



MINISTÉRIO DA
EDUCAÇÃO



Jornada de Educação Alimentar e Nutricional

8ª edição

Tema 1:

Alimentação, Identidade e Cultura alimentar: o que a comida conta sobre nós?

De acordo com o *Guia Alimentar para a População Brasileira*, a alimentação adequada e saudável deve ser nutricionalmente equilibrada, saborosa, culturalmente apropriada e promotora de sistemas alimentares social e ambientalmente sustentáveis. Nesse sentido, alimentar-se não diz respeito apenas à ingestão de nutrientes, mas também à expressão de identidades, saberes, memórias e modos de vida.

A alimentação é parte constitutiva da cultura e da história dos povos. Ela envolve práticas e conhecimentos construídos ao longo do tempo, que refletem a ancestralidade, os territórios e as condições sociais em que os sujeitos estão inseridos. Assim, uma alimentação adequada e saudável deve respeitar a diversidade cultural, os povos e comunidades tradicionais e os diferentes contextos sociais.

Nesse contexto, o PNAE se destaca ao promover a oferta de refeições que consideram



Atividade realizada durante a Jornada de EAN - 7ª edição pela Escola Municipal Lourival da Cruz Carvalho no município de São Bento – SP.

as necessidades nutricionais dos estudantes, ao mesmo tempo em que valorizam os hábitos alimentares regionais, os alimentos locais e as preparações tradicionais. Ao reconhecer e incorporar esses elementos, o Programa contribui para o fortalecimento da cultura alimentar e a preservação da sociobiodiversidade.

As ações de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) devem estar



MINISTÉRIO DA
EDUCAÇÃO



fundamentadas em princípios que valorizem a diversidade de saberes e promovam o diálogo entre diferentes perspectivas. A EAN estimula a reflexão crítica sobre as práticas alimentares, incentivando escolhas mais saudáveis e o consumo de alimentos provenientes de sistemas produtivos sustentáveis, ao mesmo tempo em que reforça o respeito às tradições, à cultura e aos modos de vida da população.

A alimentação adequada e saudável é um direito humano básico que envolve a garantia de acesso permanente e regular, de forma socialmente justa, a uma prática alimentar adequada aos aspectos biológicos e sociais dos indivíduos. Deve estar em acordo com as necessidades alimentares especiais; ser referenciada pela cultura alimentar e pelas dimensões de gênero, raça e etnia; ser acessível do ponto de vista físico e financeiro; ser harmônica em quantidade e qualidade, atendendo aos princípios da variedade, equilíbrio, moderação e prazer.

No Brasil, o acesso à alimentação adequada e saudável ocorre de forma desigual, afetando especialmente mulheres, pessoas negras e populações de baixa renda. Esse cenário reforça a necessidade de discutir, nos processos educativos, a cultura, o território e as condições de vida afetam as possibilidades de escolha e de acesso aos alimentos.

A EAN pode ser utilizada como um espaço de diálogo e problematização sobre identidade, cultura alimentar e desigualdades sociais, estimulando a reflexão sobre o direito humano à alimentação adequada, a importância de sistemas alimentares mais justos e o papel das políticas públicas na promoção da equidade no acesso a alimentos saudáveis. Dessa forma, contribuindo para a formação de sujeitos críticos e conscientes sobre as relações entre alimentação e justiça social.

No âmbito da Jornada de EAN, essas reflexões devem ser articuladas ao currículo escolar, em diálogo com a Base Nacional Comum Curricular (BNCC).



EAN se constrói em parceria 🍌

A EAN ganha qualidade e sentido quando há articulação entre nutricionistas e equipe pedagógica. Nutricionistas contribuem com o conhecimento técnico sobre alimentação e nutrição. Educadores(as) contribuem com estratégias pedagógicas e mediação da aprendizagem. Juntos, tornam possível integrar a EAN ao currículo de forma efetiva e significativa.

Na **Educação Infantil**, o tema pode ser explorado no campo de experiência “**Escuta, fala, pensamento e imaginação**”, estimulando a oralidade, a escuta sensível e a expressão das



MINISTÉRIO DA
EDUCAÇÃO



crianças por meio de histórias, memórias familiares, cantigas, receitas e relatos sobre alimentos e refeições.

No **Ensino Fundamental**, a temática dialoga com a área de **Linguagens**, possibilitando atividades de leitura e produção textual, relatos de experiências, entrevistas com familiares ou membros da comunidade, produção de livros de receitas, registros de memórias familiares sobre alimentos e análise de diferentes gêneros textuais relacionados à alimentação.

No **Ensino Médio**, pode ser aprofundada no componente **Língua Portuguesa**, com reflexões sobre cultura, identidade e práticas alimentares, além da produção de diferentes gêneros textuais.

Para o desenvolvimento desta atividade, é fundamental a participação de diferentes atores da comunidade escolar e do PNAE, como professores(as), nutricionistas da alimentação escolar, merendeiras(os), agricultores(as) familiares, conselheiros(a) do Conselho de Alimentação Escolar (CAE), estudantes e familiares. A participação das merendeiras(os), por exemplo, pode contribuir com seus conhecimentos sobre cultura alimentar do território, receitas tradicionais e alimentos regionais, enriquecendo o processo educativo.

Ao reconhecer a alimentação como expressão de identidade e cultura, esta atividade contribui para o fortalecimento dos vínculos entre escola, território e comunidade, promovendo uma educação mais significativa, contextualizada e comprometida com a valorização da diversidade alimentar.

Boa Jornada!

Divisão de Educação Alimentar e Nutricional

Coordenação de Segurança Alimentar e Nutricional

Coordenação-Geral do Programa Nacional de Alimentação Escolar