

DISCIPLINA “EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL”: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Bárbara Grassi Prado¹.

I. Nutricionista, Doutora em Saúde Pública, docente do curso de nutrição do UNIVAG. e-mail: prado.barbaragrassi@gmail.com

Introdução: A Educação Alimentar e Nutricional (EAN), no contexto da realização do Direito Humano à Alimentação Adequada e da garantia da Segurança Alimentar e Nutricional, é um campo de conhecimento e de prática contínua e permanente, transdisciplinar, autônoma e voluntária de hábitos alimentares saudáveis. A prática da 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 interações¹. A EAN consiste em uma disciplina do curso de nutrição em que se deve estimular, desde o início da formação, o desenvolvimento de responsabilidades e reconhecimento da importância das disciplinas de cunho social e educativo, como um dos aspectos inerentes à prática profissional. Deve ser uma disciplina em que o aluno vivencie a prática profissional, aprimorando-a². **Objetivos:** Descrever um relato de experiência da disciplina de educação alimentar e nutricional do curso de nutrição de uma universidade privada de Várzea Grande, MT. **Métodos:** Trata-se de relato de experiência da disciplina “Educação Alimentar e Nutricional” do curso de nutrição de uma universidade privada de Várzea Grande, MT. A proposta consiste na análise da construção da disciplina, dos aspectos positivos e negativos na sua execução, do ponto de vista do professor e do aluno. **Discussão:** A disciplina ocorre no curso de nutrição da instituição há 3 anos e meio, no 4º semestre, com duração de 30 horas, e sempre foi ministrada pelo mesmo professor. Em resumo, a disciplina objetiva apresentar o contexto histórico e político das ações de educação alimentar e nutricional e capacitar o aluno a planejar e executar atividades de promoção da alimentação adequada e saudável. Apesar desta disciplina não ser caracterizada somente como teórica, a proposta do professor sempre se voltou em mostrar o que de fato a teoria se concretiza na prática profissional. Muito além de saber a teoria, em que se trabalha a dimensão do conhecer, o ideal é que o professor tenha uma vivência prática da disciplina ou na competência por esta gerada. De fato, a prática profissional do professor proporcionou vivência desde a graduação, em que

participou como estagiário em um projeto de EAN nas escolas da prefeitura de São Vicente-SP; já graduado, atuou nesta área ministrando informações sobre a Pirâmide Alimentar e suas recomendações em supermercados por uma empresa privada; durante o mestrado avaliou o efeito de ações de EAN em escolares, ministrando atividades educativas tanto para o grupo intervenção como o grupo controle, como forma de benefício à comunidade, que ocorreu em Cuiabá-MT3-4. Já no doutorado, ao avaliar a qualidade da dieta de escolares de 7 a 10 anos de escolas municipais de São Paulo, ministrou ações de EAN como devolutiva para a população de estudo, que incluíram jogos, palestras e oficinas culinárias. Durante todo este processo foram elaboradas apostilas para diferentes públicos, como professores, pais, escolares e merendeiras. No preparo das primeiras aulas da disciplina, além de focar na teoria, houve a preocupação em colocar fotos e relatos de caso positivos e negativos das atividades, procurando sempre apontar os erros e as possíveis correções. As apostilas sempre são disponibilizadas para consulta e cópias. Nota-se que os alunos apresentam maior interesse nas aulas quando as fotos das atividades e os materiais de apoio são mostrados, além de mostrar ao aluno que é possível que os mesmos também as produzam. Os alunos demonstram satisfação quando há relatos de experiência do professor, tendo-se foco das metodologias baseadas em evidências, que estimulam a reflexão e tomada de decisão do educando. As políticas voltadas para este tema são trabalhadas de maneira prática, baseada na hipótese de que este aluno enquanto profissional não deverá só conhecer a legislação, mas também saber aplicá-la, e para tal, propõe-se que leiam a legislação e formulem ideias de como aplicar as diretrizes que ali constam. As ideias são discutidas e ao final, por meio de conversa, a maioria dos alunos declara satisfação com a atividade, pois sente-se mais próximo da atuação profissional. Ao longo da disciplina são discutidas as etapas de planejamento de uma atividade educativa e vivenciam algumas atividades em sala, ministradas pelo professor. Posteriormente, os alunos elaboram uma atividade e a executam. No início a execução das atividades ocorria em sala, como forma de apresentação prática, além da entrega do plano de ação. Entretanto, em conversa com os alunos durante a finalização da disciplina notou-se a necessidade de vivenciar e apresentar a atividade ao público. Nos semestres seguintes os docentes do curso e estudantes da instituição de ensino eram convidados a participarem da execução, representando o público alvo. De maneira geral, os alunos avaliavam a experiência como positiva. Entretanto, mediante a necessidade de mostrar ao aluno a vivência com diferentes públicos, no último semestre letivo de 2018 mudou-se a

proposta, em que agora os alunos deveriam escolher um local e público a ser executada a atividade, pedir autorização aos responsáveis, fazer uma visita como forma de diagnosticar os possíveis assuntos a serem abordados, escolher o tema, elaborar a atividade e executá-la. Vale lembrar que todos os alunos da turma deveriam entrar em um consenso e escolher somente um lugar. Os passos da escolha do local e público, o pedido de autorização e o diagnóstico trabalham a dimensão do ser, que inclui proatividade, tomada de decisão, respeito e trabalho em equipe. Os relatos da etapa do diagnóstico são muito interessantes, pois os alunos relataram se surpreenderem com a falta de informação sobre nutrição, pois muitas vezes acham que todos têm acesso a estas informações, o que lhes parece óbvio. Os relatos demonstraram satisfação na atividade e entusiasmo em praticar a nutrição no 4º semestre. Neste semestre em questão, a turma do matutino selecionou uma escola de ensino infantil e fundamental I que abrangia dos 4 aos 10 anos e resolveu trabalhar diferentes assuntos sobre alimentação saudável. Já a turma do noturno selecionou uma escola que atendia no período noturno a educação de jovens e adultos, que abrangia dos 18 e mais anos, sendo um público bem diversificado. Nesta turma os temas voltaram-se mais para as doenças e os cuidados nutricionais. Durante a elaboração da atividade, que ocorreu em sala, os alunos foram instigados pelo professor a elaborar a técnica mais adequada segundo a teoria e os relatos práticos do professor, além dos instrumentos mais adequados. Na disciplina, a confecção das atividades deve conter materiais recicláveis e os temas devem permear a sustentabilidade, tema transversal do curso, discutido em muitos encontros sobre saúde. No dia da execução o professor acompanhou os alunos, que apresentaram a atividade ao público na presença do professor, como método avaliativo. Notou-se que alguns grupos foram mais criativos, entretanto, os próprios grupos menos criativos conseguiram visualizar os outros grupos e apontar o que deveriam ou poderiam melhorar. Por se tratar de um público adulto, notou-se que os alunos do período noturno tiveram maior preocupação com a teoria, além de trazer um material lúdico com muito capricho. A turma do matutino, por ter trabalhado com crianças, estava mais centrada em escolher as palavras certas para explicar às crianças um conteúdo científico e agradar ao público infantil. Em conversa para fechamento da disciplina, os alunos demonstraram satisfação na atividade, como uma experiência profissional, trabalhando-se a dimensão do fazer da profissão. Na visão do professor, os trabalhos com o público trouxeram mais cuidados em todo o processo de elaboração e execução da atividade. Acrescentou-se a discussão da ética na publicação de foto ou

disseminação de informações sobre o local e o público atendido, trabalhando-se novamente a dimensão do ser. **Considerações finais:** Trazer a prática com o público real para a disciplina possibilitou trabalhar as três dimensões educacionais, que incluem o ser, fazer e conhecer. Além disto, a experiência positiva demonstrou a necessidade de melhorias constantes na condução da disciplina e do olhar atento do professor nos sinais verbais e subtendidos das necessidades do aluno em vivenciar a prática profissional. Como professor amante desta área de atuação do profissional nutricionista, é gratificante ver os resultados e satisfatório conduzir a disciplina.

Palavras-chave: Educação Alimentar e Nutricional. Prática Profissional. Promoção da Saúde. Estudantes.

Referências:

1. Brasil. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas. Brasília: MDS; 2012.
2. Franco AC, Boog MCF. Relação teoria-prática no ensino de educação nutricional. Rev. Nutr. 2007;20(6):643-655.
3. Prado BG, Guimarães LV, Lopes MAL, Bergamaschi D. Efeito de ações educativas no consumo de alimentos no ambiente escolar. Nutrire 2012; 37(3):281-292.
4. Prado BG, Fortes ENS, Lopes MAL, Guimarães LV. Ações de educação alimentar e nutricional para escolares: um relato de experiência. Demetra; 2016;11(2);369-382