



Comida e Cultura



guia orientador

educação alimentar e
nutricional nas escolas
municipais de Chapada dos
Guimarães

2024

*autonomia
e permanência*

"ubuntu"
"nós", como
membros
integrantes
de um todo
social e
cósmico

ética da
coletividade,
representada
principalmente
pela
convivência
harmoniosa
com o outro,
com a natureza

"É preciso **unir** as lutas,
sem abrir mão das
especificidades".

Kabengele Munanga





"Nosso maior medo não é sermos inadequadas. Nosso maior medo é não saber que nós somos poderosas além do que podemos imaginar. O que mais nos assusta é a nossa luz, não nossa escuridão. Nós nos perguntamos: quem sou eu para ser brilhante, talentosa? Na verdade, quem é você para não ser? Você, pensando pequeno não ajuda o mundo. Todos nós somos feitas para brilhar, como as crianças brilham. Enquanto permitimos que nossa luz brilhe, nós, inconscientemente, damos permissão a outras para fazerem o mesmo. Quando nós nos libertamos do nosso próprio medo, nossa presença automaticamente libertará outras."

Marianne Williamson
A return to love
1992

apresentação

educação alimentar em espaços de aprendizagens plurais

Esse guia foi construído a partir de conversas com as professoras participantes da segunda fase do Programa Cozinhas & Infâncias, promovido pelo Instituto Comida e Cultura com apoio do Ministério Público Estadual e em parceria com a Secretaria Municipal de Educação de Chapada dos Guimarães.

Ele visa indicar alternativas possíveis para a implementação de ações transversais para Educação Alimentar e Nutricional (EAN) nas escolas municipais de Chapada dos Guimarães, Mato Grosso.

O Guia pretende fomentar ecossistemas de aprendizagens com a ampliação da participação das famílias, escolas, gestores e das comunidades, em busca da promoção da alimentação adequada e saudável nos territórios, ressaltando uma agenda de atividades que valorizem as diferentes expressões da cultura alimentar, fortaleçam hábitos regionais e as dimensões relacionadas a uma comunidade sustentável.

Com isso, contribuirá para gerar uma prática contínua, assegurando o essencial Direito Humano à Alimentação Adequada e Saudável (DHAA).

contexto

Em tempos de sindemia global, onde desnutrição, doenças crônicas não transmissíveis e mudanças climáticas afetam bilhões de pessoas no planeta, como podemos reparar uma reconexão humana com a natureza e com a alimentação saudável e adequada, à luz das experiências de educadores no contexto escolar?

O senso comum e prático do cotidiano nos leva a pensar que a alimentação na escola é conversa entre as nutricionistas do município e as cozinheiras das escolas.

Por que precisamos de um documento que nos oriente a fazer algo tão rotineiro e que já está pronto há tantos anos? Por que mexer em algo que já está funcionando?

Mas será que é só isso mesmo?

escola

Na escola, educar é promover o desenvolvimento crítico e criativo, o que permite explorar novos sabores, texturas, habilidades manuais, além de proporcionar a criação de uma cultura de se alimentar de forma consciente. Temos percebido, por meio da aplicação autônoma e voluntária das práticas e princípios da EAN, que só há um caminho para que isso aconteça na escola, e nesse caminho a prática deve ser:

**CONTÍNUA | PERMANENTE
TRANSDISCIPLINAR INTERSETORIAL
MULTIPROFISSIONAL**



justificativa

educação alimentar e a comunidade escolar

hábitos alimentares

Sugerimos, primeiramente, olhar para nossos hábitos alimentares e para a realidade do nosso planeta, para então conseguirmos responder essa questão. Comemos todos os dias para obtermos energia e saúde para viver com qualidade. Ou seja, é um hábito diário e essencial. Por ser um hábito diário, é capaz de se modificar e transformar estruturas e o nosso entorno. Podemos, por meio das mudanças de hábitos alimentares, transformar a nossa realidade dentro do município, das escolas, das casas e das infâncias.

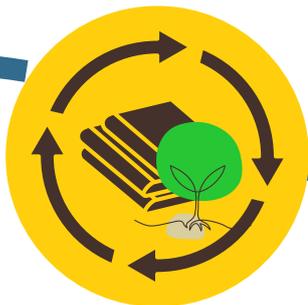
Plantar, selecionar, colher, preparar, cozinhar e descartar os alimentos não devem ser hábitos automatizados e desconectados.

Esses hábitos estão carregados de afetos, cultura, trabalho, conhecimentos, saberes e nutrição. Para melhorar hábitos alimentares nas casas e nas escolas é necessário que este tema esteja presente de forma permanente e contínua e que não fique apenas dentro das cozinhas, mas ocupe todos os espaços escolares.

A comunidade escolar precisa se envolver para criar uma relação diferente com a saúde das pessoas e do planeta!

prática pedagógica contínua

uma perspectiva dialógica constante e continuada, que permite os professores ampliarem incessantemente seu repertório de práticas, de forma a apoiar e incluir as crianças



prática permanente

condição para o fazer e refazer do ciclo do conhecimento, em uma relação onde o diálogo ganha configuração de princípio e atitude pedagógica, mediando sujeito e contextos socioculturais.



prática transdisciplinar

procura transbordar as disciplinas e considera outras dimensões além da cognitiva ao trabalhar os conhecimentos



intersectorial

pressupõe o trabalho conjunto de pessoas de diferentes áreas, fortalece e reúne conhecimentos, práticas e estruturas sociais e culturais entre diferentes setores, para que dialoguem e somem esforços na execução conjunta de ações que beneficiem o cidadão e as infâncias



equipe multiprofissional

caracterizada pelo trabalho coletivo que se configura na relação recíproca entre as múltiplas intervenções técnicas e a interação dos agentes de diferentes áreas profissionais.



*caminho da
prática de
EAN na
escola*



justificativa

educação alimentar e a
comunidade escolar

A prática da EAN na escola é muito mais que um assunto entre nutricionistas e cozinheiras. Devemos todos, gestores do município, nutricionistas, conselheiros, cozinheiras, gestores escolares, funcionários das escolas, professores, Auxiliares de Desenvolvimento Infantil (ADIs), famílias, parceiros e comunidade, de forma urgente, ampliar nossos horizontes em relação a nossa atuação e entender que somos, de forma direta ou indireta, responsáveis pelo presente e futuro de nossas crianças.

Podemos contribuir em comunhão para a inserção da Educação Alimentar e Nutricional (EAN) nas escolas e nas práticas educativas, como estratégia para uma vida sustentável e para um planeta saudável, principalmente diante da crise climática.





programa cozinhas & infâncias

O programa Cozinhas & Infâncias foi idealizado pelo Instituto Comida e Cultura (ICC) composto por profissionais que atuam em defesa da Educação Emancipatória e do Direito Humano à Alimentação Adequada e Saudável. O Instituto tem se dedicado à construção colaborativa de estratégias promotoras de sistemas alimentares mais ecológicos e inclusivos, a partir de soluções pedagógicas integradas, em perspectiva decolonial, voltadas aos diferentes atores do desenvolvimento integral humano, especialmente nas fases da infância e da adolescência.

