



SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO

PRÊMIO MESTRES DA EDUCAÇÃO - 2018

ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E SUSTENTÁVEL NO AMBIENTE ESCOLAR

JOSÉ HÉLIO PEREIRA

Desterro - PB

Março 2018

JOSÉ HÉLIO PEREIRA

ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E SUSTENTÁVEL NO AMBIENTE ESCOLAR

Projeto de Intervenção Pedagógica e Ensino na Escola com pesquisa bibliográfica apresentado a Secretaria de Administração do Estado da Paraíba para se submeter ao prêmio Mestre da Educação, oferecido pelo Governo Estadual, através da Secretaria Estadual de Educação e Cultura.

Destrerro – PB

Março 2018

SUMÁRIO

1- INTRODUÇÃO.....	3
2- OBJETIVOS.....	5
3- JUSTIFICATIVA.....	6
4- REVISÃO TEÓRICA.....	8
5- METODOLOGIA.....	11
6- CRONOGRAMA.....	17
7-AVALIAÇÃO.....	18
8- REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	20
9- ANEXOS.....	21

Esse projeto teve início a partir da necessidade de incentivar os alunos e suas famílias a refletirem sobre a importância da alimentação saudável e mudanças de hábitos como também em função da preocupação de uma prática comum na escola que é trocar a alimentação balanceada e rica em nutrientes fornecida pela merenda escolar seguida por um cardápio acompanhado pela nutricionista da escola, por lanches na cantina. O nosso objetivo é inicialmente combater a prática do desperdício orientando e educando os alunos, e num segundo momento estreitar a relação positiva que os mesmos devem ter com a prática de uma alimentação consciente, integrativa, de consumo sustentável.

Neste projeto será apresentado um estudo que tem como finalidade fazer uma Pesquisa Bibliográfica através de um **Projeto de Intervenção Pedagógica e Ensino na Escola Estadual de Ensino Fundamental e Médio Gertrudes Leite na cidade de Desterro PB**, a ser aplicado em uma Escola Pública para os alunos das turmas do **1º Ano A e B** e do **2º ano A** do Ensino Médio todas no turno da manhã, na disciplina de **Biologia**, intitulado com a temática: **ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E SUSTENTÁVEL NO AMBIENTE ESCOLAR**. As atividades serão realizadas durante as aulas e nas atividades extra classe. Contamos com a utilização de materiais ilustrativos que estão inutilizados na escola.

Como objetivo geral é fazer uma pesquisa entre os alunos de uma escola pública sobre o que sabem a respeito da **ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E SUSTENTÁVEL**, e fazer com que os alunos e familiares se conscientizem e pratiquem hábitos alimentares mais saudáveis e sustentáveis. Isso vai proporcionar uma reintegração dos conteúdos vistos em sala de aula, através de jogos, aulas de laboratório, de campo e de vídeo como também experimentos, com pesquisas feitas na internet em computadores e seus próprios celulares sempre interligando tais conteúdos com enfoque interdisciplinar:

Público Alvo: Nas turmas do **1º ano A e B** Serão trabalhados paralelamente os seguintes conteúdos:

A QUÍMICA DA VIDA: A água e os sais minerais; Glicídios e lipídios, Proteínas, Vitaminas;

Na turma do 2º ano “A” será trabalhado:

NUTRIÇÃO HUMANA; Alimentação e nutrientes essenciais. Os alimentos que precisamos comer para manter a saúde.

Durante todos os estudos devemos trabalhar a interdisciplinaridade com a **Língua Portuguesa** como:

- Ler textos informativos suplementares com entendimentos a partir dos conteúdos estudados.
- Como também escritas de resenhas, relatos, resumos e redação, como também assistir à vídeos com documentários a partir de temas vindos do conteúdo em estudo.

É evidente a importância de sensibilizar os humanos para que ajam de modo responsável e com consciência, conservando o ambiente saudável no presente e para o futuro. Com o objetivo geral deste projeto, quero envolver meus alunos e a comunidade escolar com a problemática da alimentação rica em sal, açúcar e gorduras e tomando água de má qualidade e na maioria das vezes sem saber a sua procedência deixando as pessoas com problemas de saúde, . Como um instrumento de formação de novos valores e atitudes, frente à problemática alimentar.

A fim de se concretizar tal objetivo, quero fazer um questionário prévio para ver se os alunos tem algum conhecimento sobre alimentação saudável e consumo sustentável, e logo após o diagnóstico inicial, fazer uma pesquisa que será desenvolvida mediante a realização de levantamento bibliográfico, elaboração de resumos, debates e comentários. Porém estruturadas, aplicadas aos professores, funcionários, pais de alunos, turmas que participarão da prática.

