UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO
Campus UFRJ-Macaé Professor Aloísio Teixeira

EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA E PRODUÇÃO DE MATERIAL EDUCATIVO SOBRE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NA ESCOLA

MACAÉ
2019

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO
Campus UFRJ-Macaé Professor Aloísio Teixeira

EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA E PRODUÇÃO DE MATERIAL EDUCATIVO SOBRE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NA ESCOLA

por

ANA LAURA NUNES MACHADO

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Universidade Federal do Rio de Janeiro, Campus UFRJ–Macaé Professor Aloísio Teixeira, como parte dos requisitos necessários à obtenção do grau de bacharel em Nutrição.

Orientadora: Prof[a]. Dr[a]. Ana Eliza Port Lourenço

MACAÉ
2019

DEDICATÓRIA

Dedico este trabalho primeiramente a Deus, por ser essencial em minha vida, pois sem ele não teria traçado o meu caminho e conseguido superar todos os desafios. E aos seus ajudantes, sendo os anjos e guias espirituais.

À minha família, pincipalmente aos meus pais, Maria Aparecida (corajosa, guerreira e amorosa) e Luis Henrique (presente e esperançoso) pelo carinho, educação e amor incondicional, além de toda dedicação e investimento em meus estudos. Agradeço por apesar da distância física, estarem presente em todos os momentos, tristes e felizes ao decorrer desses anos. Sempre apoiando, aconselhando e dedicando um tempo para mim.

Ao meu irmão, Guilherme Henrique que mesmo estando muito longe, sempre tinha um tempo para escutar minhas lamentações. Eu amo muito vocês!

Ao meu namorado José Victor, por toda paciência, carinho e amor, e por me ajudar muitas vezes a achar soluções quando elas pareciam não aparecer, principalmente, com ajuda de programas de desing. E também das leituras de artigos. Além deste trabalho, dedico todo meu amor por você.

Aos meus sogros que são minha segunda família, sempre presente, apoiando e escutando minhas decisões. Que compartilho momentos de felicidades. Amo vocês.

A minha orientadora Ana Eliza Port Lourenço que não desistiu a nenhum momento do meu trabalho, estando presente na correção dos textos (que não foi nada fácil), transmitindo conhecimentos e por fazer da minha monografia uma experiência positiva. Muito obrigada por ter me orientado e dedicado parte do seu tempo a mim.

AGRADECIMENTOS

Agradeço as mães e pais da comunidade escolar que doaram seu tempo para que efetiva-se o material educativo, sem eles nada disso seria possível, eles foram a peça fundamental para a concretização do meu trabalho. A vocês expresso o meu agradecimento.

As escolas que autorizaram a minha presença constante, obrigada pelo carinho e atenção que recebi.

As nutricionistas da SEMED, por ter participado do grupo focal de apreciação do material educativo, apoiando e dedicando um pouco do tempo para a melhora do material. Demonstrando que pode sim, existir uma parceria entre universidade e município.

Ao grupo NESANE por não desistirem de tentar encontrar uma melhor maneira de o material educativo estar adequado e pelo auxilio na pesquisa e conclusão do trabalho.

A todos os amigos e amigas que conquistei ao longe de cinco anos, pelos momentos de alegrias, de aprendizagem, de sofrimentos (principalmente em mecanismo), tenho certeza que sempre serão lembrados.

“ A educação sozinha não transforma a sociedade, sem ela tampouco a sociedade muda”

Paulo Freire

RESUMO

Este trabalho teve como objetivo a produção de um material educativo gráfico sobre o Guia Alimentar para a População Brasileira (GAPB) voltado para pais/responsáveis da comunidade escolar, a partir da experiência de extensão em escolas públicas de Macaé, RJ. Entende-se a extensão como uma prática acadêmica que compõe o tripé universitário junto ao ensino e a pesquisa, num processo interdisciplinar, educativo, cultural e científico de interação com a sociedade. A escola é um ambiente oportuno para a ação extensionistas e para a promoção da alimentação saudável (PAS), pois favorece a troca de saberes e a construção de conhecimentos para a vida. Ressalta-se que são ainda escassos materiais educativos sobre PAS que contemplem as recomendações do GAPB em linguagem aplicada aos diferentes atores da comunidade escolar. Na metodologia, foi seguida a diretriz da extensão *interação dialógica* para a construção do material, além dos princípios V (promoção do autocuidado e da autonomia) e VI (educação enquanto processo permanente e gerador de autonomia e participação ativa e informada dos sujeitos) do Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional (MREAN). A construção ocorreu conforme as seguintes etapas: de 2016 a 2018, houve interação com a comunidade escolar e observação da realidade; informações do diagnóstico foram discutidas pela equipe do NESANE à luz do GAPB e MREAN, sendo identificados pontos críticos que direcionaram o material; foi desenvolvida uma versão preliminar do material; realizou-se um grupo focal com mães e pais e outro com nutricionistas da Secretaria Municipal de Educação de Macaé para fins de apreciação do material; e foi desenvolvida a versão de finalização. O grupo focal foi primordial para amadurecimento do material. Espera-se por meio da versão de finalização possibilitar diálogo com as famílias da comunidade escolar, contribuir para a popularização do GAPB e, por conseguinte, para a PAS no âmbito escolar. Por nascer da vivência extensionista, o material tende a agregar maior potencial transformador, e poderá ser útil em futuras ações de extensão em escolas.

Palavra chave: Extensão Universitária; Educação Alimentar e Nutricional; Escola; Promoção da Alimentação Saudável.

LISTA DE SIGLAS

DCNT	Doenças Crônicas Não Transmissíveis
EAN	Educação Alimentar e Nutricional
GAPB	Guia Alimentar para a População Brasileira
IES	Instituições de Ensino Superior
MREAN	Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional
MS	Ministério da Saúde
NESANE	Núcleo de Estudos em Saúde e Nutrição na Escola
PAS	Promoção da Alimentação Saudável
PNAE	Programa Nacional de Alimentação Escolar
SEMED	Secretaria Municipal de Educação
UP	Universidades Populares

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO 8

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA 11

2.1 A extensão no contexto do tripé universitário 11

2.1.1 Histórico da extensão universitária 11

2.1.2 Conceito e diretrizes da extensão universitária 12

2.2 Educação Alimentar e Nutricional (EAN) no contexto da extensão universitária no âmbito escolar 14

2.3 O Guia Alimentar para a População Brasileira (GAPB) 17

3 OBJETIVO 20

3.1 Objetivo Geral 20

3.2 Objetivos Específicos 20

4 METODOLOGIA 21

5 RESULTADOS 24

5.1 Resultado da etapa de levantamento de publicações do NESANE 24

5.2 Resultado da oficina NESANE para identificação de pontos críticos 24

5.3 Resultado da etapa de construção da versão preliminar do material 26

5.4 Resultado do grupo focal de avalição do material 34

5.4.1 Grupo focal com pais/responsáveis 34

5.4.2 Grupo focal com nutricionistas da SEMED 35

5.5 Características do material de finalização 38

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS 41

7 REFERÊNCIAS BIBILIOGRÁFICAS 42

1 INTRODUÇÃO

A extensão universitária é uma prática acadêmica que compõe o tripé universitário junto ao ensino e a pesquisa, num processo interdisciplinar, educativo, cultural e científico de interação com a sociedade. São cinco as diretrizes da extensão que devem ser o norte dos projetos e ações, a saber: interação dialógica, indissociabilidade entre ensino-pesquisa-extensão, interdisciplinaridade e interprofissionalidade, impacto na formação do estudante e transformação social (FORPROEX, 2012).

Nessa perspectiva, a extensão possui a mesma importância acadêmica do que os outros dois pilares do tripé, devendo ser inerente ao ensino e articulada com a pesquisa (FORPROEX, 2012). Tal relevância encontra-se ampliada no cenário contemporâneo, uma vez que as instituições de ensino superior (IES) no país estão buscando se adequar à Lei nº 13.005 do Ministério da Educação, aprovada em 2014 pelo Plano Nacional de Educação, que determina que os estudantes de todos os cursos de graduação cumpram 10% do total de sua carga horária curricular em atividades extensionistas (BRASIL, 2014a).

Cabe enfatizar que a referida lei consiste num reconhecimento dos potenciais da extensão no que se refere a promover aprendizado e troca de saberes, numa via de mão dupla, em que tanto a universidade quanto a sociedade se beneficiam mutuamente. Nessa perspectiva, a extensão supera a histórica noção de transferência de conhecimento, pautada em uma relação de tutela assistencialista da universidade para com a sociedade (FRAGA, 2017; PINHEIRO et al., 2016).

Dentre os potenciais da extensão, destaca-se a capacidade de favorecer uma formação humanista, crítica e engajada socialmente, coerente em dar retorno para a sociedade que financia a universidade pública. Cabe mencionar que experiências extensionistas têm sido citadas como relevantes para a formação dos acadêmicos em diferentes graduações na área da saúde (LOURENÇO et al., 2017a ; ALBUQUERQUE et al., 2013; MORAES et al., 2012).

Em especial em *campi* de interiorização, como o caso do campus da Universidade Federal do Rio de Janeiro em Macaé (Campus UFRJ-Macaé), o desenvolvimento de atividades de extensão pode estar fortalecido, uma vez que a interiorização, em si, já tem por princípio ampliar o acesso ao ensino superior, por meio do envolvimento das universidades com as redes locais de serviços e com a comunidade

dos municípios interioranos (BRASIL, 2015). Sendo assim, desde sua implantação em 2007, o Campus UFRJ-Macaé busca se aproximar da sociedade local, promovendo interação com a sociedade macaense, vindo a desenvolver ações e projetos de extensão diversos (LOURENÇO & BERGOLD, 2019; LOURENÇO et al., 2017a; BELARMINO, 2014).

