



UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ
SETOR LITORAL

LECAMPO
Licenciatura em Educação do Campo

UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ

SILVIA BUENOS DOS SANTOS

**ALIMENTAÇÃO SAÚDAVEL: PERCEPÇÕES DOS ESTUDANTES DO 7º ANO DO
ENSINO FUNDAMENTAL NO MUNICÍPIO DE CERRO AZUL - PARANÁ**

1

MATINHOS
2018



UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ
SETOR LITORAL

LECAMPO
Licenciatura em Educação do Campo

SILVIA BUENOS DOS SANTOS

**ALIMENTAÇÃO SAÚDAVEL: PERCEPÇÕES DOS ESTUDANTES DO 7º ANO DO
ENSINO FUNDAMENTAL NO MUNICÍPIO DE CERRO AZUL**

Artigo apresentado como requisito parcial à conclusão do curso/ Licenciatura em Educação do Campo da disciplina de Ciências da Natureza, Setor de Matinhos, Universidade Federal do Paraná.

Orientado: Prof.(a). M.(a). Neusa Maria Tauschek.

Matinhos

2018



ALIMENTAÇÃO SAÚDAVEL: PERCEPÇÕES DOS ESTUDANTES DO 7º ANO DO ENSINO FUNDAMENTAL NO MUNICÍPIO DE CERO AZUL¹

Silvia Bueno dos Santos²

Neusa Maria Tauscheck³

Resumo

O presente texto de conclusão de curso de Licenciatura em Educação do Campo – Ciências da Natureza que tem como temática de pesquisa: A alimentação saudável e o ensino de Ciências. Parte da indagação sobre as mudanças observadas a respeito dos hábitos alimentares. Sendo assim, o objetivo da pesquisa foi o de investigar em uma escola pública a alimentação dos estudantes e de suas famílias acontece na atualidade. A escolha da temática está relacionada como minha história de vida escolar, profissional atuando como Agente de Saúde no município. No levantamento bibliográfico identificou-se que a relação entre a alimentação e a saúde é uma temática relevante para a pesquisa na área de Saúde e Educação. Os resultados da pesquisa tiveram como base o questionário realizado com estudantes do 7º ano do Ensino Fundamental II em uma escola estadual do município de Cerro Azul, Paraná. Portanto, optou-se em utilizar princípios qualitativos para a análise dos dados a cerca dos hábitos alimentares apresentados pelos participantes da pesquisa.

Palavras-chaves: Alimentação Saudável, História de Vida, Educação do Campo.

¹ Artigo apresentado como requisito parcial à conclusão do curso/ Licenciatura em Educação do Campo da disciplina de Ciências da Natureza, Setor de Matinhos, Universidade Federal do Paraná.

² Educanda do Curso de Licenciatura em Educação do Campo – Ciências da Natureza, UFPR Litoral.

³ Professora orientadora do Curso de Licenciatura em Educação do Campo – Ciências da Natureza, UFPR Litoral.

Resumen

El presente texto de conclusión de curso de Licenciatura en Educación del Campo - Ciencias de la Naturaleza que tiene como temática de investigación: La alimentación sana y la enseñanza de Ciencias. Parte de la indagación sobre los cambios observados con respecto a los hábitos alimentarios. Siendo así, el objetivo de la investigación fue el de investigar en una escuela pública la alimentación de los estudiantes y de sus familias ocurre en la actualidad. La elección de la temática está relacionada como mi historia de vida escolar, profesional actuando como Agente de Salud en el municipio. En el levantamiento bibliográfico se identificó que la relación entre la alimentación y la salud es una temática relevante para la investigación en el área de Salud y Educación. Los resultados de la investigación tuvieron como base el cuestionario realizado con estudiantes del 7º año de la Enseñanza Fundamental II en una escuela estatal del municipio de Cerro Azul, Paraná. Por lo tanto, se optó en utilizar principios cualitativos para el análisis de los datos a cerca de los hábitos alimentarios presentados por los participantes de la investigación.

Palabras claves: Alimentación Saludable, Historia de Vida, Educación del Campo.

Introdução

O presente artigo é resultado das minhas dúvidas de pesquisa como estudante do curso Licenciatura em Educação do Campo – Ciências da Natureza. Este trabalho também pré requisito para obtenção do grau de licenciada. No início do ano de 2018 começo a questionar qual seria minha temática de pesquisa. A partir da minha história de vida como nas observações realizadas nas atividades do estágio Supervisionado dentro do curso escolho estudar sobre a Alimentação Saudável e como os jovens de uma escola pública pensam sobre importância em escolher produtos naturais para sua alimentação.

Sendo assim, a escolha do tema alimentação, foi devido a preocupação como licenciada em Educação do Campo – Ciências da Natureza, com a saúde das crianças e adolescentes e seus hábitos alimentares na atualidade. Sou filha de agricultor, tive um contato muito grande com produções de alimentos saudáveis e isso teve uma grande importância na minha vida e na minha saúde. Nos anos 80 iniciou se minha vida escolar, guardo na memória as escolas que estudei e a alimentação daquele tempo. Iniciei meus

estudos em uma escola rural multisseriada, no interior de Rio Branco do Sul onde passei grande parte da minha infância e dessa escola trago muitas lembranças boas e grandes aprendizados, naquela época nas escolas rurais não havia zeladora e nem merendeira era a professora que fazia tudo e principalmente a nossa merenda, ela nos passava as atividades e ia para a cozinha, a gente ficava fazendo as tarefas e geralmente quem terminava primeiro ia ajudando os colegas das outras series.

