

Ações Educativas para a Promoção da Segurança Alimentar e Nutricional na Agricultura Familiar

*Sílvia Oliveira Lopes
Nircia Isabella Andrade Pereira
Glauce Dias da Costa
Luiza Carla Vidigal Castro
Sylvia do Carmo Castro Franceschini
Ricardo Henrique Silva Santos
Sílvia Eloiza Priore*



REALIZAÇÃO

Programa de Pós-Graduação em Agroecologia/ UFV



IPPDS
Instituto de Políticas Públicas e
Desenvolvimento Sustentável

APOIO



Todos os direitos reservados.

A reprodução não autorizada desta publicação, no todo ou em parte, constitui violação dos direitos autorais (Lei no 9.610).

Ficha catalográfica elaborada pela Biblioteca Central da Universidade Federal de Viçosa – Campus Viçosa

A185
2021

Ações educativas para a promoção da segurança alimentar e nutricional na agricultura familiar [recurso eletrônico] / Sílvia Oliveira Lopes ... [et al.] -- Viçosa, MG : IPPDS, UFV, 2021.

1 livro eletrônico (pdf, 19,6 MB).

Requisitos do sistema: Adobe Acrobat Reader.

Disponível em: <https://www.ippds.ufv.br/producoes/>

ISBN 978-85-66148-04-6

1. Segurança alimentar e nutricional. 2. Educação alimentar e nutricional. 3. Agricultura familiar. 4. Promoção da saúde. I. Lopes, Sílvia Oliveira, 1991-. II. Pereira, Nircia Isabella Andrade, 1989-. III. Costa, Glauce Dias da, 1979-. IV. Castro, Luiza Carla Vidigal, 1977-. V. Franceschini, Sylvia do Carmo Castro, 1963-. VI. Santos, Ricardo Henrique Silva, 1963-. VII. Priore, Silvia Eloiza, 1957-. VIII. Universidade Federal de Viçosa. Instituto de Políticas Públicas e Desenvolvimento Sustentável.

CDD 22. ed. 363.8

Bibliotecária responsável: Alice Regina Pinto Pires CRB6 2523

Autores

Sílvia Oliveira Lopes

Nutricionista, Mestra em Agroecologia e Doutoranda em Ciência da Nutrição pela Universidade Federal de Viçosa

Nircia Isabella Andrade Pereira

Nutricionista e Mestra em Agroecologia pela Universidade Federal de Viçosa

Glauce Dias da Costa

Nutricionista, Mestra e Doutora em Ciência da Nutrição, Professora do Departamento de Nutrição e Saúde da Universidade Federal de Viçosa

Luiza Carla Vidigal Castro

Mestre em Ciência da Nutrição e Doutora em Ciência e Tecnologia de Alimentos pela Universidade Federal de Viçosa

Sylvia do Carmo Castro Franceschini

Nutricionista, Mestra em Nutrição e Doutora em Ciência pela Universidade Federal de São Paulo, Professora Titular do Departamento de Nutrição e Saúde da Universidade Federal de Viçosa.

Ricardo Henrique Silva Santos

Engenheiro Agrônomo, Mestre e Doutor em Fitotecnia, Professor do Departamento de Agronomia da Universidade Federal de Viçosa

Silvia Eloiza Priore

Nutricionista, Mestra e Doutora em Nutrição pela Universidade Federal de São Paulo, Professora Titular do Departamento de Nutrição e Saúde da Universidade Federal de Viçosa.

Sumário

Introdução	6
Contextualização	8
Metodologias participativas como mecanismos de promoção da Segurança Alimentar e Nutricional	11
Sobre os Planos de Ação	16
Considerações finais	135
Agradecimentos	136
Referências	137



Introdução

As discussões em torno da temática da Segurança Alimentar e Nutricional, ganharam destaque a partir dos anos de 2003, com a Estratégia Fome Zero, uma nova dimensão na organização das políticas públicas foi proposta. Neste contexto, questões referentes as práticas alimentares e o desenvolvimento de estratégias educativas no campo da nutrição e alimentação que apoiassem os profissionais da área ganharam importância. Isto se deve ao alcance das mudanças dos hábitos alimentares considerando a complexidade da alimentação como um fator social, cultural e econômico (BOOG, 2013).

A crescente valorização das estratégias educativas como potencial de mudança de hábitos alimentares e facilitador da difusão de práticas produtivas saudáveis passaram a ser inseridos em planos e estratégias de fortalecimento das ações de Educação Alimentar e Nutricional (EAN)(BRASIL, 2004). No Brasil, com a aprovação da Lei Orgânica nº 11.348/2006 de Segurança Alimentar e Nutricional (LOSAN) consagrou a importância das ações da SAN, bem como o Direito Humano a Alimentação Adequada e Saudável dentro das discussões na temática alimentação e nutrição (BRASIL, 2006).

A EAN torna-se um ponto importante no processo de construção das estratégias em saúde (BRASIL, 2017). Constitui-se como um processo complexo, que demanda tempo, por se tratar de uma organização educativa. Há envolvimento da experimentação social para dar sentido e significado para mudança, sendo um desafio para as políticas públicas, por considerar particularidades da história de vida dos envolvidos, o que demanda uma organização teórica para alcance dos objetivos propostos (GALISA et al., 2014; MANCUSO; VINCHA; SANTIAGO, 2016).

Este material contribui para o planejamento de práticas educativas. Ele valoriza o diagnóstico local segundo os determinantes das práticas alimentares e produtivas e auxilia na avaliação das ações. Através da compreensão que os processos educativos devem entender o sistema agroalimentar, perpassando pelas construções sociais e simbólicas do grupo ou indivíduo, valorizando a cultura alimentar local (LOPES, 2017; PEREIRA, 2020).



Contextualização

O autocuidado e o estímulo a autonomia, caracterizam-se como ações a serem promovidas inicialmente com o indivíduo e/ou grupo para mudança de comportamento. A criação de um ambiente favorável e construção de espaços sociais que se relacionem com o grupo, fortalecem a organização e o envolvimento dos indivíduos com as práticas educativas, tornando-os agentes de mudança em saúde (BRASIL, 2012).

Com a ação do aprendizado construtivista, a valorização do diagnóstico faz-se necessária para a estruturação do método, já que esse definirá a maior proximidade do educador com o educando e conseqüentemente melhores resultados. Ressaltando, que educar é um processo contínuo e dinâmico, onde educador e educando se “misturam” e complementam-se. Segundo Coelho (2014):*“O método é esse jeito de caminhar, de percorrer, de construir o caminho. Já o estudo desse jeito de caminhar, de fazer alguma coisa, é a metodologia”*.

O processo de organização ou o “jeito de caminhar” mencionado por Coelho (2014) estrutura-se a partir da compreensão dos objetivos do processo educativo, direcionados por diagnóstico prévio. Tendo a valorização dos saberes, experimentação e/ou reflexões acerca do que deve ser mudado como “chaves” para o sucesso do processo (KUMMER, 2007; IBGE, 2014).

Dessa forma, as metodologias participativas podem ser vistas como propostas motivadoras na perspectiva emancipatória dos participantes, uma vez que promove mudanças no contexto educacional. A participação ativa do sujeito no processo é fundamental para que as transformações genuínas aconteçam (GATTO et al., 2018).

Estas devem ser baseadas em um diagnóstico situacional, abordando características que poderão ser analisadas em um segundo momento, favorecendo a avaliação do seu impacto e justificando a sua importância.

O conhecimento do processo inicial faz com que as próximas etapas sejam capazes de conduzir o grupo/ indivíduo a reflexões constantes e despertar para possíveis mudanças. Isto pode ser exemplificado por estratégias de problematização da realidade. Onde o educador, que neste contexto se caracteriza como o facilitador do processo de reflexão e experimentação, deverá organizar planos com ideias fundamentadas em dados e objetivos claros, contando com perguntas norteadoras que conduzirá o processo de discussão.

A organização do processo educativo através da utilização de Planos de Ação permite um direcionamento e maior clareza no “jeito” que deve ser trabalhado os temas para melhor alcance dos objetivos. Este instrumento não engessa as construções que poderão ser



feitas durante as oficinas. Ele tem por função possibilitar o direcionamento, organização e facilitar o método avaliativo. Devendo ser desenvolvido com auxílio de um estudo prévio e exploratório da literatura. Lembrando, que deve ser analisado a necessidade de reorganização dos Planos de Ação ao longo do processo, à medida que se avalia o potencial de mudança no grupo ou indivíduo (BRASIL, 2016).

O início da ação educativa tem por característica compreender e sensibilizar o grupo ou indivíduo da necessidade de mudança. Por isso, objetivos claros e adequação da linguagem permite maior familiaridade com realidade e motivação (KUMMER; 2007; COELHO, 2014; GALISA, 2014). A comunicação deve ser feita pelo educador de forma “limpa”, ou seja, sem ruídos¹, buscando maior afinidade com o que é transmitido. Ressaltando práticas, valorizando os saberes e as relações sociais estabelecidas com determinado tema abordado. Esta adequação possibilitará maior assimilação das informações e empoderamento do grupo/ indivíduo, o que contribuirá com o alcance dos objetivos propostos (COELHO, 2014; GALISA, 2014).

Uma observação que deve ser feita para o educador é se atentar para não subestimar a capacidade de compreensão e nem inferiorizar as experiências e/ou conhecimento dos envolvidos (COELHO, 2014; GALISA, 2014).

1 * Ruídos de comunicação é tudo de atrapalha a emissão eficiente da informação para o receptor (SANTOS, 2014).

Metodologias participativas como mecanismos de promoção da Segurança Alimentar e Nutricional

As ações de promoção da alimentação adequada e saudável como Direito Humano a Alimentação fizeram com que houvesse a criação de referências teóricas que contribuem para a construção de metodologias ativas, capazes de se adequar às necessidades dos grupos a serem trabalhados (SANTOS, 2012). Em 2012 foi publicado o Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas, que definiu o termo EAN como:

[...] 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, intersetorial e multiprofissional que visa promover a prática 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 interações e significados que compõem o comportamento alimentar (BRASIL, 2012).

A EAN é caracterizada como um processo educativo no qual, através da união de conhecimentos e experiências do educador e do educando, vislumbra a possibilidade de desenvolver a autonomia para a realização de escolhas alimentares saudáveis. A criação de um ambiente favorável pode contribuir no atendimento das necessidades fisiológicas, psicológicas e sociais, ou seja, promovendo a SAN (LIMA, 2004).



Fonte: Jomori; Proença; Calvo, 2008; Elaborado pelos autores

Figura. Fatores individuais relacionados a escolha alimentar

O processo de escolhas alimentares depende no meio social a qual o indivíduo está inserido, é multideterminado e constitui-se um sistema pessoal, dinâmico e construído como apresentado na Figura (JOMORI; PROENÇA; CALVO, 2008).

Há necessidade de organização de ações públicas,

sejam elas através de políticas e programas com foco em permitir um maior acesso da população a alimentos de qualidade a um preço justo, fortalece a organização das ações de EAN e promove a SAN. O processo de escolha alimentar individual considera dentre os outros fatores, a questão econômica (Figura).

Quando se incentiva ações de EAN, tem-se que considerar estes fatores de escolhas que perpassam por fatores coletivos que muitas vezes, independe de uma escolha individual. A estruturação de uma ação educativa que compreende a importância de “caracterizar” o grupo/indivíduo seja de forma biológica, sociocultural, antropológica, econômica ou psicológica tem maior chance de êxito das suas ações.

A troca realizada durante o processo educativo promove saúde, tendo a definição de promoção:

consiste nas atividades dirigidas centralmente à transformação dos comportamentos dos indivíduos, focando os seus estilos de vida e localizando-os no seio das famílias e, no máximo, no ambiente das ‘culturas’ da comunidade em que se encontram e qualquer atividade, relacionada com aprendizagem, desenhada para alcançar saúde (BUSS, 1999).

Uma ação prática de promoção da saúde é o “Guia



Alimentar para a População Brasileira” que desde 2006, aborda questões sobre alimentação saudável e sustentável. Em vista disso, recomenda que seja evitado o consumo dos alimentos ultraprocessados, produzidos pelos chamados “impérios alimentares”, sobretudo, pela sua composição nutricional e pelo impacto negativo à saúde da população. Da mesma forma, incentiva o consumo de alimentos mais naturais, produzidos localmente, pela agricultura familiar e que valorizem a cultura alimentar, estimulando o resgate aos bons hábitos alimentares tendo como objetivo a SAN da população (BRASIL, 2006; BRASIL, 2014).

Por isso, o fortalecimento das redes alimentares alternativas, baseadas nos modos de produção artesanal pelas agroindústrias familiares de pequeno porte que valorizam as habilidades culinárias, a qualidade e segurança sanitária dos alimentos e o comércio justo. Este molde agrícola possibilita modificações nos padrões alimentares, beneficiando produtores e consumidores (MARTINELLI; CAVALLI, 2019). Além disso, pode contribuir para o fortalecimento da agricultura familiar, principalmente aquelas famílias cujos sistemas de produção são de base ecológica, como a agroecologia, favorável ao desenvolvimento sustentável (DAROLT et al., 2016).

Este incentivo a agricultura familiar pode contribuir

com a melhoria do processo de escolha, já que contempla a maioria dos fatores relacionados a escolha alimentar (Figura). Uma maior oferta de alimentos de qualidade pode ocorrer, diminuição de intermediários na venda dos alimentos contribuindo com a diminuição dos preços. Além da produção poder contemplar alimentos regionais, fortalecendo a cultura alimentar do grupo/ indivíduo.



Sobre os Planos de Ação

Os modelos de Planos de Ação aqui apresentados são derivados de duas dissertações de mestrado em Agroecologia pela Universidade Federal de Viçosa, intitulados: “Impacto de ações de nutrição e saúde no incentivo à produção para o autoconsumo na situação de (In) Segurança Alimentar e Nutricional em agricultores familiares no município de Viçosa – MG” e “Segurança sanitária e nutricional no processamento de alimentos: elaboração de instrumento diagnóstico e impactos do uso de metodologias participativas em agroindústrias artesanais”. O público alvo dos trabalhos foram agricultores familiares.

Construção do Plano de Ação



Figura 1. Organograma para a construção de estratégias educativas e direcionamentos para a organização de Planos de Ação.





Figura 2. Organograma para elaboração do Plano de Ação.

Organograma do processo educativo a partir da construção do espaço social alimentar e plano de ação da intervenção nutricional educativa

Espaço Social Alimentar

(POULAIN, 2013)

Entendendo e Construindo: Sentimentos e Significados

TEMPESTADE DE IDEIAS

(Sugestão de temas a serem abordados no processo educativo)

ROTINA DIÁRIA E CÍRCULO DE CULTURA FREIREANO

(Aprofundar os sentidos e significados do processo de escolhas alimentares)

Construindo Conhecimento e Mudando Realidades

RODA DE CONVERSA

(Higiene)

PROBLEMATIZAÇÃO

(Óleos, açúcares e sal)

EXPOSIÇÃO DIALOGADA

(Classificação dos alimentos segundo processamento; Produção para autoconsumo)

GRUPO FOCAL

Resgate da prática culinária e a socialização da alimentação
“Multiplicando e comemorando os sentidos e significados:
Socializando e restaurando laços”.



**Exemplos
Práticos de
Estratégias
Educativas de
Promoção da
Saúde**

Planos de Ação

Tempestade de Ideias:

Diagnóstico Participativo

**Título: Encontro entendendo e construindo:
interpretando ideias**

1. Objetivo geral:

Estabelecer diálogo inicial para a construção colaborativa de temas a serem tratados nas oficinas grupais, além de planejamento logístico dos encontros.

1.1. Objetivos do processo educativo:

- Construir e fortalecer laços entre os grupos (Projeto-Comunidade; Comunidade-Comunidade);
- Conhecer as expectativas dos participantes quanto ao projeto;
- Identificar temas de interesse para a construção das oficinas;
- Organizar e negociar a agenda.

2. Metodologia:

A fim de retomar e fortalecer as atividades a serem desenvolvidas será agendada um encontro inicial com

a comunidade junto a Empresa de Assistência Técnica. Tendo como local promotor a igreja, devido ao espaço físico e facilidade de acesso, sendo disponibilizado 1h30min para a execução da proposta. Para esta dinâmica é necessário à subdivisão do grupo segundo reconhecimento social territorial. Sendo assim serão realizados cinco encontros nesta temática.

2.1. Atividades:

2.1.1. Apresentação (15 minutos)

Será realizada uma breve apresentação, a fim de resgatar o objetivo do projeto junto à comunidade e a importância da participação de todos, além de apresentar os materiais que serão utilizados rotineiramente nos encontros como gravador e câmera digital, que constituirá de instrumentos facilitadores das análises. A conversa contará com elementos práticos para o seu início, como: empatia e capacidade de escuta.

Para iniciar a conversa e estabelecer um contato inicial entre os participantes, teremos uma “rodada” de apresentação. Posteriormente serão utilizadas perguntas norteadoras para despertar e estabelecer a comunicação. Sendo elas:

- O que você tem achado do nosso projeto? Você acredita que ele possa contribuir com a comunidade? Como?

2.2.2. Tempestade de ideias (30 minutos)

Com auxílio da tempestade de ideias os participantes serão estimulados a sugerirem temas que julgarem relevante para as discussões grupais e estes serão registrados na relatoria do encontro, a fim de buscar consonância entre as propostas sugeridas e o resultado do diagnóstico.

Esta atividade contará com o facilitador estimulando e motivando a participação do grupo, resgatando e interpretando alguns resultados do diagnóstico realizado anteriormente na comunidade como: Vocês sabem o que é Doença Crônica Não-Transmissível?

Problemática norteadora:

- 46% da população analisada possui Doença Crônica Não-Transmissível (DCNT);
- 78% dos domicílios apresenta pelo menos um morador com DCNT;
- 52% da população avaliada encontra-se com excesso de peso.
- Depois de apresentado estes dados serão abertas para diálogo mais algumas perguntas:
- O que pode ser feito para melhorar a saúde da comunidade?
- O que vocês esperam que o grupo da UFV e da EMATER?



2.2.3. Negociar agenda (15 minutos)

Para a execução das oficinas os grupos deverão ser subdivididos

2.2.4. Avaliação (10 minutos)

Com auxílio de uma escala hedônica será realizado a avaliação deste primeiro encontro a fim de conhecer a avaliação do grupo quanto à proposta e as limitações. Será perguntado pelo facilitador:

-O que você achou do nosso encontro?

-Você gostou de estar participando conosco? Se não, porque?

Ao final estes marcarão a figura que melhor caracteriza a sua avaliação e estas serão deixadas dentro de uma caixa para posterior conferência do resultado (Figura).



Fonte da imagem: Brasil, 2017

Figura. Escala hedônica facial para avaliação da oficina educativa

2.2.4. Finalização (20 minutos)

Ao final será servido um lanche (café, biscoito e bolo), buscando a familiaridade com o ambiente domiciliar e estabelecendo conversa entre o grupo, buscando maior socialização.

2.3. Recursos

2.3.1. Humanos

1 Facilitador e 2 Relatores

2.3.2. Materiais

Gravador portátil para registro das falas durante a atividade; Caderno de Relato; Impressões do Plano de Ação para o grupo de construção da proposta; Impressões da escala hedônica para avaliação; Caixa para registro das avaliações; Compra do Lanche.

3. Conclusão

Espera-se com esta atividade estabelecer maior proximidade entre os grupos a fim de facilitar a construção do processo educativo.



4. Referências

NÓBREGA, M. de M.; LOPES NETO, D.; SANTOS, S. R. dos. Uso da técnica de brainstorming para tomada de decisões na equipe de enfermagem de saúde pública. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasília, v. 50, n. 2, p.247-256, 1997.

BRASIL. Ministério da Educação. Manual para aplicação dos testes de aceitabilidade no Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), UFRGS. - 2. ed., Brasília, 2017.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Análise de Situação de Saúde. Plano de ações estratégicas para o enfrentamento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) no Brasil 2011-2022 / Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Análise de Situação de Saúde. - Brasília : Ministério da Saúde, 2011. 160 p.

POULAIN, J. O espaço social alimentar: um instrumento para o estudo dos modelos alimentares. In: POULAIN, Jean-pierre. **Sociologias da Alimentação**. 2. ed. Florianópolis: Editora Ufsc, 2013. Cap. 10. p. 225-248. Rosana Pacheco da Costa Proença.

SANTO, R. **Brainstorming – Tempestade de idéias**(BS-

TI) ou Como tirar seu time do “cercadinho mental”. 2015.
Documento adquirido na Biblioteca Temática do Empreendedor Disponível em: <http://www.bte.com.br>. Disponível em: <[http://www.bibliotecas.sebrae.com.br/chronus/ARQUIVOS_CHRONUS/bds/bds.nsf/741A876FE828908203256E7C00614A23/\\$File/NT00002206.pdf](http://www.bibliotecas.sebrae.com.br/chronus/ARQUIVOS_CHRONUS/bds/bds.nsf/741A876FE828908203256E7C00614A23/$File/NT00002206.pdf)>. Acesso em: 20 out. 2020



Rotina Diária e Círculo de Cultura:

Estratégia para Aprofundar os Significados

Título: Entendendo e construindo: sentimentos e significado

1. Objetivo geral:

Buscar aprofundar os sentidos e significados do processo de escolhas alimentares, por meio da Rotina Diária e do Círculo de Cultura de Paulo Freire

1.1. Objetivos do processo educativo:

- Construir e fortalecer laços entre os grupos (Projeto-Comunidade; Comunidade-Comunidade);
- Conhecer a rotina do participante (horários, escolhas, agentes que influenciam no processo de escolha, forma de preparo, organização doméstica, divisão do trabalho);
- Buscar através do processo de experimentação a construção dos significados e a importância da valorização da escolha, não sendo ela um processo simples e sim complementar do social, contando com auxílio do Círculo de Cultura Freireano .

2. Metodologia:

Buscando a continuidade das ações serão entregues convites às famílias segundo o grupo de proximidade geográfica e reconhecimento social territorial, sendo dividido os grupos a fim de facilitar a discussão. A divisão contou com auxílio do encontro anterior onde foram relatados os melhores dias e horários, formando-se os grupos para a construção educativa.

Os convites serão entregues via Empresa de Assistência Técnica, tendo como locais promotores a igreja e alguns domicílios cedidos pelas comunidades. Serão disponibilizados 1h30min para a execução da proposta.

2.1. Atividades:

2.1.1. Apresentação (05 minutos)

Será realizada uma breve apresentação, a fim de resgatar o objetivo do projeto junto à comunidade e a importância da participação de todos, além de apresentar os ambientes que serão utilizados.

2.2.2. Rotina Diária (30 minutos)

Com base da metodologia da Rotina Diária apresentada por Coelho (2014), serão construídos com auxílio de um relógio com ponteiros móveis e cartolina



a rotina alimentar das famílias, sendo pontuadas as seguintes questões:

- Que horas você costuma acordar? Já prepara o café?
- Que horas começa a preparar?
- Porque prepara?
- Durante a semana como é sua alimentação?
- Quando é época de colheita, por exemplo apanhar café?
- Quando chega visita a alimentação muda?
- E o esposo ajuda? Filhos?
- Na sua casa eles “escolhem” muito na hora de comer?

Esta metodologia propõe conhecer a rotina da família e suas peculiaridades, como horários de preparo das refeições, características desses horários, rotina de execução dessas atividades, interseção de “outras rotinas” ao preparo, como por exemplo: “quando feijão esta cozinhando, ela sai para limpar a casa”. Característica que influenciam o preparo como “gostar do marido e dos filhos”, organização doméstica, divisão do trabalho (GUSMÃO, 2015).

2.2.3. Círculo de Cultura Freireano (30 minutos)

Serão expostas em uma mesa as embalagens dos alimentos que apareceram com maior frequência durante a avaliação da disponibilidade, realizada durante

o diagnóstico deste trabalho. O grupo será orientado a se dirigir-se a mesa a fim de buscar por alimentos que caracterizem alguma sensação, rotina, dentre outros. Após a escolha eles serão orientados a estarem em círculo para facilitar a observação de todos os participantes. Algumas perguntas nortearam esta etapa.

- Para você o que significa/ representa este alimento que escolheu?
- Que sentimentos eles trazem para você e sua família?
- O que é uma boa alimentação/ alimentação saudável para você?

A cada fala serão colocados os alimentos no chão, centro do grupo e será ressaltada alguma palavra ou mesmo expressão que caracterize a escolha daquele indivíduo, o mesmo também transcrito na targeta é colocado próximo ao alimento.

Ao final será abordado a amplitude do se falar alimentação, a mesma não tendo apenas a dimensão dos nutrientes mas também de uma construção social, onde tem que haver a valorização das memórias culinárias, sentidos e significados destes alimentos para o indivíduo. Trazendo a necessidade de se entender o processo de escolha alimentar do grupo.



2.2.4. Avaliação (10 minutos)

Para a avaliação será realizado dois momentos um para a fala coletiva e outro para avaliação pessoal e “secreta”. Utilizará de perguntas para avaliação coletiva:

- Gostou de participar?
- O que acharam?
- Vale a pena continuar o trabalho aqui?
- Vocês teriam alguma sugestão para que pudéssemos melhorar?

Com auxílio de uma escala hedônica será realizado o segundo momento de avaliação onde estes classificaram o encontro (Figura).



Fonte da imagem: Brasil, 2017

Figura. Escala hedônica facial para avaliação da oficina educativa

2.2.4. Finalização (05 minutos)

“Agradecer a todos os participante e reforçar o convite aos vizinhos e amigos para que o grupo seja fortalecido, todos são muito importantes”

2.3. Recursos

2.3.1. Humanos

1 Facilitador e 2 Relatores

2.3.2. Materiais

Gravador portátil para registro das falas durante a atividade; Caderno de Relato; Impressões do Plano de Ação para o grupo de construção da proposta; Impressões da escala hedônica para avaliação; Caixa para registro das avaliações; Relógio de grande de ponteiros; Cartolina; Fita adesiva; Pincel; Embalagens de alimentos; Targetas.

3. Conclusão

Espera-se com esta atividade estabelecer maior proximidade entre os grupos a fim de facilitar a construção do processo educativo.



4. Referências

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. **Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas.** – Brasília, DF: MDS; Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, 2012.

BRASIL. Ministério da Educação. **Manual para aplicação dos testes de aceitabilidade no Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE)**, UFRGS. - 2. ed., Brasília, 2017.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de atenção à saúde. Departamento de atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira / ministério da saúde, secretaria de atenção à saúde, departamento de atenção Básica.** – 2. ed. – Brasília : ministério da saúde, 2014. 156 p.

BRASIL. Ministério da Saúde. Universidade Federal de Minas Gerais. **Instrutivo : metodologia de trabalho em grupos para ações de alimentação e nutrição na atenção básica.** Brasília, 168 p., 2016.

COELHO, F. M. G. **A arte das orientações técnicas no campo: concepções e métodos.** 2 ed. ver.ampl. Viçosa, MG: Suprema, 2014, 188p.

GUSMÃO, L. S. Educação Alimentar e Nutricional no

contexto da produção para autoconsumo: **Contribuições para a segurança alimentar e nutricional de famílias de zona rural**. 2015. 187 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Ciência da Nutrição, Departamento de Nutrição e Saúde, Universidade Federal de Viçosa, Viçosa, 2015.

MONTEIRO, E. M. L. M.; VIEIRA, N. F. C. Educação em saúde a partir de círculos de cultura. **Revista brasileira de enfermagem** 2010, vol.63, n.3, 397-403p.

POULAIN, J. O espaço social alimentar: um instrumento para o estudo dos modelos alimentares. In: POULAIN, J. **Sociologias da Alimentação**. 2. ed. Florianópolis: Editora Ufsc, 2013. Cap. 10. p. 225-248. Rosana Pacheco da Costa Proença.



Roda de Conversa

Título: Limpando, produzindo e cozinhando

1. Objetivo geral:

Fortalecer, junto aos participantes, a importância da higiene pessoal e ambiental para alimentação saudável e promoção da saúde

1.1. Objetivos do processo educativo:

- Construir e fortalecer laços entre os grupos (Projeto-Comunidade; Comunidade-Comunidade);
- Buscar com auxílio da roda de conversa estimular processos de higiene que que contribuam para uma alimentação saudável e saúde do grupo trabalhado;
- Modificar através de uma construção coletiva processos de não higiene que possa a causar agravos à saúde dos indivíduos.

2. Metodologia:

Roda de Conversa é uma metodologia utilizada no processo de intervenção comunitária que objetiva a participação coletiva de debates a cerca de um tema, criando espaços de conversa, no qual o grupo possa dialogar e construir autonomia por meio da

problematização, socialização e reflexão da temática. Conta ainda com a troca de experiências a fim de contribuir com a consolidação do tema abordado (SAMPAIO, 2013; MELO, CRUZ, 2014)

A proposta pedagógica da INPA (Intervenção participativa dos atores) implica um processo educativo no qual cada um, individualmente, e todos, no coletivo, tenham clara a sua posição de sujeitos da história. Apresenta-se basicamente como uma concepção dialética, uma forma de ver a realidade de modo crítico, buscando articular num processo integral a participação dos envolvidos. [...] A abordagem e os métodos pedagógicos proporcionam a conscientização e a compreensão da própria realidade [...] e ajudam a desenvolver o sentido da busca de transformação dessa realidade. As interações oferecidas aos membros do grupo ao desenvolver a Intervenção Participativa, na forma de investigação sobre a realidade, ajudam a transformar as pessoas envolvidas ou mesmo as organizações em um grupo com perspectivas e objetivos comuns, com tarefas e responsabilidades definidas no coletivo (FURTADO, FURTADO, 2000, p. 67).



2.1. Atividades:

2.1.1. Apresentação (05 minutos)

Será realizada uma apresentação inicial onde se abordará a dinâmica da oficina, explicando de forma rápida a proposta.

2.2.2. Roda conversa (40 minutos)

Como o intuito de estimular o grupo a discussão serão levadas três fichas com as palavras **saúde, alimentação e higiene**. Elas serão afixadas com auxílio de um barbante representando ludicamente um varal (Figura 1). Serão abordados os seguintes questionamentos:

Como o intuito de estimular o grupo a discussão serão levadas três fichas com as palavras **saúde, alimentação e higiene**. Elas serão afixadas com auxílio de um barbante representando ludicamente um varal (Figura 1). Serão abordados os seguintes questionamentos:



Figura elaborada pelas autoras
Figura 1. Material lúdico utilizado para simbolizar a junção dos sentidos, utilizando do instrumento varal para exemplificação e construção.

- O que vocês acham que significa cada palavra?
- Como elas podem se relacionar?
- Elas estão presentes no seu dia a dia? Como elas estão presentes no seu dia a dia?
- Um prato bonito e cheiroso é o suficiente para ser seguro para comermos?
- Somente comida com mal cheiro ou com “cara de estragada” que está contaminada?

A partir destas perguntas iniciarão as discussões aonde se conduzirá a apresentação de fichas que facilitaram a apresentação da oficina, as mesmas trataram o passo a passo de como higienizar as mãos (Figura 2). Antes da apresentação desta será convidado uma pessoa do grupo a participar da dinâmica da lavagem das mãos com auxílio de uma tapa olhos e tinta não-tóxica a fim de realizar na prática o processo. Reforçar-se-á a importância desde processo assim como **tomar banho diariamente, escovação dentária e lavagem das roupas.**

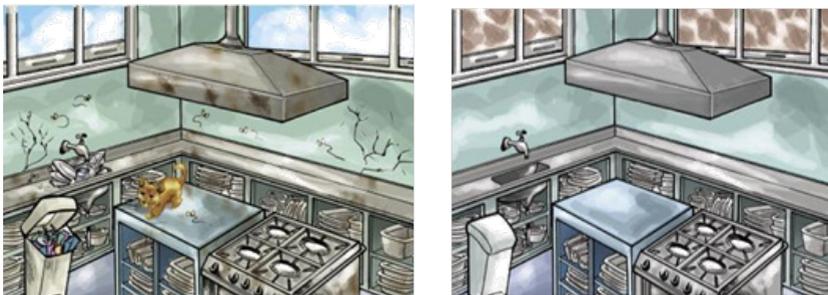




Figura 2. Ficha de higienização de mãos para reforço positivo durante processo educativo.

Com intuito de atuar nos eixos de organização doméstica será abordado à importância da higiene ambiental com auxílio das fichas será apresentado uma cozinha limpa e uma cozinha suja; um quintal organizado e um sujo (Figura 3). Esta caracterização partirá de algumas perguntas direcionadas ao grupo, como:

- O que vocês estão vendo na imagem?
- Quais as principais diferenças entre as imagens?
- Pensem aí, como é na casa de vocês?
- Como isso pode contribuir com a saúde?



Fonte das imagens: Brasil, 2004.

Figura 3. Fichas de comparação de ambientes para reforço positivo durante processo educativo.

Agora escolha a imagem que irá para o nosso varal. No varal será estimulado colocar as imagens que caracterizam o processo de higiene pessoal e ambiental.

Com auxílio das fichas serão abordadas questões como:

- Contaminação cruzada (Figura 4) (Você sabe o que é?)
- Tipos de contaminação de alimentos (Figura 4) (biológica, química e física);
- Onde moram as bactérias; (Você sabe onde se encontram?)
- Doenças Transmitidas por Alimentos; (O que são?)
- Importância do Controle da Temperatura (Figura 5);
- Organização da geladeira (Figura 6);
- Não comprar produtos com embalagens danificadas (Figura 7);
- Processo de limpeza da cozinha (Figura 8);

- Como higienizar frutas (Figura 9);
- Como higienizar hortaliças;
- Presença de pragas (Como controla-las?)
- Animais no ambiente doméstico (Figura 3).
- Lixo (Figura 8) (O que vocês costumam fazer com o lixo?)



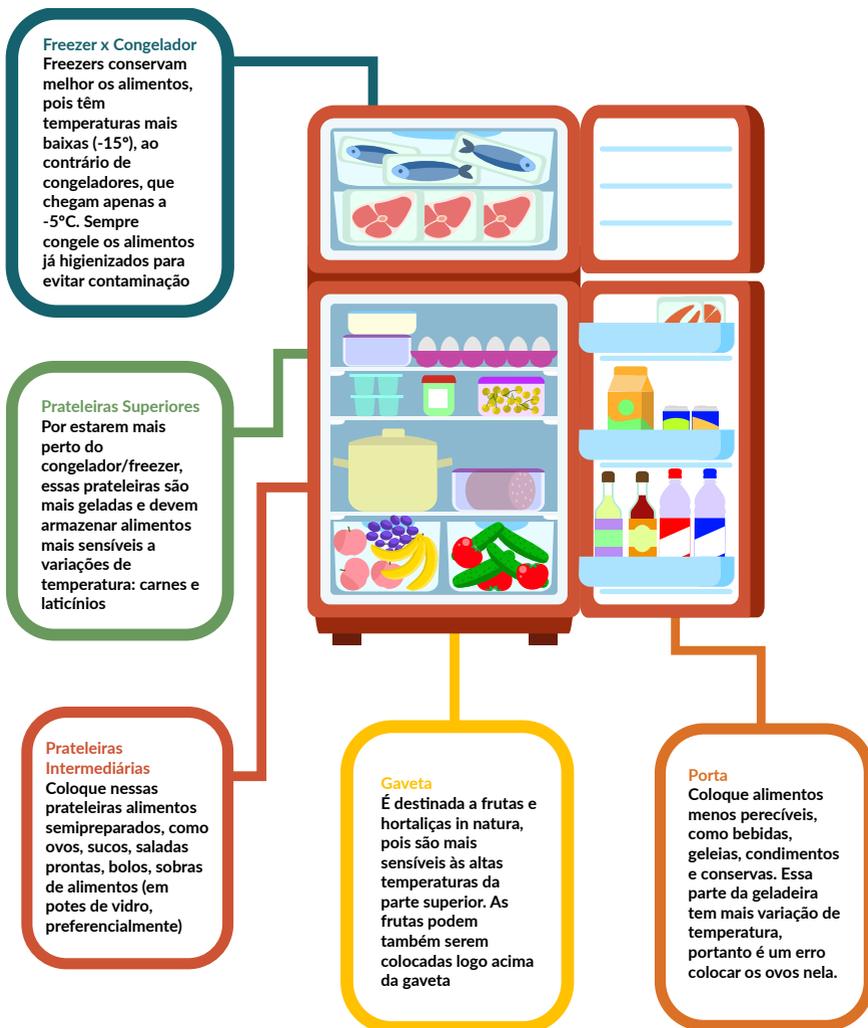
Fonte das imagens: BRASIL, 2004

Figura 4. Fichas de orientação sobre contaminação cruzada e tipos de contaminação de alimentos para reforço positivo durante processo educativo.

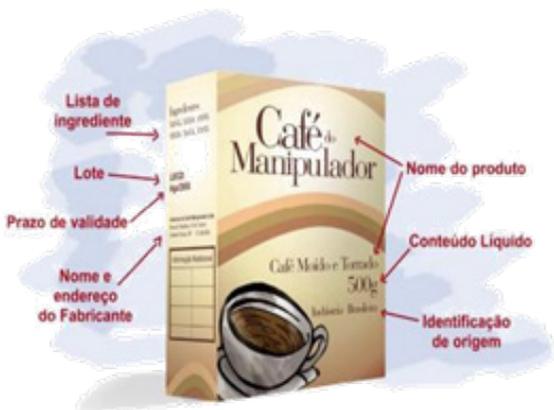


Fonte das imagens: Brasil, 2004

Figura 5. Fichas de orientação sobre controle de temperatura de alimentos para reforço positivo durante processo educativo.



Fonte das imagens: Adaptado de Energíe Nutrição
Figura 6. Ficha de orientação sobre organização dos alimentos na geladeira para reforço positivo durante processo educativo.



Fonte das imagens: Brasil, 2004

Figura 7. Fichas de orientação sobre embalagens, rótulos e organização de produtos de limpeza para reforço positivo durante processo educativo.



Fonte das imagens: Brasil, 2004

Figura 8. Fichas de orientação sobre higienização da cozinha e separação de lixo para reforço positivo durante processo educativo.



Selecione, retirando as partes deterioradas, com pragas ou sujidades



Lave folha por folha, legume por legume, cacho por cacho em água corrente



Meça 2L de água no copo medidor, Coloque o litro de água em um recipiente limpo



Coloque 2 colheres de sopa de Hipoclorito de Sódio com concentração 2,0 a 2,5% na água armazenada no recipiente



Coloque as folhas, legumes e frutas imersas na solução clorada preparada nos passos anteriores



Deixe em imersão por 15 minutos



Enxágue bem todas as folhas, legumes e frutas



Seque com papel toalha e armazene em sacos plásticos transparentes



Fab: xx/xx
Val: 3 dias

Etiquete com 3 dias de validade e armazene na geladeira

Fonte das imagens: Adaptado de CHEFNUTRI, 2013

Figura 9. Fichas de orientação sobre higienização de alimentos para reforço positivo durante processo educativo.

2.2.3. Avaliação (5 minutos)

Para a avaliação será realizado dois momentos um para a fala coletiva com auxílio do grupo focal e outro para avaliação pessoal e “secreta”. Utilizará de perguntas para avaliação coletiva:

- Gostou de participar?
- O que acharam?
- Vocês teriam alguma sugestão para que pudéssemos melhorar?
- Como foi para vocês trabalhar com este tema?
- Vocês acreditam que dê para aplicar aquilo que trabalhamos no dia de hoje?
- Quais serão as principais dificuldades enfrentadas para colocar isso em prática?

Com auxílio de uma escala hedônica facial será realizado o segundo momento de avaliação onde estes classificaram o encontro (Figura 10).



Fonte da imagem: Brasil, 2017

Figura 10. Escala hedônica facial para avaliação da oficina educativa

2.2.4. Finalização (05 minutos)

Será resgatada alguma temática de obteve maior dúvida entre o grupo e conduzirá o fechamento da atividade

2.3. Recursos

2.3.1. Humanos

1 Facilitador e 2 Relatores

2.3.2. Materiais

Gravador portátil para registro das falas durante a atividade; Caderno de Relato; Impressões do Plano de Ação para o grupo de construção da proposta; Impressões da escala hedônica para avaliação; Caixa para registro das avaliações; “Tapa olhos”; Tinta não tóxica; Fichas A4 plastificadas; Barbante; Fita adesiva; Pregador.

3. Conclusão

Espera-se com esta atividade melhorar pontos de riscos de contaminação e estimular a utilização dos alimentos produzidos no domicílio.



4. Referências

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Cartilha sobre Boas Práticas para serviços de alimentação**. Brasília: Brasília, 2004. p.48 Disponível em: <http://www.anvisa.gov.br/divulga/public/alimentos/cartilha_gicra.pdf>. Acesso em: 01 set. 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde, Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Segurança do Paciente em Serviços de Saúde: Higienização das Mãos** Brasília: Anvisa, 2009. p.105

BRASIL. Ministério da Educação. **Manual para aplicação dos testes de aceitabilidade no Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE)**, UFRGS. - 2. ed., Brasília, 2017.

BRASIL. Ministério da Saúde. Universidade Federal de Minas Gerais. **Instrutivo : metodologia de trabalho em grupos para ações de alimentação e nutrição na atenção básica**. Brasília, p.168, 2016.

COELHO, F. M. G. **A arte das orientações técnicas no campo: concepções e métodos**. 2 ed. ver.ampl. Viçosa, MG: Suprema, 2014, p. 88.

FURTADO, R; FURTADO, E. A Intervenção participativa dos Atores - INPA: uma metodologia

de capacitação para o desenvolvimento sustentável. Brasília: IICA, 2000.

MELO, M. C. H. de; CRUZ, G. de C. Roda de Conversa: uma proposta metodológica para a construção de um espaço de diálogo no Ensino Médio. **Imagens da Educação**, Ponta Grossa, v. 4, n. 2, p.31-39, mar. 2014.

POULAIN, J. O espaço social alimentar: um instrumento para o estudo dos modelos alimentares. In: POULAIN, Jean-pierre. **Sociologias da Alimentação**. 2. ed. Florianópolis: Editora Ufsc, 2013. Cap. 10. p. 225-248. Rosana Pacheco da Costa Proença.

SAMPAIO, J et al. Limites e potencialidades das rodas de conversa no cuidado em saúde: uma experiência com jovens no sertão pernambucano. **Interface**, v. 18, p.1299-1311, dez. 2014.

VICENTE JUNIOR, C. et al. Entrevista Motivacional. In: ALVARENGA, M. et al. **Nutrição Comportamental**. Barueri: Manole, 2015. Cap. 9. p. 215-236.



Exposição Dialogada

Título: Uma pitada de sabor

1. Objetivo geral:

Desenvolver práticas alimentares saudáveis nas preparações culinárias diárias com produtos alimentícios usados no temperar e cozinhar, óleo, gorduras, sal e açúcar e incentivo a inserção de alimentos in natura ou minimamente processados.

1.1. Objetivos do processo educativo:

- Construir e fortalecer laços entre os grupos (Projeto-Comunidade; Comunidade-Comunidade);

- Buscar com auxílio da exposição dialogada estimular questionamentos, o quanto a saúde pode ser afetada com adoção de práticas excessivas de utilização de óleos, gorduras, sal e açúcar;

- Valorizar a “horta” como local de promoção da saúde e espaço de modificação de práticas culinárias a nível domiciliar.

2. Metodologia:

A técnica da exposição dialogada baseia-se em preparar um roteiro com os conteúdos a serem

abordados, com auxílio de uma referencial teórico. Busca-se ampliar o assunto através de questionamentos que façam reflexões acerca da temática, possibilitando a emergência de questões e ao final se estrutura uma síntese dos principais pontos a serem ressaltados (RIBEIRO, RIBEIRO, 2011). Esta abordagem contribui para o empoderamento e cooperação simultânea na construção e consolidação da informação trabalhada, cada sujeito tem papel único e dele surge vivências e práticas que podem ser utilizadas e exemplificadas pelo grupo, a partir de sua fala (COTTA et al., 2013)

2.1. Atividades:

2.1.1. Apresentação (05 minutos)

Será realizada uma breve apresentação sobre os objetivos do encontro e a importância da participação de todos para melhor execução do projeto. Logo depois se apresentará o ambiente utilizado.

2.1.2. Exposição Dialogada (50 minutos)

Com auxílio de embalagens de produtos (sal grosso, sal de cozinha, temperos prontos, tabletes de caldo ultraprocessados, açúcar refinado, açúcar cristal, açúcar mascavo, adoçante, manteiga, margarina, óleo de soja, azeite extravirgem e “gordura de porco”) será organizado o ambiente para a exposição e conversa sobre a temática.



Para a dinâmica será apresentado material lúdico, um prato com as fichas contendo as palavras chaves da conversa (Figura 1), uma representação de um vaso sanguíneo e formação de placas (Figura 2) e com auxílio de balança portátil será pesado as “pitadas” correspondentes dos participantes.



Figura elaborada pelas autoras

Figura 1. Material lúdico utilizado para simbolizar a inserção destes produtos alimentícios no dia-a-dia e auxiliar na condução do encontro.

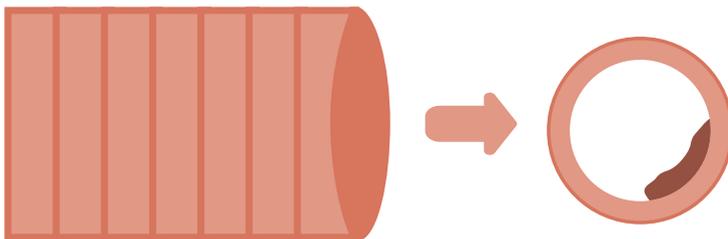


Figura elaborada pelas autoras

Figura 2. Material lúdico utilizado para simbolizar um vaso sanguíneo.

Será iniciada a conversa utilizando os seguintes questionamentos:

- Para se preparar uma boa comida o que é preciso?
- Como podemos preparar uma comida saborosa?
- É possível preparar uma alimentação que respeite a nossa saúde? Como?
- Temos que ter cuidado na hora que preparar as refeições com o sal, açúcar e óleo?
- Quem te ensinou a cozinhar?
- Como esta pessoa temperava as preparações?
- Como sua família gosta da comida?

2.1.2.1. Sal

Para abordar as questões referentes ao consumo de sal, iniciará pedindo que o grupo individualmente represente a “sua pitada”. O facilitador chamará cada um para que em um pote de sal ele “pegue” o que representa a sua “pitada”, com auxílio de pratos descartáveis será nomeado. Após todos terem participado, será perguntado ao grupo:

- Quantas gramas está “pitada” de José tem?

Após o grupo responder, será pesado com auxílio de balança portátil e fará a conferência e registro dos valores. Espera-se com esta proposta iniciar as discussões, sendo apresentadas algumas informações quanto aos cuidados com o excesso de sal. Ao longo das perguntas serão utilizadas as embalagens para auxiliar na visualização e fixação da informação.



As perguntas que embasarão serão:

- Qual a importância do sal?
- Tem diferença entre sal mineral e sal de cozinha?
- Vocês utilizam tempero pronto em casa? Ou Fazem? Como fazem?
- Quando o sal faz mal para a saúde? O que ele pode causar?
- Quantos de sal podemos ingerir por dia?
- Quanto de sal uma família com 5 pessoas podem consumir por dia? Vocês sabem?
- O que eu tenho em casa que pode ajudar a diminuir a quantidade de sal?

2.1.2.2. Açúcar

Para a apresentação será utilizado às embalagens a fim de contribuir com o diálogo e fixação da informação.

As perguntas que nortearão o diálogo:

- Qual a importância do açúcar?
- Tem diferença entre os tipos de açúcares?
- Quando o açúcar pode fazer mal a saúde? Quais riscos ele pode trazer?
- Em quais preparações se gastam mais açúcar em sua casa?
- Qual a quantidade de açúcar que você e sua família costumam gastar por mês? Você acha que é muito ou pouco?

- Qual a quantidade de açúcar que costuma gastar para fazer o suco? E o café?
- Como sua família gosta do café e do suco?

2.1.2.3. Óleos e Gorduras

Para a apresentação será utilizado às embalagens a fim de, contribuir com o diálogo e com auxílio de material lúdico, que representará o vaso sanguíneo. Serão discutidas questão referentes ao consumo excessivo de óleos e gorduras

As questões abordadas:

- Quais preparações vocês utilizam manteiga ou margarina, óleo e gorduras?
- Como sua família gosta que você utiliza o óleo nas preparações?
- Qual a importância deste alimentos para saúde (óleo)?
- Quais tipos você utiliza em casa?
- Qual a quantidade de óleo ou/e gordura que vocês costumam utilizar em casa?
- Tem diferença entre óleo e gordura?
- Quando os óleos e gorduras podem causar mal a saúde? Porque?
- Você utiliza azeite em casa?
- Já ouviu falar em ponto de fumaça?



2.1.3. Fechamento (5 minutos)

Com auxílio de perguntas será conduzido o fechamento:

- O que podemos fazer para diminuir a quantidade de sal, açúcar, óleo, manteiga e margarina?
- Tem alguma coisa na horta que possa ajudar na diminuição? Se não temos, o que vocês acham de plantarmos?

2.1.4. Avaliação (5 minutos)

Para a avaliação será realizado dois momentos um para a fala coletiva com auxílio do grupo focal e outro para avaliação pessoal e “secreta”. Utilizará de perguntas para avaliação coletiva:

- O que vocês acharam no encontro de hoje?
- Como vocês se sentem quando prepara a sua refeição e todos gostam?
- Como vocês preparam o alimento para que todos gostem?
- O que vocês aprenderam?
- Por que temos que ter cuidado com o sal? Com os óleos e gorduras? Com o açúcar?

Com auxílio de uma escala hedônica será realizado o segundo momento de avaliação onde estes classificaram o encontro (Figura 3).



Fonte da imagem: Brasil, 2017

Figura 3 Escala hedônica para avaliação da oficina educativa

2.1.5. Finalização (05 minutos)

Será resgatada alguma temática de obteve maior dúvida entre o grupo e conduzirá o fechamento da atividade

2.2. Recursos

2.2.1. Humanos

1 Facilitador e 2 Relatores

2.2.2. Materiais

Gravador portátil para registro das falas durante a atividade; Caderno de Relato; Impressões do Plano de Ação para o grupo de construção da proposta; Impressões da escala hedônica para avaliação; Caixa para registro das avaliações; Embalagens (sal grosso, sal de cozinha, temperos prontos, tabletes de caldo ultraprocessados, açúcar refinado, açúcar cristal, açúcar mascavo, adoçante, manteiga, margarina, óleo de soja,



azeite extravirgem e “gordura de porco”); Bandeja em papel; Pratos pequenos descartáveis; Fichas (Açúcar, Óleo e Sal); Rolo de papel higiênico; Tinta vermelha não tóxica; Folha de papel reciclado; Balança Portátil.

3. Conclusão

Espera-se com esta atividade desenvolver práticas alimentares saudáveis e contribuir com a inserção de alimentos advindos da horta, diminuindo assim a quantidade de sal, açúcar, óleos e gordura.

4. Referências

BRASIL. Ministério da Educação. **Manual para aplicação dos testes de aceitabilidade no Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE)**, UFRGS. - 2. ed., Brasília, 2017.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Coordenação Geral da Política de Alimentação e Nutrição. Diretriz 6: gorduras, açúcares e sal. In: Guia Alimentar para a População Brasileira: promovendo a alimentação saudável. 1 ed., p.73-84. Brasília. 2006.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. A escolha dos alimentos. In: Guia Alimentar para a População Brasileira. 2 ed., p.15-25. Brasília. 2014.

BRASIL. Ministério da Saúde. Universidade Federal de Minas Gerais. Instrutivo : metodologia de trabalho em grupos para ações de alimentação e nutrição na atenção básica. Brasília,168 p., 2016.

COTTA, R.M.M. et al. Debates atuais em humanização e saúde: quem somos nós? **Ciência e Saúde Coletiva**, v.18, n.1, 171 - 179 pp., 2013.

GUSMÃO, L. S. **Educação Alimentar e Nutricional no contexto da produção para autoconsumo: Contribuições**



para a segurança alimentar e nutricional de famílias de zona rural. 2015. 187 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Ciência da Nutrição, Departamento de Nutrição e Saúde, Universidade Federal de Viçosa, Viçosa, 2015.

PHILIPPI, S.T. Grupo dos óleos e gorduras. In: Pirâmide dos Alimentos – Fundamentos básicos da nutrição, p.241-93. Baueri-SP. Ed. Manole, 2008.

PHILIPPI, S.T. Grupo dos açúcares e doces. In: Pirâmide dos Alimentos- Fundamentos básicos da nutrição, p.293-315. Baueri-SP. Ed. Manole, 2008.

PHILIPPI, S.T. Água e eletrólitos. In: Pirâmide dos Alimentos – Fundamentos básicos da nutrição, p.315-340. Baueri-SP. Ed. Manole, 2008.

POULAIN, J. O espaço social alimentar: um instrumento para o estudo dos modelos alimentares. In: POULAIN, Jean-pierre. **Sociologias da Alimentação**. 2. ed. Florianópolis: Editora Ufsc, 2013. Cap. 10. p. 225-248. Rosana Pacheco da Costa Proença.

RIBEIRO, V. M. B.; RIBEIRO, A. M. B. A aula e a sala de aula: um espaço-tempo de produção de conhecimento. *Rev. Col. Bras. Cir.* v. 38, n.1, 71-76 pp, 2011.

Problematização

Título: Alimento X Produto

1. Objetivo geral:

Fortalecer a importância de estratégias como a produção para autoconsumo como facilitadora de práticas alimentares saudáveis e apresentar os graus de processamento dos alimentos segundo o Guia Alimentar para a População Brasileira (2014)

1.1. Objetivos do processo educativo:

- Construir e fortalecer laços entre os grupos (Projeto-Comunidade; Comunidade-Comunidade);
- Buscar com auxílio da problematização desenvolver pensamento crítico- reflexivo quanto a inserção de alimentos ultraprocessados na alimentação diária;
- Valorizar a produção para autoconsumo como eixo chave para as práticas de alimentação saudável.

2. Metodologia:

Problematização caracteriza-se com uma metodologia que tem por referência o Método do Arco de Chales Maguerez, que é representado na figura abaixo pelo esquema proposto por Bordenave e Pereira

(1982). Nesse material é organizado: realidade ou um recorte da realidade: Observação da Realidade, Pontos-Chave, Teorização, Hipóteses de Solução e Aplicação à Realidade (prática). “Problematização como metodologia de ensino, de estudo e de trabalho, para ser utilizada sempre que seja oportuno, em situações em que os temas estejam relacionados com a vida em sociedade” (BERBEL, 1998).



Fonte: Bordenave; Pereira, 2002

2.1. Atividades:

2.1.1. