



UNIVERSIDADE FEDERAL DE OURO PRETO
ESCOLA DE NUTRIÇÃO



LAURA DE SOUSA RIBEIRO

RELATO DE CASO: TEATRO E ATIVIDADES LÚDICAS NA PROMOÇÃO DA
EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NAS ESCOLAS

OURO PRETO -MG

2025

LAURA DE SOUSA RIBEIRO

**RELATO DE CASO: TEATRO E ATIVIDADES LÚDICAS NA PROMOÇÃO DA
EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NAS ESCOLAS**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Colegiado do Curso de Nutrição da Escola de Nutrição da Universidade Federal de Ouro Preto, como requisito parcial para obtenção do título de bacharel em Nutrição.

Orientadora: Prof. Dra. Silvana Mara Luz Turbino Ribeiro

Professoras colaboradoras: Prof. Dra. Adriana Lúcia Meireles e Prof. Dra. Raquel de Deus Mendonça.



FOLHA DE APROVAÇÃO

Laura de Sousa Ribeiro

Relato de caso: Teatro e Atividades Lúdicas na Promoção da Educação Alimentar e Nutricional nas Escolas (2018-2023)

Monografia apresentada ao Curso de Nutrição da Universidade Federal de Ouro Preto como requisito parcial para obtenção do título de Nutricionista.

Aprovada em 10 de abril de 2025

Membros da banca

Dr^a. Silvana Mara Luz Turbino Ribeiro- Orientadora - Universidade Federal de Ouro Preto

Dr^a. Joana Ferreira do Amaral - Universidade Federal de Ouro Preto

Dr^a. Simone de Fátima Viana da Cunha - Universidade Federal de Ouro Preto

Silvana Mara Luz Turbino Ribeiro, orientadora do trabalho, aprovou a versão final e autorizou seu depósito na Biblioteca Digital de Trabalhos de Conclusão de Curso da UFOP em 24/07/25.



Documento assinado eletronicamente por **Silvana Mara Luz Turbino Ribeiro, CHEFE DO DEPARTAMENTO DE NUTRIÇÃO CLÍNICA E SOCIAL**, em 24/07/2025, às 17:25, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site http://sei.ufop.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **0948117** e o código CRC **0B83DEC7**.

Dedico todo e qualquer sucesso meu aos meus pais e avós que, sob muito sol, me fizeram chegar até aqui pela sombra e com água fresca.

AGRADECIMENTOS

Dedico este trabalho com minha mais sincera gratidão aos pilares da minha vida, que sempre estiveram ao meu lado, ao longo de toda a minha jornada acadêmica.

À minha mãe Renata, exemplo de força e determinação, que me ensinou a ser uma mulher forte e independente. Sua coragem, dedicação e incansável amor me inspiraram a nunca desistir e a seguir em frente, não importa o desafio.

Ao meu pai Rômulo, exemplo de força, dedicação e perseverança. Ele sempre acreditou no poder transformador da educação e fez tudo ao seu alcance para que eu pudesse alcançar meus objetivos acadêmicos.

Aos meus avós, em especial a dona Valda e dona Ana (*in memoriam*), que com suas habilidades e força, sustentaram nossa família com máquinas de costura. Com suas mãos dedicadas, não apenas construíram um sustento, mas também um legado de trabalho, resiliência e amor.

Este trabalho é, em grande parte, fruto do amor de vocês. Sem a presença e apoio de cada um de vocês, esse momento não seria possível. Agradeço a Deus todos os dias por ter me dado a bênção de tê-los em minha vida. Amo vocês do fundo do meu coração.

Agradeço também aos meus colegas envolvidos na ação aqui desenvolvida. Compartilhar essa trajetória com vocês não só me rendeu frutos acadêmicos, como também lembranças e momentos que guardarei pra sempre.

À Escola de Nutrição, minha eterna gratidão por ter sido o espaço onde cresci academicamente e pessoalmente. À Universidade Federal de Ouro Preto, por oferecer uma formação de excelência e por proporcionar um ambiente de ensino, pesquisa e extensão que transforma vidas. À Pró-Reitoria de Extensão e Cultura, pelo incentivo e apoio às ações que levam o conhecimento além dos muros da universidade, permitindo que a Nutrição cumpra seu papel social de forma ativa e transformadora. À minha orientadora, Silvana, por toda paciência e apoio.

Por fim, meu sincero agradecimento a todos que, de alguma forma, fizeram parte desta etapa tão significativa da minha vida. Mesmo aqueles que estiveram longe, mas sempre estiveram presentes com palavras de apoio, gestos de carinho e sorrisos de incentivo. Esses momentos foram fundamentais para que eu chegasse até aqui.

RESUMO

Este trabalho relata a experiência do projeto de extensão universitária “Desenvolvendo Práticas Alimentares Saudáveis nas Escolas do Município de Mariana e Ouro Preto/MG/Brasil”, desenvolvido entre 2018 e 2023, que utilizou metodologias lúdicas, como teatro adaptado, para promover a Educação Alimentar e Nutricional em escolas públicas. O objetivo principal foi descrever o planejamento, a execução e os resultados dessas ações, destacando seu impacto no comportamento alimentar das crianças, as adaptações necessárias durante a pandemia de COVID-19 e as lições aprendidas para futuras intervenções. A metodologia baseou-se em uma abordagem qualitativa, com análise documental de registros do projeto, incluindo relatórios, fotografias e avaliações das escolas. As atividades foram direcionadas a crianças de diferentes faixas etárias, com estratégias adaptadas a cada uma, sendo o teatro da *Chapeuzinho Vermelho* a atividade mais bem recebida, especialmente entre crianças de 3 a 5 anos. Durante a pandemia, o projeto foi adaptado para o formato remoto, com a produção de vídeos educativos, podcasts e e-books, que ampliaram o alcance das ações para as famílias. Os resultados indicaram maior receptividade das crianças às abordagens lúdicas, mudanças positivas nos hábitos alimentares e a importância da flexibilidade metodológica em contextos adversos. Conclui-se que a integração de atividades criativas no ambiente escolar é eficaz para a promoção de hábitos saudáveis, reforçando o papel da extensão universitária na articulação entre conhecimento acadêmico e demandas sociais.

Palavras-chave: educação alimentar; extensão universitária; metodologias lúdicas; promoção de hábitos saudáveis; teatro educacional.

ABSTRACT

This study reports the experience of the university extension project "*Developing Healthy Eating Practices in Schools of Mariana and Ouro Preto/MG/Brazil*", conducted between 2018 and 2023, which employed playful methodologies, such as adapted theater, to promote Food and Nutrition Education in public schools in the municipalities of Mariana and Ouro Preto, Minas Gerais, Brazil. The main objective was to describe the planning, implementation, and outcomes of these actions, emphasizing their impact on children's eating behaviors, the necessary adaptations during the COVID-19 pandemic, and the lessons learned for future interventions. The methodology was based on a qualitative approach, involving document analysis of project records, including reports, photographs, and school evaluations. Activities were tailored to different age groups, with the adapted *Little Red Riding Hood* theater being the most well-received activity, particularly among children aged 3 to 5. During the pandemic, the project transitioned to a remote format, producing educational videos, podcasts, and e-books, which expanded the reach of the initiative to families. The results indicated greater child engagement with playful approaches, positive changes in eating habits, and the importance of methodological flexibility in challenging contexts. The study concludes that integrating creative activities into school environments is effective in promoting healthy habits, reinforcing the role of university extension in bridging academic knowledge and societal needs.

Keywords: food education; university extension; playful methodologies; promotion of healthy habits; educational theater.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 - Contação de história com os alunos do Centro de Educação Municipal Padre Avelar (2018).	22
Figura 2 - Realização da atividade do projeto com os alunos da Escola Municipal Monsenhor José Cota (2018).	23
Figura 3 - Material produzido pelos alunos do projeto utilizado na “Gincana dos Alimentos” (2018).	23
Figura 4 - Material produzido pelos alunos do projeto utilizado na “Gincana dos Alimentos” (2018).	24
Figura 5 - Material produzido pelos alunos do projeto utilizado no “Semáforo Alimentar” (2018).	24
Figura 6 - Ação desenvolvida com as crianças da Escola Dom Luciano (2019).	25
Figura 7 - Contação de história com as crianças da Escola Municipal de Passagem de Mariana - Turno da manhã (2019)	26
Figura 8 - Interpretação do teatro adaptado Chapeuzinho Vermelho na Creche Criança Feliz (2022).	28
Figura 9 - Interpretação do teatro adaptado Chapeuzinho Vermelho na Creche Zezinho Pedrosa (2022).	29
Figura 10 - Interpretação do teatro adaptado Chapeuzinho Vermelho na Creche Zezinho Pedrosa (2022).	29
Figura 11 - Interpretação do teatro adaptado Chapeuzinho Vermelho (2023).	30
Figura 12 - Interpretação do teatro adaptado Chapeuzinho Vermelho (2023).	30
Figura 13 - Relatório da Secretaria Municipal de Educação de Ouro Preto quanto às ações desenvolvidas em 2023.	34
Figura 14 - Relatório das atividades realizadas em 2021.	35
Figura 15 - Relatório da nutricionista do setor da alimentação escolar da Secretaria Municipal de Educação de Ouro Preto com relação às atividades desenvolvidas em 2022.	36
Figura 16 - Relatório de uma integrante da equipe discente quanto à avaliação do projeto no ano de 2021.	39

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 - Ano da ação, público alvo, ações desenvolvidas, faixa etária contemplada e o número de alunos atendidos.	31
Quadro 2 - Avaliações e sugestões realizadas pelos responsáveis pelas escolas das ações realizadas .	37
Quadro 3 - Avaliações realizadas pelos discentes das ações realizadas.	38

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

EAN - Educação Alimentar e Nutricional

INN - Instituto Nacional de Nutrição

MDS - Ministério do Desenvolvimento Social

OMS - Organização Mundial da Saúde

PAT - Programa Nacional do Trabalhador

PNAE - Programa Nacional de Alimentação Escolar PNAN - Política Nacional de Alimentação e Nutrição

PNSAN - Política Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional

UFOP - Universidade Federal de Ouro Preto

ZDP - Zona de Desenvolvimento Proximal

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	10
2. OBJETIVOS	12
2.1 OBJETIVO GERAL	12
2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	12
3. JUSTIFICATIVA	12
4. REFERENCIAL TEÓRICO	13
4.1 ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL	13
4.2 EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL	15
4.3 ESCOLA COMO GRUPO SOCIAL	17
4.4 A UTILIZAÇÃO DE METODOLOGIAS LÚDICAS NO PROCESSO EDUCATIVO	18
5. METODOLOGIA	21
6. RESULTADOS E DISCUSSÃO	22
6.1 O PROJETO E A EXECUÇÃO AS AÇÕES	22
6.2 ADESÃO E PARTICIPAÇÃO	33
6.3 IMPACTO DA PANDEMIA	34
6.4 AVALIAÇÕES	35
7. CONSIDERAÇÕES FINAIS	42
8. CONCLUSÃO	44
9. REFERÊNCIAS	45

1. INTRODUÇÃO

A alimentação adequada e saudável durante a infância representa um dos principais determinantes para o desenvolvimento integral do indivíduo, com impactos que perduram a vida toda. Segundo o Ministério da Saúde (2015) práticas alimentares inadequadas nos primeiros anos de vida estão intimamente relacionadas à morbimortalidade de crianças. Além disso, esses hábitos influenciam diretamente as escolhas alimentares e a saúde das crianças ao longo das diferentes fases da vida (BRASIL, 2009).

