanto na natureza quanto na sociedade. Apresentamos cada um dos alimentos da despensa, e os estudantes demonstraram muita curiosidade em vê-los todos. Houve certa dificuldade em nomear alguns alimentos, percebemos que não conheciam lentilha e grão-de-bico. Os alimentos passaram por todas as mesas, dando a oportunidade de tocá-los, vê-los e cheirá-los.





Mostrando o livro de receitas, lembrando com eles todas as atividades que fizemos ao longo da jornada de EAN

Também pegamos na cozinha panelas e outros utensílios comumente usados pelas cozinheiras. Ao trazê-los para o refeitório, os estudantes ficaram muito impressionados com o tamanho das panelas. Durante todo o momento, as merendeiras foram estimuladas a falar sobre seu trabalho e interagir com os estudantes. Levamos os alunos para conhecer a cozinha, e eles ficaram maravilhados com o tamanho dos equipamentos e utensílios.

Antes de finalizar a atividade, informamos aos estudantes que, a partir daquele momento, eles ganhariam um cardápio ilustrado acessível e poderiam ver diariamente qual seria o lanche e o almoço. Colocamos na parede e mostramos como trocar as fotos dos alimentos para cada dia da semana. As cozinheiras apresentaram o cardápio a toda a comunidade escolar, e fizemos uma cerimônia simbólica de inauguração.

Usando as fotos de alimentos do cardápio, pedimos aos professores que mostrassem seus pratos preferidos. Cada estudante também foi incentivado a montar seu próprio prato favorito com as fotos dos alimentos, fazendo as combinações de que mais gostasse.

Para finalizar, entregamos a todos os estudantes o certificado de participação na Jornada de Educação Alimentar e Nutricional. Realizamos uma cerimônia de entrega, chamando um por um à frente do refeitório, e quando receberam seus certificados tiramos fotos. O objetivo era parabenizá-los e registrar esse momento para eles e suas famílias. Muitos se emocionaram ao receber o certificado.



Entrega para as cozinheiras: verduras que serão usadas no almoço



Mostrando os alimentos que usamos no cardápio, nomeando e deixando à disposição para todos verem. Mostrando as fotos do cardápio ilustrado, nomeando os alimentos e incentivando os estudantes a falarem de quais mais gostam, quais conhecem e não conhecem



Explorando as texturas dos alimentos e seus formatos. Incentivando que os estudantes explorarem os alimentos



Estudantes com o certificado de conclusão da Jornada de EAN. Os gestores e educadores também ganharam o certificado de participação



Turma do professor Rômulo

# **HOJE VOCÊ É A ESTRELA: ENTREVISTANDO A MERENDEIRA ESCOLAR**

# Município: Barra dos Coqueiros - SE



**538 estudantes**

# **EDUCAÇÃO INFANTIL PRÉ-ESCOLA**

## **ENSINO FUNDAMENTAL - ANOS INICIAIS**



E.M. Maria Raimunda de Oliveira  
Rezende

EQUIPE

## **Natalia Lohayne Dias Vasconcelos**

Participante inscrita na Jornada

# **Natalia Lohayne Dias Vasconcelos**

Nutricionista da Alimentação Escolar

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



Foi realizada na E. M. Maria Raimunda de Oliveira Rezende, localizada na Avenida Canal, nº 507, no bairro Antônio Pedro, do município de Barra dos Coqueiros-SE, a atividade “Hoje você é a estrela: entrevistando a merendeira escolar”. A ação envolveu os alunos do 3º ano D (ensino fundamental anos iniciais) e faz parte de um projeto-piloto que será realizado nas outras turmas desta escola e em outras escolas da rede municipal. A turma tem 27 alunos e apresenta 2 alunos da educação especial. Os alunos, entre 8 e 9 anos de idade.

Participaram do planejamento e da execução da atividade as nutricionistas Adriana Correia dos Santos (CRN 5 6832), Aline Dantas de Jesus (CRN 5 12774), Natalia Lohayne Dias Vasconcelos (CRN 5 13668) e Michelle Freire e Silva (CRN 6951); a técnica em nutrição Juliana Santos da Silva Porto (CRN/T 5 3094); a coordenadora do Departamento de Alimentação Escolar Manuela de Aguiar Feirosa; a professora Raelma Cunha; a cuidadora Luana Santos; as merendeiras Nadiliane Santos, Maria Lucineide, Marcione Maria e Sandra Regina; a coordenadora pedagógica Eliene; e teve como suporte Fabiane Albuquerque, da Secretaria da Educação; os estagiários em nutrição Amanda e João Victor.

Foi realizada parceria com a Secretaria Municipal de Comunicação, representada por Carluz Lima, responsável por filmar a atividade para montagem de um vídeo.

Os objetivos da atividade foram: trabalhar o gênero textual Entrevista com os alunos; estimular a criatividade na formulação de perguntas pelos estudantes; envolver os alunos em atividades ligadas à arte como forma de homenagem às merendeiras; levar os alunos para conhecerem o trabalho das merendeiras; reconhecer as merendeiras como atores sociais na promoção da Educação Alimentar e Nutricional.