Dentre os cenários para materialização da prática extensionista, destaca-se a escola como um ambiente oportuno, pois oferece a possibilidade de educar por meio da construção de conhecimento, integrando diferente saberes. Dentre esses saberes, incluem-se os que são trazidos pelos alunos e seus familiares, que estão relacionados com suas crenças e culturas; os que estão nos conhecimentos científicos diversificados de cada disciplina; os que são divulgados pelos meios de comunicação e pelo senso comum; e os que são resultantes das experiências profissionais e pessoais dos professores e de outros profissionais da comunidade escolar (BRASIL, 2009a).

Dessa forma, a escola é um espaço fundamental para o desenvolvimento de atividades de Educação Alimentar e Nutricional (EAN), em especial aquelas voltadas para a promoção da alimentação saudável (PAS) com caráter extensionista. É pertinente citar que existe a Lei 11.947/2009 referente ao Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) que, em uma de suas diretrizes, prevê a inclusão da EAN no aprendizado curricular dos alunos (BRASIL, 2009b). Cabe ressaltar ainda que, recentemente em 2018, foi publicada a Lei 13.666, que altera a Lei 9394 de 1996 de Diretrizes e Bases da Educação Nacional, passando a EAN a integrar o currículo em todos os segmentos escolares, desde a educação infantil até o ensino médio (BRASIL, 2018a). Trata-se, portanto, de um momento oportuno para a PAS nas escolas, pois essas vêm buscando se adequar à nova legislação, o que pode favorecer a reflexão da comunidade escolar sobre o tema.

Nesse cenário de valorização da EAN, destaca-se a importância de desenvolver materiais sobre PAS para serem usados nas escolas. Pois, como descrito na Política Nacional de Promoção da Saúde, nas ações específicas sobre alimentação saudável, é requerida a:

> “produção e distribuição do material sobre alimentação saudável para inserção de forma transversal no conteúdo programático das escolas em parceria com as secretarias estaduais e municipais de saúde e educação” (BRASIL, 2010; p.32, Inciso IV).

A relevância de ter materiais adequados para realizar ações de EAN e de PAS nas escolas é ampliada ao considerar que o consumo de produtos processados é elevado na população brasileira, bem como é baixo o consumo de verduras, legumes e frutas (IBGE, 2011). Desse modo, é alta a prevalência no país de uma dieta rica em calorias e com baixo valor nutricional. É pertinente ressaltar que esse perfil alimentar está associado com a ocorrência de obesidade e outras doenças crônicas não transmissíveis (ACCIOLY, 2009).

No entanto, materiais didáticos sobre EAN e PAS ainda não estão plenamente ajustados (NOBRE et al, 2018; FIORE et al., 2012; FERNANDEZ & SILVA, 2008). Por exemplo, são escassos os materiais que abordam as recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira (GAPB) (BRASIL, 2014b), em linguagem aplicada aos diferentes atores da comunidade escolar, em especial aos pais/responsáveis. Tal carência justifica o desenvolvimento de novos materiais, em especial daqueles que buscam conhecer previamente a realidade dos sujeitos e são embasados na realidade local.

Materiais que tenham o GAPB como referência e objetivem sua divulgação são fortemente requeridos, pois o GAPB consiste no documento mais atual e de abrangência nacional sobre alimentação saudável, publicado pelo Ministério da Saúde, construído em conjunto por diversas entidades governamentais e da sociedade civil (BRASIL, 2014b). O GAPB diferencia-se, sobretudo, por buscar considerar aspectos culturais, ambientais, políticos e sociais nas orientações sobre alimentação saudável e por ter sido construído com consulta pública. Sendo assim, consiste num instrumento de referência para às ações de EAN no Sistema Único de Saúde e em outros setores, como a rede de educação.

O material produzido por este trabalho justifica-se principalmente por buscar promover diálogo sobre alimentação saudável com pais/responsáveis da comunidade escolar, contribuir para a popularização do GAPB e, por conseguinte, para a PAS no âmbito escolar. Devido a nascer da vivência extensionista, o material tende a agregar maior potencial transformador, e poderá ser útil em futuras ações de extensão no contexto escolar.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 A extensão no contexto do tripé universitário

2.1.1 Histórico da extensão universitária

Em termos históricos, a extensão universitária teve seu início em 1871 em Cambridge, nos Estados Unidos, com a criação das Universidades Populares (UP). O propósito da extensão era a criação de cursos de atualização e aperfeiçoamento, em diferentes temas, para quaisquer indivíduos da sociedade que se interessassem (FRAGA, 2017; SOUSA, 2000). Dessa forma, as UP seriam uma possibilidade de pessoas, que não tinham acesso à universidade, se aproximarem da mesma (FORPROEX, 2012; SOUSA, 2000).

Depois, essa ideia de extensão pelas UP se expandiu para outros continentes, inclusive para a América Latina. A universidade brasileira inicia práticas extensionistas no início do século XX, aproximadamente quando surgiu a criação do ensino superior no país. Suas primeiras manifestações foram em cursos e conferências realizadas na Universidade de São Paulo, no ano de 1911, com a influência do modelo educacional inglês (FORPROEX, 2012; SOUSA, 2000). Também ocorreram prestações de serviço da Escola Superior de Agricultura e Veterinária de Viçosa, no ano de 1920, mas tendo como influência pedagógica os Estados Unidos.

Consequentemente, surgem também no Brasil pesquisas fora das universidades e um ensino diferenciado, mais direcionado para o cotidiano profissional. Nesse momento foram sendo criadas experiências voltadas paras as lutas operárias, com aproximação da sociedade, proporcionando empatia entre universidade e sociedade (FRAGA, 2017; FORPROEX, 2012; SOUSA, 2000).

Na primeira década de 1970, os ministérios da Educação e da Cultura propuseram medidas de institucionalização e fortalecimento da extensão universitária no Brasil, com a influência das ideias do educador Paulo Freire. A extensão estava afinada com a perspectiva freireana no sentido de que favorecia o diálogo e a troca de saberes entre os indivíduos, podendo vir a contribuir com a transformação social (PINHEIRO et al., 2016; FORPROEX, 2012).

Com o passar dos anos, houve maior fortalecimento da extensão e de seu papel junto ao tripé universitário com a pesquisa e o ensino. Nos dias atuais, a extensão encontra-se plenamente reconhecida no país, inclusive em termos legais. O próprio

conceito de extensão atualmente utilizado em nível nacional é mais abrangente, tendo sido construído no decorrer da história.

2.1.2 Conceito e diretrizes da extensão universitária

> "A Extensão Universitária, sob o princípio constitucional da indissociabilidade entre ensino, pesquisa e extensão, é um processo interdisciplinar, educativo, cultural, científico e político que promove a interação transformadora entre Universidade e outros setores da sociedade" (FORPROEX, 2012; p.42).

O conceito de extensão supracitado é o mais atual no Brasil, proposto pelo FORPROEX (Fórum de Pró-Reitores de Extensão das Instituições Públicas de Educação Superior Brasileiras). Esse conceito foi construído historicamente, desde 1987, conforme foi amadurecendo o entendimento sobre o significado e sobre os objetivos da extensão no contexto do tripé universitário.

Com o objetivo de orientar a formulação e a implementação de ações extensionitas, a Política Nacional de Extensão propõe cinco diretrizes para a extensão universitária (FORPROEX, 2012), que são comentadas a seguir.

A *interação dialógica* consiste na troca de conhecimentos e saberes entre a universidade e a sociedade, contribuindo para um aprendizado mútuo. Significa pensar a extensão como uma ação de mão dupla: da universidade com a sociedade e dessa com a universidade, com contribuição de ambas as partes. Essa diretriz refere-se à extensão como uma via de promoção de educação dialógica, oposta a formas educativas verticalizadas. A utilização dessa diretriz estimula a participação da sociedade no processo de construção do conhecimento e de ensino acadêmico (FORPROEX, 2012).

A diretriz de *interdisciplinaridade e interprofissionalidade* refere-se à troca de conhecimentos entre diferentes especialistas, com a integração e a articulação de distintos saberes e práticas, o que gera um novo conhecimento em comum, em prol da sociedade e do aprendizado mútuo. O proposto nessa diretriz é que a extensão favoreça a construção de alianças intersetoriais e interprofissionais. Inclui-se ainda o entendimento de que a participação de diferentes profissionais e disciplinas pode favorecer a realização de atividades de extensão robustas e com maior potencial de promover transformação local (FORPROEX, 2012).

A *indissociabilidade entre ensino, pesquisa e extensão* é a diretriz que preconiza que as atividades extensionistas estejam vinculadas com o processo de formação de pessoas (ensino) e de geração de conhecimentos (pesquisa). Almeja-se que ao articular o ensino com a extensão, a formação universitária seja direcionada para a construção de cidadania, afinada com os interesses da sociedade. Dessa forma o currículo dos diferentes cursos seria mais dinâmico, com frequentes atividades práticas junto aos serviços e aos espaços sociais, onde também seriam produzidos conhecimentos (FORPROEX, 2006). O aprendizado dos estudantes seria fortalecido por meio do contato direto com profissionais e comunidade. Portanto, como sugere o trecho da Política Nacional de Extensão a seguir, discente e docente teriam uma nova perspectiva na sociedade, ampliando horizontes para além da sala de aula:

> "O eixo pedagógico clássico 'estudante - professor' é substituído pelo eixo 'estudante – professor – comunidade" (FORPROEX, 2006; p. 50).

A diretriz de *impacto na formação do estudante* propõe que as ações de extensão devem buscar a ampliação dos conhecimentos dos estudantes conforme esses interagem entre si e com a sociedade. Dessa forma, via extensão, estaria sendo favorecida a experiência do discente nos conteúdos teóricos e práticos. O potencial da extensão para favorecer a formação é tamanho que a participação do estudante em ações extensionistas é preconizada desde a Constituição de 1988 e regulamentado pelo Plano Nacional de Educação - PNE de 2001/2010 (FORPROEX, 2012), implementada pela Lei nº 13.005 de 2014, que estabelece que a extensão seja curricular em todos os cursos de graduação em IES públicas no Brasil, abrangendo no mínimo 10% do total de carga horária (BRASIL, 2014a).

Impacto e transformação social é a diretriz que reforça o papel transformador da extensão universitária. Por meio da inter-relação da universidade com os setores públicos da sociedade e com os diversos grupos e indivíduos que participam das ações, é esperado que a extensão gere aprendizado e conhecimento, favorecendo a transformação local. A universidade realiza atividades extensionistas, voltadas para os interesses e necessidades sociais, proporcionando reflexão, problematização e, por conseguinte, mudança. Desse modo, a extensão pode contribuir para a melhoria das políticas públicas e de algumas questões sociais (FORPROEX, 2012).

Em especial no cenário da saúde, a extensão pode ser um caminho promissor para a reflexão sobre temas de interesse junto à comunidade, favorecendo a efetivação de políticas públicas e a melhoria nas condições de saúde.

2.2 Educação Alimentar e Nutricional (EAN) no contexto da extensão universitária no âmbito escolar

A realização de ações educativas junto à comunidade é parte inerente à extensão universitária. As próprias diretrizes da extensão requerem e estimulam que sejam desenvolvidas ações educativas de forma a favorecer a reflexão e a transformação social. Em especial na área da saúde, ações de educação em saúde se fazem marcantemente presentes na extensão. De forma a trabalhar o tema da alimentação e da nutrição no âmbito da educação em saúde, ressalta-se a importância do desenvolvimento de ações de EAN via extensão universitária.

O tema EAN surgiu na década de 1940 e, até 1970, tinha por enfoque o combate às carências nutricionais no contexto dos programas de saúde pública, voltados para alimentação e nutrição. Desde 1980, a EAN vem se consolidando numa perspectiva educativa crítica, dialogada e construída conforme as particularidades locais (SANTOS, 2005; BOOG, 1997).

Em 2011, por meio do *"1º Encontro Nacional de Educação Alimentar e Nutricional – Discutindo Diretrizes"*, pode-se dizer que houve uma culminância dessa consolidação da EAN enquanto campo científico na área de educação e de saúde. Os temas abordados em EAN passaram a também incluir, por exemplo, doenças crônicas não transmissíveis, publicidade de alimentos, rotulagem nutricional, práticas alimentares, segurança alimentar e nutricional, direito humano à alimentação, combate à fome, bem como questões ambientais e agrárias (BRASIL, 2012).

A partir de tal culminância, foi publicado pelo Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome o Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas (MREAN), trazendo orientações sobre conceitos, princípios e diretrizes de EAN, para nortear o planejamento e as práticas educativas. Segundo o MREAN, EAN é:

> "Um campo de conhecimento e de prática contínua e permanente, transdisciplinar, intersetorial e multiprofissional que visa promover a prática autônoma e voluntária de hábitos alimentares saudáveis. A prática de EAN deve fazer uso de abordagens e recursos educacionais

> problematizadores e ativos que favoreçam o diálogo junto a indivíduos e grupos populacionais, considerando todas as fases do curso da vida, etapas do sistema alimentar e as interações e significados que compõem o comportamento alimentar" (BRASIL, 2012; p.23).

Dessa forma, a EAN está relacionada às múltiplas dimensões da alimentação e do alimento nos diferentes contextos sociais, e deve integrar os saberes popular e científico. Deve incluir processos educativos duradouros, nos quais é estimulada a reflexão dos indivíduos sobre sua realidade, em especial sobre seus hábitos e escolhas alimentares (BRASIL, 2018b; BRASIL, 2012).

São nove os princípios de EAN apresentados no MREAN, a saber:

I) Sustentabilidade social, ambiental e econômica: se refere essencialmente às dimensões humanas e ambientais relacionadas à alimentação. Esse princípio propõe que a EAN também envolva o acesso a produção agroecológica, reflexão sobre desperdícios de alimentos e destino de resíduos da produção (BRASIL, 2018c; BRASIL, 2012).

II) Abordagem do sistema alimentar na sua integralidade: Esse princípio ressalta a necessidade de abordar o sistema alimentar de forma integral, incluindo todo o processo de produção; as formas de processamento, de abastecimento, de comercialização e de distribuição; a escolha e consumo dos alimentos, incluindo as práticas alimentares individuais e coletivas; até a geração e a destinação de resíduos.

III) Valorização da cultura alimentar local e respeito à diversidade de opiniões e perspectivas, considerando a legitimidade dos saberes de diferentes naturezas: Nesse princípio reforça-se que a EAN deve considerar em suas práticas os saberes provenientes da ciência, religião e cultura, respeitando os diferentes conhecimentos (BRASIL, 2012).

IV) A comida e o alimento como referências e valorização da culinária enquanto prática emancipatória: Esse princípio busca valorizar que a alimentação tem um valor simbólico, que incluiu cheiro, cor, temperatura, sabor e preparações que têm seus significados e simbologia (BRASIL, 2012).

V) A promoção do autocuidado e da autonomia: Esse princípio ressalta que a EAN deve favorecer que os indivíduos reflitam sobre as suas escolhas alimentares, entendendo que educar não é apenas passar o conhecimento, mas é oferecer uma experiência que seja única e faça mudanças internas e reflexivas nos indivíduos. Esse

princípio incentiva que a EAN deve promover a autonomia dos indivíduos para refletir e realizar suas escolhas alimentares para o autocuidado (BRASIL, 2018c; BRASIL, 2012).

VI) A educação enquanto processo permanente e gerador de autonomia e participação ativa e informada dos sujeitos: Esse princípio salienta que as atividades de EAN devem ter uma abordagem educativa participativa, ou seja, que os indivíduos façam parte da construção dos seus conhecimentos, possibilitando, a integração permanente entre a teoria e a prática, podendo fazer suas próprias escolhas alimentares de forma consciente e adequada à sua realidade (BRASIL, 2012).

VII) A diversidade nos cenários de prática: As atividades de EAN podem se desenvolver em diferentes locais, tais como unidades de saúde, praças públicas, escolas e igrejas, vindo a se articular com a realidade desses diferentes cenários (BRASIL, 2012).

VIII) Intersetorialidade: É importante que as práticas de EAN busquem incluir participação com diferentes setores governamentais, para favorecer a construção coletiva de saberes e, consequentemente, a efetividade das atividades. (BRASIL, 2018c; BRASIL, 2012).

IX) Planejamento, avaliação e monitoramento das ações: Para a realização das práticas de EAN, é necessário realizar um planejamento para que as ações não percam seus objetivos. A avaliação e monitoramento são de extrema importância, para acompanhar a efetividade das ações. Além disso, é importante favorecer que as pessoas participem de todas as etapas das ações, desde o planejamento até a avaliação, para que possam se sentir parte do processo e o aprendizado seja favorecido (BRASIL, 2012).

Sendo a EAN uma estratégia para a promoção de hábitos alimentares saudáveis, a escola consiste num espaço adequado para a realização de atividades de EAN (RAMOS et al., 2013). Pois, é onde se tem a construção do conhecimento coletivo, a partir da integração entre professores, pais/responsáveis e alunos, que podem realizar trabalhos a partir da vivência e da troca de saberes (BIZZO & LEDER, 2005).

Ao se constituir como um espaço de construção de hábitos, a escola pode contribuir para a promoção da saúde e para a prevenção de doenças. Em especial no âmbito da alimentação e nutrição, a escola apresenta importante papel na PAS e, consequentemente, na prevenção da ocorrência de desvios nutricionais, sejam esses

relacionados a carências, como déficits de estatura e de peso, ou a problemas de excesso nutricional, tais como sobrepeso e obesidade (LOURENÇO, 2017; ACCIOLY, 2009).

É importante enfatizar que, a Lei 13.666 de 2018 alterou a Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional de 1996, com o acréscimo da EAN como integrante curricular (BRASIL, 2018a).

2.3 O Guia Alimentar para a População Brasileira (GAPB)

Os guias alimentares são ferramentas importantes para nortear a sociedade sobre uma alimentação saudável. Os guias podem ser entendidos como um material de referência para as práticas de EAN em diferentes contextos (LANZILLOTTI et al., 2005).

O desafio-chave de um guia alimentar é simplificar um tema altamente complexo (a alimentação), em linguagem adequada aos diferentes públicos leitores. Esse é um fator particularmente importante em populações como a brasileira, que apresenta ampla diversidade cultural e educacional (PHILLIPPI, 2015).

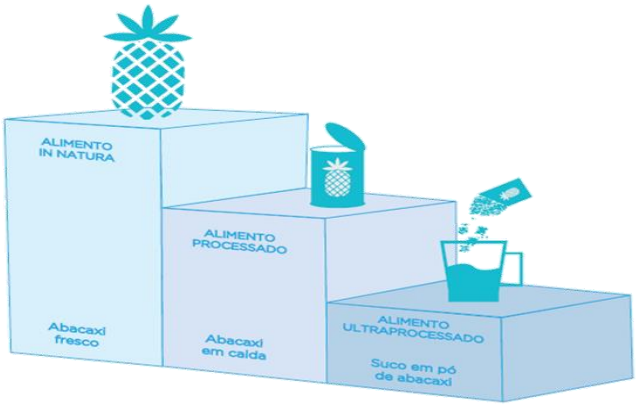
Os guias são utilizados em diversos países e variam conforme a cultura local. Em comum, os guias costumam apresentar ilustrações e/ou esquemas sobre alimentação saudável. Por exemplo, no Canadá é utilizado um arco-íris para representar a alimentação; na Guatemala, um pote de cerâmica; no Chile, Alemanha, Tailândia e nos Estados Unidos, uma pirâmide; no México uma roda de alimentos; e na Argentina uma forma helicoidal. Além disso, alguns guias abordam questões como atividade física, ingestão hídrica, dentre outras (PHILLIPPI, 2015).