2- OBJETIVOS

5

2.0. Problema de Pesquisa: Como podemos obter uma vida saudável através de uma alimentação saudável e sustentável?

2.2. OBJETIVOS

2.3. Geral: Promover o consumo de alimentos saudáveis através de um estudo no âmbito escolar sobre a prática da alimentação racional, oportunizando acesso dos alunos a informações sobre alimentação equilibrada e, sobretudo, levando conhecimentos sobre educação alimentar saudável, por meio de intervenções educativas e nutricionais que levam os alunos a se interessarem por uma alimentação nutritiva e variada, orientando os devidos valores nutritivos dos alimentos e suas respectivas reações no desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis, contribuindo para melhorar a qualidade de vida da população por meio de práticas educativas entre os alunos de uma escola pública

2.4. Objetivos Específicos:

- Conscientizar os alunos sobre a importância de se alimentarem de forma correta, afim de corrigir ou minimizar os problemas de saúde presentes na comunidade escolar, visando diminuir os fatores de risco para muitas doenças.
- Fazer um estudo sobre a quantidade e a qualidade dos alimentos que são ingeridos pelos alunos cotidianamente e comparar os valores nutricionais destes alimentos com os valores considerados ideais para a sua idade e sexo.
- Estimular a alimentação saudável nos alunos buscando a promoção de hábitos alimentares e estilos de vida saudáveis, como prevenção ao aumento dos casos de obesidade e de doenças crônico-degenerativas na infância, e na adolescência.
- Criar atividades em que o educando possa ser um multiplicador de conceitos e práticas de alimentação e nutrição envolvendo toda a comunidade escolar (educadores, alunos e pais/responsáveis).
- Promover a reflexão dos hábitos de consumo, despertando a consciência ecológica e o consumo consciente em busca de um equilíbrio entre a satisfação pessoal e a sustentabilidade do planeta, estimulando o reaproveitamento e o combate ao desperdício.

3- JUSTIFICATIVA

O tema alimentação é motivo de preocupação dos pais e educadores, visto que o mercado oferece alimentos que através da mídia invadem nossas casas e tornam os hábitos alimentares bastantes inadequados. Na nossa escola temos presenciado muitos de nossos alunos deixando a merenda escolar por lanches com excesso de açúcar, sal e até gorduras.

Então percebendo a problemática onde os alunos preferem os lanches ao invés de comer a merenda da escola que é mais nutritiva e saudável resolvi fazer um debate com eles sobre esse assunto e a partir daí os comentários dos alunos na sala de aula sobre esse problema começaram a fluir, onde os mesmos foram ficando preocupados com a própria saúde. Então vendo o tamanho da preocupação, fizemos uma reunião e resolvemos fazer uma Pesquisa Bibliográfica para conhecermos os alimentos que são saudáveis para nossa saúde. Com a finalidade de estudar uma forma possível para tentar mudar esses costumes de sempre querer se alimentar de forma errada usando alimentos que podem prejudicar nossa saúde.

A forma como o aluno aprende na escola os conhecimentos científicos e os hábitos sociais que lhe permitirão enfrentar os problemas da vida na comunidade, também deve aprender a adquirir os conhecimentos e os hábitos de saúde, que lhe permitirão alcançar o maior grau possível de saúde, física, mental e social (SANMARTI, 1988, apud PRECIOSO 2004). A escola exerce uma grande influência sobre as crianças e os adolescentes, contribuindo enormemente para a formação de seus valores. Ela representa o lugar ideal para o desenvolvimento de programas que visam a promoção da saúde, pois quando desenvolvido na escola os programas passam a atingir alunos, pais professores e comunidade em geral. Esse espaço de convivência escolar torna-se relevante para mudanças de hábitos alimentares, pois estamos participando na construção do conhecimento do indivíduo estimulando-o a assumir atitudes mais saudáveis para viver hoje e no futuro.

Visto o tamanho da preocupação da qualidade dos nossos alimentos em função da sua tendência em desenvolver futuros problemas de saúde, resolvemos começar a desenvolver um Projeto com uma pesquisa bibliográfica para conhecer e estudar os principais problemas decorrentes dos perigos que os alimentos com excesso de sal, açúcar e gorduras em nossa

alimentação pode acarretar em nossa vida. Propondo caminhos e perspectivas com alternativas que podem minimizá-los, de modo a contribuir para melhorar a qualidade de vida das gerações futuras inseridas em comunidades naturais através de uma avaliação da alimentação correta em nossas casas.