No dia 6 de setembro de 2024, a nutricionista Adriana e a estagiária Amanda foram até



a sala da turma do 3º ano D para explicar à professora como seria desenvolvida a ação. Elas entregaram à professora Raelma cartões feitos com papel ofício, de dimensão 10,5 x 14,8 cm, onde estava escrito “Escreva aqui o que você gostaria de saber sobre o trabalho da Merendeira”, com espaço de quatro linhas e espaço para colocar o nome. Também foram entregues folhas de papel ofício, nas quais estava escrito “Merendeiras, vocês dão sabor à educação”, com espaço para colocar o nome.

Assim, no dia seguinte, a professora Raelma distribuiu os cartões para que os alunos escrevessem as perguntas que gostariam de fazer às merendeiras. Após concluírem, foi solicitado aos estudantes que fizessem desenhos das merendeiras e escrevessem os nomes delas. Os alunos foram estimulados a serem criativos e puderam utilizar lápis grafite e lápis de cor. Finalizada essa etapa, as atividades foram recolhidas pela professora.

No dia 16 de setembro de 2024, a equipe do Departamento da Alimentação Escolar foi novamente até a sala de aula dos alunos e explicou a dinâmica. Os alunos receberam crachás com o nome de cada um e o símbolo da jornada. Os crachás foram feitos com papel-cartão, perfurador e barbante. A equipe escolheu as melhores perguntas e perguntou quais alunos gostariam de entrevistar as merendeiras. Alguns alunos se ofereceram. Entre as questões elaboradas estavam:

- “Como vocês higienizam a comida?”
- “O que vocês fazem para a comida ficar tão boa?”
- “O que você gosta no seu trabalho?”
- “O que vocês colocam no macarrão?”
- “Como lavar as mãos?”

As nutricionistas colocaram touca para cobrir o cabelo das crianças. A nutricionista Lohayne explicou que na cozinha só pode entrar com touca. Ela perguntou se os alunos SABERIAM explicar o porquê disso. Os alunos disseram que era para não cair cabelo na comida.

Assim, os alunos seguiram para a cozinha, onde cumprimentaram as merendeiras. A colaboradora Maria Lucineide ficou com lágrimas nos olhos ao ver os alunos entrando na cozinha. Ela relatou que ficou muito emocionada com essa iniciativa de trazer os alunos para conhecerem o trabalho delas, afinal a comida é preparada com muito carinho para os estudantes. Vale destacar que a alimentação escolar da E. M. Maria Raimunda de Oliveira Rezende destaca-se por apresentar uma ótima aceitabilidade e ótima adesão pelos alunos.

A nutricionista Lohayne explicou aos alunos que o motivo da ação realizada era conhecer o trabalho das merendeiras, as profissionais responsáveis pelo preparo da alimentação escolar. A nutricionista perguntou: “Vocês gostam da alimenta-



ção escolar?” e os alunos responderam coletivamente “SIM”. E então ela explicou que, para o trabalho das merendeiras, eram importantes alguns cuidados.

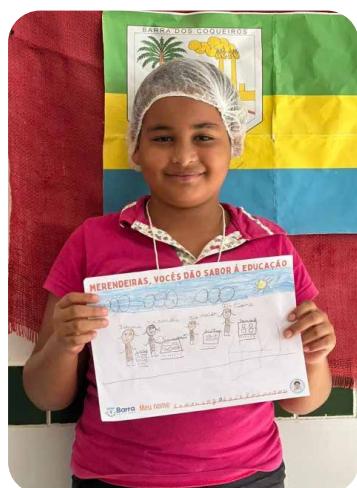
Assim, a merendeira Nadiliane explicou aos alunos que, para preparar a alimentação escolar, elas deveriam usar touca para cobrir os cabelos, manter as unhas curtas, não poderiam usar esmalte, perfume, brincos e anéis. Tais medidas são indispensáveis para garantir uma alimentação segura. Ela explicou também que deveriam utilizar calça e sapato fechado para proteção individual. Ao final, a nutricionista perguntou aos alunos quais eram os cuidados necessários para entrar na cozinha, e eles responderam repetindo os itens citados anteriormente.

Nadiliane explicou também que elas frequentemente lavam as mãos para prevenir a contaminação dos alimentos. Diante disso, a aluna Laís, da educação especial, perguntou utilizando a Língua Brasileira de Sinais (Libras) “como lavar as mãos”. A merendeira mostrou que deveriam colocar sabão nas mãos já úmidas e esfregar bem as palmas das mãos, os dedos, as unhas, as partes de trás da mão e punhos. Ao final, enxaguar bem e em seguida secar com papel-toalha.

Durante a entrevista, Carluz orientou os alunos a segurarem o microfone para fazerem as perguntas às merendeiras. A merendeira Marcione disse aos alunos: “Minha função aqui é ver vocês de barriguinha cheia”, e ao ser perguntada sobre o que ela coloca no macarrão, a colaboradora respondeu: “amor”. Isso mostra os laços que se formam entre as manipuladoras de alimentos e os alunos.

