



Evento	Salão UFRGS 2015: XI SALÃO DE ENSINO DA UFRGS
Ano	2015
Local	Porto Alegre - RS
Título	Oficina de Hábitos Alimentares: "Existem vilões da alimentação?"
Autores	BRENDA RAFAELA SCHMIDT SILVANA LEAL NUNES COSTA GUILHERME PINTO BERTUZZI MARION SCHIENGOLD

O estilo de alimentação é essencial para determinar a saúde e qualidade de vida de um indivíduo. É ainda na infância e na adolescência que os hábitos alimentares são criados e incentivados. Em contrapartida, os jovens tem pouca ou nenhuma informação sobre nutrição, para tomarem escolhas conscientes acerca de quais alimentos irão compor suas refeições. Nos dias de hoje há uma tendência cada vez maior para o consumo de alimentos industrializados, congelados e pré-prontos, e influenciando diretamente essas preferências está a publicidade e a propaganda, que muitas vezes é direcionada para o público de crianças e adolescentes, principalmente em produtos gordurosos e cheios de açúcar. Nesse contexto, e com o objetivo de promover um debate e trazer informações pertinentes para alunos do Ensino Médio do Instituto de Educação General Flores da Cunha, dentro do projeto do PIBID - Biologia do Dia-a-dia foi proposta a oficina “Existem vilões da alimentação?”. A oficina é dividida em três momentos. Para o primeiro momento foi elaborado um jogo em que os alunos são separados em dois grupos (um grupo fica com as gorduras, e o outro com os açúcares) e cada grupo recebe recipientes onde está escrita uma quantidade de açúcar/gordura, e deve tentar adivinhar a quantidade desses ingredientes em produtos industrializados selecionados. Foi preparada uma apresentação com algumas informações sobre valores diários de cada um dos “vilões” da alimentação, principais doenças relacionadas ao consumo em excesso destes. Esse momento expositivo também é pertinente para fazer esclarecimentos sobre o jogo e sua proposta. A seguir, um trecho de 15 minutos do documentário “Muito Além do Peso” foi selecionado, para ilustrar algumas outras considerações importantes sobre alimentação. Selecionou-se uma reportagem do Jornal Zero Hora, intitulada “A capital campeã do refri” para o segundo momento, que tem como proposta uma leitura reflexiva. A reportagem apresenta uma pesquisa de hábito alimentar, com dados da população brasileira e porto-alegrense. Tomando essa pesquisa como base, os alunos devem coletar dados nas turmas da escola, analisá-los e apresentar de forma que sejam comparáveis aos do Jornal. O fechamento da oficina consiste em uma proposta de redação, que oferece aos alunos alguns textos de apoio, cujo principal questionamento é “Hábitos alimentares: qual a importância de uma alimentação saudável?”. Até o momento a oficina foi aplicada para uma turma da Segunda Série do Ensino Médio, em duas etapas, nos dias 15 e 18 de junho. No jogo foi possível observar um empenho grande em adivinhar as quantidades de açúcar e gordura em cada embalagem, os alunos fizeram relações, discutiram entre si sobre o que achavam para chegar num consenso. O principal objetivo desta atividade, que era promover esse olhar questionador para os alimentos, incitando nos estudantes a consciência sobre o que estão comendo, foi atingido. Ao mostrar as informações, houve um grande interesse da turma, fizeram perguntas, e interagiram bastante no geral. No momento da leitura da reportagem os alunos trouxeram o que lhes chamou atenção, fizeram críticas, tiraram dúvidas sobre alimentação natural, alimentos orgânicos, entre outras questões que surgiram. A atividade de análise dos dados foi a que gerou mais dificuldades e demorou a ser realizada. Apesar da dificuldade, ao final foi feita uma socialização do resultado de cada grupo, com a pesquisa sobre hábito alimentar de algumas turmas do Instituto de Educação General Flores da Cunha. As redações ainda não foram analisadas, mas já foram aplicadas.