Nesse contexto, a Educação Alimentar e Nutricional (EAN) surge como estratégia fundamental, sendo reconhecida como instrumento essencial para promoção da saúde e prevenção de agravos nutricionais (BRASIL, 2008). O ambiente escolar constitui espaço privilegiado para o desenvolvimento de práticas alimentares e de vida saudáveis através de ações de EAN, que devem fazer uso de abordagens e recursos pedagógicos que favoreçam a aprendizagem considerando as diferentes faixas etárias e públicos (BRASIL, 2012).

Dentre as estratégias pedagógicas utilizadas, as atividades lúdicas se destacam como ferramentas poderosas na educação dos escolares. O uso de jogos, teatro e contação de histórias facilita o processo de aprendizagem, tornando-o mais dinâmico, envolvente e adequado às diferentes idades (BARROS; COSTA; MIRANDA, 2019). No contexto da EAN, tais metodologias ajudam as crianças a se relacionarem positivamente com os alimentos e a formarem hábitos alimentares mais saudáveis de maneira natural e divertida (BRASIL, 2018). Através de projetos de EAN com a utilização de metodologias lúdicas, é possível sensibilizar a comunidade escolar, pais e alunos, para hábitos saudáveis de alimentação, especialmente no ambiente escolar, que exerce grande influência na formação de hábitos alimentares desde a infância (NASCIMENTO; FARIAS, 2020).

A universidade, ao envolver-se em ações de extensão, pode promover práticas educacionais e sociais que qualificam o conhecimento científico e popular, promovendo a transformação social (FLORES; MELLO, 2020). Nesse sentido, as ações de extensão universitária desempenham um papel transformador na promoção da saúde e na construção de hábitos alimentares mais saudáveis desde a infância. No ensino superior, elas oferecem uma oportunidade para os estudantes aplicarem os conhecimentos teóricos adquiridos em sala de aula em contextos reais, diretamente ligados às necessidades da comunidade (SANTANA, 2021).

Dessa forma, a universidade, por meio de projetos extensionistas que trabalham a

EAN no ambiente escolar, constitui uma estratégia essencial para a promoção da saúde pública. Ao integrar os conceitos de alimentação saudável com metodologias lúdicas, cria-se um ambiente propício para o desenvolvimento de hábitos alimentares mais conscientes e sustentáveis, prevenindo agravos nutricionais e contribuindo para a qualidade de vida ao longo da vida.

O presente relato justifica-se pela necessidade de documentar a experiência acumulada ao longo de cinco anos de ação extensionista, evidenciando as aprendizagens, desafios e transformações ocorridas no decorrer desse período. Destaca-se, em especial, as adaptações metodológicas implementadas durante a pandemia, bem como o impacto positivo observado nas escolas e nas famílias atendidas, reforçando a importância da Educação Alimentar e Nutricional no ambiente escolar.

2. OBJETIVOS

2.1 Objetivo Geral

Relatar as experiências, desafios e resultados de uma ação de extensão voltada à promoção da Educação Alimentar e Nutricional para crianças de diferentes faixas etárias, realizada em escolas da rede pública nos municípios de Ouro Preto (MG) e Mariana (MG), no período de 2018 a 2023.

2.2 Objetivos Específicos

- Descrever o planejamento, execução e adaptações realizadas;
- Analisar o impacto das atividades presenciais e remotas;
- Relatar os desafios enfrentados durante a pandemia e as estratégias inovadoras adotadas;
- Compartilhar lições aprendidas para futuras ações extensionistas em EAN no ambiente escolar.

3. REFERENCIAL TEÓRICO

3.1 ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

A alimentação adequada e saudável desempenha um papel fundamental na promoção da saúde e na prevenção de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), como obesidade, diabetes e hipertensão. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), manter uma dieta equilibrada ao longo da vida é essencial para garantir o funcionamento adequado do organismo, melhorar a qualidade de vida e aumentar a longevidade (OPAS, 2019).

A composição exata de uma dieta saudável varia de acordo com as características de cada indivíduo, como idade, sexo, contexto cultural, disponibilidade de alimentos e hábitos alimentares. Ainda sim, os princípios básicos que constituem o conceito de alimentação saudável continuam os mesmos: um padrão alimentar saudável é aquele que oferece proporções equilibradas de macro e micronutrientes, suficientes para atender às necessidades de cada indivíduo, garantindo o funcionamento adequado do metabolismo, o crescimento e o desenvolvimento. Além disso, inclui uma ingestão reduzida de alimentos prejudiciais, como os ricos em gorduras trans, processados e ultraprocessados (BRASIL, 2007).

A adoção de hábitos alimentares saudáveis não deve ser vista apenas como prevenção de doenças, mas também como uma estratégia para promover o bem-estar e a melhora da qualidade de vida. Estudos demonstram que uma alimentação rica em nutrientes, aliada a um estilo de vida ativo, contribui para a melhora da função imunológica, o aprimoramento do desempenho cognitivo e manutenção da saúde mental (Grajek et al., 2022).

O processo de urbanização no Brasil, aliado às transformações decorrentes da transição epidemiológica, impulsionou a expansão na produção e disponibilidade de alimentos industrializados. Esse cenário contribuiu para uma significativa alteração nos hábitos alimentares da população, com o consumo de alimentos processados e ultraprocessados tornando-se cada vez mais predominante no cotidiano da população (SOUZA et al., 2017).

Como consequência desse cenário, o padrão de doenças no país foi alterado, com a substituição de doenças transmissíveis por DCNT. A prevalência de doenças crônicas e suas complicações têm provocado transformações no perfil de saúde da população, impactando diretamente a demanda pelos serviços de saúde. Esse cenário também eleva os custos, devido à crescente necessidade de tecnologias avançadas para o manejo e tratamento dessas condições (Goulart, 1999).

A implementação de políticas públicas eficazes e a promoção da educação nutricional

tornam-se essenciais para estimular escolhas alimentares mais conscientes e saudáveis (BRASIL, 2018).

Diante desse contexto, a OMS, por meio da Estratégia Global para a Promoção da Alimentação Saudável, Atividade Física e Saúde, enfatiza a importância dos governos elaborarem e revisarem periodicamente diretrizes nacionais sobre alimentação e nutrição. Essas diretrizes devem considerar as transformações nos padrões alimentares e nas condições de saúde da população, com o objetivo de fortalecer a EAN (BARRETO, 2005).

A criação de guias alimentares faz parte de um conjunto de ações intersetoriais voltadas para a melhoria dos padrões alimentares e nutricionais da população, com o propósito de promover a saúde de forma abrangente. Dessa forma, o Ministério da Saúde publicou em 2006 o “Guia Alimentar para a População Brasileira – Promovendo a Alimentação Saudável para a nossa população”. O referido guia tornou-se um marco importante na promoção da alimentação adequada e saudável, destacando-se como um referencial na área da saúde (BRASIL, 2014).

As orientações da OMS, sobre a necessidade de atualização constante das recomendações que definem o conceito de alimentação saudável, levaram à revisão do primeiro Guia Alimentar para a População Brasileira, resultando na publicação do segundo e atual guia em 2014. A versão atual segue as recomendações atualizadas com as mais recentes evidências científicas disponíveis, além de acrescentar especificidades às crianças menores de dois anos. As orientações contidas no Guia constituem um conjunto de informações e análises que tem como objetivo promover a saúde das pessoas, famílias e comunidades (AMBROSI; GRISOTTI, 2022).

O Guia Alimentar para a População Brasileira integra as ações voltadas à implementação das diretrizes da Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN) e reforça que a alimentação saudável é um direito de todos, devendo ser adequada em quantidade e qualidade nutricional, além de considerar os aspectos culturais e comportamentais relacionados aos hábitos alimentares. O documento foi desenvolvido com o objetivo de abordar a alimentação saudável considerando todos esses fatores envolvidos com a alimentação, de forma a não relacionar somente aos nutrientes mas também ao comportamento alimentar (SANTOS, 2021).

Dentro dessa perspectiva, o Guia não se limita a ser um instrumento de EAN, mas também funciona como um elemento impulsionador de políticas públicas além da área da saúde. Ele está alinhado ao conceito de Segurança Alimentar e Nutricional, promovendo a qualidade da alimentação por meio da oferta de alimentos mais saudáveis, variados e que respeitem as tradições alimentares locais (BRASIL, 2014).

3.2 EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL

A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) é um processo pedagógico essencial para a formação de hábitos alimentares saudáveis. Ela é reconhecida como um campo de ação da Segurança Alimentar e Nutricional e da Promoção da Saúde, contribuindo para a prevenção de doenças relacionadas à alimentação, o fortalecimento dos hábitos alimentares locais, a redução do desperdício de alimentos e a promoção do consumo sustentável (BRASIL, 2012 p.13).

As EANs surgiram a partir da necessidade de abordar os desafios relacionados à alimentação inadequada e suas consequências na saúde pública. Em meados de 1930, durante a formação do Parque Industrial Nacional, foram elaboradas e instituídas leis trabalhistas que expõem a situação de desigualdade e fome no país. Assim, surgem as conhecidas como primeiras ações de EAN para os trabalhadores, com o objetivo de instruí-los à alimentação adequada (BRASIL, 2012 p.10).

O conceito começou a ganhar forma com a criação do Instituto Nacional de Nutrição (INN) em 1940, que tinha como objetivo combater a desnutrição e disseminar práticas alimentares saudáveis. As campanhas educativas da época buscavam ensinar a população sobre o valor nutricional dos alimentos e formas de preparo acessíveis (ACUÑA, CRUZ, 2003). A partir daí, a história das EANs associou-se ao avanço da ciência da nutrição, às mudanças nos padrões alimentares e ao desenvolvimento de políticas públicas que visassem tanto a segurança alimentar quanto a promoção de hábitos saudáveis

O desenvolvimento da EAN consolidou-se na década de 1980, quando ela passou a integrar políticas públicas mais amplas, como o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) e o Programa Nacional do Trabalhador (PAT) (SANTANA, 2022). O conceito evoluiu para incluir não apenas a educação sobre nutrientes, mas também questões culturais, sociais e sustentáveis relacionadas à alimentação, ganhando destaque com o lançamento do primeiro Guia Alimentar para a População Brasileira em 2006 (BRASIL, 2013).

No âmbito do PNAE, o fortalecimento gradual do conceito de EAN resultou na promulgação da Lei Nº 11.947, de 2009, que estabelece, entre suas diretrizes, *"a inclusão da educação alimentar e nutricional no processo de ensino e aprendizagem, integrando o tema alimentação e nutrição ao currículo escolar e promovendo o desenvolvimento de práticas saudáveis de vida, com foco na segurança alimentar e*

nutricional". Além disso, essa legislação também contempla outras ações que favorecem diretamente a EAN, como a definição dos alimentos que serão disponibilizados aos estudantes (BRASIL, 2009).

O conceito de EAN também foi amplamente discutido e trabalhado na fundação da Política Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (PNSAN), sancionada em 2010, com a finalidade de garantir o direito humano à alimentação adequada, fundamentada em práticas alimentares que favoreçam a saúde (BRASIL, 2006).