Os alunos acompanharam ainda o preparo do cardápio do dia, que era cuscuz com ovos mexidos, prato típico da região Nordeste, além de laranja, fruta largamente produzida em Sergipe. Os alunos entregaram para as merendeiras os desenhos que tinham feito, deixando-as emocionadas. Então, elas abraçaram os alunos, agradecendo a homenagem. Em coro, os alunos falaram “Sua comida é uma delícia”, e a ação foi finalizada com palmas para as merendeiras.

Como lembrança para os alunos, foi entregue um porta-retrato feito com E.V.A. laranja e amarelo, com suporte de papel-cartão laranja. O porta-retrato continha uma foto tirada em atividade anterior da Jornada de EAN.



## DEPOIMENTOS

**Município e Estado: Santo André - São Paulo  
Unidade: EMEIEF Professor José Lazzarini Junior**

“Foi engrandecedor participar da 6ª edição da Jornada de Educação Alimentar e Nutricional. Através dessa valiosa ferramenta, pudemos fomentar temas importantes e conscientizar os alunos a fazerem escolhas adequadas e saudáveis, com o propósito de fortalecer laços, preservar o meio ambiente, valorizar a cultura local e destacar a importância das merendeiras na formação de bons hábitos alimentares. As ações da Jornada permitiram a união entre alunos, merendeiras, equipe gestora, equipe pedagógica, nutricionistas e familiares, aumentando o vínculo e promovendo escolhas alimentares conscientes, saudáveis, variadas e saborosas, contribuindo para a promoção e proteção da saúde.”

**Michelle Pereira Sena,**  
Nutricionista e Coordenadora da Jornada

“Gostei muito de participar desse projeto. Foi muito legal, pois as crianças tiveram contato com a cultura indígena, conhecendo-a através da culinária. Aprenderam a fazer paçoca de forma simples e saudável; todos tiveram acesso ao manuseio do pilão e à mistura dos ingredientes. Foi um dia muito agradável.”

**Graciele Cristina dos Santos Canci,**  
Merendeira

**Município e Estado: Içara - Santa Catarina**  
**Unidade: CEI Carrossel**

“Gostei de passear e conhecer os lugares,  
gostei de ir à plantação de alface.”

**Kyara Rosa de Souza,**  
Estudante

“Gostei de fazer a jogada e gostei de  
experimentar as frutas e legumes,  
a minha fruta favorita é mamão.”

**Asafe Eller Genuíno Batista,**  
Estudante

“A Jornada Alimentar foi, para mim, uma experiência encantadora de se vivenciar. Como auxiliar, meu principal objetivo sempre foi mostrar para as crianças que cada alimento tinha seus benefícios e que poderiam comer sem medo algum. Desde a primeira refeição, com lanches e vitaminas preparadas na escola, até o horário da fruta, que sempre variava a cada dia da semana, buscava juntamente com a professora e merendeira incentivar as crianças a explorar novos sabores e a entender a importância de uma alimentação saudável. Durante o almoço, com a inclusão de verduras, legumes e outros alimentos, era gratificante perceber que eles estavam aprendendo a se alimentar de maneira equilibrada e gostando do processo. Foi uma experiência muito enriquecedora.”

**Larissa Abreu Santiago,**  
Auxiliar de Sala

**Município e Estado: Palhoça - Santa Catarina**  
**Unidade: EIEF Pira Rupá**

“Através do projeto Jornada de Alimentação, tivemos a oportunidade de mostrar um pouco sobre a nossa alimentação tradicional na escola. São saberes culinários que fortalecem a nossa identidade e ancestralidade. A escola tem sido um espaço fundamental para repassar a importância da alimentação tradicional e saudável.”

**Cristiana Samaniego,**  
Gestora Escolar e Estudante

“A participação na Jornada foi uma experiência transformadora, proporcionando uma rica troca de saberes sobre alimentação e nutrição. Não se tratou apenas de aprender sobre comida, mas de entender seus significados, simbologias e o papel cultural, através de atividades que incluíam plantio, cultivo e preparações culinárias típicas da cultura Guarani. Foi uma verdadeira fusão de culturas, demonstrando como a alimentação escolar pode ser um ponto de conexão entre diferentes povos, resgatando tradições, respeitando hábitos e adaptando-se de forma que faça sentido para os alunos Guarani. Mais do que nutritir, a alimentação escolar se revelou como uma ferramenta de aprendizado global, capaz de integrar tradições culturais, refletir sobre as mudanças globais que impactam a alimentação e as comunidades, e promover o respeito e a valorização das culturas alimentares.”

**Josiane Hilbig,**  
Nutricionista

**Município e Estado: Montes Claros - Minas Gerais**  
**Unidade: E.M. Dominginhos Pereira**

“Conduzir a jornada de EAN requer tempo, criatividade e parceria com a escola e seus servidores. Mas, acima de tudo, é essencial ter amor. Amor por defender a importância de uma alimentação mais saudável, utilizando uma linguagem que chegue ao público-alvo. A recompensa é a troca de amor, que se manifesta em afeto, aprendizado, plantando uma sementinha na melhoria das escolhas alimentares pelas crianças, criando memórias afetivas duradouras.”

**Kassy Laura de Almeida Gomes,**  
Nutricionista

Durante a jornada, notamos diferença principalmente no comportamento dos adolescentes dos anos finais do fundamental com relação à alimentação escolar. Alguns deles me procuraram e um deles me disse: “Desculpe, a gente não sabia que era cuidado aqui.” Isso é gratificante para nós.”

**Solange Afonso Mota,**  
Gestora Escolar

**Município e Estado: Canapi – Alagoas**  
**Unidade: Escola Municipal Presidente Tancredo Neves**

“Ser parceiro em uma ação como essa é uma honra! Ver o agricultor e a agricultora plantando alimentos, colhendo sua produção e ver a mesma chegar até as escolas é muito gratificante. Eu enquanto técnico poder de alguma forma contribuir com esse processo de valorização da agricultura familiar é muito bom. Para além de levar a produção de alimentos para as escolas e ver as escolas trazendo seus alunos para conhecer a produção é muito melhor ainda. Poxa, fiquei muito feliz em ver os meninos e meninas se maravilhando com as cores, cheiros e gosto dos alimentos nos quintais produtivos das agricultoras. Estamos cada vez mais nos aprofundando na escassez de alimentos por conta das mudanças climáticas, e se não conscientizarmos as crianças e adolescentes sobre tudo isso, iremos fracassar.

**Ronivon Amorim,**  
Zootecnista e Especialista em Agricultura de Baixa Emissão de Carbono

“Promover a educação alimentar e nutricional envolvendo a comunidade escolar, nutricionistas, zootecnista e agricultores, considerando os aspectos culturais e ambientais, e com uma dinâmica de projeto de extensão, proporcionando vivências práticas, conhecendo o Canal do Sertão, que é a maior e mais moderna obra de infraestrutura hídrica do Estado, a melhoria na produtividade agrícola dos nossos agricultores, percorrendo todo trajeto, desde a irrigação, plantação, colheita dos alimentos e o consumo, certamente teve um impacto positivo para todos os envolvidos, principalmente para nossos alunos, que entenderam a importância e valor dos alimentos. A interação, a empolgação e o brilho nos olhares deles fizeram todo esforço valer a pena.”

**Simone Calheiros,**  
Nutricionista Responsável Técnica e Coordenadora da Jornada

“É uma grande satisfação ver nossos alunos tendo a oportunidade de explorar a horta e vivenciar, na prática, os conhecimentos adquiridos na sala de aula. Essa visita vai muito além de um projeto: é um momento de conexão com a natureza, de aprendizagem sobre o cultivo sustentável e de reflexão sobre a importância da alimentação saudável. Além disso, permite que os alunos compreendam o valor do trabalho no campo e o impacto positivo de escolhas mais conscientes para o meio ambiente e para a qualidade de vida, conhecendo de onde vem o alimento servido na escola. Esperamos que essa experiência desperte neles o interesse por hábitos mais saudáveis e sustentáveis, levando esse conhecimento para suas famílias e comunidades. Afinal, pequenas atitudes podem fazer uma grande diferença para um futuro mais equilibrado e responsável.”

**Gilberto Mendes da Silva,**  
Gestor Escolar

**Município e Estado: São Geraldo do Araguaia – Pará  
Unidade: CMEI Professora Goiamar Gonçalves de Oliveira**

“Durante a ação do projeto, tive a experiência de fazer na prática e vivenciar cada momento com aprendizados e descobertas que ficaram marcados na mente, e pude desenvolver novas habilidades. Fazer com que cada impulso estimule coisas novas é necessário para não desistir.”

**Beatriz Sousa Rocha,**  
Merendeira

“Fui uma das mães que tive a honra de estar presente em um momento muito especial da escola, onde as merendeiras tiveram participação nas salas de aula explicando a forma como fazem a alimentação escolar - em cada tempero, uma pitada de amor. As crianças também foram conhecer a cozinha e ver como tudo era feito com muito amor, carinho, dedicação e higiene. Tudo muito bem organizado nos seus devidos lugares, tudo muito limpo. Umas mulheres que amam o que fazem todos os dias, um cardápio diferente feito com muito amor, carinho e dedicação.”

**Francilene Rodrigues de Sousa,**  
Mãe de Estudante

**Município e Estado: Alfenas - Minas Gerais**  
**Unidade: EMEI Professor José Eduardo de Oliveira Prado - Raios de Sol**

“A partir das ações realizadas, observamos que houve melhora da aceitabilidade de alguns alimentos oferecidos na alimentação escolar e que os estudantes passaram a conhecer e valorizar o trabalho das merendeiras. Com isso, elas se sentiram mais engajadas e confiantes para atuarem como educadoras. É muito gratificante colher frutos da parceria da Universidade com a comunidade, principalmente quando isso acontece através de projetos que geram impactos positivos na qualidade de vida das crianças por meio de uma política pública tão necessária quanto o PNAE.”