Para a merenda escolar a secretaria municipal de educação enviava as escolas umas sopas em pó, ate mesmo pela facilidade do preparo, os estudantes não gostavam muito, então para ficar mais gostosa e dar um sabor diferente a professora pedia para os estudantes que levassem produtos da agricultura familiar e da horta para colocar na sopa, os estudantes levavam verduras legumes e outros os produtos que era época de colheita, todos saudáveis e sem o uso de agrotóxicos.

As condições financeiras de todos os estudantes eram muito próximas, a grande maioria era filho de agricultores, ficávamos felizes em poder contribuir na nossa merenda. Para minha formação como ser humano foi fundamental essa vivência na querida escolinha do campo. Ali percebi a importância da união e do coletivo mediados pela professora, vivíamos um propósito em comum, e através daquela sopa preparada na escolinha e com a ajuda de todos, aprendi o processo da transformação e que na vida nem sempre teremos todos os ingredientes para transformar a realidade mais se juntarmos nossas forças e nos unirmos faremos uma grande diferença.

Estudei por dois anos em uma escola municipal de Curitiba, a segunda série do primário, ali também guardo lembranças sobre a alimentação dos estudantes. A merenda escolar, e lá também tinha a sopa, e os estudantes não gostavam ate porque era simples sem os ingredientes que tínhamos na escola do campo, ali geralmente os estudantes que tinham mais condições financeiras levavam os seus lanches de casa que eram sempre sanduiches sucos naturais e frutas. Na escola não vendia lanches e os comércios aos redores não tinha tanta ofertas de alimentos industrializados direcionados para crianças e adolescente.

As memórias que tenho da alimentação dos estudantes são dessas duas escolas. Acabei terminando a quarta série na escola do campo, e após 5 anos reiniciei meus estudos em uma Escola Estadual no período da noite. Nesta escola a realidade era outra, os estudantes da noite trabalhavam durante o dia a merendeira fazia o jantar que era servido antes de iniciar as aulas, essas lembranças da minha infância e vida escolar creio que estão na memória de muitos que estudaram em escolas públicas.

Sendo assim ao lembrar minhas vivências com a merenda e a alimentação, meu interesse inicial por essa pesquisa, foi o de compreender o que mudou na alimentação dos estudantes nos últimos 30 anos.

Como futura educadora, tenho o desafio de me aprofundar cientificamente sobre o conceito de alimentação saudável e assim contribuir na formação de conceitos e atitudes relacionadas a alimentação e saúde.

O objetivo dessa pesquisa, portanto, foi o de identificar que alimentos os estudantes do 7º ano da escola pesquisada estão consumindo. Quais as informações que eles trazem sobre a alimentação saudável e quais os hábitos alimentares dos estudantes que participaram do questionário.

O questionário foi realizado no Colégio Estadual Princesa Isabel, localizada na área central do município de Cerro Azul PR e que atende estudantes de diferentes localidades da área rural do município.

2. A futura educadora –pesquisadora: história de vida.

Analisando como se apresenta a alimentação dos adolescentes, como já apontado anteriormente, eu, futura educadora, começo a me preocupar a respeito desse assunto. Como já relatei acima sou filha de agricultor e, em minha história de vida e meu contato com a alimentação saudável esteve presente de forma significativa no meu cotidiano.

Sou nascida em Curitiba, entretanto, minha família é de Rio Branco do Sul, região do Vale do Ribeira, comunidade de Itupava nome dado pelos indígenas que viveram naquele local. Sempre tive raízes na vida do campo mesmo a vida tendo me feito viver em diferentes lugares. Meu pai e minha mãe são nascidos e criados no campo, com o passar do tempo e o início da vida escolar dos filhos e a desvalorização dos camponeses, começaram a questionar como seria o futuro dos filhos. Meus pais não concluíram os estudos e acreditavam que o futuro de seus filhos estava na educação. Passaram por algumas dificuldades na vida pela falta de conhecimento e assim decidiram abandonar a vida do campo e a agricultura, e mudaram-se para Curitiba, para assim poder matricular os filhos em Escolas Estaduais .

Sou a quarta filha entre cinco irmãos, na época em que nasci minha família morava em Curitiba, meu pai trabalhava como pedreiro como sua segunda profissão

depois de agricultor. Meu pai nunca gostou da vida da cidade grande, não gostava de ser mandado, de cumprir horários e da rotina das empresas em que o trabalhava na construção civil. Essa vida o estressava, gostava mesmo é da vida simples do campo onde foi criado, e por esses motivos vivíamos mudando entre cidade grande e campo. Como morei nos dois lugares e tive as duas experiências, fui uma criança privilegiada digamos assim, por que soube o que era os dois modos de vida, entre a vida urbana e a do campo.

Em Curitiba era bom por que era melhor para estudar, tínhamos escolas próximas de casa. Já no campo, as “escolinhas eram primárias” e ofertavam às séries iniciais, na época de primeira a quarta serie. Quando criança eu não entendia o porquê que os estudantes do campo só poderiam estudar até o quarto ano, e assim foi como muitas crianças e adolescentes daquele tempo. Eu não me conformei com aquela situação, com 16 anos sai do campo e fui em busca das minhas aspirações.

Parte da minha infância e adolescência foi no campo e assim foi meu contato com a produção de alimentos saudáveis, que eram cultivados e produzidos por minha família como: feijão, arroz, milho, farinha de milho, porco, banha, frango, ovos, peixe do rio, frutas, verduras, legumes, tubérculos, entre outros, o que minha família não produzia geralmente era trocados entre vizinhos da comunidade. E assim era nossa alimentação, alguns produtos eram comprados em mercearias como açúcar, sal, trigo entre outros que não produzíamos. Minha família plantava para sobreviver e alguns produtos eram comercializados, não dava muita renda, geralmente o lucro ficava com os atravessadores.

Quando chegaram as mudas de frutas cítricas enxertadas no Vale do Ribeira e essas plantações se adaptaram muito bem com o clima do vale, começou com a laranja baiana, mimosa paulista e outras ate chegar na ponkan. Essa nova perspectiva de inovação da agricultura renovou as esperanças de muitos agricultores, e a noticia se espalhou, afirmavam que a produção dos cítricos estava dando muito dinheiro aos agricultores do Vale do Ribeira, o que levou Cerro azul para outro patamar e foi reconhecido nacionalmente como o maior município do estado do Paraná a ser produtor de frutas cítricas.

Meus tios que haviam ido embora para trabalhar Curitiba em busca de uma nova profissão, desanimados com a agricultura e a falta de incentivo ao povo camponês, passam a acreditar que teriam melhores condições de vida, e foram trabalhar em construção civil. Assim relata o meu tio Nei ele disse que não se arrepende de ter ido

embora do campo para aprender outra profissão ele se arrepende de não ter estudado e buscado conhecimentos para trabalhar na terra.

Com as notícias sobre a produção de frutas cítricas, decidem voltar para a agricultura no ano de 1983. Com essa nova perspectiva começou a produzir mudas, plantar a ponkan e cultivar a terra que haviam herdado de meus avós que continuam nela até hoje. Meu tio também relatou em conversas que as frutas tiveram em alta nos anos de 78 até 85, e rendeu muito dinheiro nos anos 90 com a conversão da moeda para o plano real, isso para os grandes produtores.

Para os pequenos produtores familiares não dava muito lucro, quem mais lucrava eram os atravessadores, e os produtores com mais capital que possuíam meios de transportes, para levar as frutas até as grandes cidades, e os pequenos produtores tinham que vender a eles porque não tinham outra opção.

No contexto atual, as frutas cítricas do Vale do Ribeira já não tem tanto valor porque outros Estados começaram a produzir também.

Entretanto, cabe destacar que a agricultura familiar esta presente na minha história de vida e da vida do camponês no Vale do Ribeira. Esta forma de produção tem como perspectiva o cultivo da terra realizado por pequenos proprietários rurais, tendo, como mão de obra, essencialmente o núcleo familiar.

A colheita dos produtos serve de consumo próprio, e para o consumo de parte da população. A importância da agricultura familiar está justificada nos dados que apontam que cerca de 70 % dos alimentos consumidos no Brasil é fruto da agricultura familiar, e destaca-se nesse processo a presença das práticas e conhecimentos tradicionais. Os agricultores familiares sobrevivem com a venda dos produtos que plantam, e essa prática é uma importante fonte de renda familiar, a qual surge do trabalho realizado coletivamente no campo.

No entanto as dificuldades enfrentadas pelos agricultores familiares esta relacionada com a expansão da mecanização, por exemplo. Esta expansão é fator determinante que tem levado ao êxodo rural de diversas famílias que em muitas perspectivas, infraestrutura e desigualdade social a família vem sendo obrigada a abandonar o campo em busca de melhores condições nas cidades. Outro aspecto relevante das dificuldades apontadas refere-se ao uso de agrotóxicos e a monocultura em grandes propriedades tem sido agravante para os problemas das famílias que residem no

campo. Entretanto a resistência das muitas famílias ainda tem sido essencial para diminuir o impacto ambiental causado pelos sistemas convencionais de agricultura.

Quando opto por trazer minha história de vida como forma de relacioná-la com a temática da alimentação saudável, remeto a lembranças de que vida do campo nesta época era sem conforto, sem energia elétrica, morei até em casa feita de pau a pique e chão batido. Nosso fogão era uma taipa de barro, e essas experiências foram fundamentais na minha vida, pois aprendi a preservar a natureza e os animais. Dependemos da natureza pra viver, e também aprendi a valorizar os camponeses, pois eles produzem grandes partes dos alimentos consumidos no país.

Minha história de vida esta relacionada diretamente com minha família que naquela terra da minha infância vive até hoje, porque ali está minha essência e minhas raízes e hoje sinto orgulho de ter morado no campo e ser descendente indígena da tribo caingangue. Indígenas que segundo os historiadores habitaram no Vale do Ribeira há muito tempo atrás. Minha avó dizia que sua bisavó era bugre pega no laço.

Neste processo de relembrar e narrar minha história de vida, percebo a importância em trocar experiências e conhecimentos com meus futuros estudantes e acredito possa servir como exemplo para eles. É uma forma de valorizando cultura camponesa e a permanência dos jovens no campo, para lutar com eles por escolas e uma educação no campo. Educação a qual meus pais não tiveram oportunidade de ter. O sonho da minha mãe era ser professora, mal conseguiu concluir o segundo ano do primário. Sei que não podemos mudar o mundo, mas se mudarmos ao nosso redor já faz uma grande diferença. Relacionar nossos conhecimentos camponeses com as ciências da natureza e a Educação do Campo destaco a frase Paulo freire: “Ninguém educa ninguém, ninguém educa a si mesmo, os homens se educam entre si mediatizados pelo mundo” como uma forma de exemplificar minha compreensão de aprendizagem.

Portanto, o objetivo da pesquisa foi a de investigar o que os estudantes do ensino fundamental entendem sobre: alimentação saudável, quais os alimentos que eles consomem, o que eles mais gostam de comer, o que eles sabem sobre os benefícios e malefícios da alimentação para a saúde e, sobre onde eles residem qual o seu vínculo com o campo e a alimentação saudável e assim procurar estabelecer relações entre as percepções dos estudantes pesquisados e o ensino de Ciências da Natureza.

3. Alimentação saudável: um conceito a ser ensinado

A escolha por este tema como dito anteriormente esta relacionada com minha história de vida, mas também por ser um tema importante no ensino das Ciências da Natureza. Uma criança do campo tem tudo para ter uma alimentação saudável, como seus pais, mais essa cultura aos poucos esta se perdendo, devido ao uso de agrotóxicos pelos agricultores e forte impacto da mídia, a oferta de alimentos, dos mais variados tipos disponibilizados nos supermercados acaba alterando os hábitos alimentares da população.

Para subsidiar o trabalho apresentamos algumas visões a respeito da questão da alimentação saudável e da saúde nutricional.

Segundo BASSETE (p.99), autor do livro didático do 8º ano, usado na escola
- Projeto Araribá- Ciências

“A questão nutricional ocupa hoje um lugar de destaque no contexto mundial. Percebe-se uma grande preocupação com a nutrição adequada e com as consequências de uma alimentação incorreta. A alimentação é uma necessidade básica do ser humano e o ato de alimentar-se, embora possa parecer simples, envolve uma multiplicidade de aspectos que influenciam a qualidade de vida do individuo”.

Sendo assim, uma alimentação saudável vai influenciar na sua vida e sua saúde futuramente, muitas doenças estão relacionadas na alimentação, que poderiam ter sido evitadas com uma alimentação adequada e consciente. Segundo o autor Juchen (p.23):

“Uma alimentação correta, ou seja aquela que supra de maneira eficiente todas as nossas necessidades diárias, serve como base para a saúde física e mental, exercendo grande desenvolvimento, a aparência e longevidade do individuo [...]”. “Os nutrientes podem fornecer energia e regular as múltiplas transformações químicas que acontecem no corpo. A quantidade, _qualidade e variedade nutrientes que ingerimos são garantidas por uma dieta adequada e equilibrada mais isso não é simples de controlar! Somos diariamente expostos a alimentos industrializados de qualidade duvidosa. O teor nutricional desses alimentos geralmente esta muito distante das orientações de médicos especialista em nutrição, transformando o prazer de se alimentar numa questão de saúde pública.”

A questão da alimentação e a conscientização, começando pelas crianças em casa pelos pais e na escola pelos professores, não tem controlar a alimentação de um adolescente, em casa a mãe pode controlar como alguns responderam como certos alimentos quando minha mãe compra, mais quando ele está fora de casa ele vai compra o que quer e principalmente os influenciados pela mídia, processados industrializados sem nutriente algum, contendo apenas sal, açúcar em excesso, conservantes etc. No livro didático “Projeto Arariba – Ciências” do 8º ano há uma preocupação em abordar o conceito de alimentação saudável relacionado com a saúde. Destaco o seguinte trecho retirado para exemplificar:

“A alimentação dos brasileiros piorou nos últimos 30 anos. Alimentos fundamentais para uma dieta saudável e rica em nutrientes como arroz, feijão, estão cada vez menos presentes no cardápio da população. Por outro lado, o consumo de produtos industrializados e com poucos nutrientes apresentou um aumento de 82% no mesmo período”. Informações relevantes sobre a temática da alimentação nos dados do Ministério da Saúde (...) a má qualidade da dieta está diretamente associada aos riscos de a pessoa desenvolver doenças crônicas não transmissíveis, como diabetes, obesidade e problemas no coração. Ainda segundo o ministério, essas doenças estão relacionadas as causas mais comuns de morte registradas atualmente. O governo calcula que cerca de 260 mil mortes poderiam ser evitadas todos os anos caso o brasileiro mantivesse uma alimentação saudável”.

As informações que são repassadas pelos órgãos competentes faz compreender que a alimentação realizada a 30, 60 anos atrás era mais saudável. A população não tinha tanto acesso a produtos processados nas indústrias. Diferente do que se percebem na geração atual, a população jovem apresentam hábitos alimentares com altas taxas de açúcares, sódio, e compostos químicos (acidulantes, conservantes artificiais, etc) nos alimentos que geram doenças relacionadas com o excesso de alimentos industrializados.

Tendo como inquietação a temática da alimentação na população e, o fato de ser futura educadora, optei por ouvir o que dizem os jovens estudantes do Ensino fundamental a este respeito. O questionário foi a forma de ter acesso inicial a estas informações e assim continuar a estudar sobre a temática e sua relação com a prática nas escolas.

4. Abordagem metodológica da pesquisa.

A opção de metodologia usada teve com princípios a abordagem qualitativa por acreditar que a pesquisa em educação deve ter um olhar para a especificidade da vida social. Neste artigo demonstro minha iniciação no exercício da pesquisa academia que é fundamental para todo professor-pesquisador. Para Silva (p.67, 1990)

“A vinculação entre ensino e pesquisa demanda, por certo, resguardar quer a especificidade da pesquisa, quer a do ensino. Um trabalho no sentido de desenvolver as relações recíprocas entre uma e outra torna-se fecundo tanto nas suas contribuições de conteúdo quanto na forma de ensinar”.

Portanto, assim como afirma Silva (1990), penso que o exercício de pesquisar exigido na escrita neste trabalho de conclusão de curso foi um desafio sobre minha perspectiva como futura educadora que deseja qualificar sua prática pedagógica continuando a pesquisar e com esses resultados e, experiências que tive na escola. e Outro aspecto relevante esta relacionado a minha participação no (PSE) Programa de Saúde na Escola (PSE), que esta relacionado com minha função de Agente Comunitário de Saúde (ACS), na qual percebo que o tema Alimentação Saudável, é um assunto importante a ser trabalhado pois envolvem questões como: o preconceito com estudantes acima do peso e abaixo do peso, resultando em ações de discriminação dentro da escola.

Relato no item seguinte como foi experienciar o ser professora-pesquisadora, ou seja, os desafios temporais e teórico do processo de escolha e aplicação dos princípios da pesquisa qualitativa. Dos momentos da pesquisa destaco a elaboração e aplicação do instrumento de pesquisa escolhido: o questionário.

4.1 O instrumento de pesquisa: análise das informações dos estudantes do 7º ano, suas relações com a temática – Alimentação saudável.

A pesquisa na escola foi iniciada por meio de conversa com a professora de Ciências do Ensino Fundamental, expliquei sobre os objetivos e, ela se prontificou em me ajudar. Informou que trabalhava com as turmas de 6º e 7º anos, ressaltando para ela que por meio da minha história de vida e da leitura dos livros didáticos de Ciências, encontrei o tema de alimentação saudável no livro do oitavo ano. Expliquei que isso não influenciaria na pesquisa, pois meu interesse era investigar qual o conhecimento que eles trazem do seu cotidiano, das próprias vivências. Sendo assim, o 7º ano foi escolhido para aplicar o questionário. O diretor da escola também foi prestativo e aceitou a carta e assinou sem objeção.

A pesquisa foi realizada em forma de questionário semi-estruturado com 7 perguntas sobre a alimentação, aplicada em uma turma de 30 estudantes do Colégio Estadual Princesa Isabel, situado na rua Romário Martins, área central do município de Cerro Azul - Pr.

No colégio estão matriculados 1.480 estudantes divididos entre a área central, bairros aos arredores e a área rural do município.

Quadro 1. Questionário aplicado aos estudantes do 7º ano

PERGUNTAS	<u>1. O que você entende por alimentação saudável?</u>	<u>2. Você considera sua alimentação saudável?</u>	<u>3 - Quais alimentos você deve comer para uma boa alimentação?</u>	<u>4 - Você gosta de comer frutas? Quais são suas frutas preferidas?</u>	<u>5 – Para você as frutas, verduras e legumes são importantes, por quê?</u>	<u>6 - Para você é importante comer doces? Por quê? Quais são seus doces preferidos?</u>	<u>7- Você consome alimentos industrializados ou processados? Quais? Ex: miojo, salgadinhos, refrigerantes e outros.</u>

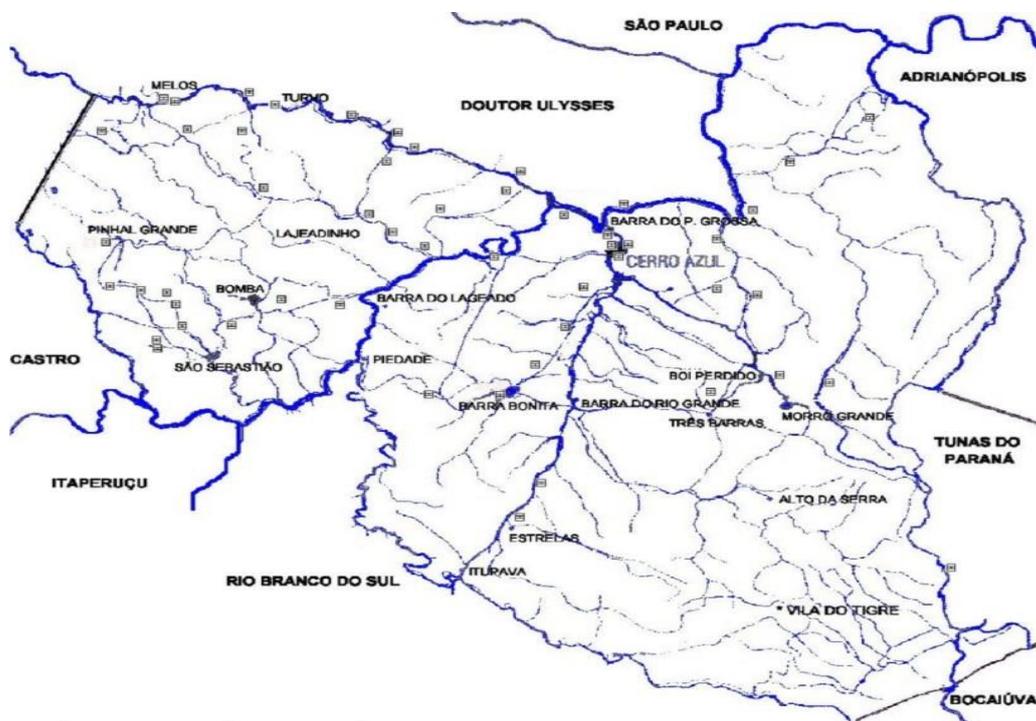
Quadro elaborado por Silvia B. dos Santos.

Ao apresentar a pesquisa para os estudantes indicados pela pedagoga da escola e com o auxílio da professora de Ciências, estes se mostram receptivos na realização do questionário. No dia da aplicação do questionário estavam presentes 27 estudantes do

período da tarde, entre eles 23 estudantes da área rural e 4 dos bairros ao redor do centro da cidade. A faixa etária dos entrevistados era de 11 a 14 anos.

Os estudantes pertencem as seguintes localidades do campo: Morro Grande, Balsa Velha, Casa Branca, Boi Perdido, Ribeirão Bonito do Turvo, Boi Perdido nos Campolim, Barra Bonita dos Santos, Freguesia, Barra Bonita, Cabeceira do Ribeirão do Veado, Quarterão de Cima, Anta Gorda, Ribeirão do veado, Diante da Balsa Velha, dos bairros perto do centro Vila Eliane Rua Carlos Gomes, Rua Mottin e um estudante não respondeu onde mora. As comunidades que estão citadas pertencem em media de 1km a 30 km de distancia do colégio estadual princesa Isabel, os estudantes que moram mais perto vem a pé e os de longe vem com o transporte escolar , as dificuldades são muitas a mais frequentes são nos dias chuvosos que o transporte não consegue chegar ate as comunidades.

Mapa das localidades e área central de Cerro Azul



Fonte: Prefeitura Municipal de Cerro Azul Pr.

4.2 Análise das respostas: o que pensam os estudantes do 7º ano sobre a alimentação saudável.

A partir da aplicação do questionário com os estudantes o desafio passou a ser identificar nas respostas, questões que destacassem o que os estudantes consideram alimentação saudável. Nas respostas verificou-se que há na sua maioria conhecimentos prévios dos estudantes relacionados ao conhecimento do seu cotidiano influenciados pelas suas vivências. Para o educador em sala de aula, o exercício educativo de trazer o conhecimento do estudante por meio de questionários aberto é o ponto inicial para a construção do conhecimento científico. Este princípio do processo ensino aprendizagem está na proposta teórica de autores como Vigotski. Para Vidigal (2015) é necessário compreender a importância da formação de conceitos tendo como base os conceitos espontâneo e científico (2015)

Embora a formação destes conceitos ocorra sob condições diferentes - um decorrente da experiência pessoal da criança e o outro do aprendizado em sala de aula - o processo de desenvolvimento de ambos possui relação e influência entre si, não sendo estanque um ao outro. É preciso que o conceito espontâneo atinja certo nível de desenvolvimento para que o científico possa ser apropriado pela criança, do mesmo modo que os conceitos científicos fornecem estrutura para o desenvolvimento dos conceitos cotidianos.

Sendo assim, as respostas foram também quantificadas, pois algumas respostas foram escritas de forma pontual. As respostas que trouxeram maiores elementos tiveram possibilitaram uma análise qualitativa dos conhecimentos sobre alimentação saudável.

Passo agora a exercitar a análise das perguntas presente no quadro 1 anteriormente apresentado, tive como critério principal ver informações que me possibilitassem identificar o discurso dos estudantes sobre o conceito de alimentação saudável. Nas respostas apresentadas para a pergunta 1 destaco que, 63% responderam que os alimentos saudáveis fazem bem para a saúde, 34% destacaram como alimentos saudáveis, frutas, verduras e legumes. Nas suas escritas sobre o que é alimentação saudável, estudante L cita que: *“alimentos que cuida da saúde”*, estudante O diz: *“que faz bem para o organismo”*, estudante K: *“alimentos que tem vitaminas”*, estudante W: *“não é só frutas e verduras também tem que ter arroz, feijão e carne”*, o estudante C diz: *“alimentação saudável é muito boa, por que se você tem uma boa alimentação, você vive melhor.”*

Nas respostas para a pergunta 2 encontrei informações mais objetivas devido ao enunciado da questão. Foram 14 estudantes que responderam que sim ao serem questionados sobre terem uma alimentação saudável,, 3 um pouco, 2 mais ou menos. Por exemplo, seguintes estudantes escreveram: A: *“não porque como tudo o que não é saudável”*, o estudante O: *“sim, mais não, e perfeita”*, Q: *“algumas coisas sim”*, X, *“algumas, porque eu como mais doces”*, estudante L, *“ não, porque a gente consome muitos doces na nossa alimentação “*, estudante Z, *“ um pouco eu como verduras e frutas só que como muito chocolate , salgadinho , salgados e refrigerante”*, M, *“sim porque eu não gosto muito de doces”*, estudante H, *“sim , por que como doces , frutas ,verduras e o meu peso esta normal”*

Ao ler as respostas da pergunta 2. do questionário, identifico que os estudantes compreendem que sua alimentação não esta sendo saudável dentro de conceitos propostos pela Organização Mundial da Saúde, pois há o consumo de alimentos com teor elevado de açúcar ou com nível de processamento que compromete a boa digestão pelo nosso organismo. Portanto, o consumo de produtos não saudáveis aparece nas respostas de vários dos estudantes.

Na pergunta 3, procurei indagar os estudantes para um olhar sobre o que ele devem comer para uma boa alimentação. Nessa questão 16 estudantes responderam frutas, legumes e vegetais. Entretanto, em algumas respostas os estudantes trazem informações mais específicas. Destaco: estudante K, *“o alimento para a saúde tem que ter vitaminas”*. Estudante D afirma, *“salada, arroz e feijão”*. Estudante C, *“frutas, legumes, cereais, arroz e feijão”*, M: *“frutas legumes e vegetais e não comer muito doce”* estudante O, *“ frutas, verduras, legumes, e pouca gordura”*, H: *“frutas , verduras, legumes, doces mas não todos os dias”*.

Sendo assim, foi encontrado nas respostas informações pontuais que demonstram que as frutas, verduras e legumes, o uso de pouca gordura, vegetais, feijão arroz e carne

deve ser os alimentos a serem consumidos, pois, neles estão contidos as vitaminas, proteínas, tão necessárias para uma alimentação saudável.

As repostas presentes na pergunta 4 os estudantes deveriam exemplificar quais as frutas fazem parte dos hábitos alimentares deles. Todos responderam que suas frutas preferidas são; maçã banana, pera, laranja, uva, pêssego, melancia, goiaba, manga, abacaxi, mamão, caqui, morango, melão. Quase todos responderam as mesmas frutas, com exceção de um estudante que destacou a laranja com preferida.

Destas frutas apenas duas não se produzem em Cerro Azul; maçã, e manga, a não ser que haja um manejo no agroecossistemas, nas formas de controle com o uso de recursos biotecnológicos relacionados à produção de frutíferas.

Para compreender elementos de análise da pergunta 5 que trata de questionar os estudante sobre a importância do consumo de frutas, verduras e legumes são na sua alimentação. Nessa questão 24 estudantes responderam, porque é saudável e, faz bem para a saúde. Sendo assim destaco as repostas dos estudantes:

Estudante H, *“para manter o peso são alimentos saudáveis para o dia a dia”*, B: *“porque contem muitas vitaminas e fibras, e fazem bem para a saúde”*, O, *“são importantes pois ajudam nas funções do organismo”*, Z: *“porque elas podem controlar varias doenças”*.

Nas respostas escolhidas, identifiquei que os estudantes possuem conhecimentos prévios sobre a importância de incluir na alimentação produtos não processados e relacionam estes com a manutenção da saúde do nosso organismo.

Na pergunta 6, a intenção foi a de identificar o uso de produtos que possuem teor de açúcares presentes nos gostos e modos de alimentação dos estudantes.

Dos estudantes entrevistados doze responderam que sim que é importante comer doces, e 15 estudantes responderam que não é importantes comer doces. Os doces que eles gostam são vários: gibi⁴ (doce de amendoim), chocolate, bala, pirulito, bombom, suspiro, pé de moça, chicletes e, brigadeiro.

Nas justificativas dos estudantes que não comem doce com frequência destaco: o estudante Y que dizem que não consomem *“não porque faz mau para saúde”*, estudantes Z afirmou que não consome doce pois: *“para a saúde é ruim pode dar diabetes e outras doenças”*, e o estudante X, relaciona o não uso dos doces pois para ele: *“vai muita açúcar”*.

⁴ Gibi: nome usual para doce a base de amendoim frequentemente consumidos em cerro Azul.

A pergunta 7 estava direcionada ao consumo de alimentos industrializados ou processados. Nesta pergunta a intenção foi verificar o uso destes tipos de alimentos e a relação com os hábitos da família. Com colocado com exemplos de produtos: miojo (macarrão instantâneo), salgadinhos, refrigerantes e outros.

Das respostas, 20 estudantes responderam que sim, que consomem produtos industrializados e processados, 3 estudantes responderam de vez em quando, 3 estudantes responderam consomem junto com a família. Apenas 1 estudante respondeu que não consome esses alimentos porque sua família produz seus próprios alimentos. Este estudante assim como outros, mora na área rural do município de Cerro Azul o que mostra que a influência dos produtos industrializados é forte no consumo dos estudantes pesquisados. Ter um único estudante afirmando que sua família produz seus alimentos dá indicativos de que os hábitos alimentares dos estudantes da área rural sofre grande influência da alimentação mais usada nas áreas urbanas.

Por fim, destaco que o questionário trouxe resultados esperado dentro da realidade encontrada e dos objetivos estabelecidos. As informações presentes nas respostas foram pontuais, como lacunas que exige maiores aprofundamentos em pesquisas futuras.

Entretanto, há respostas que dão indicativos para análises maiores. Nas respostas dos estudantes que moram nas áreas rurais, sendo assim por serem filhos de produtores rurais, e pelo contato com a agricultura familiar, destacam as seguintes informações: a) frutas, verduras, legumes, vegetais como alimentos saudáveis, e o fato destes alimentos fazerem bem para o organismo, e pelo fato conterem vitaminas e contribuir no cuidado com a saúde. Por fim, a afirmação de que ao termos uma alimentação saudável vivemos melhores.

A maioria dos entrevistados responderam que tem hábitos alimentares saudáveis, que ao comermos frutas, verduras, vegetais, legumes, cereais, estamos ingerindo alimentos ricos em vitaminas, proteínas, e que precisamos não consumir alimentos gordurosos e muitos doces. Neste contexto identifiquei que os estudantes destacaram os alimentos que precisam consumir para uma alimentação saudável e falaram sobre o consumo excessivo de açúcar.

Mesmos destacando as respostas dos estudantes da área rural, cabe reafirmar que todos demonstraram que gostam de comer frutas, acredito que pelo fácil acesso as plantações de pomares em suas propriedades, prática comum nas cidades em que o plantio de árvores frutíferas é uma prática comum.

Outra informação que demonstra a relação entre a alimentação saudável esta nas respostas dos estudantes falaram que as frutas, verduras e legumes, são importantes

porque são saudáveis e fazem bem para a saúde, pois ajudam a manter o peso, contêm vitaminas e fibras importantes para diferentes funções do organismo, e controlam várias doenças.

Sobre a relação dos estudantes com o consumo de produtos com uso de açúcares, os doces - termo usado no questionário - eles citaram vários preferidos e a frequência de consumo. Os estudantes responderam que gostam de doces mais tem consciência do excesso de açúcar em seu processo

Estas informações reforçam a minha preocupação como futura educadora na formação de hábitos alimentares explicando os conceitos científicos como forma destes estudantes relacionarem estes conceitos com seus saberes prévios e, os saberes da mídia e que eles mesmos formem seus conceitos com esses conhecimentos repassando para suas famílias a importância de hábitos alimentares saudáveis e sua saúde podendo prevenir futuramente várias doenças.

Sobre os alimentos processados e industrializados de um modo geral, a maioria respondeu que consomem, e que a família também, mais de vez em quando. Quanto aos alimentos que gostam de comer estão; frutas verduras, doces e lanches, pizza, cachorro quente etc .

Através do questionário aplicado e analisado, identifiquei que os estudantes que moram no campo, mesmo com todo o forte impacto da mídia e das propagandas de alimentos, ainda possuem hábitos alimentares saudáveis. E com esse resultado, descobri a importância de me constituir como professora-pesquisadora dentro de um âmbito escolar.

Considerações Finais

Realizar esta pesquisa de conclusão de curso, curso que visa a formação de educadores do e no campo foi um grande desafio, pois, exigiu de mim criar coragem para destravar a escrita. Em minha breve história de vida narro minhas vivências dentro de uma família de agricultores que assim como milhões de brasileiros foram excluídos das suas terras, de seus lugares na busca de uma vida melhor. Escrever, portanto, foi o meu primeiro desafio, compreender que a atividade da leitura é fundamental na escrita se revelou como o caminho para continuar e persistir como futura educadora na área de Ciências da Natureza.

A escolha da temática foi o segundo desafios, entre ida e vinda, entre desejos pessoais e profissionais, o ensino da alimentação saudável surge e passa a ter significado quando novamente retomo a história de vida minha e de minha família.

Escolher a escola como lugar da pesquisa se mostrou como o caminho seguro para juntos dos estudantes do 7º ano repensar sobre este saber que como identificados nos questionários ainda precisa ser trabalho dentro da escola. No 8º ano este conteúdo esta inserido nos livros didáticos e diretrizes curriculares, sendo assim, os estudantes terão a oportunidade de retomá-lo de forma pedagógica e sistemática. Nos questionários foi identificado que há ainda informações que precisam ser trabalhadas como forma de que o conhecimento científico e escolar possa transformar hábitos alimentares equivocados em hábitos alimentares saudáveis em uma geração influenciada pela mídia e pelos alimentos processado e industrializado.

Por fim, mesmos com os desafios apontados, cabe destacar que as lacunas existentes na pesquisa me motivam a continuar estudando o conceito de alimentação saudável, suas implicações na vida das pessoas e também, dar continuidade como educadora aprovada no processo seletivo simplificados de Educação do Campo – Ciências da Natureza no Estado do Paraná.

Referência

FREIRE, Paulo. Pedagogia da autonomia: Saberes necessários à prática educativa. 25. ed. São Paulo: Paz e Terra, 1996.

JUCHEN, Sandra Trevisan. Produção Didático-Pedagógica: Objeto de Aprendizagem Colaborativo – OAC. Sensibilização de alunos para uma alimentação saudável, retirado do site: <http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/portals/pde/arquivos/2363-6.pdf>.

Projeto Arariba : ciências organizadora Editora Moderna; obra coletiva concebida, desenvolvida e produzida pela Editora Moderna; editora responsável : Vanessa Shmabuku – 3. Ed. – São Paulo : Moderna, 2010.

SERENINI, Márcio José. A IMPORTÂNCIA DA AGRICULTURA FAMILIAR NA PRODUÇÃO DE ALIMENTOS. Retirados do site:

http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/portals/cadernospde/pdebusca/producoes_pde/2014/2014_unespar-campomourao_geo_pdp_marcio_jose_serenini.pdf

SILVIA, Teresinha Maria Nelli. A construção do currículo na sala de aula : o professor pesquisador. São Paulo :EPU, 1990

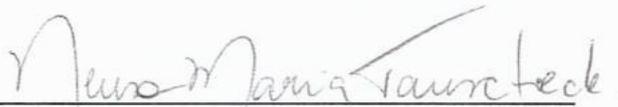
https://pt.wikipedia.org/wiki/Agricultura_familiar

TERMO DE APROVAÇÃO

ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL: PERCEPÇÕES DOS ESTUDANTES DO 7º ANO DO
ENSINO FUNDAMENTAL EM UMA ESCOLA ESTADUAL - NO MUNICÍPIO DE
CERRO AZUL

SILVIA BUENO DOS SANTOS

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Licenciatura em
Educação do Campo, Setor Litoral, Universidade Federal do Paraná, como requisito
parcial à obtenção do título de Licenciado em Educação do Campo com habilitação
em Ciências da Natureza.



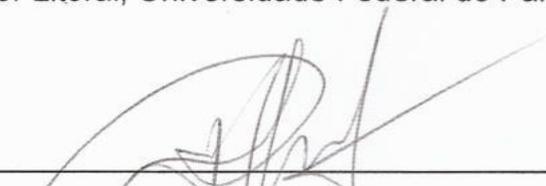
Prof. Me. Neusa Maria Tauscheck

Licenciatura em Educação do Campo: Ciências da Natureza
Setor Litoral, Universidade Federal do Paraná



Profª. Drª. Andressa Kerecz Tavares

Licenciatura em Educação do Campo: Ciências da Natureza
Setor Litoral, Universidade Federal do Paraná



Prof. Dr. Roberto Gonçalves Barbosa

Licenciatura em Educação do Campo: Ciências da Natureza
Setor Litoral, Universidade Federal do Paraná

Matinhos, 06 de dezembro de 2018.