Devido a ausência de diretrizes que orientassem a implementação da Política Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, foi realizado em 2011 o 1º Encontro Nacional de Educação Alimentar e Nutricional - Discutindo Diretrizes, organizado pelo Ministério do Desenvolvimento Social (MDS), juntamente com os Ministérios da Educação e da Saúde. O objetivo principal do evento foi ampliar o debate sobre o tema nas políticas públicas e elaborar uma abordagem intersetorial para incentivar hábitos alimentares saudáveis (BRASIL, 2012).

Esse encontro, junto com a Atividade Integradora sobre Educação Alimentar e Nutricional, a Oficina de EAN nas Políticas Públicas no congresso *World Nutrition* Rio 2012 e outros documentos, culminou no lançamento, no final de 2012, do Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas (BRASIL, 2010).

Elaborado pelo Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome, o Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas, é um documento essencial para orientar e consolidar as práticas de EAN no Brasil. Esse documento tem como objetivo promover um ambiente comum de segurança Alimentar e Nutricional que partam da ação pública, contemplando todos os setores vinculados à alimentação, desde a produção até seu consumo, contribuindo para melhora na qualidade de vida dos consumidores (BRASIL, 2021).

O Marco também enfatiza que é fundamental expandir o debate sobre as potencialidades, os desafios e as formas de implementação, já que o escopo de sua atuação ainda não está claramente delineado. Também aponta a escassa visibilidade das iniciativas bem-sucedidas e a fragilidade nos processos de planejamento (BRASIL, 2012).

Atualmente, a EAN é reconhecida como um campo transdisciplinar, multissetorial e multiprofissional. Dessa maneira, estimular a reflexão sobre escolhas alimentares saudáveis com ações, significa lidar com o sociocultural, o biológico e o ambiental de cada indivíduo (BRASIL, 2018).

3.3 ESCOLA COMO GRUPO SOCIAL

A escola, enquanto instituição social, desempenha um papel fundamental na formação de indivíduos e na construção de valores, normas e práticas sociais. Considerada um grupo social, a escola é vista não apenas como um local de transmissão de conteúdos acadêmicos, mas também como um ambiente de interação, onde os alunos aprendem a conviver, a desenvolver competências sociais e a internalizar normas culturais que, por sua vez, influenciam seus hábitos e práticas cotidianas (WIECZORKIEWICZ; BAADE, 2020).

O conceito de “escola” como instituição organizada para o ensino formal, passou por uma longa evolução ao longo dos séculos. A educação formal tem suas raízes nas primeiras civilizações, como a Mesopotâmia, o Egito, a China e a Índia, onde havia a necessidade de transmitir conhecimentos especializados para a administração, religião, comércio e outras áreas (LIMA, 2019).

Na sociedade moderna, o conceito de Educação é influenciado por uma variedade de perspectivas teóricas. O primeiro autor a estabelecer as bases para um estudo sociológico da escola foi Émile Durkheim, ao buscar conferir um status científico à Sociologia, se tornando um dos pioneiros na análise da função social da educação, que destaca a escola como um meio fundamental de socialização (DUBET; MARTUCELLI, 1997).

Para Durkheim (1978), a escola é a instituição responsável por transmitir as normas e valores sociais, garantindo a coesão e a continuidade da sociedade. Ele acredita que a escola desempenha um papel essencial na formação do indivíduo, preparando-o para sua participação ativa na sociedade.

Em contrapartida, John Dewey, filósofo e pedagogo norte-americano, ressalta a relevância da escola como um ambiente democrático de aprendizagem, destacando que ela não deve se limitar a ser apenas um espaço de instrução, mas também um local que estimula a participação ativa e o desenvolvimento do pensamento crítico. Nesse sentido, ele defende que a função social da escola vai além da mera reprodução de normas sociais, incluindo a formação de cidadãos autônomos e comprometidos (CAFFAGNI, 2024).

Por sua vez, Paulo Freire, educador e filósofo brasileiro, propõe que a escola seja um ambiente de reflexão crítica, onde o conhecimento deve ser construído de maneira coletiva, por meio da troca de experiências e do questionamento das realidades impostas (OLIVEIRA, GHIGGI, 2004).

Dessa forma, a escola, enquanto grupo social, é um espaço dinâmico e interativo, onde se constroem e se disseminam práticas culturais, sociais e alimentares, atuando como um

agente de transformação social, refletindo a importância de um ambiente educativo que favoreça o desenvolvimento integral dos indivíduos (GIUGLIANI, 2020).

Teóricos como Dewey e Freire destacam a escola como um espaço vital para a aprendizagem e a mudança de atitudes, tornando-a um local ideal para o desenvolvimento de práticas que promovam a saúde e o bem-estar de seus alunos e da comunidade escolar como um todo (SILVA, GIGGHI, 2009).

3.4 A UTILIZAÇÃO DE METODOLOGIAS LÚDICAS NO PROCESSO EDUCATIVO

A utilização de metodologias lúdicas no processo educativo tem se consolidado como uma abordagem eficaz para promover a aprendizagem de forma mais significativa, engajante e prazerosa. Essas metodologias são baseadas no uso de jogos, brincadeiras e atividades criativas, com o objetivo de tornar o aprendizado mais acessível e interessante para os alunos, além de promover o desenvolvimento de diversas competências (BARROS; COSTA; MIRANDA, 2019).

Lev Vygotsky foi um psicólogo renomado por suas contribuições ao estudo do desenvolvimento da aprendizagem por meio de metodologias lúdicas. Com amplo conhecimento em diversas áreas, dedicou-se ao entendimento das funções cerebrais, do desenvolvimento intelectual infantil, da cultura, das relações sociais e da linguagem. Seu principal objetivo era compreender os processos da cognição humana a fim de aperfeiçoar o processo de aprendizagem (SANTOS; LESSA; ARUEIRA, 2022).

Vygotsky também introduziu o conceito de zona de desenvolvimento proximal (ZDP) como uma das ideias centrais de sua teoria. A ZDP se refere à distância entre o nível de desenvolvimento real de uma criança, que é determinado pelas habilidades que ela consegue realizar sozinha, e o nível de desenvolvimento potencial, que a criança pode alcançar com o apoio de um adulto ou de colegas mais experientes, destacando assim a importância da mediação social no processo de aprendizagem (CHAIKLIN, 2011).

Vygotsky argumenta que a aprendizagem é mais eficaz quando as atividades de ensino estão situadas dentro da ZDP da criança, ou seja, quando as tarefas apresentadas são desafiadoras, mas não impossíveis de serem realizadas com apoio (SCHERER, 2013).

Outros autores também citam a importância de metodologias lúdicas no processo de aprendizagem. Para Donald Winnicott (1975) pediatra e psicanalista inglês, crianças se envolvem com mais naturalidade nas brincadeiras quando têm a oportunidade de interagir com outras pessoas que também estão disponíveis e dispostas a participar. É justamente nesse

espaço de interação, onde o brincar da criança se encontra com o brincar do adulto, que surgem inúmeras possibilidades de compartilhar trocas e experiências enriquecedoras (WINNICOTT, 1975).

O teatro e as atividades lúdicas, como os jogos teatrais, são amplamente utilizados como ferramentas pedagógicas nos processos de ensino e aprendizagem, além de desempenharem um papel importante na formação de valores culturais e morais em diversas culturas (SILVA; MAIA, 2016). Essa metodologia proporciona um espaço de aprendizagem ativo e participativo, onde os alunos podem ampliar suas habilidades de interpretação e empatia. A interação com os colegas e com os educadores também contribui para o desenvolvimento da zona de desenvolvimento proximal, pois o teatro estimula a cooperação e o aprendizado em grupo (MATIAS, 2024).

As metodologias lúdicas, disfarçadas de inocentes brincadeiras, tratam-se de uma oportunidade de crescimento por meio de experimentações, imitações da realidade e descobertas, em um espaço onde a invenção é permitida. Uma experiência na qual a sociabilidade, a interação com os outros e o desenvolvimento da criatividade são encorajados, estimulando a curiosidade. Dessa forma, a criança é capaz de conquistar maior autoconfiança e autoestima, aprimorando sua linguagem, pensamento e concentração (SANTOS, 2016).

Buscando relatar o planejamento, execução e desafios enfrentados ao desenvolver ações vinculadas à um projeto de extensão voltada à realização de ações de EAN nas escolas, esse relato tem por finalidade compartilhar e expor a importância de se trabalhar a nutrição no ambiente escolar, com o objetivo de formar hábitos alimentares saudáveis.

Por meio de metodologias lúdicas, como oficinas e teatros, as crianças aprendem a fazer escolhas alimentares mais nutritivas, o que contribui para um melhor desenvolvimento e uma saúde mais equilibrada. Além disso, essas ações têm um efeito multiplicador, influenciando também as famílias e a comunidade, promovendo a conscientização sobre a importância da alimentação saudável e a prevenção de doenças ao longo da vida.

4. METODOLOGIA

O presente trabalho caracteriza-se como um relato descritivo com abordagem qualitativa, tendo como base a análise documental dos registros das atividades extensionistas realizadas entre os anos de 2018 e 2023. A exposição visa relatar as experiências, desafios e resultados de uma ação de extensão voltada à realização de ações de EAN com crianças de diferentes faixas etárias, realizada em escolas da rede pública nos municípios de Ouro Preto (MG) e Mariana (MG), além de compreender o impacto das ações de EAN promovidas.

São apresentadas as ações de EAN desenvolvidas com os escolares, detalhando o planejamento, as atividades realizadas e a participação dos alunos no projeto. A experiência permite avaliar a aplicação prática dos conceitos teóricos, contribuindo para o aprimoramento das práticas educativas na área. A metodologia adotada para a coleta de dados envolveu a análise dos projetos e relatórios anuais das atividades, os quais continham descrições das ações planejadas, público estimado e locais de realização.

Para documentar e descrever as ações realizadas durante a vigência do projeto, buscou-se acesso aos documentos relacionados, incluindo planos de trabalho, pastas em drives, publicações em redes sociais, submissões no Encontro de Saberes e registros na Pró-Reitoria de Extensão e Cultura da Universidade Federal de Ouro Preto (UFOP). As atividades elaboradas durante todo o projeto foram escaneadas e analisadas de acordo com a temática e levando em consideração o contexto em que os alunos se encontravam e os conceitos que foram abordados durante todo o trabalho.

5. RESULTADOS E DISCUSSÃO

5.1 O PROJETO E A EXECUÇÃO DAS AÇÕES

A implementação do projeto de EAN nas escolas permitiu a análise dos hábitos alimentares das crianças e a avaliação da receptividade das atividades desenvolvidas. Durante o período de realização, foram observadas mudanças no interesse e no comportamento dos alunos em relação à alimentação, bem como o engajamento dos professores e familiares no processo educativo.

O projeto foi desenvolvido com base em ações de EAN, utilizando metodologias lúdicas e participativas para promover hábitos alimentares saudáveis entre crianças, pais e funcionários das escolas. A abordagem foi adaptada ao longo dos anos para atender às necessidades específicas de cada público e contexto, incluindo a adaptação às restrições impostas pela pandemia de COVID-19.

Anualmente era realizada uma reunião com as diretoras e coordenadoras pedagógicas das escolas municipais para definição das faixas etárias, cronograma e atividades a serem realizadas nas escolas, trabalhando temas variados dentro do âmbito da EAN, com ferramentas lúdicas.

Para contextualizar o desenvolvimento do projeto, foi elaborada uma linha do tempo que descreve as principais atividades planejadas entre 2018 e 2023. Essa linha do tempo permite visualizar como o projeto evoluiu e se desenvolveu, fornecendo um panorama histórico para o relato de caso proposto.

Em 2018 a proposta do projeto surgiu com a demanda levantada pela direção da Escola Municipal Bento Rodrigues, em Mariana (MG), de realizar ações promotoras de hábitos alimentares saudáveis para os alunos da escola pertencente ao distrito de Bento Rodrigues, atualmente localizada na zona urbana do município de Mariana. Frente a esta solicitação percebeu-se a necessidade de ampliar o público alvo para todos os pré-escolares do município, uma vez que ações voltadas para a EAN nessa faixa etária são de extrema importância na formação dos hábitos alimentares.

As atividades iniciaram-se com reuniões dos discentes e as professoras responsáveis pelo projeto na Escola de Nutrição da UFOP, sucedendo-se de reuniões com os dirigentes da Secretaria Municipal de Educação de Mariana/MG, por fim, uma reunião com as coordenadoras pedagógicas das escolas selecionadas, para apresentação dos objetivos e procedimentos do trabalho.

Após acordado em reunião as datas para a execução das atividades, foram entregues às coordenadoras pedagógicas das escolas um questionário contendo questões relacionadas aos alimentos que os alunos consomem nos lanches, assim como questões sobre a viabilização da execução das atividades propostas. Com base no diagnóstico dos hábitos alimentares, foi planejada a execução de ações educativas, como oficinas com atividades lúdicas, com o objetivo de incentivar o consumo de frutas, legumes e verduras, reduzir a ingestão de sal, açúcar e gordura, além de diminuir o consumo de alimentos ultraprocessados.

Para a faixa etária de 3 a 5 anos, realizou-se o teatro através de uma modificação no roteiro da história da Chapeuzinho Vermelho, publicada por Charles Perrault em 1697, devido à grande aceitabilidade deste conto às crianças de primeira infância. Na história adaptada, a Chapeuzinho Vermelho leva alimentos saudáveis para sua vovózinha e, ao lembrar que esqueceu seu alimento preferido, deixa sua cesta sobre cuidados do lobo mau, que aparece no trajeto, para buscar o alimento, contudo, o lobo aproveita o momento e mistura alimentos não saudáveis na cesta ali presente. Diante da tristeza da Chapeuzinho ao se deparar com a bagunça em sua cesta, o Lobo Mau, arrependido e a fim de se desculpar, pede ajuda às crianças para retirar os alimentos não saudáveis da cesta. Na narrativa da história o Lobo Mau é bom.

Esta atividade gerou muita euforia e interesse nas crianças, e assim, de forma divertida trabalhamos conceitos relacionados ao que é saudável, não saudável, moderação e variedades para o consumo dos alimentos (Figuras 1 e 2).

Figura 1 - Contação de história com os alunos do Centro de Educação Municipal Padre Avelar (2018)



Fonte: Arquivos do projeto

Figura 2 - Realização da atividade do projeto com os alunos da Escola Municipal Monsenhor José Cota (2018)



Fonte: Arquivos do projeto

A abordagem com faixa etária de 6 a 7 anos, composta por 56 alunos, foi através da Gincana dos Alimentos, tendo os alimentos separados em caixas com cores verde e vermelha. Na caixa verde, com carinha feliz, eram colocados os alimentos “amigos da saúde”; já na caixa vermelha, com carinha triste, os alimentos que “fazem ficar doente” (Figuras 3 e 4).

Figura 3 - Caixa verde com os alimentos que “amigos da saúde” (2018)



Fonte: Arquivos do projeto

Figura 4 - Caixa vermelha com os alimentos que “fazem ficar doente” (2018)



Fonte: Arquivos do projeto

A separação dos alimentos nas caixas teve como finalidade descrever o conceito de alimentos saudáveis e não saudáveis, de forma satisfatória, para a compreensão dos alunos. Após a conclusão da gincana, criamos a “Patrulha da Alimentação” e os alunos, como integrantes da “Patrulha”, receberam crachás e botons com carinhas das caixas da gincana, delegando à eles a responsabilidade de classificar os alimentos de casa.

Para a faixa etária de 8 a 9 anos, com 52 escolares, foi trabalhado o Semáforo Alimentar, com o propósito de expor os princípios que regem a frequência adequada para o consumo de cada alimento apresentado aos escolares (Figura 5).

Figura 5 - Material produzido pelos alunos do projeto utilizado no “Semáforo Alimentar” (2018)



Fonte: Arquivos do projeto

Os alimentos foram dispostos da seguinte forma: alimentos que devem ser

consumidos, alimentos que devem ser moderados e alimentos que devem ser evitados, conforme as cores e seus respectivos significados em um semáforo. Entretanto, apesar de realizarem as ações propostas, não tivemos grande envolvimento com a atividade, fato que causou insegurança na continuação do projeto para essa faixa etária.

Em 2019, considerando a avaliação das atividades realizadas em 2018 pela equipe de professores e alunos envolvidos, as divisões das faixas etárias foram mantidas, mas com um público alvo muito maior. Neste ano, todas as crianças matriculadas nas escolas da Sede do Município de Mariana/MG foram atingidas, totalizando 1518 escolares (Figura 6).

Figura 6 - Ação desenvolvida com as crianças da Escola Dom Luciano (2019)



Fonte: Arquivos do projeto

Para a faixa etária de 3 a 5 anos, criou-se uma história denominada “Heróis da Alimentação”, uma vez que a participação desses personagens é capaz de gerar entretenimento para crianças dessa idade. Foi acrescentado ao roteiro os personagens da história da Chapeuzinho Vermelho, oriundos da contação de histórias da ação de 2018, com o intuito de despertar nas crianças a lembrança da antiga intervenção e familiarizá-las com os personagens. Na história, o Homem Aranha, chateado após brigar com seus amigos, encontra com o Lobo Mau, e este lhe oferece alimentos não saudáveis, a fim de alegrar o herói. Após consumirem os alimentos, o Homem Aranha começa a se sentir mal e entra em cena a Batgirl, Mulher Maravilha, Homem de Ferro e Chapeuzinho Vermelho, para compreender o que ocorreu. Neste momento, ele afirma ter ingerido muitos alimentos sugeridos pelo Lobo Mau, por serem saborosos e, quando questionado sobre a origem dos alimentos, ele não consegue responder.

Diante do relato do Homem Aranha, os Heróis, juntamente com a Chapeuzinho Vermelho, explicam, com a participação das crianças, a origem dos alimentos, abordando os benefícios e malefícios, e ensinando a diferenciar alimentos saudáveis dos que podem ser maléficis à saúde (Figura 7).

Figura 7 - Contação de história com as crianças da Escola Municipal de Passagem de Mariana - Turno da manhã (2019)



Fonte: Arquivos do projeto

Em 2020, com o intuito de expandir as ações de Educação Alimentar e Nutricional para outros municípios, a proposta foi apresentada para a Secretaria Municipal de Educação de Ouro Preto, para atender, em primeiro momento, um público estimado de 600 alunos, na faixa etária de 3 a 5 anos.

Inicialmente foi realizado um levantamento sobre os hábitos alimentares das crianças, por meio de rodas de conversa com os funcionários das escolas e os responsáveis pelos pré-escolares, visando o planejamento da intervenção a ser executada. De posse do diagnóstico sobre os hábitos alimentares, foram planejadas ações educativas para o novo município, assim como foram executadas em Mariana/MG.

Neste ano, com base na experiência acumulada em escolas de Mariana, foram desenvolvidas novas estratégias de Educação Alimentar e Nutricional voltadas para a infância. Essas estratégias resultaram na elaboração de materiais educativos, com o objetivo de contribuir com as atividades realizadas nas escolas.

O planejamento inicial continha três atividades desenvolvidas anteriormente em 2018: 1) Os alimentos amigos da minha saúde; 2) Os alimentos que me fazem ficar doente; 3) Teatro de Fantoches abordando a importância da alimentação e da nutrição para a saúde.

Entretanto, logo após a realização do planejamento anual do projeto, a pandemia da

COVID-19 trouxe um cenário imprevisto, resultando na suspensão das atividades e na necessidade de um novo planejamento, que incluía a elaboração de atividades a serem desenvolvidas no formato remoto.

Desta forma, já que não foi possível seguir o cronograma inicial, devido ao distanciamento social em decorrência da pandemia, o foco do projeto no restante do ano foi o desenvolvimento de um material dedicado aos escolares e os respectivos pais e/ou responsáveis, com diversos temas de interesse dentro da educação alimentar e nutricional, a ser entregue no ano seguinte.

Em 2021, ainda no cenário de isolamento social em decorrência da pandemia, o projeto foi adaptado e o material desenvolvido foi entregue. Diante da incerteza em relação ao formato das atividades escolares, devido à pandemia, a proposta foi idealizada no formato remoto e presencial, estimando um público de 500 alunos matriculados nas escolas do município.

As ações no formato remoto foram destinadas para os alunos do fundamental I, por meio de vídeos para estimular o interesse pelo consumo dos alimentos *in natura* ou minimamente processados, assim como orientações sobre o plantio de hortas e receitas culinárias. Para os adultos foram entregues podcasts, contendo orientações para melhorar a qualidade da alimentação das famílias. Assim, no início de cada mês, eram realizadas reuniões com a coordenadora pedagógica da Secretaria de Educação, designada para nos auxiliar com as atividades propostas, a fim de planejar os temas a serem abordados ao longo do mês.

A entrega do material ocorreu de forma gradativa, intercalando o envio para os pais e alunos, por meio de reuniões semanais com uma funcionária da Secretaria de Educação, a qual ficou responsável pelo acompanhamento das ações e de intermediar o contato dos docentes e coordenadoras da ação com os diretores das escolas. Durante as reuniões ela informava sobre a repercussão e o impacto das ações de Educação Alimentar e Nutricional nas famílias e a demanda para as próximas atividades. O material era enviado para todos os alunos e pais ou responsáveis, através de grupos de pais criados no WhatsApp para contato com a escola.

Para faixa etária de 3 a 5 anos, a proposta no formato remoto continha contação de histórias infantis por meio de “dedoche”, através de vídeos gravados por alunos envolvidos no projeto.

Para a faixa etária acima de 5 anos foram disponibilizados vídeos abordando temas como a construção de horta e preparação de receitas culinárias sustentáveis, nas quais utilizamos as cascas, talos, folhas e sementes, nas preparações.

Os pais ou responsáveis pelos alunos recebiam podcasts educativos pelo Whatsapp,

com os seguintes temas: leis da alimentação (qualidade, quantidade, harmonia e adequação); planejamento do lanche escolar; neofobia alimentar; opções de lanche infantil, receitas simples e fáceis para os pais fazerem com os filhos; importância dos sentidos sensoriais na alimentação; e orientações nutricionais com enfoque no consumo de alimentos saudáveis para controle do peso e manutenção da saúde.