**Alexandra Vieira Gonçalves,**  
Nutricionista Responsável Técnica do PNAE

“Na rotina corrida da cozinha, não é comum termos contato direto com as crianças, além do breve momento em que as refeições são servidas. Então, após 28 anos como cozinheira, poder ensinar uma receita simples aos alunos foi uma experiência emocionante. O preparo dos alimentos é um saber precioso que pode ser divertido à medida que desenvolve habilidades motoras, matemáticas e de higiene. Foi muito gratificante viver esse momento de professora e compartilhar um pouco desse conhecimento com as nossas crianças.”

**Mirian Mendes Costa Ribeiro e Maria Auxiliadora Feliciano Santos,**  
Merendeiras

**Município e Estado: Sorocaba - São Paulo**  
**Unidade: CEI 122 Nelson Fonseca**

“Foi incrível acompanhar o progresso e a aceitação das crianças durante as refeições, resultado da parceria e do projeto Jornada de Educação Alimentar e Nutricional. A iniciativa proporcionou momentos de aprendizado e envolvimento, tornando a alimentação uma experiência ainda mais significativa para os pequenos. Para incentivar e valorizar esses momentos, foram desenvolvidas atividades lúdicas e interativas, estimulando o interesse e a participação das crianças na hora de se alimentar.”

**Lucimara Felex,**  
Professora

“As crianças saíram vitoriosas, acumulando memórias afetivas e vivências que levarão para toda vida, e nós saímos muito mais enriquecidas com um repertório de conhecimentos e experiências que transformarão profundamente nossas vidas enquanto educadores. Conte conosco, sempre que precisar. UBUNTU!”

**Cláudia Lima,**  
Gestora de Desenvolvimento Técnico  
Administrativo do Movimento de  
Mulheres Negras de Sorocaba

**Município e Estado: Corumbá - Mato Grosso do Sul**  
**Unidade: Escola Municipal Rural Monte Azul**

“As ações realizadas neste projeto foram importantes, pois temas como hábitos alimentares, grupos de alimentos, higienização dos alimentos e a utilização das frutas da época foram demonstrados para os alunos. Portanto, a Jornada buscou promover e incentivar os alunos da unidade escolar a refletirem sobre sua alimentação para melhorar ou até mudar de forma significativa seus hábitos alimentares.”

**Sandra Regina de Souza,**  
Professora

“A Jornada de EAN foi instigante ao propiciar de forma simples o aprendizado sobre alimentação. Os alunos receberam valorosas orientações sobre mudanças de hábitos alimentares. Acredito que projetos assim são fundamentais para um futuro como adultos mais saudáveis e conscientes sobre a importância da escolha da alimentação.”

**Gelsimara Cunha dos Santos,**  
Gestora Escolar

**Município e Estado: Indaial - Santa Catarina**  
**Unidade: Escola Municipal Encano Central**

“O envolvimento e o entusiasmo dos alunos, professores, cozinheiras e demais profissionais da escola tornaram as atividades ainda mais especiais. Essas atividades desenvolvidas proporcionaram reflexões profundas sobre o impacto da alimentação em diversos aspectos da vida, indo além da ingestão de nutrientes e envolvendo questões emocionais, ambientais e sociais. Foi gratificante observar como as crianças se interessaram pelos temas abordados, especialmente quando discutimos a origem dos alimentos, a importância da agricultura familiar e os efeitos das mudanças climáticas na produção de alimentos. Sinto-me grata por ter feito parte desse momento e motivada a continuar contribuindo para que a educação alimentar e nutricional transforme os alunos em sujeitos com consciência crítica sobre o sistema alimentar e coautores do seu processo de ensino-aprendizagem.”

**Sandra Ullmann,**  
Nutricionista

“A forma como este trabalho, desenvolvido para a 6ª edição da Jornada de Educação Alimentar e Nutricional, conseguiu relacionar a crise climática com a segurança alimentar global e, especialmente, com a alimentação escolar, trouxe uma compreensão mais profunda sobre a interdependência entre o meio ambiente, a produção de alimentos e o bem-estar humano. A construção da maquete, para mim, foi um ponto alto do projeto, pois proporcionou uma experiência sensorial e emocional muito forte. Ao simularem a destruição causada pelas chuvas em áreas desmatadas, os alunos puderam refletir de forma concreta sobre os impactos ambientais e sociais das mudanças climáticas, desenvolvendo o senso de responsabilidade e cuidado com a natureza e empatia genuína pelas populações afetadas. Projetos como esse são fundamentais para sensibilizar e preparar as novas gerações para os desafios futuros, reforçando a necessidade de um olhar sistêmico e integrado sobre as questões climáticas, sociais e alimentares.”