Neste trabalho se propõe uma pesquisa a ser realizada pelo professor de Biologia a trabalhar um projeto na Escola na tentativa de realizar um papel de conscientização com os alunos das turmas: **1º ano A e B e do 2º ano “A”** dessa escola. Tendo em vista que este trabalho será realizado uma proposta de Intervenção a ser trabalhada com uma pesquisa bibliográfica, e que o mesmo está ainda sendo aplicado, então aqui serão discutidas expectativas quanto à aplicação do trabalho, como principal objetivo deste trabalho se trata da conscientização onde poderemos esperar bons resultados, pois a questão de disponibilidade de alimentos e seu uso é uma questão de reflexão. É preocupante que a maioria dos jovens não ver essas perigos que uma alimentação errada pode acarretar a nossa vida.

O homem moderno busca na biodiversidade dos recursos naturais a solução de muitos dos seus problemas, numa tentativa de evitar o uso de produtos químicos artificiais, muitas vezes contaminados com substâncias químicas tóxicas e /ou radioativas.

4.1 O papel da alimentação na construção de vidas mais saudáveis

O ser humano ao longo dos anos e a família brasileira tem passado por grandes transformações e a falta de tempo substituído o alimento natural pelos alimentos industrializados que a maioria das vezes tem um alto valor energético. Marinardi (2005) ressalta essas transformações quando diz:

Hoje, mesmo as famílias que têm condições financeiras razoáveis, nem sempre têm conhecimento suficientes ou tempo para dar orientação alimentar aos filhos. É comum prenderem-se a aspectos quantitativos dos alimentos, sem analisar, entretanto, a sua qualidade. Por outro lado, pode ocorrer o contrário: estar preocupados com a qualidade dos alimentos, esquecendo-se dos aspectos quantitativos, ingerindo-os em excesso. Faltam-lhes informações sobre o quê, quando e quanto é melhor ingerir, tem havido uso indevido de certos alimentos em detrimento de outros

A família é a primeira e a mais direta influência no desenvolvimento de hábitos alimentares, seja pelos alimentos ou pelo ambiente que proporcionam durante as refeições, transmitindo dessa forma seus hábitos alimentares à criança.

De acordo com as considerações descritas no Guia da Alimentação Escolar elaborado pelo Ministério da Educação e Ciência (2012, p. 04) na infância, tal como em outras fases do crescimento e desenvolvimento do ser humano, a alimentação saudável é um dos fatores determinantes para o seu crescimento, desenvolvimento, bem como, para a promoção da sua saúde, prevenindo por outro lado, doenças associadas à má alimentação, das quais a mais conhecida e difundida é a obesidade. Assim, o consumo de alimentos de qualidade e em bom estado de conservação deverá ir ao encontro das necessidades diárias das crianças e incluir necessariamente os diferentes alimentos dentro de cada grupo da nova Roda dos Alimentos, nas porções indicadas

(BRASIL, 2012, p. 04). Na questão referente aos hábitos alimentares encontra-se no referido documento da seguinte forma:

Os hábitos alimentares aprendidos durante a infância determinam os comportamentos alimentares na idade adulta. Os pais, a família e os educadores em geral desempenham um papel muito importante na aprendizagem do “saber comer” porque, à semelhança do que acontece noutras áreas do saber, as crianças não estão dotadas de conhecimentos para escolher os alimentos em função do seu benefício e valor nutricional. As crianças apreendem os hábitos alimentares através da observação dos adultos, vivenciando a escolha, preparação e confecção dos alimentos (BRASIL, 2012, p. 06).

Diante dessa afirmativa, pode-se dizer que os primeiros anos de vida da criança são ideais para transmitir conhecimentos importantes, nomeadamente ao nível da alimentação, havendo assim a grande possibilidade de se criarem hábitos alimentares saudáveis que poderão perdurar pela vida fora (BRASIL, 2012, p. 08). No que diz respeito ao preparo dos alimentos, o referido documento enfatiza que o momento de preparação dos alimentos, seja para as refeições principais e/ou merendas, representa uma oportunidade de praticar e fortalecer os conhecimentos alimentares e nutricionais das crianças desenvolvendo uma aprendizagem sobre alimentação e enraizando nela hábitos alimentares saudáveis (BRASIL, 2012, p.26). Em relação ao momento mais comum onde as crianças começam a manifestar-se sobre a escolha dos alimentos verificou-se nesse documento a seguinte colocação:

As crianças começam a expressar as suas escolhas ou rejeições alimentares desde muito cedo, por volta dos 4 anos, como forma de controle sobre o ambiente que as rodeia. Existem fatores condicionantes da ingestão alimentar das crianças, comprometendo as suas escolhas e comportamentos alimentares até à idade adulta. Especialmente em idade escolar, o exemplo dos pais e dos professores é um dos principais fatores modeladores das preferências e hábitos alimentares das crianças, pelo que

a responsabilidade dos mesmos por este papel deve ser notória (BRASIL, 2012, p. 27).