Em 2022, após isolamento social decorrente da pandemia, atendendo a uma solicitação da Secretaria de Educação de Ouro Preto, as atividades foram realizadas nas creches do município e distritos, para crianças de 2 e 3 anos. Diante da faixa etária a ser contemplada, a história adaptada da Chapeuzinho Vermelho foi a escolhida para as atividades, considerando a vibração das crianças diante desta atividade nas escolas anteriores.

A princípio, trabalhar com uma faixa etária menor parecia um desafio para os discentes e coordenadoras da ação. Porém, todos foram surpreendidos com a alegria das crianças, com a interação entusiasmada com os personagens durante a apresentação teatral e pelo conhecimento que demonstraram sobre alimentação saudável.

Com isso, o objetivo foi alcançado, de fornecer, através de uma atividade lúdica, ações educativas sobre alimentação saudável, contribuindo de forma positiva na formação dos hábitos alimentares dessas crianças (Figura 8).

Figura 8 - Interpretação do teatro adaptado Chapeuzinho Vermelho na Creche Criança Feliz (2022)



Fonte: Arquivos do projeto

Durante a execução das ações de Educação Alimentar e Nutricional com crianças matriculadas nas creches do município e distritos, os alunos da graduação tiveram a oportunidade de vivenciar uma nova realidade, especialmente no desafio de trabalhar a educação alimentar com crianças em idade tão precoce. A experiência proporcionou não apenas a aplicação prática dos conhecimentos adquiridos, mas também um aprendizado

significativo sobre a dinâmica escolar e a receptividade infantil às atividades educativas (Figuras 9 e 10).

Figura 9 - Interpretação do teatro adaptado Chapeuzinho Vermelho na Creche Zezinho Pedrosa (2022)



Fonte: Arquivos do projeto

Figura 10 - Interpretação do teatro adaptado Chapeuzinho Vermelho na Creche Zezinho Pedrosa (2022)



Fonte: Arquivos do projeto

A Secretaria de Educação desempenhou um papel fundamental ao fornecer o lanche e o transporte para os distritos, garantindo a viabilidade das ações. Além disso, a equipe foi recebida com entusiasmo e carinho, tornando o ambiente ainda mais acolhedor e estimulante para a realização das atividades.

Em 2023, as atividades foram destinadas apenas para os alunos na faixa etária de 3 a 5

anos e com a história adaptada da Chapeuzinho Vermelho, tamanho sucesso nas escolas. Todo o planejamento e execução seguiu como nos anos anteriores em que preparamos o teatro (Figuras 11 e 12).

Figura 11 - Interpretação do teatro adaptado Chapeuzinho Vermelho (2023)



Fonte: Arquivos do projeto

Figura 12 - Interpretação do teatro adaptado Chapeuzinho Vermelho (2023)



Fonte: Arquivos do projeto

A realização das ações de Educação Alimentar e Nutricional com crianças em idade pré-escolar, incluindo aquelas matriculadas nas creches do município, proporcionou uma experiência transformadora tanto para os alunos de graduação em Nutrição quanto para as próprias crianças.

Para os acadêmicos, a vivência prática permitiu a aplicação dos conhecimentos teóricos de forma dinâmica e desafiadora, estimulando a adaptação das estratégias

pedagógicas à realidade infantil e reforçando a importância do nutricionista na promoção da saúde desde os primeiros anos de vida.

Já para as crianças, o contato com a alimentação saudável aconteceu de maneira lúdica e interativa, tornando o aprendizado mais acessível e envolvente. O uso de atividades educativas e recreativas facilitou a assimilação dos conceitos, despertando o interesse e a curiosidade dos pequenos sobre os alimentos e suas escolhas alimentares. Dessa forma, a experiência contribuiu para fortalecer a conscientização sobre hábitos alimentares saudáveis desde a infância.

O apoio da Secretaria de Educação, fornecendo transporte e lanche, foi essencial para a viabilização do projeto, garantindo que as atividades chegassem também às crianças dos distritos. Além disso, a recepção calorosa das escolas demonstrou a relevância de inserir a educação nutricional no ambiente escolar desde os primeiros anos. Essa experiência não apenas contribuiu para a formação dos futuros profissionais de Nutrição, mas também plantou sementes para a construção de hábitos alimentares mais saudáveis de forma leve, divertida e significativa.

5.2 ADESÃO E PARTICIPAÇÃO

As ações eram definidas com base nas demandas das escolas e nas orientações das coordenadoras pedagógicas. Essa flexibilidade permitiu que a equipe, composta por alunos e docentes, adaptasse as ações e metodologias conforme as necessidades, proporcionando uma experiência mais efetiva e personalizada. O quadro 1 apresenta informações com relação às mudanças ocorridas conforme a demanda e graças à flexibilidade das ações.

Quadro 1 - Ano da ação, público alvo, ações desenvolvidas, faixa etária contemplada e o número de alunos atendidos

ANO DA AÇÃO	PÚBLICO ALVO	AÇÕES DESENVOLVIDAS	FAIXA ETÁRIA CONTEMPLADA	NÚMERO DE ALUNOS ATENDIDOS
2018	Crianças, funcionários das escolas e pais dos escolares das escolas municipais da zona urbana de Mariana/MG	Teatro adaptado "Chapeuzinho Vermelho", Gincana dos Alimentos e Semáforo Alimentar	3 a 9 anos	1626

ANO DA AÇÃO	PÚBLICO ALVO	AÇÕES DESENVOLVIDAS	FAIXA ETÁRIA CONTEMPLADA	NÚMERO DE ALUNOS ATENDIDOS
2019	Crianças, funcionários das escolas e pais dos escolares das escolas municipais da zona urbana de Mariana/MG	Heróis da Alimentação	3 a 9 anos	1518
2020	Crianças e pais e/ou responsáveis das escolas municipais de Ouro Preto/MG	Desenvolvimento do material para ações remotas	3 a 5 anos	Não foi possível quantificar
2021	Crianças e pais e/ou responsáveis das escolas municipais de Ouro Preto/MG	Material remoto com vídeos educativos e podcasts	3 a 7 anos	Não foi possível quantificar
2022	Crianças matriculadas nas creches municipais de Ouro Preto/MG	Teatro adaptado "Chapeuzinho Vermelho"	2 a 3 anos	Não foi possível quantificar
2023	Crianças matriculadas nas creches municipais de Ouro Preto/MG	Teatro adaptado "Chapeuzinho Vermelho"	3 a 5 anos	Não foi possível quantificar

Fonte: Elaboração própria

A possibilidade de trabalhar com diferentes faixas etárias ampliou o repertório de técnicas utilizadas, favorecendo a aplicação de metodologias lúdicas variadas. Observou-se que crianças de 3 a 5 anos mostraram-se especialmente receptivas às abordagens lúdicas, evidenciando a importância de metodologias adequadas para essa faixa etária. Elas demonstraram um nível de engajamento significativamente maior em comparação às mais velhas, participando ativamente das atividades e interagindo de maneira entusiasmada com os materiais didáticos.

Esse comportamento sugere que a abordagem lúdica tem um papel essencial na aprendizagem e na assimilação dos conceitos de educação alimentar e nutricional, especialmente entre os mais novos, que demonstraram maior curiosidade e interesse pelo tema quando apresentados de forma interativa e criativa.

5.3 IMPACTO DA PANDEMIA

Diante da necessidade de isolamento social, em decorrência da pandemia da COVID-19, o projeto precisou ser adaptado e novas estratégias de educação alimentar e nutricional foram pensadas, para que as ações desenvolvidas fossem efetivas, mesmo no formato remoto. Apesar de dificuldades técnicas e tecnológicas no início, devido à falta de experiência, ruídos externos que interferiram nas gravações dos vídeos e a ausência de equipamentos adequados para esse tipo de produção, a transição para o formato remoto, ainda que temporária, foi bem-sucedida, garantindo a continuidade do projeto.

Além de alcançar os alunos contemplados de forma eficiente durante o ensino a distância, o projeto ampliou sua abrangência, alcançando também familiares que antes não participavam diretamente, por meio de podcasts e e-books. O material foi elaborado conciliando a abordagem nutricional e pedagógica à realidade dos alunos, das escolas e dos professores, assim como às demandas dos pais.

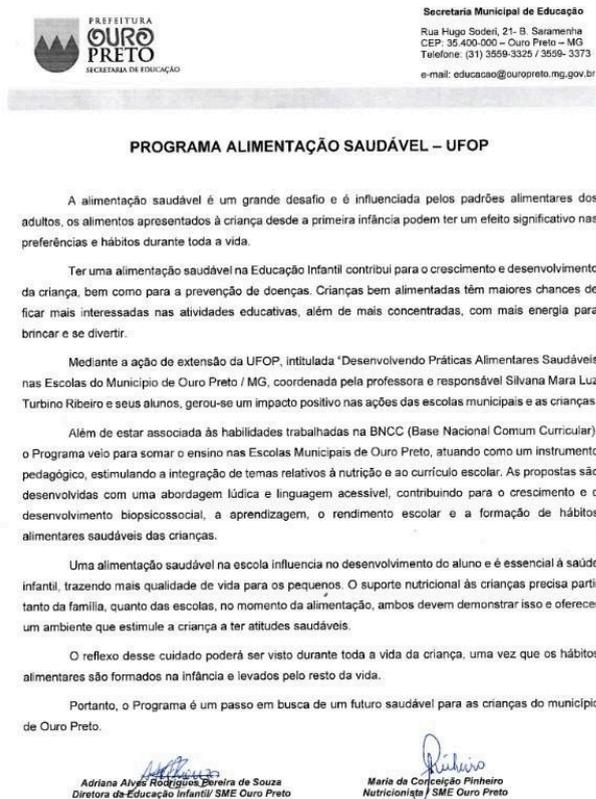
Apesar do desafio de vivenciar uma pandemia e suas consequências, a situação fez com que a equipe criasse alternativas para a transmissão dos conhecimentos. Essas inovações metodológicas demonstraram a capacidade do projeto de se reinventar, destacando a importância da resiliência em ações extensionistas. Além disso, as estratégias desenvolvidas mostraram um novo formato de trabalho, que serve de apoio para a realização de atividades também no formato presencial.

5.4 AVALIAÇÕES

Ao longo dos anos, a avaliação do projeto foi conduzida de forma contínua, sempre buscando compreender seu impacto tanto nas crianças quanto na comunidade escolar. Para isso, utilizamos indicadores específicos que nos ajudaram a acompanhar a aceitação das atividades e os resultados obtidos.

Os registros e avaliações foram documentados em relatórios anuais, que reuniram não apenas a descrição das atividades, mas também feedbacks valiosos de professores, pais e responsáveis. Além disso, o projeto recebia um parecer da Secretaria Municipal de Educação ao final de cada ano (Figura 13).