Entre outros impactos, o Comida e Cultura contribui essencialmente para a melhoria da qualidade da educação, fundamentada no direito à alimentação e nutrição adequada e na equidade dos povos.

O Programa Cozinhas & Infâncias (C&I) trabalha com o que é essencial: a alimentação adequada e a autonomia na cozinha desde a infância. Em 2023, o Instituto Comida e Cultura formou 600 educadores na capital paulista, alcançando um educador de cada Escola Municipal de Educação Infantil (EMEI), com propósito de promover a interdisciplinaridade do tema da alimentação nos currículos pedagógicos da educação formal, ampliar a prática e a cultura culinária entre estudantes, familiares e educadores, e induzir a percepção da natureza como um movimento sistêmico do qual o ser humano faz parte desde a primeira infância. No mesmo ano, o programa chegou ao Cerrado para conectar a diversidade alimentar da região à alimentação escolar. O município de Chapada dos Guimarães foi contemplado com a Fase 1 do programa e, posteriormente, com a proposta piloto de Fase 2.

fase 1

abordagem sistêmica e dialógica



09

unidades escolares



50

professoras e gestores capacitados
(beneficiários diretos)

Aconteceu no primeiro semestre de **2023** com **50** participantes de **09** escolas e foi composta por um conjunto de **18 aulas online, expositivas e dialógicas**, além de **02 oficinas** práticas presenciais ao longo do semestre.

O projeto propôs uma **abordagem sistêmica**, que por meio de diferentes linguagens, promoveu um **diálogo** sobre a **alimentação**, não apenas do ponto de vista da saúde e do bem-estar, mas também do **desenvolvimento social e cultural dos povos**. Garantindo adequação aos **currículos pedagógicos**, os conteúdos foram norteados pelas diretrizes estabelecidas na nova Base Nacional

Curricular Comum (BNCC), respeitando as diferentes habilidades esperadas em cada fase do desenvolvimento humano. Para assegurar que o tema da alimentação fosse abordado de maneira **interdisciplinar** nessa primeira fase, o Programa Cozinhas & Infâncias buscou promover uma alternância entre conteúdo para reflexão, atividades práticas e interações.

fase 2

TemperAÇÃO



03

unidades escolares



30

professoras e gestores capacitados
(beneficiários diretos)

Chamada carinhosamente de **TemperAção**, aconteceu entre o segundo semestre de 2023 e o primeiro de 2024 com **30** cursistas de **03** escolas.

Nesta etapa, o projeto buscou promover a emancipação da unidade escolar para implementação de ações intradisciplinares em **Educação Alimentar e Nutricional (EAN)**, sob uma **perspectiva** inclusiva e **decolonial**, fomentando projetos político pedagógicos centrados no tema da **alimentação**, propondo estratégias de sensibilização das **famílias** e demais **atores** ligados ao desenvolvimento integral da **criança** para uma nova **consciência** alimentar e ambiental.

A estratégia de intervenção foi desenvolvida por meio de um conjunto de 5 módulos presenciais ao longo do semestre letivo, cada um com a duração de dois períodos, manhã e tarde.

O horário do almoço fez parte da formação, utilizando o fazer culinário, a degustação e a comensalidade pedagogicamente.

A **metodologia** foi apoiada por diferentes canais de interação e **dispositivos pedagógicos** e construída a partir da **escuta ativa** e por meio do **diálogo, participação e co-criação** entre os participantes e convidados externos (gestores públicos, familiares, conselhos escolares e produtores locais). Esperamos que os resultados possam **viabilizar a replicação para outras instituições de ensino, inspirar ativismos sociais, fomentar pesquisas acadêmicas, dar escala à proposta e até mesmo embasar políticas públicas**.



programa cozinhas & infâncias

fase 2

TemperAÇÃO

Desta forma, surgiu a necessidade de construção deste **Guia Orientador - Educação Alimentar e Nutricional nas escolas municipais da Chapada dos Guimarães – Autonomia e Permanência**, uma construção realizada ao longo de cinco módulos a partir da visão das professoras e Auxiliares de Desenvolvimento Infantil.

“O ato de se alimentar encerra em si uma complexidade resultante não só da inter-relação entre si, o homem e a natureza, mas de todos os diversos desdobramentos que ela enseja, dentre os quais a própria diferenciação entre alimentar-se e comer”

Maria Geralda de Almeida em:
PARA ALÉM DAS CRENÇAS SOBRE ALIMENTOS, COMIDAS
E SABORES DA NATUREZA, 2017



fluxo

Na fase TemperAção realizamos um **diagnóstico** e **dialogamos** sobre as possibilidades de gerar **autonomia** nas escolas, tornando o tema da **EAN** permanente e contínuo no **chão** das unidades escolares.

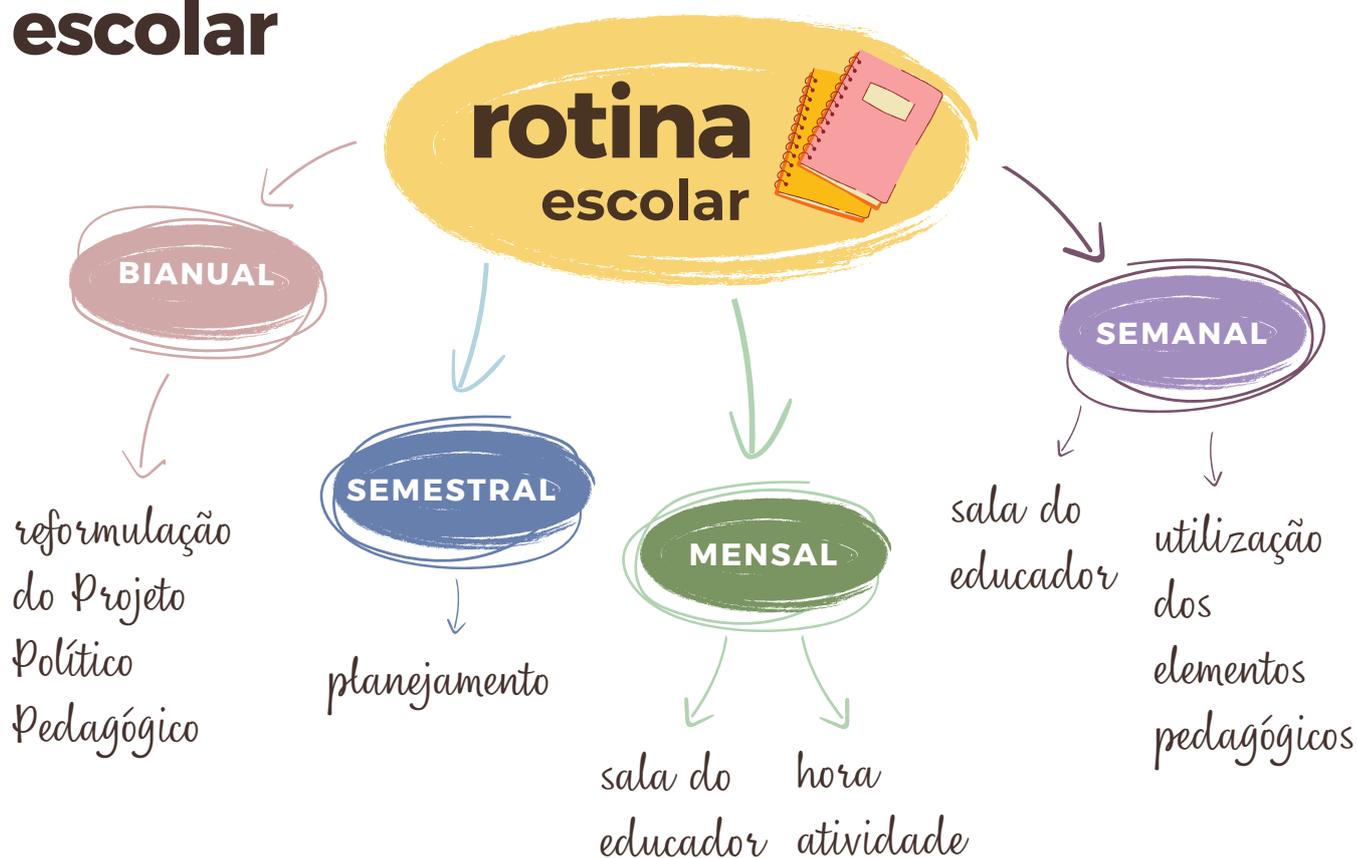
Eixos geradores como **cardápio**, **formação** e **pedagógico** nortearam as **conversas**. O resultado foi este **Guia Orientador**, destinado a **gestores municipais** e a **toda comunidade escolar**.