**Veridiana Simette Grabas,**  
Psicóloga

**Município e Estado: Nova Lima - Minas Gerais**  
**Unidade: Escola Municipal George Chalmers**

“Participar da Jornada de Educação Alimentar e Nutricional através do Programa ‘Altas Dicas’ foi algo muito incrível! Amei a experiência de poder expressar minha opinião e compartilhar experiências pessoais sobre o tema que discutia a importância de comer em família. Estou ansiosa por participar da próxima edição, pois tenho certeza que irei aprender coisas novas.”

**Ester Emanuely dos Santos Maurício,**  
Estudante

“O Programa ‘Altas Dicas’ nasceu com o propósito de levar para nossos estudantes, educadores e comunidade em geral dicas práticas e educativas sobre como adotar hábitos alimentares mais saudáveis, respeitando a diversidade e as necessidades de cada indivíduo. Ao longo da nossa trajetória, junto à Jornada, vimos como ações simples e acessíveis podem gerar grandes mudanças, tanto na forma de se alimentar quanto na forma de se relacionar com os alimentos. A participação na Jornada é uma oportunidade ímpar de compartilhar as experiências adquiridas e aprender com os demais profissionais da área. Acreditamos que a troca de conhecimentos é essencial para continuar expandindo nossas ações e construindo uma rede de apoio que fortaleça ainda mais a educação alimentar no nosso município. Agradeço pela oportunidade de representar nossa escola e compartilhar nosso projeto. Tenho certeza de que juntos podemos promover um impacto ainda maior, transformando a educação alimentar em uma prioridade para todas as nossas escolas.”

**Tânia Mara Fernandes França,**  
Gestora Escolar

**Município e Estado: Palestina - Alagoas**  
**Unidade: Escola Municipal Presidente Getúlio Vargas**

“Um aspecto importante do trabalho desenvolvido foi a conscientização das crianças sobre a importância da variedade alimentar e do prazer em experimentar novos sabores, texturas e cores. As ações educativas, que incluíram oficinas de culinária, visitas a hortas, roçados de mandioca, feira livre e rodas de conversa, não apenas ensinaram, mas também motivaram os pequenos a se tornarem protagonistas na escolha de alimentos mais saudáveis. Esse trabalho contribuiu para o desenvolvimento de uma relação mais positiva com a comida, ajudando as crianças a compreenderem a origem e as formas de cultivo de alguns alimentos, além de construir significativamente sua relação com a alimentação, estabelecendo assim uma base sólida que, ao longo dos anos, poderá refletir em hábitos alimentares mais equilibrados e em uma vida mais saudável.”

**Joelma Anjos Silva Torres,**  
Coordenadora Pedagógica

“Ao vermos a conexão entre a música e a cultura alimentar indígena, pude perceber como a educação sobre os povos e suas tradições ajuda a ampliar o entendimento da importância de preservar nossos recursos e respeitar diferentes formas de viver. Para minha filha de apenas 4 anos de idade, foi uma forma divertida e educativa de conhecer mais sobre a história dos povos indígenas. Enquanto confeccionávamos o instrumento musical, dialogávamos sobre sua cultura, costumes e formas de vida, e minha filha, muito curiosa como qualquer criança, me encheu de perguntas ao longo do nosso trabalho. O mais gratificante foi vê-la engajada e orgulhosa do instrumento que fizemos juntos, enquanto aprendíamos e compartilhávamos uma experiência cultural rica, cheia de afeto e significados.”

**Acácio Igson Lima Machado,**  
Pai de Estudante

**Município e Estado: São Paulo - São Paulo  
Unidade: SME Convênio - Sagrado Coração**

“De todos os projetos de EAN que já desenvolvi, esse foi o mais desafiador. Como nutricionista do PAE, sempre assumi o papel de coordenação de projetos de EAN, fazendo a articulação entre os diversos atores: diretor, coordenador pedagógico, cozinheiras, estudantes e famílias. Mas o grande diferencial dessa vez foi o fato de os estudantes apresentarem deficiência intelectual. Como adequar a linguagem, o conteúdo, as atividades? Toda a equipe se envolveu e trabalhou junta para que as atividades fossem adequadas ao desenvolvimento de cada estudante. E o resultado foi muito gratificante. Os estudantes participaram ativamente de todas as propostas, e foi lindo ver a dedicação, o interesse e o aprendizado deles ao final da Jornada. As demonstrações de carinho e afeto, de gratidão pelos momentos que passamos juntos, ficarão para sempre em nossas mentes e corações. A comida de verdade faz muito mais do que apenas fornecer nutrientes: aproxima, une e nutre o corpo e a alma.”

**Maíra Ladeia Rodrigues,**  
Nutricionista

**Município e Estado: Gurinhém - Paraíba**  
**Unidade: Escola Municipal de Ensino Fundamental Madre Dantas**

“Ao longo das atividades, ficou evidente como a educação alimentar e nutricional se conecta com diversas áreas do conhecimento, mostrando como a nutrição dialoga com a história, a geografia, a ciência e até mesmo com as artes. Essa colaboração entre diferentes áreas ampliou ainda mais as discussões, tornando a interdisciplinaridade essencial para fortalecer laços, despertar reflexões e promover mudanças dentro da comunidade escolar.”