Nesse caso, é importante ter consciência de que refeições formais, em família, favorecem a adoção de hábitos saudáveis, bem como um ambiente calmo, leve, sem pressões, “discussões” e exigências. Atualmente existem fatores que 14 condicionam a alimentação das crianças, nomeadamente o estilo de vida atarefado dos pais, as famílias monoparentais ou as famílias com dificuldades financeiras contribuindo para o aumento da insegurança alimentar do lar (BRASIL, 2012, p. 27). Segundo o documento outro fator determinante nesse processo de escolhas de hábitos alimentares são os meios de comunicação, uma vez que, os programas televisivos estimulam o consumo de alimentos de elevado valor calórico e baixa densidade nutricional. Além, as doenças podem também condicionar a alimentação das crianças, aumentando ou diminuindo o apetite, como é o caso das constipações e gripes que normalmente se associam a uma diminuição do apetite e da ingestão alimentar, apesar de nesta situação haver um aumento das necessidades energéticas, proteicas e hídricas (BRASIL, 2012, p. 28). No documento também encontra-se salientado a importância da escola e da família como os principais influenciadores esse processo de escolha de hábitos alimentares, ambas desempenha um papel fundamental na vida das crianças. A família é o primeiro contato social de convivência com as crianças, e a escola na sequência, não como substituta, mas como colaboradora nesse processo de construção e formação de hábitos alimentares, bem como, na promoção de uma alimentação saudável.

Segundo o documento:

A escola é o local onde as crianças passam mais tempo durante o dia, pelo fato de que a educação alimentar tem que ser constante, não só ao nível dos ensinamentos teóricos que possam ser transmitidos, mas também ao nível do ambiente em si que deve ser saudável, no que respeita sobretudo à disponibilidade alimentar para as crianças (BRASIL, 2012, p. 29).

Sendo assim, a escola deve promover merendas mais saudáveis para as crianças, professores e restantes funcionários para que todos tenham os meios necessários a uma alimentação saudável. Os colegas, os professores e os pais são os principais modelos para as crianças, pelo que o exemplo que transmitem ao nível alimentar é imprescindível para uma boa alimentação (IBID, 2012, p. 29)

5- METODOLOGIA

Esta Proposta de Intervenção e Ensino será realizada através de um questionário aplicado para os discentes, e logo após realizar uma pesquisa bibliográfica com atividades a serem desenvolvidas na **Escola Estadual de Ensino Fundamental e Médio Gertrudes Leite em Desterro – PB** que será realizado com uma turma de com os alunos do **1ºano A e B e do 2º ano “A”** no turno da manhã do Ensino Médio. Para dar início ao processo será feita uma apresentação aos alunos a respeito da importância de se ter uma alimentação saudável levando em consideração a sustentabilidade e que a água também precisa ser tratada de boa qualidade para também contribuir com nossa saúde.

Durante o desenrolar do projeto pretende-se fazer uma visita a uma feira orgânica agroecológica com os alunos, com um roteiro de entrevistas a serem realizadas com os agricultores; como também a realização de uma palestra com algumas famílias de agricultores que cultivam produtos orgânicos; Cozinha experimental, desenvolvendo receitas que reaproveitem os alimentos e incentivando a reeducação alimentar; Produzir um livro de receitas digital; Palestra com as famílias sobre como produzir uma compostagem caseira para reaproveitamento dos restos de alimentos para serem usados em uma horta orgânica na própria escola. Apresentações de músicas, dramatizações e um livro de receitas produzidas pelos alunos. Organizar um local na escola e fazer uma horta orgânica, usando produtos naturais. Aplicar um questionário com os alunos para saber se eles conhecem os aspectos importantes para uma vida saudável. Apresentar para a comunidade escolar os Dez Passos para a Promoção da Alimentação Saudável na escola. Avaliar os resultados obtidos a partir das pesquisas dos alunos feitas na internet e do resultado obtido com a realização das pesquisas sobre as doenças relacionadas à práticas alimentares inadequadas como obesidade, hipertensão, diabetes e outros hábitos que constituem fatores de riscos para doenças crônicas não transmissíveis como o alcoolismo e tabagismo.