Figura 13 - Relatório da Secretaria Municipal de Educação de Ouro Preto quanto às ações desenvolvidas em 2023

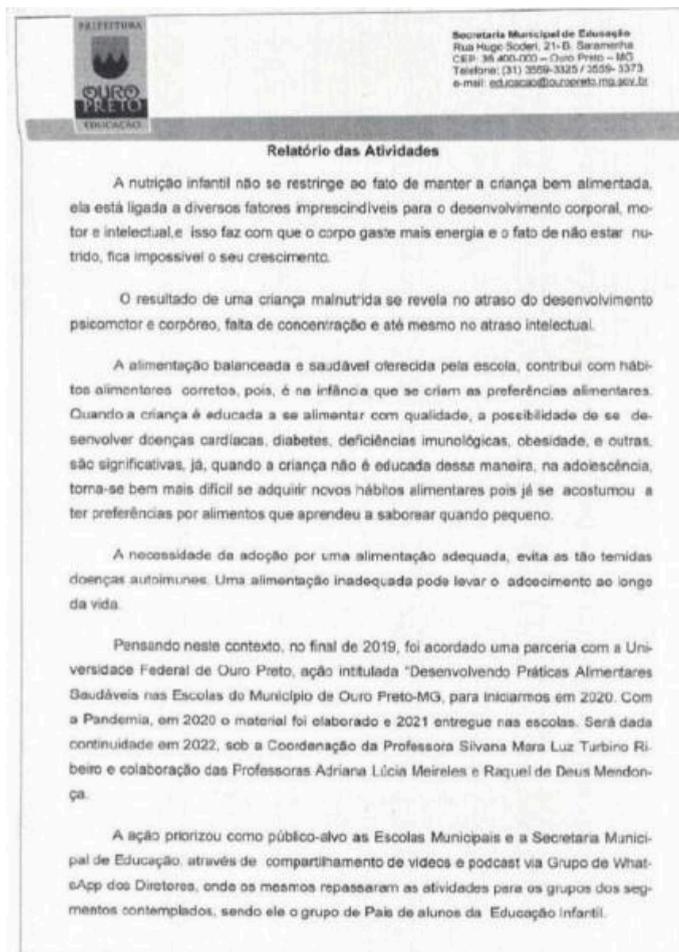


Fonte: Arquivos do projeto

A coleta de feedbacks aconteceu de diversas formas: conversas com coordenadoras pedagógicas, questionários aplicados aos pais e relatos diretos das diretoras escolares. Algumas perguntas-chave nortearam essa análise, como: *"Os alunos gostaram das atividades?"*, *"Houve uma boa aceitação do teatro?"* e *"Notaram mudanças na merenda trazida pelas crianças?"*. A partir dessas respostas, conseguimos ajustar e aprimorar continuamente nossas abordagens para garantir maior impacto.

Durante a pandemia os feedbacks formais foram mais desafiadores de serem coletados, mas os relatos das diretoras destacaram a importância do projeto para as famílias, que passaram a ter acesso a materiais educativos mesmo à distância. Mesmo assim, foi possível coletar a avaliação da pedagoga responsável pelo auxílio no projeto em 2021 (Figura 14).

Figura 14 - Relatório das atividades realizadas em 2021

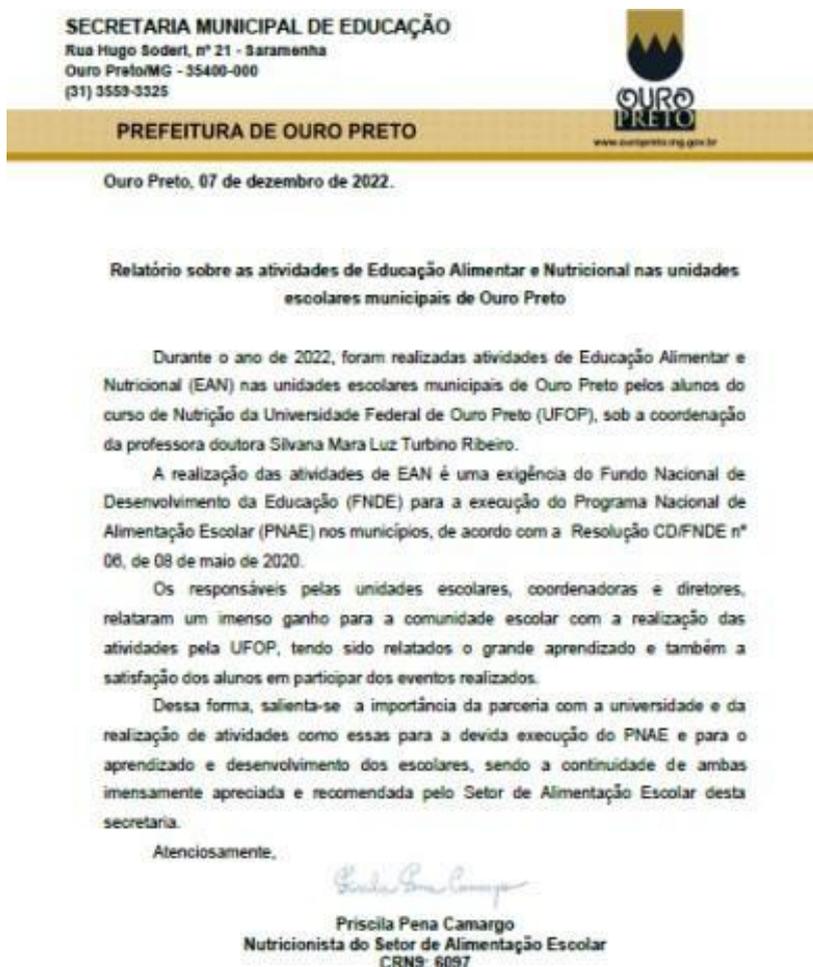


Fonte: Arquivos do projeto

Os resultados ao longo dos anos mostraram que o projeto teve um impacto significativo na construção de hábitos alimentares saudáveis. Um exemplo marcante foi a adaptação da história da *Chapeuzinho Vermelho*, onde os alimentos presentes na cesta estimularam as crianças a experimentarem alimentos antes rejeitados.

Além disso, tanto educadores quanto responsáveis ressaltaram a relevância das atividades e reforçaram a necessidade de continuidade do projeto. A Secretaria de Educação também reconheceu a importância do trabalho desenvolvido, enfatizando como as estratégias lúdicas e interativas foram eficazes para sensibilizar as crianças sobre alimentação saudável (Figura 15).

Figura 15 - Relatório da nutricionista do setor da alimentação escolar da Secretaria Municipal de Educação de Ouro Preto com relação às atividades desenvolvidas em 2022



Fonte: Arquivos do projeto

O quadro 2 explicita as avaliações e sugestões realizadas pelos responsáveis pela escola quanto às ações desenvolvidas.

Quadro 2 - Avaliações e sugestões realizadas pelos responsáveis pelas escolas das ações realizadas

ANO DA AÇÃO	PONTOS POSITIVOS RELATADOS PELOS RESPONSÁVEIS PELAS ESCOLAS QUANTO À AVALIAÇÃO DAS AÇÕES REALIZADAS	PONTOS NEGATIVOS RELATADOS PELOS RESPONSÁVEIS PELAS ESCOLAS QUANTO À AVALIAÇÃO DAS AÇÕES REALIZADAS	SUGESTÕES DADAS PELOS RESPONSÁVEIS PELAS ESCOLAS
2018	Abordagem didática e bem sucedida, apresentou novos alimentos para as crianças, mostrando que o projeto tem potencial de mudanças no padrão alimentar	O projeto não atingiu a equipe de cozinha da escola e teve pouco impacto nos familiares	Desenvolvimento de oficinas de culinária na escola, envio de sugestão de cardápio para famílias interessadas
2019	Ação benéfica para a educação infantil, tendo agregado muito ao tema alimentação saudável, reforçando os conhecimentos já ensinados em sala de aula	Sem pontos negativos	Sem sugestões
2020	Não foi possível coletar avaliação das escolas devido à pandemia	Não foi possível coletar avaliação das escolas devido à pandemia	Não foi possível coletar avaliação das escolas devido à pandemia
2021	Retorno significativo por parte dos gestores e pais pedindo continuidade do projeto graças à criatividade das ações	Sem pontos negativos	Sem sugestões
2022	Relatado imenso ganho para a comunidade escolar com a realização das atividades, com grande aprendizado e participação dos alunos participantes	Sem pontos negativos	Sem sugestões
2023	A experiência contribuiu para fortalecer a conscientização sobre hábitos alimentares saudáveis desde a infância	Sem pontos negativos	Sem sugestões

Fonte: Elaboração própria

A avaliação contínua do projeto não apenas comprovou seu impacto positivo, mas

também possibilitou identificar pontos a serem aprimorados. O aprendizado adquirido ao longo dos anos foi essencial para fortalecer as ações e garantir que cada nova atividade estivesse ainda mais alinhada com as necessidades das crianças e da comunidade escolar.

O projeto se consolidou como uma ferramenta poderosa de educação nutricional, não só para as crianças mas também para todos os discentes na ação extensionista. O quadro 3 expõe as avaliações positivas e negativas realizadas pela equipe envolvida.

Quadro 3 - Avaliações realizadas pelos discentes das ações realizadas

ANO DA AÇÃO	PONTOS POSITIVOS RELATADOS PELOS DISCENTES QUANTO À AVALIAÇÃO DAS AÇÕES REALIZADAS	PONTOS NEGATIVOS RELATADOS PELOS DISCENTES QUANTO À AVALIAÇÃO DAS AÇÕES REALIZADAS
2018	Participação no projeto relevante para compreensão da importância das ações de Educação Alimentar e Nutricional, além de impacto na formação com relação ao desenvolvimento de estratégias alimentares	Dificuldade de aplicar na prática o que foi trabalhado na teoria
2019	O contato com uma população específica despertou para a importância da adaptação de condutas, e também permitiu ensinar a nutrição de maneira descontraída	Sem pontos negativos
2020	A participação no projeto foi de grande valia para reinventar os conceitos teóricos aprendidos nas salas de aula, adaptando as condutas para o formato remoto	Impacto negativo da pandemia no desenvolvimento das ações planejadas
2021	Possibilitou expandir novas possibilidades de transmissão dos conhecimentos, despertando a criatividade das estudantes	Desafio adaptar as atividades realizadas em formato presencial para formato remoto, além da falta de avaliação da ação pelos familiares e/ou responsáveis

ANO DA AÇÃO	PONTOS POSITIVOS RELATADOS PELOS DISCENTES QUANTO À AVALIAÇÃO DAS AÇÕES REALIZADAS	PONTOS NEGATIVOS RELATADOS PELOS DISCENTES QUANTO À AVALIAÇÃO DAS AÇÕES REALIZADAS
2022	Interação com a comunidade aprimora a formação e representa de fato a função de um nutricionista, já que cada visita é um aprendizado e uma contribuição positiva	Dificuldade trabalhar com uma faixa etária mais nova
2023	Contribuição para o desenvolvimento de habilidades de ensino e comunicação, por meio do trabalho em equipe. Além disso, o apoio oferecido pela Secretaria de Educação, fornecendo lanche e transporte foi essencial para o desenvolvimento das ações	Desafio em ajustar o calendário acadêmico com o calendário das escolas

Fonte: Elaboração própria

Além disso, ao final de cada ano, a equipe do projeto compartilhava em relatórios suas reflexões e observações sobre o engajamento e a aceitação das crianças, permitindo um olhar mais humano e sensível sobre os desafios e conquistas ao longo da trajetória (Figura 16).

Figura 16 - Relatório de uma integrante da equipe quanto à avaliação do projeto (2021)

Avaliação do Projeto de Extensão "Desenvolvendo Práticas Alimentares Saudáveis nas Escolas do Município de Ouro Preto/MG"

A realização desse projeto foi executada conforme todos os planejamentos, desde a elaboração de todo o material (podcasts e vídeos lúdicos) até a entrega ao público alvo (pais/responsáveis e alunos das escolas de Ouro Preto). Mesmo que tenha sido realizado de forma remota não houveram intercorrências que fizeram com que a execução desse errado ou tivesse que ser alterada.

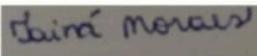
Os objetivos de levar informações quanto à importância de hábitos de alimentação saudável foram cumpridos, tendo sido uma ação com muita eficiência.

Além disso, todos os materiais elaborados foram enviados para o público alvo das ações, dessa forma, conseguimos concluir todas as etapas planejadas.

A única limitação foi a avaliação da ação pelos pais e alunos, pois mesmo tendo mandado o formulário com as perguntas de satisfação os responsáveis não deram retorno. Provavelmente isso aconteceu porque os responsáveis pelos alunos não têm o hábito de acompanhar o grupo de Whatsapp da escola com frequência e podem não ter se atentado a essa questão.

Eu, Tainá Moraes, e a Maria Dias Rodrigues nos dedicamos muito para que tudo saísse da melhor forma possível, mesmo com todas as dificuldades da ação de forma remota, e creio que cumprimos esse objetivo.

Além disso, tivemos suporte o tempo todo e de forma excepcional da professora Silvana Mara Luz Turbino Ribeiro, que foi essencial para que o projeto tivesse sucesso.

Assinatura: 

Fonte: Arquivos do projeto

A participação dos discentes na ação extensionista demonstrou um impacto significativo tanto em sua formação profissional quanto na promoção da educação nutricional, apesar das dificuldades relatadas. A experiência proporcionou um aprendizado enriquecedor, permitindo a aplicação dos conhecimentos de forma prática e interativa, e contribuindo para a construção de hábitos mais saudáveis nos escolares.

Os resultados obtidos nas ações desenvolvidas confirmam a importância da extensão universitária como uma ponte entre o conhecimento acadêmico e as necessidades da sociedade. Esse fato demonstra concordância com diversos autores que enfatizam a relevância da extensão universitária para o público atingido pelos projetos e para os futuros profissionais acadêmicos. Trata-se de um ambiente enriquecedor e propício para que os estudantes extensionistas desenvolvam competências adquiridas, demonstrem posturas éticas, ampliem suas habilidades e aptidões, integrando teoria e prática acadêmica à realidade comunitária, promovendo, assim, o diálogo e a troca de saberes (PETRY; FIRMINO; KROTH, 2014).

Além disso, projetos de extensão exercem um papel de grande relevância para a sociedade, ao proporcionar a interação entre os acadêmicos e a comunidade, permitindo a aplicação prática dos conhecimentos adquiridos em sala de aula. Além de fortalecer a formação profissional, a extensão contribui para o bem-estar coletivo, promovendo transformações sociais e melhorias na qualidade de vida da comunidade (RODRIGUES et al., 2013).

6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Tendo em vista a experiência vivenciada ao longo de todo o desenvolvimento deste projeto, no período de 2018 a 2023, reforça-se a importância de ações de extensão universitária como uma ponte entre o conhecimento acadêmico e as demandas reais da sociedade. As ações de Educação Alimentar e Nutricional realizadas permitiram não apenas a disseminação de informações sobre hábitos alimentares saudáveis, mas também um engajamento efetivo das crianças, professores, pais e demais envolvidos no ambiente escolar da rede pública nos municípios de Ouro Preto (MG) e Mariana (MG).

Nesse contexto, observou-se que as crianças de 3 a 5 anos demonstraram uma receptividade maior às metodologias lúdicas, como no teatro da Chapeuzinho Vermelho, em comparação com outras faixas etárias, mesmo após as adaptações necessárias. Esse resultado evidencia a necessidade de abordagens pedagógicas e lúdicas adaptadas a cada faixa etária, tornando o aprendizado mais acessível e significativo para o público infantil.

A adaptação metodológica imposta pela pandemia de COVID-19 representou um grande desafio para a continuidade do projeto, mas também demonstrou sua capacidade de resiliência e inovação. A criação de materiais digitais, como vídeos, podcasts e e-books, possibilitou a manutenção das atividades em um formato remoto, garantindo que os conteúdos de EAN continuassem a alcançar as famílias, mesmo diante das restrições impostas pelo período pandêmico. Essa experiência ressaltou a importância de ações extensionistas estarem preparadas para se reinventar frente a adversidades.

Com base nos aprendizados adquiridos ao longo dos anos, sugere-se que futuras iniciativas de extensão na área de EAN invistam em estratégias híbridas, combinando atividades presenciais e digitais. Essa abordagem amplia o alcance das ações, tornando-as mais flexíveis e acessíveis a diferentes públicos, como foi o caso dos pais e/ou responsáveis dos escolares. Além disso, recomenda-se a contínua avaliação do impacto das ações junto às escolas atendidas, garantindo que as atividades sejam constantemente atualizadas de acordo com as demandas e o perfil escolar atendido.

Dessa forma, o presente trabalho reforça a relevância das ações extensionistas para a promoção da saúde e da educação alimentar desde a infância. Essas iniciativas possibilitam a aproximação entre a universidade e a comunidade, tornando o conhecimento acadêmico mais acessível e aplicável às necessidades reais da população. Projetos como o descrito contribuem não apenas para a formação de hábitos mais saudáveis, mas também para a construção de um ambiente escolar mais consciente e engajado na valorização da alimentação adequada e

sustentável. Além disso, a participação ativa de professores, familiares e demais envolvidos no processo educativo fortalece a continuidade das práticas ensinadas, garantindo que os impactos positivos se estendam para além do ambiente escolar. Dessa forma, tais ações promovem mudanças significativas no dia a dia das pessoas, com impacto direto na qualidade de vida, capaz de favorecer o desenvolvimento de uma sociedade mais saudável.

7. CONCLUSÃO

Este trabalho demonstrou a relevância da extensão universitária como um modo de conectar o conhecimento acadêmico às necessidades da sociedade. As ações de Educação Alimentar e Nutricional realizadas nas escolas públicas de Ouro Preto e Mariana, Minas Gerais, demonstraram não apenas a importância da disseminação de informações sobre alimentação saudável, mas também o impacto positivo do envolvimento ativo da comunidade escolar nesse processo.

A experiência mostrou que as crianças de 3 a 5 anos apresentaram maior receptividade às atividades lúdicas, como o teatro adaptado da Chapeuzinho Vermelho, superando o interesse demonstrado por outras faixas etárias. Esse achado reforça a importância de estratégias pedagógicas que combinem ensino e brincadeira, planejadas para atender às características específicas de cada fase do desenvolvimento infantil.

Os desafios impostos pela pandemia de COVID-19 destacaram a capacidade de adaptação do projeto, que incorporou recursos digitais sem perder seu propósito, revelando-se flexível diante de adversidades. Sugere-se que futuras ações adotem um modelo híbrido, combinando atividades presenciais e remotas para ampliar seu alcance, além de implementar avaliações contínuas para garantir que as estratégias permaneçam alinhadas às necessidades das escolas e do público atendido.

Por fim, destaca-se que projetos extensionistas como este desempenham um papel transformador na promoção da saúde e na construção de hábitos alimentares mais saudáveis desde a infância, cumprindo assim o papel social da universidade na construção de uma sociedade mais saudável e consciente.

8. REFERÊNCIAS

- ACUÑA, Kátia; CRUZ, Thomaz. Revisão Histórica. **Surgimento da ciência da nutrição e breve histórico das políticas de alimentação no Brasil**. Revista Baiana de Saúde Pública. v. 27, n. 1/2, p. 114-123, jan./jul. 2003. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/is_digital/is_0104/pdfs/IS24\(1\)015.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/is_digital/is_0104/pdfs/IS24(1)015.pdf). Acesso em: 10 jan. 2025.
- AMBROSI, Claudia; GRISOTTI, Márcia. **O Guia Alimentar para População Brasileira (GAPB): uma análise à luz da teoria social**. Ciência & Saúde Coletiva, [S. l.], v. 27, n. 11, p. 4243-4251, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-812320222711.06552022>. Acesso em: 2 abr. 2025.
- BARRETO, Sandhi Maria et al. **Análise da estratégia global para alimentação, atividade física e saúde, da Organização Mundial da Saúde**. Epidemiol. Serv. Saúde, Brasília, v. 14, n. 1, p. 41-68, mar. 2005. Disponível em http://scielo.iec.gov.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-49742005000100005&lng=p_t&nrm=iso. Acesso: 11 jan. 2025.
- BARROS, Márcia Graminho Fonseca Braz e Barros; MIRANDA, Jean Carlos; COSTA, Rosa Cristina. **Uso de jogos didáticos no processo ensino-aprendizagem**. Educação Pública, [S. l.], v. 19, n. 23, 2019. Disponível em: <https://educacaopublica.cecierj.edu.br/artigos/19/23/uso-de-jogos-didaticos-no-processo-ensino-aprendizagem>. Acesso em: 17 fev. 2025.
- BRASIL. **Decreto nº 7.272, de 25 de agosto de 2010**. Regulamenta a Lei nº 11.346, de 15 de setembro de 2006, que cria o Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. *Diário Oficial da União*, Brasília, DF, 17 jun. 2010. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2010/decreto/d7272.html. Acesso em: 24 jan. 2025.
- BRASIL. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. **Educação alimentar e nutricional: articulação de saberes**. Brasília: FNDE, 2021. 48 p. Disponível em: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/manuais-e-cartilhas/EducaoAlimentarNutricionalarticulaodesaberes.pdf>. Acesso em: 10 jan. 2025.
- BRASIL. **Lei nº 11.346, de 15 de setembro de 2006**. Cria o Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional - SISAN com vistas em assegurar o direito humano à alimentação adequada e dá outras providências. *Diário Oficial da União*, Brasília, DF, 18 set. 2006. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_Ato2004-2006/2006/Lei/L11346.htm. Acesso em: 24 jan. 2025.
- BRASIL. **Lei nº 11.947, de 16 de junho de 2009**. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar e do Programa Dinheiro Direto na Escola aos alunos da educação básica. *Diário Oficial da União*, Brasília, DF, 17 jun. 2009. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2009/lei/l11947.htm. Acesso em: 24 jan. 2025.
- BRASIL. Ministério da Educação. Secretaria de Educação Básica. **Alimentação saudável e sustentável**. Brasília: MEC/SEB, 2007. Disponível em: http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/profunc/alimet_saud.pdf. Acesso em: 29 jan. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde; CENTRO BRASILEIRO DE ANÁLISE E PLANEJAMENTO. **Pesquisa Nacional de Demografia e Saúde da Criança e da Mulher – PNDS 2006: dimensões do processo reprodutivo e da saúde da criança**. Brasília, 2009. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/pnds_crianca_mulher.pdf. Acesso em: 24 jan. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde (MS). **Política Nacional de Alimentação e Nutrição**. Brasília: MS; 2013. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_alimentacao_nutricao.pdf. Acesso em: 23 jan. 2025.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. **Fome Zero: uma história brasileira** - Vol. 1. Brasília, DF: MDS, 2013. 180 p. Disponível em: <https://www.mds.gov.br/webarquivos/publicacao/Fome%20Zero%20Vol1.pdf>. Acesso em: 15 jan. 2025.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. **Marco de referência para a educação alimentar e nutricional (EAN)**. Brasília, DF: MDS, 2012. Disponível em: https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2017/03/marco_EAN.pdf. Acesso em: 10 jan. 2025.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. **Princípios e práticas para a Educação Alimentar e Nutricional**. Brasília, DF, 2018. Disponível em: https://www.mds.gov.br/webarquivos/arquivo/seguranca_alimentar/caisan/Publicacao/Educao_Ao_Alimentar_Nutricional/21_Principios_Praticas_para_EAN.pdf. Acesso em: 10 jan. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. **Guias alimentares**. Brasília, DF, 2014. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saps/promocao-da-saude/guias-alimentares>. Acesso em: 10 jan. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2. ed. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2014. 214 p. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf. Acesso em: 11 jan. 2025.

CAFFAGNI, C. W. do A. **Qual a função social da escola? Reflexões de nuances sociais e políticas a respeito da instituição escolar**. Ensaio: Avaliação e Políticas Públicas em Educação, Rio de Janeiro, v. 32, n. 122, p. e0244250, jan./mar. 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0104-40362024003204250>. Acesso em: 24 jan. 2025.

CHAIKLIN, S. **A zona de desenvolvimento próximo na análise de Vigotski sobre aprendizagem e ensino**. Psicologia em Estudo, v. 16, n. 4, p. 659–675, out. 2011. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pe/a/jCGfKbkrHPCr8KyZD4xjB3C/>. Acesso em: 20 jan. 2025.

DURKHEIM, E. **Educação e Sociologia** 7. ed. São Paulo: Melhoramentos, 1978.

DUBET, F.; MARTUCCELLI, D. **A socialização e a formação escolar**. Lua Nova: Revista de Cultura e Política, n. 40-41, p. 241–266, ago. 1997. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ln/a/JT5W5DDypGYVmqvcsGtcB7G/>. Acesso em: 12 jan. 2025.

FLORES, Laiane; MELLO, Débora. **O impacto da extensão na formação discente, a experiência como prática normativa: Um estudo no contexto de um Instituto Federal no Rio Grande do Sul.** Revista Conexão UEPG, vol. 16, núm. 1, pp. 01-13, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.5212/Rev.Conexao.v.16.14465.026>. Acesso em: 11 jan. 2025.

FONSECA, Genaro A.; MARTINO, Vânia de Fátima. **O fenômeno da educação na construção da história. Caminhos da História**, Montes Claros, v. 18, n.1/2013. Disponível em: <https://www.periodicos.unimontes.br/index.php/caminhosdahistoria/article/download/3286/3199>. Acesso em: 24 jan. 2025.

GIUGLIANI, C. et al. **A escola como espaço de participação social e promoção da cidadania: a experiência de construção da participação em um ambiente escolar.** Saúde em Debate, v. 44, n. spe1, p. 64–78, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sdeb/a/CsNW46x3dHLFDSgLDFH4FLB/>. Acesso em: 14 jan. 2025.

GOULART, Flávio A. de Andrade. **Cenários Epidemiológicos, Demográficos e Institucionais para os modelos de atenção à Saúde.** Inf. Epidemiol. Sus, Brasília, v. 8, n. 2, p. 17-26, jun. 1999. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.5123/S0104-16731999000200003>. Acesso em: 24 mar. 2025.

GRAJEK, M. et al. **Nutrition and mental health: A review of current knowledge about the impact of diet on mental health.** *Frontiers in Nutrition*, v. 9, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.3389/fnut.2022.943998>. Acesso em: 10 jan. 2025.

LIMA, Ingrid da Mota Araújo; LIMA, Xênia da Mota Araújo. **Os paradigmas da educação nas civilizações antigas e a preparação dos pesquisadores da antiguidade.** Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento, ano 4, ed. 2, v. 5, p. 100-109, fev. 2019. ISSN: 2448-0959. Disponível em: <https://www.nucleodoconhecimento.com.br/psicologia/paradigmas-da-educacao>. Acesso em: 24 jan. 2025.

MATIAS, Kellyane Barbosa. **Explorando o teatro como zona de desenvolvimento proximal: um estudo de caso sob a perspectiva de Lev Vygotsky.** In: CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO, 10., 2024, Campina Grande. Anais eletrônicos. Campina Grande: Realize Editora, 2024. Disponível em: <https://editorarealize.com.br/artigo/visualizar/111703>. Acesso em: 13 jan. 2025.

NASCIMENTO, Alanna Letícia Sena do; FARIAS, Joelma Raimundo. **Estratégias didáticas para educação alimentar e nutricional em escolares: uma revisão de literatura.** In: VII CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO, Maceió. Anais eletrônicos. Editora Realize, 2020. Disponível em: https://editorarealize.com.br/editora/anais/conedu/2020/TRABALHO_EV140_MD1_SA9_ID_5500_23082020181018.pdf. Acesso em: 13 jan. 2025

OLIVEIRA, Avelino da Rosa; GHIGGI, Gomercindo. **Filosofia e educação em Paulo Freire: pensando com práticas de formação de professores.** Revista Brasileira de Educação, Rio de Janeiro, v. 25, n. 3, p. 45-60, jul./set. 2022. Disponível em: <https://periodicos2.uesb.br/index.php/aprender/article/view/3067>. Acesso em: 24 jan. 2024.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Estratégia global em alimentação saudável, atividade física e saúde.** Genebra: OMS, 2004. Tradução não oficial realizada pela CGPAN/MS. Disponível em: <http://189.28.128.100/nutricao/docs/geral/ebPortugues.pdf>.

Acesso em: 10 jan. 2025.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE (OPAS). **Alimentação saudável**. [S. l.]: OPAS, 2019. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/topicos/alimentacao-saudavel>. Acesso em: 10 jan. 2025.

PETRY, A.R., FIRMINO, V.; KROTH, M. **A interdisciplinaridade no serviço de reabilitação física na perspectiva de bolsistas de extensão em enfermagem**. Revista de Enfermagem da UFPI; v.3, n. 3 Teresina, 2014. pp.120-126. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1033736>. Acesso em: 14 jan. 2025.

RODRIGUES, Andréia Lilian Lima; COSTA, Carmen Lucia Neves do Amaral; PRATA, Michelle Santana; BATALHA, Taila Beatriz Silva; PASSOS NETO, Irazano de Figueiredo. **Contribuições da extensão universitária na sociedade**. Caderno de Graduação - Ciências Humanas e Sociais - UNIT - SERGIPE, [S. l.], v. 1, n. 2, p. 141–148, 2013. Disponível em: <https://periodicos.set.edu.br/cadernohumanas/article/view/494>. Acesso em: 2 fev. 2025.

SANTANA, Maria. **Educação alimentar nas escolas de educação infantil de São Francisco do Conde**. 2022. 60 f. Trabalho de Conclusão de Curso – Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Redenção, CE, 2022. Disponível em: https://repositorio.unilab.edu.br/jspui/bitstream/123456789/3063/3/2022_proj_mariasantana.pdf. Acesso em: 2 abr. 2025.

SANTANA, R. R. et al.. **Extensão Universitária como Prática Educativa na Promoção da Saúde**. Educação & Realidade, v. 46, n. 2, p. e98702, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2175-623698702>. Acesso em: 10 jan. 2025.

SANTOS, Camila Carla. **O lúdico como opção metodológica no contexto escolar**. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em psicopedagogia) - Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, 2016. Disponível em: <https://repositorio.ufpb.br/jspui/handle/123456789/1813>. Acesso em: 25 jan. 2025.

SANTOS, Rosiane de Oliveira da Fonseca; LESSA, Francine Guímel de Cristo; ARUEIRA, Kelly Ciane Viana dos Santos. **O lúdico e as metodologias ativas: uma leitura da Teoria da Aprendizagem de Vygotsky na Educação Infantil**. Revista Educação Pública, Rio de Janeiro, v. 22, n. 20, 31 maio 2022. Disponível em: <https://educacaopublica.cecierj.edu.br/artigos/22/20/o-ludico-e-as-metodologias-ativas-uma-leitura-da-teoria-da-aprendizagem-de-vygotsky-na-educacao-infantil>. Acesso em: 24 jan. 2024.

SANTOS, Sandra Maria Chaves dos, et al. **Avanços e desafios nos 20 anos da Política Nacional de Alimentação e Nutrição**. Cadernos de Saúde Pública, Rio de Janeiro, v. 37, n. Suppl 1, e00150220, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00150220>. Acesso em: 2 fev 2025.

SCHERER, Anelize Severo. **O lúdico e o Desenvolvimento: A importância do brinquedo e da brincadeira segundo a teoria Vigotskiana**. 2013. 35f. Monografia (Especialização em Educação: Métodos e Técnicas de Ensino). Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Medianeira, 2013. Disponível em: https://repositorio.utfpr.edu.br/jspui/bitstream/1/20855/2/MD_EDUMTE_2014_2_10.pdf. Acesso em: 24 jan. 2024.

SILVA, Rosilmar Dias; MAIA, Nertan Dias. **O teatro como estratégia ludopedagógica no ensino fundamental em uma escola municipal de Buriticupu-MA**. In: FÓRUM

INTERNACIONAL DE PEDAGOGIA, 2016. Editora Realize, 2016. Disponível em: https://www.editorarealize.com.br/editora/anais/fiped/2016/TRABALHO_EV057_MD1_SA25_ID2406_26092016203911.pdf. Acesso em: 25 jan. 2025.

SILVA, Ursula Rosa da; GHIGGI, Gomercindo. **A experiência e o pensar em Dewey e Freire: relações e influências apontando para a prática da liberdade.** Educação Pública, Rio de Janeiro, v. 9, n. 26. 2009. ISSN 1984-6290. Disponível em: <https://educacaopublica.cecierj.edu.br/artigos/9/26/a-experiecircncia-e-o-pensar-em-dewey-e-freire-relaccedilotildees-e-influecircncias-apontando-para-a-praacutetica-da-liberdade>. Acesso em: 12 jan. 2025.

SOUZA, N. P. et al. **A (des)nutrição e o novo padrão epidemiológico em um contexto de desenvolvimento e desigualdades.** Ciência e Saúde Coletiva, v. 7. n. 22. p. 2257- 2266, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232017227.03042017>. Acesso em 10 jan. 2025.

WIECZORKIEWICZ, Alessandra Krauss; BAADE, Joel Haroldo. **Família e escola como instituições sociais fundamentais no processo de socialização e preparação para a vivência em sociedade.** *Revista Educação Pública*, v. 20, nº 20, 2 de junho de 2020. Disponível em: <https://educacaopublica.cecierj.edu.br/artigos/20/19/familia-e-escola-como-instituicoes-sociais-fundamentais-no-processo-de-socializacao-e-preparacao-para-a-vivencia-em-sociedade>. Acesso em: 17 jan. 2025.

WINNICOTT, D. W. **O brincar e a realidade.** Rio de Janeiro: Imago, 1975. Disponível em: https://www.academia.edu/25515894/WINNICOTT_D_W_O_Brincar_e_a_Realidade. Acesso em: 25 jan. 2025.