Em 2006, foi lançado no Brasil um guia com diretrizes alimentares oficiais para a sociedade e para os serviços públicos, fazendo parte da Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN). Esse guia dava ênfase para a alimentação como forma de prevenção de doenças (BRASIL, 2006). Uma característica de destaque do guia de 2006 é a recomendação alimentar com base em porções. Eram recomendadas diariamente: 6 porções de cerais, tubérculos e raízes; 3 porções de frutas e 3 porções de legumes; 1 porção de leguminosas; 3 porções de leite e derivados; 1 porção de carnes, peixes ou ovos,; 1 porção de alimentos do grupo dos óleos e gorduras e 1 porção de alimentos do grupo dos açúcares e doces (BRASIL, 2006).

Em 2014, o Ministério da Saúde lançou uma nova edição do GAPB, que ao invés de trabalhar com grupos alimentares e porções recomendadas, sugere que a base

da alimentação da população seja composta principalmente por alimentos in natura (frutas, legumes e carnes) e minimamente processado (arroz, feijão, leguminosas e entre outros); alimentos processados (extrato de tomate, frutas em caldas, frutas cristalizadas, pães feitos com farinha) devem ser consumidos em pequenas quantidades; e deve-se evitar o consumo de produtos ultraprocessados (bolachas recheadas, macarrões instantâneos, enlatados, embutidos, dentre outros) (BRASIL, 2014b). A figura 1 traz uma demonstração da nova classificação do guia:

Figura 1: Grau de processamento dos alimentos segundo o Guia Alimentar para a População Brasileira



Fonte: BRASIL, 2014b

Essa nova edição do GAPB foi criada em decorrência de mudanças vivenciadas pela sociedade brasileira, que acabaram impactando sobre as condições de saúde e nutrição. As principais mudanças no que se refere ao perfil alimentar dos brasileiros consistem na redução do consumo de alimentos *in natura* ou minimamente processados de origem vegetal, e no aumento massivo no consumo de produtos ultraprocessados (IBGE, 2011).

Diferencial importante no GAPB de 2014 é a valorização da dimensão cultural, social e ambiental da alimentação e a não ênfase na quantidade de porções e nutrientes consumida diariamente. Outro ponto inovador é a menção explícita no GAPB da importância da forma de produção e distribuição dos alimentos, e o decorrente impacto na saúde ambiental e da população (BRASIL, 2014b).

Mesmo que esse guia seja inovador e potencialmente simples de ser compreendido e utilizado pela população, em especial por não incluir porções quantificadas, trata-se de uma proposta relativamente nova, que ainda carece ser disseminada para que, de fato, seja colocada em prática nos diferentes cenários da sociedade. Com essa finalidade, alguns materiais têm sido publicados recentemente, visando resumir ou simplificar as ideias do GAPB. Destacam-se materiais do IDEC (Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor), como “Alimentação saudável nas escolas: guia para municípios” (IDEC, 2018), e um conjunto de publicações audiovisuais do Ministério da Saúde (MS) (REDE NUTRI, 2016).

Essas publicações do MS são voltadas para o público em geral e podem servir como suporte para o desenvolvimento de atividades de EAN. Por exemplo, há folders sobre habilidades culinárias, alimentação no dia a dia, alimentação na escola, e sobre obstáculos para uma alimentação adequada e saudável. Há ainda dois livros, sendo um sobre culinária utilizando frutas, legumes e verduras; e outro sobre dúvidas de alimentação e nutrição, direcionadas para profissionais de saúde.

3 OBJETIVO

3.1 Objetivo Geral

Produzir um material educativo gráfico sobre o GAPB voltado para pais/responsáveis da comunidade escolar, a partir de experiência de extensão em escolas públicas de Macaé, RJ.

3.2 Objetivos Específicos

- Desenvolver versão preliminar do material (definir temas, formato e design gráfico);
- Testar versão preliminar do material junto a pais/responsáveis da comunidade escolar e a nutricionistas da Secretaria Municipal de Educação de Macaé;
- Desenvolver versão final do material educativo.

4 METODOLOGIA

O presente trabalho é vinculado ao Núcleo de Estudos em Saúde e Nutrição na Escola (NESANE), à linha de pesquisa/extensão "Educação Alimentar e Nutricional e Promoção da Alimentação Saudável". O NESANE inclui diferentes projetos, que desenvolvem atividades de ensino, pesquisa e extensão junto a escolas de Macaé – RJ, desde 2011. Em termos éticos, este trabalho vincula-se ao projeto Como Crescemos (CAAE: 49258313.1.0000.5257, aprovado em 17 de novembro de 2015), que compõe o NESANE, sob a coordenação da Profa. Dra. Ana Eliza Port Lourenço.

Uma das atividades do NESANE na citada linha visa o desenvolvimento de materiais educativos com base em ações de extensão. Sendo assim, a diretriz da extensão *interação dialógica* foi à base para a construção do presente material (FORPROEX, 2012). Como referência em alimentação saudável, o presente trabalho se apoia no GAPB (BRASIL, 2014b).

O material produzido foi construído voltado para pais/responsáveis da comunidade escolar. Seguiu-se como referência em EAN os princípios do MREAN (BRASIL, 2012). Mais especificamente, o presente material tem como foco os princípios V (promoção do autocuidado e da autonomia) e VI (educação enquanto processo permanente e gerador de autonomia e participação ativa e informada dos sujeitos). Ou seja, pretendeu-se desenvolver um material que informe e estimule a reflexão dos pais/responsáveis, para que possam desenvolver maior criticidade e autonomia diante de suas escolhas alimentares e frente à alimentação no espaço escolar.

O desenvolvimento do material ocorreu conforme as etapas descritas a seguir.

I) Os projetos do NESANE têm desenvolvido um conjunto de ações extensionistas junto a escolas públicas de Macaé, em diferentes segmentos, incluindo desde a educação infantil, até o ensino fundamental e médio. Em especial destaca-se que no período de 2016 a 2018, houve ampla interação com a comunidade de duas escolas públicas de ensino fundamental I, uma vez que foram desenvolvidas atividades diversificadas: diagnóstico alimentar e nutricional de estudantes, professores e funcionários; oficinas de retorno e discussão de resultados junto a estudantes, pais/responsáveis e professores; avaliação do ambiente alimentar interno e do entorno das escolas; avaliação do lanche trazido de casa pelos estudantes; reuniões de retorno de resultados e discussão junto à gestão das escolas; avaliação da percepção de professores sobre alimentação saudável; oficinas educativas junto a professores sobre alimentação

saudável; sessões de vídeo-discussão junto a pais/responsáveis sobre alimentação saudável; reuniões de planejamento pedagógico junto a professores para fins de inserção do tema “alimentação e nutrição” nas atividades curriculares; e realização de atividades curriculares com estudantes de distintas turmas das escolas.

Cada linha do NESANE tem conduzido ao longo dos anos projetos e subprojetos, que originam publicações em anais de eventos, relatórios técnicos, artigos, livros e trabalhos de conclusão de curso, com base nas diversas atividades supracitadas. A primeira etapa do presente trabalho consistiu em resgatar tais publicações e sistematizar os principais resultados, de forma a permitir uma visão do conjunto das atividades e do perfil das escolas, para fins de orientar a construção do material.

Cabe comentar que a presente autora integra a equipe NESANE desde 2016, tendo vivenciado as atividades desenvolvidas. O levantamento das publicações foi, portanto, feito pela própria autora junto às professoras e aos outros alunos da equipe, em abril de 2018.

II) Em maio de 2018, as informações do diagnóstico foram discutidas pela equipe do NESANE à luz do GAPB e do MREAN. Para isso, foi feita uma oficina, com duração de quatro horas, com a participação da presente autora e de quatro docentes que compõem a coordenação do NESANE. Primeiramente discutiu-se sobre a sistematização das publicações da equipe. Em segundo, o grupo buscou identificar os principais pontos críticos dentro do conjunto das informações, de maneira a embasar a construção do material conforme as características e os problemas locais percebidos nas escolas. Nessa oficina discutiu-se ainda sobre o público-alvo do material e sobre possíveis formatos.

III) De maio de 2018 até abril de 2019 foi desenvolvida uma versão preliminar do material, incluindo um estudo sobre o formato, a linguagem e o design que seriam utilizados.

IV) Em junho de 2019 foi proposto um grupo focal com mães e pais de alunos de unidades públicas de Macaé para fins de apreciação do material. Foi realizado também um grupo focal com nutricionistas da SEMED (Secretaria Municipal de Educação) de Macaé. A técnica consistiu numa entrevista em grupo com atores-chaves e, por isso, escolhidos intencionalmente para participar (BORGES & DOS SANTOS, 2005; NOGUEIRA-MARTINS & BÓGUS, 2004).

Em ambos os grupos, houve o seguinte roteiro de condução: apresentação da proposta; solicitação de avaliação pelo grupo de três dimensões do material: proposta geral, aparência/layout e conteúdo; e momento para livre expressão de opiniões, sugestões e fechamento.

V) Construção da versão de finalização do material. Ocorrida em julho de 2019.

VI) Após a construção da versão final, pretende-se divulgar o material nas escolas com a participação dos alunos, famílias e professores. Além disso, será realizado um evento no Campus UFRJ-Macaé para ampla divulgação.

5 RESULTADOS

5.1 Resultado da etapa de levantamento de publicações do NESANE

Na primeira fase deste estudo, que envolveu fazer um levantamento das publicações do NESANE vinculadas às ações feitas nas escolas, foram resgatados: três relatórios técnicos com informações descritivas das atividades anuais desenvolvidas pelos projetos do NESANE, 22 resumos publicados em congressos, um trabalho de conclusão de curso de graduação sobre a percepção de professoras de escolas sobre alimentação saudável (MARTINS, 2018), um artigo completo sobre ambiência e estado nutricional em pré-escolas de Macaé (LOURENÇO et al., 2017b); um capítulo de livro sobre diagnóstico nutricional no espaço escolar (LOURENÇO et al., 2018); um livro sobre educação alimentar e nutricional em escolas, voltado para professores (CORDEIRO et al. 2017); e um livro sobre alimentação na escola, voltado para pais e educadores (LOURENÇO & PONTES, 2019).

5.2 Resultado da oficina NESANE para identificação de pontos críticos

Durante a oficina para sistematização e discussão sobre o conjunto das publicações resgatadas, a equipe identificou os seguintes pontos críticos, relacionados com a realidade local das escolas:

1. Elevada prevalência de excesso de peso nas escolas: Em termos de perfil nutricional, em linhas gerais, observa-se elevada prevalência de excesso nutricional entre os estudantes, bem como entre os professores e funcionários das escolas visitadas pelo NESANE. Por exemplo, entre 139 crianças, 67 adolescentes e 35 adultos (funcionários e professores) de uma escola de ensino fundamental I, a prevalência de excesso de peso foi igual a 20%, 37% e 66%, respectivamente (PINTO et al, 2017). Além disso, em escolas municipais de educação infantil da rede municipal, a prevalência de excesso nutricional (sobrepeso e obesidade) foi alarmante entre as crianças menores de cinco anos de idade (13,7%) (LOURENÇO et al., 2017b).
2. Presença frequente de alimentos ultraprocessados no lanche escolar: Em termos de perfil alimentar, identifica-se nas escolas visitadas pelo NESANE que o lanche trazido de casa pelos estudantes apresenta, em linhas gerais, elevada frequência de produtos ultraprocessados e baixa frequência de frutas e outros alimentos com processamento industrial reduzido. Por exemplo, por meio da observação direta do

lanche de 60 alunos de uma escola de ensino fundamental I, foi identificada frequência de biscoitos igual a 37%, biscoitos mais bebidas adoçadas igual a 33%, além da presença rotineira de outros alimentos ultraprocessados, como salgadinhos de pacote e guloseimas (MONTEIRO et al., 2017).

3. Baixo consumo de água pelos estudantes: Havia bebedouros nas escolas visitadas. Porém, naquelas de ensino fundamental, o uso desses bebedouros pelos alunos não era frequente. Poucos estudantes tinham caneca ou garrafa individual para beber água, e não havia copo descartável disponível. Existia apenas uma caneca única, que permanecia ao lado do bebedouro, para uso comum.
4. Presença de comércio e propaganda de alimentos não saudáveis no entorno das escolas: Em termos da ambiência, ressalta-se que foi encontrada comercialização de alimentos não saudáveis tanto no portão das escolas (venda por ambulantes) quanto no entorno (locais comerciais, como bares, padarias e mercearias, no raio de três quarteirões). Havia propaganda de refrigerantes e salgadinhos de pacote nesses pontos de venda, sendo guaranás sem gás, balas e chicletes os produtos mais vendidos aos alunos (LOURENÇO et al., 2017c)
5. Presença de cantina não saudável no interior das escolas: Nas escolas de ensino fundamental visitadas pelo NESANE havia cantina comercial, que vendia diariamente alimentos não saudáveis aos alunos, tais como: pizza de presunto e calabresa; hambúrguer com carne industrializada, catchup e batata palha; refresco industrializado, guaranás sem gás e guloseimas doces (balas, pirulitos, chocolates, amendoim colorido, dentre outros) (LOURENÇO et al., 2017c)
6. Lacuna de formação das professoras sobre alimentação saudável: A percepção das professoras das escolas sobre alimentação saudável diferia daquela proposta no GAPB. Além disso, as professoras relataram que não se sentiam preparadas para falar sobre alimentação saudável. As professoras tinham várias dúvidas sobre alimentação saudável e desconheciam referências de suporte para o assunto, tais como o GAPB e o MREAN (MARTINS, 2018; PONTES et al., 2018). As professoras comentaram que realizar atividades de PAS utilizam somente informações gerais presentes no "*Google*".
7. Familiares da comunidade escolar apresentam dúvidas diversas sobre alimentação: Mediante as atividades educativas de PAS, como oficinas e sessões de vídeo-

discussão com pais/responsáveis, percebeu-se que esses têm dúvidas diversas sobre alimentação saudável e, em linhas gerais, desconhecem o GAPB.

8. Dificuldade de contato com os pais/responsáveis: Na visão das professoras, é baixa a frequência de pais/responsáveis que frequentam as reuniões/atividades propostas pela escola. Nas atividades que o NESANE buscou envolver os familiares, a participação desses também foi baixa. As professoras ressaltam que essa pouca participação da família dificulta harmonizar as ações de PAS feitas na escola com as orientações sobre alimentação que os alunos recebem em casa.

5.3 Resultado da etapa de construção da versão preliminar do material

Observando o conjunto dos pontos críticos supracitado, foi definido que o público-alvo do material deveria ser os pais/responsáveis, devido, sobretudo, pela baixa frequência desses nas atividades de PAS na escola. O objetivo principal do material seria estimular a reflexão dos pais sobre o lanche escolar.

Foi decidido que o material deveria abordar principalmente os alimentos comumente presentes no lanche escolar, enfatizando a problemática do excesso de ultraprocessados. Além disso, o material deveria destacar a relevância do consumo de água como fonte de hidratação e uma opção de bebida para o lanche.

Pensou-se cartilhas, folders e outros formatos diversos, decidindo ao final em um material no estilo capa de revista (Figura 2), que consistiria em uma série com diferentes tópicos a serem trabalhados periodicamente. O material poderia então ser utilizado em atividades presenciais junto a adultos da comunidade escolar; ou distribuídos para os estudantes e suas famílias, de maneira impressa ou via eletrônica.

Foram elencados cinco diferentes temas para as primeiras edições do material, a saber: consumo de água; bebidas adoçadas; cantina saudável; opções de lanches para serem levados para a escola; e opções de lanches para comemorações na escola. Para fins deste presente trabalho de conclusão de curso, foi decidido que o primeiro material desenvolvido seria sobre o consumo de água. A partir da experiência dessa primeira edição, será avaliada a possibilidade de desenvolver as outras quatro edições previstas ou ainda outras que por ventura possam a vir a ser interessantes.

Figura 2: Exemplos de capa de revista que serviram de referência para a construção do material

<u>Descrição da primeira edição do material</u>

A equipe do NESANE escreveu um texto sobre o tema água, contendo seis principais aspectos para serem mencionados no material. 1) Procurou enfatizar a água como bebida universal e necessária para a saúde e hidratação do corpo. 2) O texto também destacou aspectos higiênicos – sanitários, ou seja, que existe a necessidade de filtrar a água de consumo. 3) Em especial o texto destaca a água como uma opção de bebida em substituição a bebidas adoçadas. 4) O texto procura ainda incentivar que as famílias reflitam/observem sobre a disponibilidade de bebedouros no espaço escolar. 5) O texto reforça a necessidade dos estudantes terem sempre uma caneca ou garrafinha para beberem água na escola. 6) O texto ainda valoriza a água como uma bebida que favorece a higiene bucal. A íntegra do texto que compôs a a versão de apreciação do material pode ser vista no Quadro 1.

Quadro 1: Íntegra do texto na versão de apreciação – NESANE/2019

A água é um alimento essencial à vida. Para a saúde do nosso corpo, é fundamental beber água.

A água pode e deve ser considerada uma opção de bebida para o lanche na escola!

Não podemos esquecer! Toda água que bebemos deve ser tratada, filtrada ou fervida.

Tem sido comum no lanche escolar a presença de bebidas ultraprocessadas, como refrigerantes, refrescos em pós, xarope de guaraná "natural" e sucos adoçados "de caixinha". Essas bebidas devem ser evitadas, pois passaram por elevado processamento industriais e possuem corantes, baixíssimo teor de fruta e elevada concentração de açúcar. Já a água é sempre uma ótima opção de bebida!

Você sabia? Quando ficamos longos períodos sem escovar os dentes, beber água pode ajudar a remover restos de alimentos, favorecendo a higiene bucal.

Fique atento! Na escola dos seus filhos tem bebedouro com água filtrada? O bebedouro está em local de fácil acesso para todos na escola? Incentive seus filhos a terem sempre uma caneca, copo ou garrafinha para beberem água na escola.

A partir desse primeiro texto, foi trabalhado o design gráfico com o auxílio do programa *Adobe IDesign 2019*. A seguir são apresentadas quatro versões preliminares, bem como a quinta versão, a qual foi impressa e apresentada durante os grupos focais de apreciação do material.

A primeira versão (Figura 3) buscou organizar as ideias gerais e pensar numa primeira proposta de alocação do texto. Ao analisar o material, a equipe do NESANE percebeu que lembrava um banner e não se parecia com uma capa de revista. Além disso, remetia ao público infantil e não ao adulto.

Figura 3: Primeira versão do material – NESANE/2019

A segunda versão do material (Figura 4) ainda lembrava um banner, continha imagens não autorais e incluía fundo azul e branco, que não são comuns em capas de revista.

Figura 4: Segunda versão do material – NESANE/2019

Na terceira versão (Figura 5), foi utilizada uma imagem de fundo, autoral, com uma caneca de água, que lembrasse as utilizadas na alimentação escolar pública. Buscou-se também usar elementos que pudessem chamar e prender atenção do leitor, como balões, ponto interrogativo e de exclamação.

Figura 5: Terceira versão do material – NESANE/2019

A quarta versão (Figura 6) se aproximava de um visual de capa de revista. Foram removidos os balões, pois acabaram não ficando atrativos na versão anterior.

Figura 6: Quarta versão do material – NESANE/2019

Edição: Água

Conversa sobre

ALIMENTAÇÃO

na Escola

A água é um alimento essencial à vida. Para a saúde do nosso corpo, é fundamental beber água.

A água pode e deve ser considerada uma opção de bebida para o lanche na escola!

Tem sido comum no lanche escolar a presença de bebidas ultraprocessadas, como refrigerantes, refrescos em pós, xarope de guaraná "natural" e sucos adoçados "**de caixinha**". Essas bebidas devem ser **EVITADAS**, pois passaram por elevado processamento industrial e possuem corantes, baixíssimo teor de fruta e elevada concentração de açúcar. Já a água é sempre uma ótima opção de bebida!

Você sabia? Quando ficamos longos períodos sem escovar os dentes, beber água pode ajudar a remover restos de alimentos, favorecendo a higiene bucal.

Não podemos esquecer! Toda água que bebemos deve ser tratada, filtrada ou fervida.

FIQUE ATENTO

Na escola dos seus filhos tem bebedouro com água filtrada? O bebedouro está em local de fácil acesso para todos na escola? Incentive seus filhos a terem sempre uma caneca, copo ou garrafinha para beberem água na escola.

Na versão de número cinco (Figura 7) foram feitos alguns ajustes de texto, como a remoção das divisões silábicas. Além disso, foram feitas diversas pequenas alterações de design que, em conjunto, trouxeram ampla modificação no layout do material. Por exemplo, foram colocados títulos com mais destaque, e foi formatado o tamanho da fonte de maneira a dar destaque às frases mais importantes.

Foi perceptível a evolução entre a primeira versão para a quinta, a qual foi aprovada pela equipe NESANE. Destaca-se que essa versão conseguiu apresentar características de capa de revista, com titulo em destaque, letras em tamanhos diversificados e textos organizados.

Essa versão foi impressa em papel couche brilhoso - folha específica para impressão de revista - e apresentada nos grupos focais para apreciação.

Figura 7: Quinta versão do material – NESANE/2019

5.4 Resultado do grupo focal de avalição do material

5.4.1 Grupo focal com pais/responsáveis

Características do grupo focal

O grupo focal aconteceu na Escola Estadual Municipalizada Coquinho – Macaé – RJ no dia 19 de junho de 2019 no período da tarde das 16 horas até às 17 horas e 20 minutos. Estavam presentes três mães de alunos do ensino fundamental-I, uma mãe de aluno do fundamental-II e um pai de aluno da educação infantil, todos de escolas públicas de Macaé.

Como ocorreu o grupo focal

O grupo focal sucedeu de forma agradável com a participação dos pais/responsáveis. Para romper a timidez entre os participantes, foi oferecido um lanche da tarde, com pão francês, queijo branco, banana, tangerina e água aromatizada com manjericão e rodelas de laranjas. A água aromatizada foi elogiada pelos pais/responsáveis, sendo que uma mãe relatou não conhecer esse preparo de água e ter adorado a ideia; outra disse que vai utilizar essa técnica com ela mesma e com seus filhos para aumentar o consumo de água. O lanche favoreceu a reflexão dos participantes sobre uma alimentação saudável e sobre o consumo de água, ajudando a conversa a fluir com naturalidade.

Foi então solicitado ao grupo avaliar as três dimensões do material (proposta, aparência/layout e conteúdo) de maneira livre, havendo pouca interferência de condução.

Comentários do grupo sobre a proposta geral do material

Os participantes gostaram da ideia de ser uma capa de revista, e reforçaram a importância de ter uma versão eletrônica para ser propagada pelos meios sociais, como o aplicativo WhatsApp, conseguindo alcançar melhor os pais/responsáveis.

O grupo comentou também sobre a importância de fazer outras edições do material com outros temas, para dar continuidade à proposta.

Comentários do grupo sobre a aparência/layout do material

Os participantes elogiaram a organização espacial do texto na capa, e consideraram as letras legíveis com fácil compreensão. Foi considerado positivo o destaque dado com diferentes fontes de letra para as informações.

A imagem da caneca no fundo não agradou os participantes, que confessaram parecer um balde ou uma caixa d'água. Uma das mães, por exemplo, comentou que "a caneca não remete a ideia de consumo de água". O fundo escuro também foi considerado visualmente cansativo para a vista.

Os participantes sugeriram várias opções de troca para a imagem da caneca: por uma jarra transparente com água e um copo do lado; uma criança pegando água no bebedouro escolar; duas crianças conversando e bebendo água perto do bebedouro; colocar uma criança de costas pegando água no bebedouro; ou ainda por um bebedouro com crianças em volta, mostrando o pátio escolar.

Uma mãe que, por coincidência, trabalha com design gráfico sugeriu colocar o arquivo no formato "*PDF*", para poder acrescentar links no documento para os pais/responsáveis poderem clicar e acessar textos do material no site do projeto.

Comentários do grupo sobre o conteúdo do material

Os participantes acharam o conteúdo adequado e o tema relevante, com os textos de fácil compreensão. Uma mãe relatou que nunca tinha pensado na água como uma opção de bebida para o lanche. A parte "Fique Atento" foi considerada importante por instigar as mães e pais a refletirem. Os participantes comentaram que não costumavam prestar a atenção nos bebedouros na escola dos filhos.

Ademais foi sugerido incluir na capa uma receita de água aromatizada ou algum comentário sobre esse tipo de água. Também foi cogitada a ideia de, em vez da receita, inserir um link na capa que conduzisse à receita.

5.4.2 Grupo focal com nutricionistas da SEMED

Características do grupo focal

O grupo focal aconteceu na sede da SEMED no bairro Botafogo, Macaé, no dia 27 de junho de 2019, das 16 horas até às 17:15 horas, com a presença de três nutricionistas responsáveis pela alimentação escolar pública de Macaé – RJ.

De maneira similar ao grupo focal feito com as mães e pais, foi solicitado às nutricionistas avaliar as três dimensões do material (proposta, aparência/layout e conteúdo) de maneira livre, havendo pouca interferência de condução.

Cabe ressaltar que a versão do material apresentada no grupo focal na SEMED foi idêntica a do grupo com mães e pais.

Comentários do grupo sobre a proposta geral do material

As nutricionistas gostaram da proposta geral, de ser uma capa de revista, com mensagens diretas e curtas, voltadas para as famílias. Consideraram importante também ter uma versão online, de fácil divulgação.

Uma nutricionista comentou que achou "super interessante e legal falar sobre água", pois é um tema relativamente pouco abordado em materiais de nutrição.

Além disso, as nutricionistas consideraram importante a realização do grupo focal, para ter a contribuição de outras pessoas no processo de construção do material.

Comentários do grupo sobre a aparência/layout do material

As nutricionistas consideraram o layout adequado para o público-alvo, com um ótimo visual, e que a ideia de ser uma capa de revista "é muito boa".

Criticaram a imagem de fundo, dizendo que, à primeira vista, pensaram que era um balde, talvez pelo fato da alça da caneca não estar nítida.

O grupo sugeriu trocar a imagem da caneca por uma de bebedouro, garrafa de água mineral ou jarra com água. O grupo sugeriu não utilizar uma caneca que remete à alimentação do PNAE, para não permitir o entendimento de que a cozinha/escola iria fornecer a caneca para o consumo de água, algo que não acontece na realidade.

Comentários do grupo sobre o conteúdo do material

O problema-chave identificado pelas nutricionistas no texto do material foi a falta de clareza sobre qual tipo de lanche estava sendo abordado: alimentação escolar do PNAE ou lanches em geral? A partir desse problema, o grupo fez vários comentários e sugestões de aprimoramento.

As nutricionistas relataram principalmente que, quando pensam em lanche escolar, pensam na "merenda escolar" oferecida pelo município, até mesmo por conta da função delas na SEMED. Sendo assim, sugeriram alterar o termo "lanche escolar"

no material, pois na alimentação do PNAE não são oferecidas bebidas industrializadas, como as citadas no texto. A frase “A água pode e deve ser considerada uma opção de bebida para o lanche na escola!” foi considerada inadequada, pois poderia sugerir que a água deve estar presente obrigatoriamente na alimentação do PNAE, ou que pode ser um substituto para o suco natural, leite ou iogurte ofertados. Nesse caso, o aporte calórico poderia ser reduzido, o que não condiz com a proposta do PNAE (2009b).

As nutricionistas comentaram que o texto do material poderia gerar confusão de interpretação por parte dos estudantes e das famílias que vivenciam a realidade da alimentação do PNAE. Na percepção das nutricionistas, algumas dúvidas poderiam ser geradas, tais como: “Mas ué, eu vou beber água na hora de comer, quando estou com fome?”; “A prefeitura vai me dar água? Não vai ter mais suco? Não vai ter mais leite? Vai ser água?”.

O grupo entendeu que o material se referia ao lanche que os estudantes trazem de casa ou compram em cantinas escolares, que costumam conter bebidas industrializadas. Mas acreditam que o texto deveria ser modificado para não possibilitar um entendimento equivocado. O grupo ressaltou que algumas famílias não mandam lanche de casa e os alunos não compram em cantinas, ou seja, só comem a alimentação do PNAE. O material também precisaria atender esse tipo de família. As nutricionistas sugeriram trocar no texto o termo “lanche escolar” por “lanches” ou “lanches em geral”.

A parte “Fique Atento” foi elogiada e considerada mais relevante (e merecedora de destaque) do que o trecho sobre a água como opção de lanche. A frase “Incentive seus filhos a terem sempre uma caneca, copo ou garrafinha para beberem água na escola” foi considerada a mais importante da capa, pois “é tudo que as diretoras precisam, porque elas pedem, elas pedem para eles levarem, mas muitos não levam [...] os pais às vezes não acham importante, que [os alunos] se viram, na escola tem copo”. Mas na realidade muitas vezes não têm copos e tem que “cuidar do ambiente pra não ficar usando tanto descartável, né? Estimulando o uso de cada um ter seu copo na bolsa”.

Também foi sugerido pelo grupo utilizar a palavra “sede” ou “hidratar” para sugerir a ideia de que devemos beber água sempre e de que é a melhor bebida para matar a sede. Algumas sugestões foram “sede se mata com água, sede é saciada com água” e “A água pode e deve sempre estar presente na sua alimentação”.

Foi sugerido remover a parte “Você Sabia?” que comentava sobre higiene bucal, pois também poderia causar entendimento equivocado. A ideia foi considerada interessante, mas difícil de ser comentada com poucas palavras, podendo sugerir que a água substitui a escovação.

5.5 Características do material de finalização

A partir dos grupos focais, a equipe NESANE se reuniu e avaliou as considerações sobre o material. Foram realizadas modificações diversas, resultando na versão de finalização (Figura 8).

Priorizando as sugestões de layout feitas no grupo focal com as mães e pais, a imagem da caneca foi substituída por uma foto autoral de criança pegando água no bebedouro; e o fundo preto foi retirado.

O conteúdo do material foi alterado com base principalmente nas considerações das nutricionistas. Considerando os seis aspectos que estavam presentes no texto da versão de apreciação ocorreram as seguintes modificações:

1) Mantido, enfatizando a água como bebida fundamental à vida e à saúde; e passou a incluir citar também a necessidade de beber água várias vezes ao dia. 2) Os aspectos higiênicos – sanitários também foram mantidos, porém de forma reduzida, sendo citados somente no “Fique Atento”, em relação à necessidade dos bebedouros terem água filtrada. 3) O texto continuou a destacar a água como uma opção de bebida em substituição às bebidas adoçadas, porém sem associar essa substituição com o lanche na escola. 4) Manteve-se a reflexão no texto sobre as famílias observarem a disponibilidade de bebedouros no espaço escolar. 5) A necessidade dos estudantes terem sempre uma caneca ou garrafinha para beberem água na escola passou a ser a mensagem de maior destaque na capa. 6) O aspecto da saúde bucal foi removido, sendo inserida a dimensão da atividade física como estímulo ao consumo de água, que não havia sido pensada anteriormente. O novo texto do material pode ser visto no Quadro 2.

Quadro 2: Íntegra do texto da versão de finalização – NESANE 2019

A água é um alimento essencial à vida. Para à saúde do nosso copo, devemos beber água várias vezes ao dia.

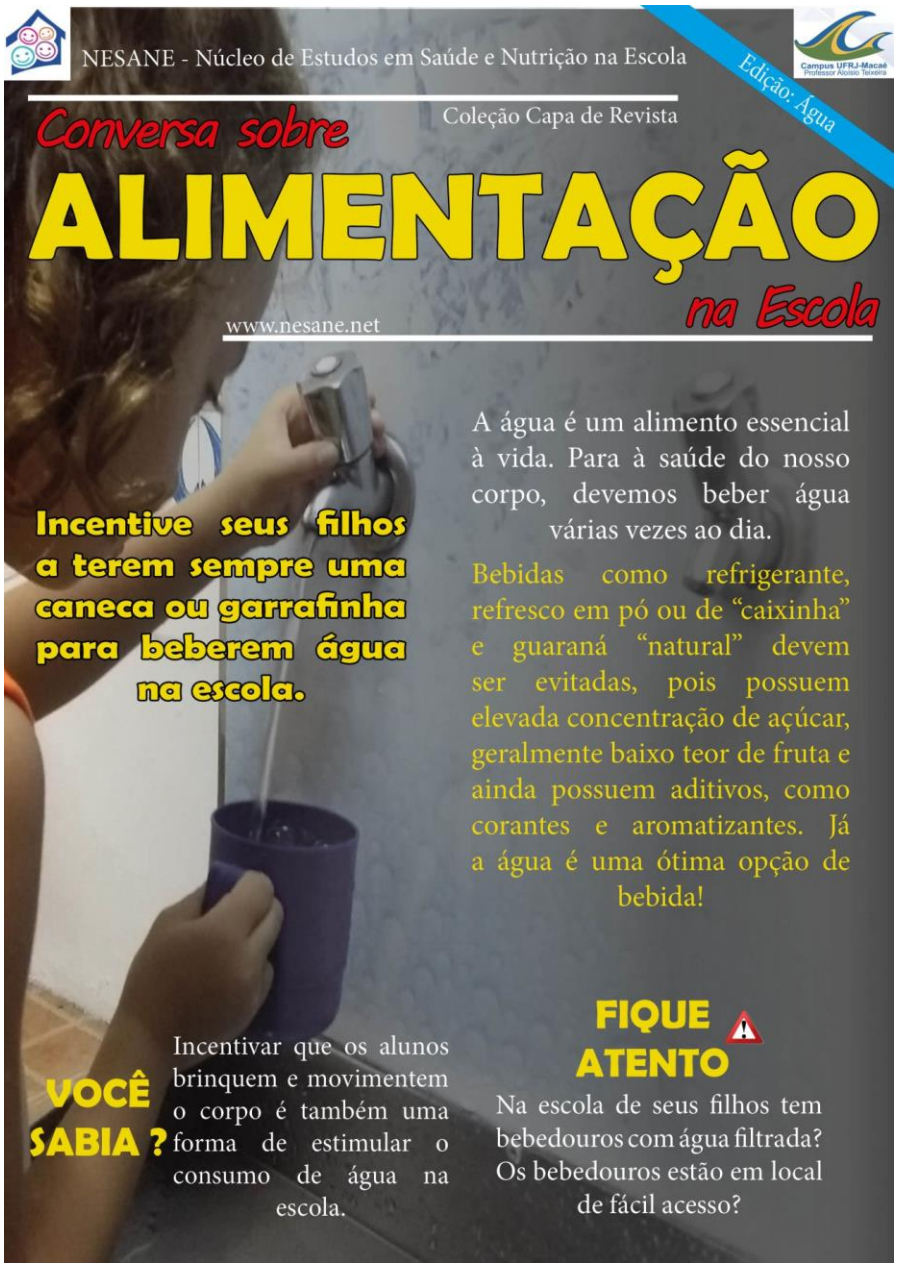
Bebidas como refrigerante, refresco em pó ou de “caixinha” e guaraná “natural” devem ser evitadas, pois possuem elevada concentração de açúcar, geralmente baixo teor de fruta e ainda possuem aditivos, como corantes e aromatizantes. Já a água é uma ótima opção de bebida!

Fique atento! Na escola de seus filhos tem bebedouros com água filtrada? Os bebedouros estão em local de fácil acesso?

Incentive seus filhos a terem sempre uma caneca ou garrafinha para beberem água na escola.

Você sabia? Incentivar que os alunos brinquem e movimentem o corpo é também uma forma de estimular o consumo de água na escola.

Figura 8: Sexta versão do material – NESANE/2019



6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Um dos aprendizados mais importantes oriundo deste trabalho foi a necessidade de um processo de construção para materiais educativos. Não é banal produzir um material, como por vezes acredita o senso comum.

Os objetivos específicos eram claros desde o princípio do trabalho, bem como o público-alvo e a relevância de fazer um material que comunicasse com esse público. No entanto, foram diversas as etapas de amadurecimento da proposta geral, do layout e do conteúdo. Inicialmente se pensou em cartilha, folder ou outro formato, até que se decidiu pela capa de revista, considerada pela equipe como uma ideia original e condizente com a realidade da comunicação virtual que se vive na contemporaneidade.

Foi fundamental para a construção do material a participação e o apoio das mães e dos pais, não somente no grupo focal de apreciação, mas durante todas as atividades anteriores desenvolvidas pelos projetos do NESANE junto à comunidade escolar. A contribuição das nutricionistas da SEMED também foi primordial. Elas olharam o material por uma óptica que nenhuma professora ou estudante da equipe do NESANE tinha visto, nem mesmo após as diversas versões trabalhadas.

Assim, destaca-se a importância de realizar um trabalho fruto da extensão universitária e colocar todos os envolvidos (comunidade, universidade e município) para participarem, sendo parte do processo e do resultado final. Trata-se, portanto, de um material construído coletivamente que, por nascer da vivência extensionista, tende a agregar maior potencial transformador, e poderá ser útil em futuras ações de extensão em escolas.

Espera-se por meio da versão de finalização possibilitar o diálogo com as famílias da comunidade escolar, contribuir para a popularização do GAPB e, por conseguinte, para a PAS no âmbito escolar. Estão sendo pensadas outras edições temáticas e estratégias para que o trabalho seja divulgado amplamente nas escolas, sejam públicas ou privadas. A ideia não é restringir a divulgação apenas em Macaé e região, mas também buscar formas mais amplas de divulgação em âmbito estadual ou federal.

7 REFERÊNCIAS BIBILIOGRÁFICAS

ACCIOLY, E. A escola como promotora da alimentação saudável. **Revista Ciência em Tela.** v.2, n.2, 2009.

ALBUQUERQUE, G. S. C.; TORRES A. A. R.; NASCIMENTO B.; MARTIN B. M.; GRACIA D. F. K.; ORLANDO J. M. M., et al. Educação pelo trabalho para a formação do médico. **Trabalho, Educação e Saúde.** v.11, n.2, p.411-430, 2013.

BELARMINO, M. G. UFRJ – Macaé, uma análise da proposta de uma nova universidade e sua verdadeira práxis acadêmica. **Revista Sintae**, 2014.

BIZZO, M. L, G.; LEDER, L. Educação nutricional nos parâmetros curriculares nacionais para o ensino fundamental. **Revista de Nutrição**. Campinas, v.18, n.5, p.661-667, 2005.

BOOG, M. C. F. Educação Nutricional: passado, presente, futuro. **Revista de Nutrição.** Campinas, v.10, n.1, p. 5-19, 1997.

BORGES, C. D.; DOS SANTOS, M. A. Aplicações da técnica do grupo focal: fundamentos metodológicos, potencialidades e limites; **Revista da SPAGESP**, v.6, n.1, p. 74–80, 2005.

BRASIL. Decreto de Lei nº 11.947 de 16 de junho de 2009. **Diário Oficial da União**. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar e do programa dinheiro direto na escola aos alunos da educação básica. Brasília, 2009b.

BRASIL. Decreto de lei nº 13.666, de 16 de maio de 2018 (Altera a Lei 9394/1996). **Diário Oficial da União –** Seção 1 – 17/05/2018a.

BRASIL. Lei Federal nº 13.005. Aprova o Plano Nacional de Educação – PNE e dá outras providências. **Diário Oficial da União 25 jun**. 2014a.

BRASIL. Ministério da Educação. **Educação Alimentar e Nutricional: Articulação de Saberes**. Editora da Universidade Federal do Ceará – UFC; Brasília: Ministério da Educação, 2018b.

BRASIL. Ministério da Educação. Secretaria de Educação Superior (SESu). **A democratização e expansão da educação superior no país 2003-2014**. Brasília: SESu; 2015.

BRASIL. Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. **Cadernos de Atenção Básica – Saúde na Escola.** Brasília: Ministério da Saúde, 2009a.

BRASIL. Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde. **Política Nacional de Promoção da Saúde**. 3.ed. Ministério da Saúde, Brasília, 2010.

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

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia Alimentar para a População Brasileira.** Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Coordenação-Geral da Política de Alimentação e Nutrição. Brasília: Ministério da Saúde, 2006.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à fome. **Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas** – Brasília, DF: Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, 2012.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social– MDS /Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional – SESAN. **Princípios e Práticas para Educação Alimentar e Nutricional**. Brasília: MDS, 2018c.

CORDEIRO, A. A.; LOURENÇO, A. E. P.; PONTES, P. V. **Brincar, comer, nutrir, atividades lúdicas para a Educação Infantil**. Curitiba: Editora CRV, 2017.

FERNANDEZ, P. M.; SILVA, D. O. Descrição das noções conceituais sobre os grupos alimentares por professores de 1ª a 4ª série: a necessidade de atualização dos conceitos. **Revista Ciência & Educação**. v. 14, n. 3, p. 451-66, 2008.

FIORE, E. G.; JOBSTRAIBIZER, G. A.; da SILVA, C. S.; CERVATO – MANCUSO, A. M. Abordagem dos Temas de Alimentação e Nutrição no material didático do Ensino Fundamental: interface com segurança alimentar e nutricional e parâmetros curriculares nacionais. **Revista Saúde e Sociedade**. São Paulo, v.21, n.4, p.1063-1074, 2012.

FORPROEX. Fórum de Pró – Reitores de Extensão Universitária das Instituições públicas de Educação Superiores Brasileiras. **Política Nacional de Extensão Universitária**. Porto Alegre, RS: UFRGS, 2012.

FORPROEX. Fórum de Pró-Reitores de Extensão das Universidades Públicas Brasileiras. **Indissociabilidade ensino–pesquisa–extensão e aflexibilização curricular: uma visão da extensão.** Porto Alegre: UFRGS; Brasília: MEC/SESu, 2006.

FRAGA, L. S. Transferência de conhecimentos e suas armadilhas na extensão universitária brasileira. **Revista Avaliação.** Campinas, Sorocaba – SP; v.22, n.22, p.403– 419, 2017.

IBGE, Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística**. Pesquisa de Orçamento Familiares 2008 – 2009: análise de consumo alimentar pessoal no Brasil.** Coordenação de Trabalho e Rendimento, Rio de Janeiro, 2011.

IDEC, Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor. **Alimentação Saudável nas Escolas: guia para municípios.** Edições Loyola – São Paulo, 2018.

LANZILLOTTI, H. S.; COUTO, S. R. M.; AFONSO, F. M. Pirâmides alimentares: uma leitura semiótica; **Revista de Nutrição.** v.18, n.6, p. 785-792, 2005.

LOURENÇO, A. E. P. Crescimento e ganho de peso saudável na infância. In: CORDEIRO, A. A.; LOURENÇO, A. E. P.; PONTES, PV. **Brincar, comer, nutrir, atividades lúdicas para a Educação Infantil**. Curitiba: Editora CRV, 2017.

LOURENÇO, A. E. P.; BERGOLD, L. B. (orgs). **Saberes e experiências de extensão em promoção da saúde.** Campos dos Goytacazes: Essentia Editora, (previsto) 2019.

LOURENÇO, A. E. P.; CORDEIRO, A. A.; CAPELLI, J. C. S. C.; OLIVEIRA, R. B. A.; PONTES, P. V.; ALMEIDA, M. F. L.; BARROS, L. B. Programa de Educação pelo Trabalho para a Saúde (PET-Saúde) e a formação do nutricionista num *campus* de interiorização. **Demetra: alimentação, nutrição & saúde,** v.12, n.1, p.41-58, 2017a.

LOURENÇO, A. E. P.; PONTES, P. V. **Conversa sobre Alimentação na Escola.** Curitiba: Editora CRV, (previsto) 2019.

LOURENÇO, A. E. P.; PONTES, P. V.; PINTO, T. J. P.; MONTEIRO, L. S.; SPERANDIO, N.; ROCHA, C. M. M.; LINS, L. R.; GABRIEL, R. C. F. Percepção de professoras sobre o ambiente alimentar na escola. **Anais do I Seminário de Ambiente Alimentar.** ENSP/FIOCRUZ, 2017c.

LOURENÇO, A. E. P.; ROCHA, C. M. M.; PINTO, T. J. P. Avaliação nutricional na escola: a pesquisa direcionando ações de saúde e nutrição. In: ALMEIDA, M. F. L.; CAPELLI, J. C. S.; SPERANDIO, N.; ROCHA, C. M. M.; RIBEIRO, B. G. **Alimentação e Nutrição da Infância à Adolescência: Diálogo Multidisciplinar com a Prática em Saúde.** São Paulo, Editora Triall Editora Ltda, 2018.

LOURENÇO, A. E. P.; VIEIRA, J. L.; ROCHA C. M. M.; LIMA, F. F. Influência da ambiência escolar no estado nutricional de pré-escolares de Macaé. **Ciência & Saúde e Coletiva** [periódico na internet], 2017b.

MARTINS, V. S. **Percepção de professoras sobre alimentação saudável em uma escola pública de ensino fundamental I de Macaé**. Trabalho de Conclusão de Curso

de graduação em Nutrição na Universidade Federal do Rio de Janeiro, Campus UFRJ Macaé Professor Aloísio Teixeira, 2018.

MONTEIRO, L. S.; PINTO, T. J. P.; SPERANDIO, N.; PONTES, P. V.; FERREIRA, L. C. C.; FREZ, J. S.; LACERDA, M. G.; LOURENÇO, A. E. P. Consumo alimentar e associação com perfil antropométrico de adolescentes de Macaé/RJ. **In: X Congresso Brasileiro de Epidemiologia**, 2017, Florianópolis. Anais do Evento – Eixo temático: Epidemiologia Nutricional, 2017.

MORAES, F. R. R.; JALES G. M. L.; SILVA, M. J. C.; FERNANDES S. F. A importância do PET-Saúde para a formação acadêmica do enfermeiro. **Trabalho, Educação e Saúde**. v.10, n.3, p.541-551, 2012.

NOBRE, L. N.; OLIVEIRA, R. C.; GOLÇALVES, A. P.; SILVA, M. F. G.; SILVA A. C. S. S.; MURTA, N. M. G.; MURTA, A. M. G.; MACHADO, V. C.; SILVA, P. P.; ARANHA, E. M. G. Livros didáticos são ferramentas para educação alimentar e nutricional?. **Revista da Associação Brasileira de Nutrição.** São Paulo, SP, n.2, p. 43-51, 2018.

NOGUEIRA-MARTINS, M. C. F.; BÓGUS, C. M. Considerações sobre a metodologia qualitativa como recurso para o estudo das ações de humanização em saúde. **Revista Saúde e Sociedade.** v. 13, p. 44–57, 2004.

PHILLIPPI, S. T. Pirâmide dos alimentos, fundamentos básicos da nutrição. Editora Manole LTDA, 2ª ed. revisada. Barueri, 2015.

PINHEIRO, B. L. CHESANI. F. B.; CRUZ, I. L. Extensão universitária: os estilos de pensamento na ária da saúde no Brasil. **Revista Edição Popular**. Uberlândia, v. 15, n. 1, p. 91-106, 2016.

PINTO, T. J. P.; SPERANDIO, N.; MONTEIRO, L.; PONTES, P. V.; CRESPO, R. S.; MACHADO, A. L. N.; BOTELHO, L. V.; LOURENÇO, A. E. P. Estudo longitudinal de intervenção na escola: Fase de diagnóstico antropométrico. **In: X Congresso**

Brasileiro de Epidemiologia, 2017, Florianópolis. Anais do Evento – Eixo temático: Epidemiologia Nutricional, 2017.

PONTES, P. V. P.; LOURENÇO, A. E. P.; SPERANDIO, N.; MONTEIRO, L. S.; PINTO, T. J. P.; DAFLON, L.; FERREIRA, C. M.; MARTINS, V. S. Promoção da alimentação saudável no âmbito escolar: percepção de professores sobre seu papel enquanto promotores desse processo. **Anais do 12º Congresso Brasileiro de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro/RJ, 2018.

RAMOS, F. P.; SANTOS, L. A. S.; REIS, A. B. C. Educação alimentar e nutricional em escolares: uma revisão de literatura. **Caderneta Saúde Pública**. Rio de Janeiro. v.29, n.11, p.2147-2161, 2013.

REDE NUTRI. Publicação online: **Ministério da Saúde lança materiais de incentivo a alimentação saudável baseados no Guia Alimentar para a População Brasileira**. Disponível em: < http://ecos-redenutri.bvs.br/tiki-read_article.php?articleId=1618>. Acessado em: 29 de nov 2018.

SANTOS, L. A. S. Educação Alimentar e Nutricional o contexto da promoção de práticas alimentares saudáveis. **Revista de Nutrição.** Campinas. v.18, n.5, p.681-692, 2005.

SOUSA, A. L. L. **A história da extensão universitária a partir de seus interlocutores.** Campinas. Editora Atomo Alinea, 2000.