5. 1 Tipos de Pesquisa

Optou-se por dois tipos de pesquisa na composição estrutural deste trabalho, a Pesquisa Quantitativa e Bibliográfica, bem como a Observação e análise em sala de aula, aulas de campo, atividade extra classe, debates, seminários, relatos sobre documentários em vídeos e experimentos realizados no laboratório de Ciências.

Observaremos elementos reais e colheremos dados a partir da aplicação de questionários com os discentes do com os alunos do **1º ano A e B e do 2º ano “A”** do Ensino Médio da referida escola, somando um total de 127 (cento e vinte e sete) discentes envolvidos nesta proposta de estudo com pesquisas. Sendo: **1º ano A: 37 alunos 1º ano B: 44 alunos e 2º ano A: 46 alunos.** Utilizaremos para nossa pesquisa como técnica para coleta de dados um questionário contendo 21 (vinte e uma) perguntas, dessa forma será possível analisar através das falas como é a prática de ensino desenvolvida para a aprendizagem desses discentes, no que se refere às questões sobre Alimentação Saudável de forma sustentável sob a ótica interdisciplinar, visto que, a nossa alimentação precisa ser revista quanto aos perigos de uma problemática na saúde que é de suma importância no contexto atual.

Também realizou-se a Pesquisa Bibliográfica, “(...) *tem como objetivo encontrar respostas aos problemas formulados, e o recurso é a consulta dos documentos bibliográficos (CERVO e BERVIAN, 1983, p.79)*”; logo é constituída especialmente por livros, artigos, material disponibilizado na Internet e periódicos, ou seja, escritos de estudiosos sobre um determinado tema, garantindo a legitimidade da pesquisa. O aporte teórico bibliográfico é primordial para qualquer trabalho e pode ser considerado o primeiro passo de uma pesquisa científica a ser desenvolvido pelo pesquisador na elaboração de um projeto, contribuindo para ampliar seus conhecimentos diante a temática.

Os resultados da pesquisa serão confrontados com os referenciais bibliográficos que embasarão nosso estudo, a luz dos escritos de Fabiana Bom Kraemer, Shirley Donizete Prado, e Maria Claudia Veiga Soares de Carvalho (2007), que defendem a interdisciplinaridade nos estudos dos alimentos que poderão trazer benefícios a nossa saúde, numa proposta de construção de uma nova relação com o ambiente, em que, o ser humano tenha uma visão Socioambiental.

5.2 Figura 1 – Vista da E.E.E.F.M. Gertrudes Leite. (Ambiente e sujeitos da pesquisa)



Fonte: acervo do autor

Esse trabalho será realizado com **127 (cento e vinte e sete) discentes** envolvidos nesta proposta de estudo com pesquisas. Sendo: **1° ano A: 37 alunos 1° ano B: 44 alunos e 2° ano A: 46.** Sendo (**67 alunos do gênero Feminino e 60 do gênero Masculino, na faixa etária de 14 a 21 anos**), que residem na **Zona Urbana e Rural do município de Desterro – PB.** Analisando a situação socioeconômica da comunidade escolar, são alunos de baixa renda que não detém expressivamente um poder aquisitivo alto, mas que sabem bem distinguir alguns conceitos acerca de temas como Meio Ambiente, Conservação, Preservação, Higienização e Vida

Saudável, assim, possibilitando melhor entender como podem ser trabalhados tais temas e quais as reais dificuldades encontradas para a introdução de novas temáticas. A escola atende boa parte da clientela da comunidade na qual está inserida, pois a mesma está localizada em um bairro de baixa renda da cidade de Desterro e atende em sua maioria a Zona Urbana e outras advindos da Zona Rural mediante a sua condição de Ensino Fundamental II e Médio.

Fonte dos dados da Pesquisa: Consta na ficha da Estatística inicial do ano letivo de 2018 e também está registrada na Plataforma do Sistema Saber de Educação Estadual. (Caderneta online).

5.3 Instrumentos de coleta e análise de dados

A coleta de dados da pesquisa acontecerá através da aplicação de um questionário com 21 perguntas objetivas e subjetivas (ver no anexo), destinado especificamente aos alunos do 1º e 2º ano do Ensino Médio do turno matutino.

Através da observação do cotidiano escolar desses alunos, fez-se necessário investigar dentro do contexto educacional a importância de se ter uma alimentação saudável usando práticas sustentáveis no ambiente escolar, para que os alunos possam se integrar em uma perspectiva socioambiental.