**Kamylla Bezerra de Góis Tenório,**  
Nutricionista Responsável Técnica do PNAE

“Também vimos sobre a cultura, dança e, principalmente, alimentação da nossa comunidade ‘Sítio Matão’, conhecida como uma comunidade quilombola do nosso município. Para finalizar esse projeto tão maravilhoso, tivemos a presença de alguns produtores rurais do nosso município, que fazem parte de programas como PNAE e da Agricultura Familiar, que fornecem alimentos saudáveis e de ótima qualidade para as escolas e creches. Eles trouxeram depoimentos sobre todo o processo e etapas dos alimentos até chegarem às escolas, e assim poderem ser saboreados por nossas crianças, adolescentes e adultos da EJA.”

**Merendeiras da Escola**

**Município e Estado: Canaã dos Carajás - Pará**  
**Unidade: EMEF Carmelo Mendes da Silva**

“Como merendeiro, acredito que nossa função vai além de servir comida, pois temos o poder de educar sobre a importância de uma alimentação equilibrada, e esta premiação reflete justamente esse papel essencial que desempenhamos. Esse reconhecimento nos motivou ainda mais a continuar inovando e aprimorando nossas opções de alimentação saudável. Estamos ansiosos para seguir fazendo parte da jornada educacional e alimentar dos nossos alunos, oferecendo refeições que não apenas satisfazem o apetite, mas também promovem um estilo de vida saudável e incentivam mudanças de hábitos. Continuaremos buscando formas de melhorar e impactar positivamente a vida dos nossos alunos, dentro e fora da cozinha.”

**Fábio Neres,**  
Merendeiro Escolar

“Através desse trabalho, os estudantes não apenas aprenderam sobre escolhas alimentares saudáveis, mas também sobre a importância de reconhecer e valorizar as pessoas que fazem parte do seu cotidiano escolar. Como professora, é gratificante perceber que conseguimos transformar um tema aparentemente simples em uma experiência educativa tão rica e transformadora. Esse reconhecimento me motiva a continuar buscando novas formas de ensinar, inovando e criando experiências que marquem positivamente a vida dos alunos.”

**Icleia Barros Santos,**  
Professora

# *Referências*

## **DOCUMENTOS LEGAIS E NORMATIVOS**

BRASIL. Decreto nº 6.040, de 7 de fevereiro de 2007. Institui a Política Nacional de Desenvolvimento Sustentável dos Povos e Comunidades Tradicionais. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 8 fev. 2007.

BRASIL. Decreto nº 8.750, de 9 de maio de 2016. Institui o Conselho Nacional dos Povos e Comunidades Tradicionais. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 10 maio 2016.

BRASIL. Lei nº 10.639, de 9 de janeiro de 2003. Altera a Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996, para incluir no currículo oficial da Rede de Ensino a obrigatoriedade da temática “História e Cultura Afro-Brasileira”. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 10 jan. 2003.

BRASIL. Lei nº 11.645, de 10 março de 2008. Altera a Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996, para incluir no currículo oficial da rede de ensino a obrigatoriedade da temática “História e Cultura Afro-Brasileira e Indígena”. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 11 mar. 2008.

BRASIL. Lei nº 11.947, de 16 de junho de 2009. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar e do Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 17 jun. 2009.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. **Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas**. Brasília, DF: MDS, 2012.

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

BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular. **Base Nacional Comum Curricular (BNCC)**. Brasília, DF: MEC, 2018.

FUNDO NACIONAL DE DESENVOLVIMENTO DA EDUCAÇÃO (FNDE). **Resolução nº 6, de 8 de maio de 2020**. Define as diretrizes para a execução do Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 11 maio 2020.

FUNDO NACIONAL DE DESENVOLVIMENTO DA EDUCAÇÃO (FNDE). **Nota Técnica nº 3744623/2023/DIDAF/COSAN/CGPAE/DIRAE**. Sobre a participação de Povos e Comunidades Tradicionais no PNAE. Brasília, DF: FNDE, 2023.

FUNDO NACIONAL DE DESENVOLVIMENTO DA EDUCAÇÃO (FNDE). **Manual para aplicação dos testes de aceitabilidade no Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE**. Brasília, DF: FNDE, 2017.

## LIVROS E CAPÍTULOS DE LIVROS

- ALVARENGA, Marle et al. **Nutrição comportamental.** 2. ed. Barueri: Manole, 2019. Capítulo 10: “Comer com atenção plena (mindful eating)”.
- BERNARDES, Gianinha Schaeffer. **Doce riacho.** Ilustrações de Anabella López. São Paulo: Pulo do Gato, 2018.

- COBB, Rebecca. **É hora do almoço.** Tradução de Gilda de Aquino. São Paulo: Melhoramentos, 2018.
- PIMENTEL, Luís. **O peixinho do São Francisco.** Ilustrações de Angelo Abu. São Paulo: Paulinas, 2007.

## PRODUÇÕES AUDIOVISUAIS (VÍDEOS/DOCUMENTÁRIOS)

A JORNADA de Daniela (episódio 5: comensalidade). Direção: João Paulo. [S. I.]: [s. n.], 2025. 1 vídeo. Disponível em: <https://play.google.com/store/apps/details?id=br.com.promoflex.petrocaldas&hl=it>. Acesso em: 20 ago. 2025.

ALIANÇA PELA ALIMENTAÇÃO ADEQUADA E SAUDÁVEL. **O que é alimentação saudável.** 2017. Disponível em: [https://www.youtube.com/watch?v=PFxwtf8XW0&ab\\_channel=Alian%C3%A7aApelaAlimenta%C3%A7%C3%A3oAdequadaeSaud%C3%A1vel](https://www.youtube.com/watch?v=PFxwtf8XW0&ab_channel=Alian%C3%A7aApelaAlimenta%C3%A7%C3%A3oAdequadaeSaud%C3%A1vel). Acesso em: 12 jul. 2025.

AUTORIDADE FITNESS. **O que é comer consciente?** Autoridade Fitness, 2019. 1 vídeo (4 min). Publicado em 27 abr. 2019. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=Ty2azP9eK2I>. Acesso em: 5 maio 2025.

EU VEJO. **Você come no piloto automático? Mindful Eating: comer com atenção plena.** Eu Vejo, 2017. 1 vídeo (10 min). Publicado em 31 ago. 2017. Disponível em: [https://www.youtube.com/watch?v=lFa1zhtq\\_iE](https://www.youtube.com/watch?v=lFa1zhtq_iE). Acesso em: 20 ago. 2025.

MUITO além do peso. Direção: Estela Renner. Produção: Juliana Borges. São Paulo: Maria Farinha Filmes, 2012. 1h 24min. Disponível em: [youtube.com/watch?v=8UGe5GiHCT4&embeds\\_referring\\_euri=https%3A%2F%2Fmuitoalemadopeso.com.br%2F&source\\_ve\\_path=OTY3MTQ](https://www.youtube.com/watch?v=8UGe5GiHCT4&embeds_referring_euri=https%3A%2F%2Fmuitoalemadopeso.com.br%2F&source_ve_path=OTY3MTQ). Acesso em: 13 abr. 2025.

## REFERÊNCIAS CULTURAIS E ARTÍSTICAS

BITTENCOURT, Sérgio. **Naquela mesa.** Intérprete: Nelson Gonçalves. São Paulo: RCA Victor, 1958. 1 disco sonoro (78 rpm).

CORALINA, Cora. Estas mãos. In: CORALINA, Cora. **Poemas dos Becos de Goiás e Estórias Mais.** São Paulo: Global Editora, 2010.

GOMES, Tino; JÚNIOR, Georgino. **Montesclareou.** Intérprete: Tino Gomes. Disponível em: [https://www.youtube.com/watch?v=ByL-AC3\\_DIQ](https://www.youtube.com/watch?v=ByL-AC3_DIQ). Acesso em: 9 fev. 2025.

MELO, Izabel. **Histórias de Minervina.** [S.I.]: [s.n.], 2016. Literatura de cordel.

## REFERÊNCIAS ACADÊMICAS E TÉCNICAS

DRUMOND, M. A. et al. Sustentabilidade agrícola no Nordeste brasileiro: desafios e perspectivas. **Revista de Desenvolvimento Rural Sustentável**, v. 2, n. 1, p. 45-60, 2000.

BRANDÃO, Carlos Rodrigues. **A cultura na rua: pedaços de uma história não contada.** Campinas, SP: Papirus, 1989.

BRANDÃO, Carlos Rodrigues. De um lado e do outro do mar: festas populares que uma origem comum aproxima e que o oceano e um cerrado separam. In: OLIVEIRA, M. de Fátima. **Festas, religiosidades e saberes do Cerrado.** Anápolis: Editora UEG, 2015.

## PROJETOS

**Projeto “Alimentação Escolar Nota 10: Formação e Valorização de Merendeiras e Nutricionistas”**, fruto da parceria entre Itaipu Binacional, por meio do Programa Itaipu Mais que Energia, Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE), Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Sul de Minas Gerais (IFSULDEMINAS) e Fundação de Apoio ao Desenvolvimento da Extensão, Pesquisa, Ensino Profissionalizante e Tecnológico (Fadema). Itaipu Binacional, financiadora da iniciativa por meio do Programa “Itaipu Mais que Energia”, atua ativamente em todas as fases do projeto, trazendo sua reconhecida experiência em responsabilidade socioambiental e educação alimentar.

**Projeto Canal do Sertão (Alagoas)** – Infraestrutura hídrica para agricultura familiar. “Junho Verde” (Lei nº 5.290/2016, Indaial/SC) – Campanha municipal de educação ambiental.







Lembrança da 6ª Jornada Alimentar e Nutricional

PAMALLA GABRIELA

## Apoio



## Realização



MINISTÉRIO DA  
EDUCAÇÃO



Acesse o portal  
[gov.br/fnde](http://gov.br/fnde)