Foram identificadas **ferramentas** importantes, que envolvem toda a comunidade, bem como seus **fluxos**, que podem ser observados abaixo.



ferramentas

1. rotina escolar



a) o Projeto Político Pedagógico (PPP)

Já entendemos que a **prática da EAN** na escola deve ser contínua e permanente para que promova transformações. Uma das ferramentas que garantirá isso será a **inserção do tema nos Projetos Políticos pedagógicos (PPPs)** das escolas, uma vez que esse documento define a identidade da escola, os caminhos para ensinar com qualidade, além de propor atividades e projetos educativos necessários ao processo de ensino e aprendizagem.

O PPP é um documento dinâmico, que muda de tempos em tempos, de acordo com a realidade da escola. Como proposta, esse Guia orienta uma nova redação do PPP, integrando ações de promoção da alimentação adequada e saudável e consolidando um **calendário de atividades** voltadas ao tema, para que estas sejam realizadas ao longo do ano letivo.

Importante reforçar a participação das cozinheiras neste processo de reformulação do PPP, valorizando e estimulando seu papel também como educadoras.

Além da inserção do tema da EAN no PPP da escola, recomenda-se incluir a temática da agricultura familiar e da agroecologia, como forma de resgate e valorização da produção do alimento saudável.

Sugerimos que o PPP, além de contemplar ações de EAN e envolver seus atores, seja elaborado com a participação de todos os membros da comunidade escolar. É fundamental que a gestão escolar busque a democratização, com o diálogo e a escuta ativa, seja por meio de reuniões, formulários, entrevistas amostrais, entre outros métodos que se adequem melhor à realidade da escola.

Aqui recomenda-se usar o espaço de **Reunião com as famílias** para envolvê-las também na construção do PPP. É imprescindível que se realizem ações para que este documento seja de conhecimento de toda comunidade e oriente efetivamente as práticas pedagógicas.

b) rotina da professora

O grupo identificou espaços em que a prática da EAN poderia estar inserida dentro da rotina escolar e que seria fundamental contar com o apoio direto das Auxiliares de Desenvolvimento Infantil (ADIs) na execução das atividades em sala de aula diante das propostas pedagógicas geradas nestes espaços.

O Grupo identificou oportunidades de inserção da EAN nos momentos de formação continuada e de rotina pedagógica.

A **Sala do Educador** deve ser considerada um momento que viabiliza partilhar conhecimentos, dividir dificuldades, discutir e debater as ações, além de refletir sobre a própria prática educativa, fazer críticas e construir suas próprias teorias à medida que refletem, coletivamente, sobre seu ensino e o fazer pedagógico. Recomenda-se neste momento a partilha de práticas, a leitura de textos, vídeos, lives gravadas na internet sobre o tema, práticas de cozinha, entre outras tantas possibilidades que estão disponíveis. Aqui é necessário que a **Gestão Municipal atue em diálogo com a Gestão escolar** organizando um calendário para a inserção da EAN na Sala do Educador.

A **Hora Atividade** é um espaço formativo e de reflexão, momento para estar na escola, conversar com os atores sociais da comunidade escolar para compreender como superar os desafios em sala de aula, construir sequências didáticas, buscar abordagens e recursos educacionais problematizadores e ir melhorando a cada dia a prática em EAN.

Entendemos que o **Planejamento Escolar** é o momento de olhar para o que aconteceu e identificar o melhor caminho para garantir a aprendizagem das crianças, além de ser um momento estratégico para propor a utilização das ferramentas aqui apresentadas e colocar em prática a EAN na escola. Neste momento, temos a oportunidade de pensar em como as atividades aqui propostas podem se articular e conversar ao longo do ano.

Poderemos utilizar esses espaços importantes na rotina do professor para fazer boas perguntas e buscar respostas adequadas por meio de planos de ação ou projetos investigativos que possam ser realizados junto as crianças. Recomenda-se que esses espaços possam ser guiados pelos **princípios para a ação em EAN:**



Atualmente, o ICC conta com um **banco de atividades** que corroboram com estes princípios, assim como diversas outras organizações.

Disponibilizamos no final deste **guia** algumas **referências** de apoio que podem subsidiar e contribuir com as ações da **rotina das professoras**.

c) o jardineirista e os elementos pedagógicos

Pessoa **elo** entre a rotina escolar e os elementos pedagógicos.

Para cuidarmos desses elementos teremos que planejar as responsabilidades e os cuidados. Para nós, esse pode ser o papel do/da **jardineirista**.

Jardineirista cuidará dos elementos pedagógicos, podendo ser uma pessoa, ou um papel alternado entre diversas pessoas. Nesta Função ficam os responsáveis pelo **diálogo entre os elementos pedagógicos** e a **cultura do cuidado** destes elementos. O ambiente escolar é parte fundamental da aprendizagem.

Pode propiciar uma infinidade de experiências significativas e profundas e a construção de saberes complexos e integrados. A maioria das propostas de relação com o alimento podem ser feitas ao ar livre!

E o espaço da escola pode ser explorado em toda sua potência. O jardineirista exerce aquele papel que **cuida** desse **espaço**, observa suas necessidades de manutenção, suas transformações e alerta quando elas estão ocorrendo para que possam vir a se transformar em sequências pedagógicas.

Para conseguirmos colocar as ideias sugeridas nesses espaços de organização das professoras, vamos precisar de toda a comunidade escolar envolvida e conectada à função de Jardineirista, principalmente as ADIs e cozinheiras.

Além do envolvimento que pode ser estimulado e viabilizado pelos gestores escolares, podemos trabalhar com **elementos pedagógicos** que sejam verdadeiros laboratórios e salas verdes.

Cada elemento propõe diferentes campos do conhecimento e muitas competências.

*!! É muito importante que antes de construir esses elementos na área da escola, os atores tenham em mente a dimensão da demanda daquele elemento e também a relação deles com o nível de **autonomia** e **protagonismo** das **crianças**, bem como as oportunidades na rotina !!*

O ideal é que a escola tenha ao menos um elemento pedagógico que possibilite viver o **ciclo do alimento cultivando, compostando, colhendo, comendo** e potencializando a **polinização**.



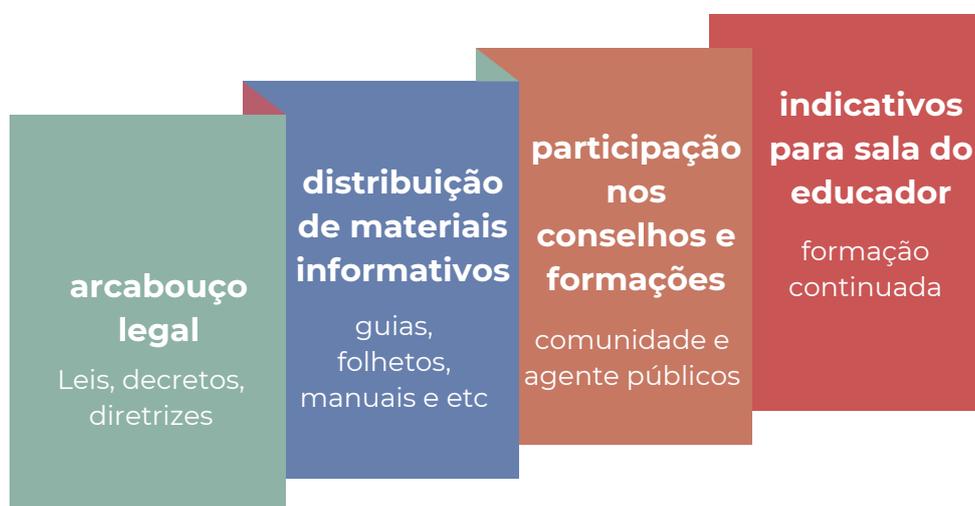
Esses elementos podem ser: uma horta pedagógica comum ou vertical, em canteiros elevados ou em vasos, uma roça, um pomar, um meliponário, um galinheiro, pode ter a presença de plantas comestíveis no paisagismo, **Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANCs)** e/ou medicinais plantadas.

Outros elementos recomendados são uma **composteira** ou **minhocário**, um **sementário** ou uma **casa de sementes** e um pequeno **viveiro de mudas**.

 **ferramentas**

2. políticas de incentivo

Entendemos ao longo das conversas que cabe à **Gestão Municipal o papel principal de incentivador dos processos de EAN nas unidades escolares** em busca da autonomia dessas escolas e da permanência do tema nas ações articuladas entre os sujeitos sociais.



a) arcabouço legal

A Alimentação Adequada e Saudável é um dos determinantes e condicionantes da saúde e um direito das pessoas. O reconhecimento deste direito em normas, acordos, declarações e em outros instrumentos é importante para garantir seu cumprimento pelo Estado e sua elegibilidade pelos indivíduos. De acordo com a Constituição Brasileira, a saúde é reconhecida como um direito social desde 1988, enquanto o direito à alimentação desde 2010. Historicamente, esforços de diferentes setores do governo brasileiro, entidades e sociedade civil têm sido empreendidos para garantir esses direitos e muitos avanços podem ser observados. Na última década, observa-se uma atenção especial à uma gestão intersetorial de políticas públicas, com o objetivo de promover a Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) da população.

Em sua segunda edição, a PNAN surge com uma necessidade de reorganizar, qualificar e aperfeiçoar as ações de alimentação e nutrição no SUS. Nesta edição são estabelecidas 09 diretrizes que indicam as linhas de ação para o alcance do seu propósito. Dentre elas, a sexta diretriz estabelece a **Qualificação da força de trabalho**, que busca a organização da formação de trabalhadores de saúde para produção do cuidado, de forma que se incorporem práticas voltadas à atenção das necessidades de alimentação e nutrição da população. Nesse sentido, a educação permanente em saúde revela-se a principal estratégia para qualificar tais práticas de cuidado e de gestão para efetiva implementação das ações decorrentes da PNAN.*



Para além da formação de agentes de saúde e nutricionistas, a Educação Alimentar e Nutricional (EAN) no Brasil é prevista e reconhecida como uma ação estratégica para o alcance da Segurança Alimentar e Nutricional e da garantia do Direito Humano à Alimentação Adequada (DHAA) e, portanto, pode e deve ganhar escala também no âmbito da educação formal.

Conforme o Decreto N° 7.272, de 25 de agosto de 2010, a EAN é uma diretriz da Política Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (PNSAN).

BRASIL. Decreto nº 7.272, de 25 de agosto de 2010. Regulamenta a Lei nº 11.346, de 15 de setembro de 2006, que cria o Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional – SISAN. Diário Oficial da União, Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2010/decreto/d7272.htm Acesso em: 27 de maio de 2016. 2 BRAS

**Políticas Públicas em Alimentação e Nutrição, Patrícia Jaime e Fernanda Rauber (capítulo 06 - Política Nacional de Alimentação e Nutrição - PNaN)*

b) distribuição de materiais informativos

Uma das sugestões trazidas foi a **distribuição de manuais, folhetos, guias**, quando recursos educativos atrativos e de qualidade, via Secretaria Municipal de Educação- SME, para as **escolas e famílias**. Seja via **digital** ou **impressa**, a sugestão é que essa distribuição seja ordenada por um **espaço de formação dialógico**, como **rodas de conversa** por exemplo, e coordenado com as ações promovidas pela **gestão escolar**.

c) participação nos conselhos e formações

Os espaços dos **conselhos** buscam incentivar uma **gestão democrática** por meio do **fortalecimento da relação** entre toda a **comunidade**. Assim, a **comunidade escolar** e os **agentes públicos** podem **debater** e tomar decisões conjuntas sobre os rumos da **EAN** no município.

Vários Conselhos Municipais ou até mesmo Conselhos Escolares podem incorporar a agenda de EAN como tema correlato. Sugerimos que a **Gestão Pública crie sistemas de pontuação** ou **bonificação em parceria** com os **Sindicatos** relacionados para incentivar professoras, gestoras, ADIs e cozinheiras, tanto a participar desses conselhos, quanto à participar de formações (oficinas, palestras, cursos, etc.) relacionadas ao tema da EAN.

d) Indicativos para sala do educador

O Projeto **Sala do Educador** é uma **política pública de formação continuada** dos profissionais da educação do Estado de Mato Grosso. É um momento de **partilha, colaboração e reflexão**, articulando as **ações educativas** propostas.

Sugerimos que a **Gestão Municipal** em parceria com o coordenador pedagógico proponha, neste espaço, a discussão dos temas geradores da EAN e seus desdobramentos. Recomendamos que sejam exploradas e adotadas metodologias participativas, problematizadoras, lúdicas e colaborativas para a execução das **ações de EAN** no Sala do Educador, potencializando a reflexão, o diálogo e a integração entre os participante de acordo com a Lei N° 13.666, DE 16 DE MAIO DE 2018 que inclui o tema transversal da educação alimentar e nutricional no currículo escolar na Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional.



ferramentas

3.comunidade escolar

No tópico anterior falamos sobre a importância da integração e do movimento das Secretarias da Prefeitura, demonstrando a **intersectorialidade** e o potencial da **articulação de diferentes atores e instituições na EAN**.

Neste tópico sugerimos a **ampliação da intersectorialidade** no trabalho da gestão pública em parceria com a iniciativa da gestão escolar, envolvendo os demais atores sociais: agricultores familiares, empresários parceiros, famílias, organizações da sociedade civil, etc.



“Para conversarmos sobre alimentação, é importante o exercício permanente de considerar e abranger suas múltiplas dimensões, auxiliando pessoas e/ou grupos sociais a tomarem decisões conscientes, não só no que diz respeito ao ato de comer, mas, sobretudo, no entendimento de que, para comer adequadamente e de maneira saudável é imprescindível enxergar o mundo com a noção de sustentabilidade. Respeitar os ciclos naturais, seu tempo e recursos; estabelecer parâmetros justos, equânimes e soberanos nas relações entre pessoas e instituições; e compreender as necessidades das pessoas e das comunidades como parâmetros importantes para a tomada de decisão, são todos atributos que devem compor a atividade ou ações de EAN”

Princípios e Práticas para Educação Alimentar e Nutricional

a) reunião de pais

Esse momento deve acontecer ao menos uma vez por bimestre, considerando quatro encontros ao ano. Foi proposta uma hora de reunião para os informes conforme a rotina da gestão escolar e, na segunda hora, uma abordagem voltada para a EAN. Importante ressaltar que nesse momento as crianças não devem estar presentes para que o aproveitamento da reunião pelas famílias e responsáveis possa acontecer.

Considerando que:

As práticas alimentares são aprendidas na infância. Desta forma, o comportamento alimentar de crianças em idade pré-escolar é determinado em primeira instância pela família e de forma secundária pelas outras interações psicossociais e culturais. O comportamento alimentar dos pais pode influenciar diretamente as práticas alimentares dos filhos, pois é a família quem construirá esses conhecimentos, ou seja, as atitudes e práticas alimentares dos pais serão assimiladas pelos filhos (MORAES, 2014). A parceria entre escola e famílias e/ou responsáveis é uma ferramenta poderosa para a formação do comportamento alimentar da criança. Propomos aproveitar esta uma hora de vivência para integrar as atividades escolares, elementos pedagógicos e o processo de aprendizagem na escola, por meio de:



**elaboração do
caderno de
receitas**



**preparação para a
feira de saberes
e sabores**



**oficinas práticas de
mão na massa com a
temática da
alimentação adequada
e saudável.**



**abordagens
dialógicas que
promovam debates
e reflexões**

Entendemos que este encontro pode se tornar um convite irresistível para um espaço gostoso e celebrativo para participação ativa na rotina da escola em relação às práticas da EAN, seja cozinhando, plantando ou colhendo.

É um momento importante de escuta, compartilhamento e trocas de aspectos e aflições relacionadas aos hábitos alimentares em casa, etc.

Nesta ocasião, familiares podem ser incentivados a contribuir na construção do PPP da escola, do calendário de atividades ou a participar no Conselho de Alimentação Escolar (CAE). Momento oportuno para a visita nas dependências da escola, para conhecer a alimentação escolar, a cozinha, o refeitório e a cozinheira da escola, integrando-se com a comunidade escolar.

Na reunião pode haver troca de mudas, uma agenda compartilhada de cuidados com os elementos pedagógicos propostos neste guia e degustações de receitas realizadas pelas crianças. No caso em que os pais dos alunos são agricultores familiares e fornecedores da alimentação escolar, convidá-los a compartilhar seus saberes.

b) feira de sabores e saberes

A feira surge da necessidade de integração e de criar mecanismos de aproximação e diálogo entre os agricultores familiares e os demais membros da comunidade escolar, com a valorização e a promoção da troca de saberes, cultura, arte e sabor.



A produção agroecológica é parte do processo de promoção da alimentação adequada. Entender que a disponibilidade e o abastecimento de alimentos saudáveis impactam nas escolhas das pessoas, da comunidade e das instituições, faz parte desta proposta que pretende reunir todos esses sujeitos sociais na escola, em grande celebração e encontro a cada semestre, para uma exposição de produtos, receitas, troca de sementes e mudas, resgatando e valorizando a cultura alimentar local.

A feira pode demonstrar para as famílias e para a comunidade escolar em geral, os principais ingredientes e preparações utilizadas nos cardápios da Alimentação Escolar, os produtos que são oriundos da agricultura familiar e os que são cultivados na escola pelas crianças. Podem haver estandes de degustação e apresentação artística temática.

c) caderno de receitas

O Caderno de receitas propõe o resgate de saberes culinários tradicionais das famílias e pode ser, inclusive, lançado e distribuído no momento da feira. Um caderno, um compilado de receitas, no qual cada família compartilha a sua, preferencialmente, com participação das crianças nesta criação.

O caderno de Receitas pode conferir maior visibilidade aos produtos comercializados no espaço da feira e demais produtos da sociobiodiversidade local como Baru, Babaçu, Mandioca, Batata-doce, entre tantos outros. A comercialização rural direta na escola vem para proporcionar a valorização da cultura gastronômica local.

As crianças junto com suas famílias ou responsáveis podem mapear e entrevistar figuras anciãs das comunidades rurais e bairros para resgatar e compartilhar algumas receitas e afetos.

Importante olhar para as receitas, adaptá-las ou selecioná-las por meio da abordagem do Guia Alimentar para a População Brasileira, como os 10 passos para uma alimentação saudável e também para a classificação dos alimentos por níveis de processamento. Além de utilizar as informações contidas no Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores de 2 anos, como os 12 passos para uma alimentação saudável. Esse processo pode ser incluído num espaço de formação gerado pela confecção deste caderno de receitas.



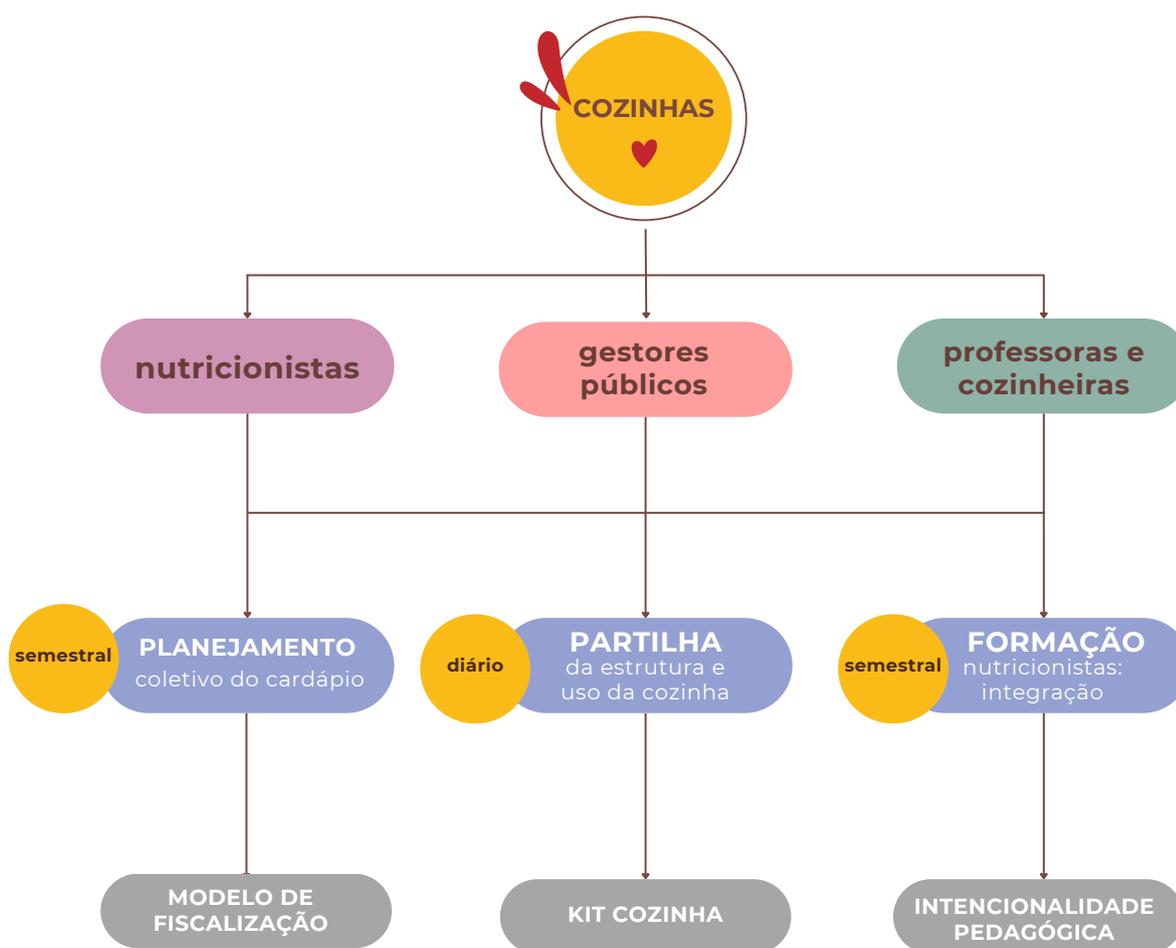
ferramentas

4.cozinha escolar

Para esse conjunto de ferramentas entendemos o papel importante da **Nutricionista** como sujeito integrador, que pode **criar laços** entre as **Cozinheiras**, a **Gestão Escolar** e as **Professoras**.



Ela pode tanto contribuir para o **reconhecimento, valorização e inserção** das **cozinheiras** como sujeito ativo da equipe escolar e da sua função como **educadora**, quanto viabilizar a abertura do **espaço da cozinha**, como uma **extensão da escola** de forma integrada, e não isolada, cumprindo a função de preparo do alimento apenas.



a) planejamento do cardápio

Essa sugestão de ferramenta surge da necessidade de inserir tanto as cozinheiras quanto as professoras e ADIs no processo de construção dos cardápios da merenda escolar, e no acompanhamento e fiscalização da sua execução. Isso pode se dar por meio de um processo formativo, tendo como base a utilização de alimentos in natura ou minimamente processados, de modo a respeitar as necessidades nutricionais, os hábitos alimentares, a cultura alimentar da localidade, além de pautar-se na sustentabilidade, sazonalidade e diversificação agrícola da região e na promoção da alimentação adequada e saudável.

As **cozinheiras escolares** são essenciais dentro da **prática pedagógica inclusiva, empática e dialógica**. Trazendo-as para perto e ampliando sua **visibilidade** como **educadora**, é possível estreitar sua relação com as **crianças** e os **professores**, colocando a **cozinha** no centro da **conversa** e adicionando pitadas de conhecimento e tecnologias que elas carregam.

Nessa perspectiva, a **cozinha** se projeta como **espaço transformador para a co-construção de práticas plurais e saborosas protagonizadas por elas**. (Orientativo ICC)

o kit cozinha



Esta ferramenta surgiu como uma alternativa ao **acesso** do uso da cozinha. A ideia foi **criar um “Kit - Cozinha”** com **equipamentos básicos para oficinas culinárias**, que possa ser **itinerante** dentro da escola. Quando a cozinha da escola não comportar o número de estudantes ou não for segura para as atividades propostas, o kit pode entrar em ação.

Quanto aos espaços para realização de oficinas, é possível adaptar uma sala de aula, utilizar o refeitório, além de outros espaços da escola ou do território. A definição de qual espaço utilizar requer alinhamento prévio com a equipe gestora.

Ao estabelecer uma rotina de encontros para cozinhar, cria-se um ambiente de desenvolvimento individual e coletivo, envolvendo cooperação e empatia, elementos fundamentais para a ampliação da consciência alimentar e ambiental.

Seja na cozinha ou embaixo de um pé de manga, como diria o pedagogo Tião Rocha, o fazer culinário admite espaços plurais para o desenvolvimento das atividades. Conforme a “Orientação Normativa de Educação Alimentar e Nutricional para Educação Infantil” (SME, 2020) “as oficinas culinárias são práticas integradas às demais ações do cotidiano educacional. Elas aguçam a curiosidade, ampliam o repertório alimentar, fortalecem as relações e as(os) educadoras(es) e crianças aprendem uns com os outros.

A implantação de uma cozinha experimental no ambiente escolar, móvel, tem por objetivo proporcionar a oportunidade de aprender novos conteúdos em um ambiente diferente ao da sala de aula. As oficinas culinárias realizadas dentro do ambiente escolar com a participação de professores e colegas, estimula as crianças a aceitarem **melhor alimentos naturais**, possibilitando a descoberta da origem dos alimentos e despertando a consciência **ambiental**.

Os estudantes também podem aprender sobre a importância da higiene das mãos, higienização de alimentos, controle de datas de validade e melhor forma de conservação de cada tipo de alimento. Além de criar a conscientização sobre lixo, desperdício, cuidado e respeito à natureza.



Antes de abordar sobre o planejamento de cardápios escolares, é necessário entender o que é um cardápio, bem como sua importância na estratégia de suporte e incentivo para a alimentação adequada e saudável para as crianças. O Nutricionista é o responsável técnico pela elaboração do cardápio nas escolas, compete a ele também, acompanhar e avaliar esse cardápio com base no diagnóstico nutricional e nas referências nutricionais.

A sugestão é que esse processo seja realizado de maneira que as professoras e cozinheiras escolares possam acompanhar o CAE e o trabalho da nutricionista do município, como uma condição fundamental para o planejamento dos cardápios, desde a sua concepção até o seu monitoramento. Com isso, a participação da comunidade escolar se efetiva, por meio do diálogo e da avaliação no aceite das refeições fornecidas, possibilitando ajustes eficazes. Isso permite a integração dos repertórios alimentares do território quanto ao tipo de alimento e suas formas de preparo, promovendo a utilização de ingredientes locais ao cotidiano das comunidades.

b) partilha da cozinha

Entendemos que hoje há uma dificuldade em entender o espaço da cozinha como parte importante do espaço escolar. A cozinha pode ser um ambiente de práticas e experiências dentro de propostas pedagógicas, tendo as cozinheiras como educadoras. Promover o contato delas diretamente com as crianças, possibilita a criação de vínculos afetivos, além delas poderem assumir um papel primordial no processo educativo. Portanto, faz-se necessária a compreensão da riqueza deste espaço quando há intencionalidade pedagógica.

Muitas vezes a dificuldade de integração entre cozinheiras e professoras se dá pela desvalorização desta profissional, ficando a sua função restrita à cozinha, quase invisibilizada. É importante para a partilha da cozinha, que elas sintam-se um membro ativo da comunidade escolar, que tenham um diálogo próximo e contínuo com as nutricionistas e/ou com a equipe de alimentação escolar. É essencial que a gestão municipal pense em maneiras de estimular esta função, promovendo, por exemplo, cursos formativos e de capacitação continuada.

Recomendamos a visitação previamente planejada para a utilização das cozinhas escolares em atividades pontuais.

Segundo o Planejamento de cardápios para a Alimentação Escolar :

O Conselho de Alimentação Escolar (CAE), colegiado composto por representantes dos Poderes Executivo, dos professores, dos pais de estudantes e de outros segmentos da sociedade local, tem importante papel de controle social, pois é uma forma de a sociedade zelar para que o direito dos alunos de receber alimentação escolar de qualidade seja respeitado.

Faz parte das atribuições do CAE o acompanhamento da elaboração do cardápio escolar, zelando pela aceitabilidade e qualidade nutricional da alimentação fornecida aos estudantes. Também compete ao CAE orientar na aquisição dos alimentos para o PNAE, assessorar a comissão de licitação na seleção dos fornecedores e de produtos de boa qualidade, respeitando os hábitos alimentares, a vocação agrícola de cada região e dando preferência aos produtos in natura e minimamente processados.

Para que seja possível executar as atividades de forma prática e efetiva é necessário que haja suporte de estrutura física e material para as turmas e educadores. A unidade escolar pode proporcionar um ambiente favorável para estas atividades através da montagem de uma cozinha experimental, que pode ser construída e adaptada como uma “cozinha experimental itinerante” através da montagem de um kit, portando utensílios e equipamentos móveis que possam ser levados para qualquer ambiente. A implantação de uma cozinha experimental em unidades escolares oferece maior oportunidade para elaboração das oficinas culinárias, proporcionando organização e materiais adequados para o preparo das receitas.

Idealmente o local escolhido deverá ter acesso fácil a um ponto de água potável para realização de higiene das mãos, utensílios e alimentos. Presença de pontos de energia com rede elétrica adequada para o funcionamento dos equipamentos portáteis, quando houverem. Bancadas ou mesas de apoio de fácil higienização para manipulação dos alimentos, equipamentos e utensílios.

A unidade educacional deverá disponibilizar um espaço para armazenamento dos utensílios e equipamentos (seco, fresco e arejado), pode ser reservado um armário ou como sugestão, a montagem de um carrinho que possa servir como local de armazenamento, transporte e bancada para a realização de oficinas em locais diversos.

c) formação na cozinha

De acordo com a BNCC, a intencionalidade pedagógica é a “organização e proposição, pelo educador, de experiências que permitam às crianças conhecer a si e ao outro e de conhecer e compreender as relações com a natureza, com a cultura e com a produção científica, que se traduzem nas práticas de cuidados pessoais (alimentar-se, vestir-se, higienizar-se), nas brincadeiras, nas experimentações com materiais variados, na aproximação com a literatura e no encontro com as pessoas.”

Preparar a comida vai muito além de trabalhar com as crianças conceitos. Cozinhar envolve método, sensibilidade, criatividade, sentimento e trabalho colaborativo. Por isso, é um campo fundamental para a Educação e para criar autonomia das crianças.

Algumas perguntas podem ajudar a elaborar atividades de culinária com a intencionalidade pedagógica: Como é a cozinha da escola? Faz barulho quando mordemos? Tinge a nossa boca? De onde vem esse alimento, quais caminhos ele percorreu? Como ele é preparado? O quão intenso é esse trabalho? O que ou quem essa comida me lembra? Como me sinto ao comê-la? O que sentimos com os alimentos? Quais sabores percebemos? Quais cheiros, cores e texturas? Como plantamos esse alimento, como ele cresce?

Cozinhar é uma atividade do dia a dia que nos coloca em contato com sensações, emoções, histórias e costumes. Podemos explorar e reconhecer a culinária como prática de criação e de expressão da arte, realizar pesquisas em artes plásticas, música, literatura de temas sobre alimentação, hábitos, cultura alimentar; criação de peças de teatro, de músicas, poesias e murais informativos sobre práticas saudáveis de vida; elaboração criativa do informativo do cardápio da alimentação escolar; sarau com exposição dos trabalhos dos alunos sobre alimentação saudável. Colaboração de hipóteses, aprendizagens e conhecimentos.

Trecho retirado e adaptado da reportagem: a cozinha da escola também é lugar de criança.
(<https://tempodecreche.com.br/proposta-de-atividade/a-cozinha-da-escola-tambem-e-lugar-de-crianca/>)

Cozinhar oferece às crianças amplas oportunidades para desenvolver a coordenação e ajuda a desenvolver habilidades motoras. Despejar ingredientes de um copo medidor em uma tigela; amassar a massa; picar, quebrar ovo, despejar, sovar, misturar são apenas alguns dos exemplos de como a culinária na escola promove a consciência corporal e são ótimas maneiras de aumentar a força e o controle na atividade motora fina, que é essencial para outras tarefas como escrever, recortar e colorir.

Podemos observar o orgulho e confiança das crianças ao realizarem estas atividades, trabalhando autoestima e autoconfiança, além disso, conforme as crianças cozinham mais, seu nível de independência e autonomia aumentam.

Para que uma aula de culinária tenha sucesso, o professor deve pesquisar, imaginar, antecipar perguntas, preparar materiais e, claro, experimentar receitas. Através da culinária, as crianças participam ativamente na criação das suas próprias refeições e conectam-se com as facetas culturais, históricas, linguísticas e sociais da alimentação.

De certa maneira, as receitas são parecidas com quebra-cabeças. Cada ingrediente e processo se encaixa em uma sequência. A preparação de alimentos exige que as crianças pensem sobre essa sequência, avaliem como está o progresso e percebam se há algo fora do resultado esperado.

Se algo der errado, ela precisará buscar uma solução para o problema (“será que adicionar mais leite ajuda a melhorar a receita que está com muita farinha?”), por exemplo. E isso proporciona o desenvolvimento da capacidade de resolução de problemas e pensamento crítico.

A intencionalidade pedagógica aqui é um projeto em grupo. Esta abordagem comunitária para criar com alimentos exige colaboração e trabalho em equipe, ambas formas de aprender e crescer no relacionamento com as crianças. Esse tipo de abordagem exige uma documentação extensa, que possibilita a necessidade de reflexão e essa documentação vai servir aqui a dois propósitos: perceber coisas que funcionam bem, documentar momentos problemáticos ou confusos e refletir sobre como melhorar o ensino ou as práticas culinárias.



 **ferramentas**

5. calendário escolar

atividades rotineiras

Quando pensamos na frequência das atividades, podemos perceber que algumas precisam de maior dedicação, como as atividades diárias com o uso dos elementos pedagógicos que estão disponíveis para as crianças ao longo da semana, bem como a função dos jardineiristas, que precisam olhar e zelar pelos elementos pedagógicos diariamente.

atividades mensais

As atividades mensais estão direcionadas a rotina da professora, como o uso mensal da hora atividade e da sala do educador para destinar a Educação Alimentar e Nutricional.

atividades semestrais

Para as atividades semestrais, ficaram o Planejamento coletivo do cardápio e a formação integrada à cozinha, com Professoras, ADIs, Cozinheiras e Nutricionistas. A EAN também entra de forma semestral no Planejamento escolar e na Feira de Saberes e Sabores, juntamente com o lançamento do caderno de receitas, que também pode acontecer apenas uma vez na Feira, ou seja, uma vez ao ano.

atividade anuais e datas comemorativas

A reformulação do PPP acontece de forma bianual, mas recomenda-se pensar nele todos os anos, para preparação da reformulação..

Datas como o Abril indígena, Páscoa, Festa Junina, Dia das crianças e o Dia Nacional da Agroecologia podem ser aproveitadas para elaboração de receitas saudáveis, resgate cultural ou atividades relacionadas à EAN. Nesse momento, pode-se olhar para a prática da alimentação realizada na escola como, por exemplo, a distribuição de doces e balas.

ferramentas

6. referências

Indicamos abaixo todas as referências bibliográficas utilizadas na construção desse conteúdo e também redes sociais de materiais que inspiram práticas pedagógicas em EAN.

INSTAGRAM



@institutocomidaecultura
@comerhistoria
@comidadoamanhã
@comidaeconomia
@comidacabeça
@comidasaudavelparatodos
@aliancaalimentacao
@observatorioalimentacaoes
colar
@rebrae.pnae
@ana_agroecologia
@crioulacuradoria
@patty.duraes
@ojoioeotrigo

SITES



www.comidaecultura.org
<https://ideiasnamesa.unb.br>
<https://comerpraque.org>
<https://educacao.sme.prefeitura.sp.gov.br/codae>
<https://edibleschoolyard.org/>
<https://centrodeexcelencia.org.br/nutrir-o-futuro/>

VIDEOS



Caminhos da Comida

<https://youtu.be/BYw0EVdQbV8?si=YMHAQUQ8SLRe2zON>

Nico e o Tubérculo

<https://youtu.be/big3xE3O3Zc?si=MusBNnm4PmfahVRC>

Vídeos da Jornada de Educação Alimentar e Nutricional (FNDE)

https://youtu.be/Fj-ZnV9t5iE?si=mu_vcZdXXhxkyt5u

Vídeo "Comida que Alimenta"

<https://youtu.be/z6xAkNPV3QI?si=4Q0o1BuJENTPfbH7>

IDEIAS DE PRÁTICAS PEDAGÓGICAS



https://www.unifal-mg.edu.br/bibliotecas/wp-content/uploads/sites/125/2022/05/Manual-de-atividades-de-Educacao-Alimentar-e-Nutricional-EAN-na-educacao-infantil_Pocos-de-Caldas_2022.pdf

<https://cecanesc.paginas.ufsc.br/files/2019/09/Caderno-de-A%C3%A7%C3%B5es-de-EAN-PDFvers%C3%A3o-final-com-ficha-catalogr%C3%A1fica.pdf>

<https://diversa.org.br/materiais-pedagogicos/helinho-come-come/helinho-come-come-como-fazer/>

https://crn9.org.br/wp-content/uploads/2021/04/Livro-EAN-digital-09-04-2021-Luciana-Neri_compressed.pdf

https://educapes.capes.gov.br/bitstream/capes/740197/2/EBOOK_EAN_Caderno%20de%20Atividades.pdf

https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/promocao_alimentacao_saudavel_ensino_fundamental_II.pdf

http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/caderno_atividades_ensino_fundamental_I.pdf

<https://www.fnde.gov.br/phocadownload/JornadaQuartaEdicaoDigital.pdf>

<https://padlet.com/arieladoctors/cidades-coz-inf-ncias-m-dulo-01-x1xdacnaxwqjkan>

<https://padlet.com/arieladoctors/cidades-coz-inf-ncias-m-dulo-07-g9ediwt2754qphxq>

REFERÊNCIAS

NOTA TÉCNICA Nº 2810740/2022/COSAN/CGPAE/DIRAE - Educação Alimentar e Nutricional no PNAE: atores sociais e possibilidades de atuação. SEI/FNDE

https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/legislacao/SEL_FNDE2810740NotaTcnica.pdf

Princípios e Práticas para Educação Alimentar e Nutricional. Ministério do Desenvolvimento Social – MDS 2018. Princípios e Práticas para Educação Alimentar e Nutricional

https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2018/08/CADERNO_EAN_semmarca.pdf

Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas (Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome) <https://www.cfn.org.br/index.php/biblioteca/marco-de-referencia-de-educacao-alimentar-e-nutricional/>

Guia Alimentar para a População Brasileira (Ministério da Saúde) : Guia alimentar para a população brasileira https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/publicacoes-para-promocao-a-saude/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf

Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores de 2 Anos (Ministério da Saúde) https://bvsm.s.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_crianca_brasileira_versao_resumida.pdf

Doze Passos Para uma Alimentação Saudável (Ministério da Saúde) https://portal.saude.pe.gov.br/sites/portal.saude.pe.gov.br/files/folder_guia_menores_2_anos.pdf

Catálogo de Produtos da Sociobiodiversidade do Brasil (Ministério do Meio Ambiente) <https://www.gov.br/icmbio/pt-br/centrais-de-conteudo/catalogo-de-produtos-da-sociobiodiversidade-do-brasil-pdf>



agradecimentos

Agradecemos a todas as professoras que fizeram parte deste importante trabalho.

A Escola Elba Xavier e a CMEI - Magia do Saber - Anita Goulart, por todo apoio ao longo da nossa jornada.

Flora Camargo

Solene Tricaud

Leandro Volocho

Benedito Lechner

Helia Mello

Nivair da Silva Fernandes

Raquel Barroso Nunes Leite

Quemuel Felipe Assunção

criação e redação deste conteúdo

Flora Camargo

co-criação, redação e revisão

Ariela Doctors

revisão e design editorial
Daniella Brochado