Em seguida será realizada a aplicação do questionário que teve como objetivo “Analisar as percepções e concepções práticas dos discentes do 1º e 2º ano do Ensino Médio referentes aos conceitos e propostas de se ter uma alimentação saudável”, bem como analisar as práticas de tratamento da água, sua inserção e importância para os alunos, possibilitando a identificação das concepções e conhecimentos dos discentes à respeito da escolha dos mais variados alimentos saudáveis.

5.4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

O presente trabalho de investigação “Análise” do conhecimento sobre uma proposta de Alimentação Saudável levando em consideração a Sustentabilidade com enfoque a merenda escolar servida no ambiente educacional dos Discentes da **Escola Estadual de Ensino Fundamental e**

Médio Gertrudes Leite do Município de Desterro – PB.” Teve como universo de pesquisa a referida escola, que hoje se encontra com 837 alunos matriculados, sendo 523 alunos do ensino fundamental do 6º ao 9º ano e 314 do ensino médio. Funciona nos três turnos temos uma turma do programa Alumbrar e três turmas a noite do Ensino Médio **EJA**. Os sujeitos envolvidos serão os discentes do **1º ano A e B, 2º ano A** do turno da manhã do Ensino Médio.

Fonte dos dados da Pesquisa: Consta na ficha da Estatística inicial do ano letivo de 2018 e também está registrada na Plataforma do Sistema Saber de Educação Estadual. (Caderneta online).

Analisando a situação socioeconômica da comunidade escolar, são alunos de baixa renda que não detém expressivamente um poder aquisitivo alto, mas que sabem bem distinguir alguns conceitos acerca de temas como Meio Ambiente, Conservação, Preservação, Higienização e Vida Saudável, assim, possibilitando melhor entender como podem ser trabalhados tais temas e quais as reais dificuldades encontradas para a introdução de novas temáticas. A escola atende boa parte da clientela da comunidade na qual está inserida, pois a mesma está localizada em um bairro de baixa renda da cidade de Desterro e atende em sua maioria a Zona Urbana e outras advindos da Zona Rural mediante a sua condição de Ensino Fundamental II e Médio.

Fonte dos dados da Pesquisa: PPP da Escola. (Projeto Político Pedagógico, 2018).

Na nossa concepção a alimentação deve ser balanceada e equilibrada e a nossa água deve ser tratada como um bem de toda a humanidade, não algo exclusivo dos seres humanos que a utilizam de toda forma e fazem o que bem entendem. Em algumas dessas atividades humanas infelizmente ocorrem os descuidos de uma boa alimentação e a poluição desses recursos.

Deve-se haver uma conscientização da importância da preservação desse bem natural salientando que o termo renovável não significa inesgotável e que o ser humano como detentor da capacidade de raciocinar deve preservar a água para as gerações futuras afim de manter a vida no planeta. Precisamos conhecer a forma convencional do tratamento da água que temos em nosso município, que é uma forma de tratamento onde é usado produtos químicos para decantar e clorar a água, mas também precisamos conhecer formas biodegradáveis de tratar a água usando produtos naturais. (USP; 2015).

Dessa forma, iremos começar a demonstrar aos dados contidos nas respostas dos discentes através da apresentação dos gráficos:

A Escola Estadual de Ensino Fundamental e Médio Gertrudes Leite, localizada no município de Desterro - PB, possui 837 alunos matriculados, sendo que 127 alunos participantes do projeto, sendo **37 do 1º Ano A, 44 do 1º ano B e 46 do 2º ano A** responderam a um questionário escrito como mostra a tabela abaixo. Na **Tabela abaixo** estão relacionadas a quantidade e sexo de alunos entrevistados, das 3 turmas da referida escola.

Tabela

Alunos	Quantidade
Gênero Feminino	67
Gênero Masculino	60
Total	127

Tabela: Número e Sexo dos alunos do 1º ano A e B e 2º ano “A” da Escola E. E. F. M. Gertrudes Leite, localizada no município de Desterro – PB.

Fonte dos dados da Pesquisa: Consta na ficha da Estatística inicial do ano letivo de 2018 e também está registrada na Plataforma do Sistema Saber de Educação Estadual. (Caderneta online).

6. CRONOGRAMA DE AÇÕES:

17

INÍCIO – TÉRMINO (De março à setembro 2018).

Aplicar atividades e debates com pesquisas no espaço escolar na internet com os discentes da rede de ensino fundamental e médio, sobre as a promoção de uma alimentação saudável e sustentável no ambiente escolar. **O projeto será desenvolvido em diferentes momentos.**

1. Etapas:

AÇÕES DESENVOLVIDAS	MESES	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set
Identificação do Problema. Elaboração e Inscrição do Projeto		X						
Aplicação do Questionário para o diagnóstico inicial. Análise dos dados obtidos. Apresentação e desenvolvimento das atividades.		X	X	X	X	X	X	
Confecção do material pedagógico. Entrevistas e pesquisas de campo.			X	X	X	X	X	
Palestras. Reuniões entre os envolvidos do projeto. Visita a uma feira livre, uma feira Agroecológica e um supermercado, etc.				X	X	X		
Exposição dos trabalhos. Envolvimento com a comunidade.			X	X	X	X		
Avaliação dos alunos, do professor e do projeto.					X	X	X	X
Elaboração do relatório final com diagnóstico.							X	X
Apresentação dos trabalhos, culminância. Análise dos resultados obtidos e conclusão				X	X	X	X	X

7. AVALIAÇÃO

O alunos serão avaliados de forma contínua, no processo de apresentação diária do projeto, de maneira coletiva com a participação dos envolvidos, apresentações de músicas, dramatizações e a produção de um livro de receitas produzidas pelos próprios alunos. Exposição dos trabalhos desenvolvidos. Sempre levando em consideração a dificuldade de leitura a faixa etária, a sequência e assimilação dos conteúdos, os questionamentos, as dúvidas, a indisponibilidades de materiais, a realização das tarefas extraclasse, a melhora no rendimento escolar, o gosto pela leitura, a apresentação dos trabalhos pesquisados, a produção de textos, o envolvimento dos pais, a interação nos trabalhos coletivos, etc.

As tarefas serão sempre planejadas de forma sequencial, partindo sempre do conhecimento prévio. Com o objetivo geral do projeto que é Promover o consumo de alimentos saudáveis, manter hábitos e higiene e a consciência de sua contribuição para a promoção da saúde de forma atraente, lúdica e educativa entre os alunos de uma escola pública, então todas as metas serão sempre focadas na ideia principal a ser atingida.

7.1. Considerações finais:

Fica evidente a partir da análise dos futuros resultados, que as dificuldades dos alunos em compreender conteúdos trabalhados usando a interdisciplinaridade em Ciências, Química e Português, podem serem diminuídas, utilizando alternativas didáticas e metodológicas em atividades práticas.

Através das atividades práticas a serem realizadas neste trabalho serão abordados os conceitos específicos de Biologia e Química e analisados de forma reflexiva com os problemas ambientais relacionados com os alimentos como também o recurso natural água.

Os resultados apontarão para um ganho de saberes em **Biologia e Química e Português**, a partir destas atividades práticas, os quais podem contribuir para o uso adequado dos alimentos saudáveis, possibilitando mudanças de atitudes, por parte dos alunos participantes.

As estratégias a serem utilizadas neste trabalho, a partir dos conhecimentos dos alimentos saudáveis podem ultrapassarem os limites em sala de aula e podem contribuir para uma

aprendizagem potencialmente significativa e contextualizada.

A saúde é constituída individualmente e coletivamente, por isso, além de fazer a nossa parte em casa, com a família e na comunidade, é importante participarmos dos conselhos de saúde, buscando a garantia de seus direitos como a saúde e a alimentação.

Como vimos, a alimentação interfere diretamente na nossa saúde; se por um lado é fonte de saúde e prazer, por outro lado, pode levar ao desenvolvimento de algumas doenças.

8- REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

ANTA, R. M. O.; CARVAJALES, P. A.; MARCOS, A. M. R.; SOBALER, A. M. L.; SOBRADO, R. R. R.; GONZÁLEZ-FERNÁNDEZ, M. Hábitos alimentares y ingesta de energia y nutrientes em adolescentes com sobrepeso em comparación com los de peso normal. *Análises Espaholes de Pediatria*, Madrid, v. 44, n. 3, p. 203-208, 1996. Acesso: 28/02/2018.

BRASIL. Ministério da Saúde. *Prevenir é sempre melhor*. Brasília: Ministério da Saúde, 2000. FISBERG, M. et al. Hábitos alimentares na adolescência. In: *Atualização Científica em Nutrição: nutrição da criança e do adolescente*. Porto Alegre: Atheneu; 2002. p.66-93. Acesso: 28/02/2018. Cervo e Bervian Grátis Artigos Acadêmicos - Trabalhos Feitos Disponível em

Determinantes do comportamento alimentar: hábitos ... - ROCA - UTFPR Disponível em:

Educação para a saúde na escola, um direito dos alunos que urge satisfazer. *Revista Professor* nº 85, pp.17-24, Lisboa, 2004
 TONIAL, S.R. Desnutrição e Obesidade: faces contraditórias na miséria e na abundância. *Série: Publicações Científicas do Instituto Materno Infantil de Pernambuco*, Recife: IMIP, n.2, 180 p, 2001. Acesso: 28/02/2018.

Folha de S.Paulo - Luís Nassif: O caso Mainardi - 16/08/2005 Disponível em:
<http://www1.folha.uol.com.br/fsp/dinheiro/fi1608200519.htm> Acesso em 03/03/2018

FURTADO, Emerson Marcos. *Material Didático Positivo*. Curitiba: Positivo, 2007
 GAMBARDELLA, A.M.D.; FRUTUOSO, M.F.P.; FRANCH, C. *Prática alimentar de adolescentes*, 1999. Disponível em <<http://www.scielo.org/index.php?lang=pt>> Acesso em: Acesso: 28/02/2018.

GANDRA, F. R. et al. O dia a dia do professor: afetividade, sexualidade e drogas. Belo Horizonte: Fapi ,2002 *Jornal do Brasil - País - População idosa cresce 16% frente a 2012 e ...* Disponível em: DIRETRIZES CURRICULARES NACIONAIS.
m.jb.com.br/.../populacao-idosa-cresce-16-frente-a-2012-e-chega-a-296-milhoes-diz-i..Acesso em 02/03/2018

Ministério da Educação - Ministério da Educação - Portal do MEC (2012, p. 04) Disponível em:portal.mec.gov.br/index.php?option=com_content&view=article&id. Acesso: em 01/03/2018
repositorio.roca.utfpr.edu.br/jspui/bitstream/1/4767/.../MD_ENSCIE_IV_2014-17.pdf Acesso em 04/03/2018.

Segundo Cervo e Bervian (2002, p.48): “A pesquisa bibliográfica procura explicar um problema a partir. Segundo Cervo e Bervian (1983) destacam que há quatro tipos de conhecimento sendo suas modalidades as seguintes: Conhecimento Popular, Conhecimento Científico, Disponível em www.trabalhosfeitos.com/topicos/cervo-e-bervian/0 Acesso: em 01/03/2018.

9. ANEXOS:

Escola Estadual de Ensino Fundamental e Médio Gertrudes Leite-Desterro-PB Turmas: 1º ano A e B e 2º Ano A - Turno: manhã - Disciplina: Biologia Conteúdo: Alimentação Saudável e Sustentável

QUESTIONÁRIO AOS DISCENTES**(Diagnóstico Prévio)**

PROJETO DE INTERVENÇÃO PEDAGÓGICA NA ESCOLA

TEMA: PESQUISA DE HÁBITOS ALIMENTARES DOS DISCENTES NA ESCOLA E NA FAMÍLIA

Data da entrevista: ____/____/____ Entrevistador: **Professor de Biologia; Hélio Pereira**

01) Idade: _____ anos 02) Peso: _____kg 03) Altura: _____m 04) Sexo: ()

05) Quantas refeições/lanches você faz por dia

() uma () duas () três () quatro () cinco () outro:.....

06) Faz lanche entre as refeições: () sim () não

07) Se sim, qual é o seu lanche:.....

08) Faz atividades físicas com frequência? () sim () não

09) Se sim, que atividade física realiza?

10) Quantas pessoas moram em sua residência junto com você?

() 1 () 2 () 3 () 4 () 5 () outra quantidade

11) Sua residência tem:

a) água encanada () sim () não b) esgoto de rede () sim () não
c) coleta de lixo () sim () não d) energia elétrica () sim () não

12) Você sabe o que é reaproveitamento alimentar: () sim () não

13) Você pratica o reaproveitamento alimentar: () sim () não

14) Se sim, cite dois alimentos que você reaproveita:

(1) (2)

15) Já aprendeu, teve aulas ou assistiu algum curso sobre a importância dos alimentos e a alimentação para a saúde? () Sim () Não

16) Qual é a quantidade de água, em média, que você bebe por dia, em litros?

R: litros

17) Você bebe refrigerante:

() Nunca () só em festas () só nos finais de semana () todo dia

18) Atualmente faz dieta? () sim () não Se sim: () por conta própria ou

() acompanhada por um especialista

19) Você já consultou um nutricionista? () sim () não

22) Você controla o sal? () sim () não açúcar? () sim () não gorduras?

() sim () não

21) Você consome em geral produtos:

() Diet () Light () só normais integrais () todos sem distinção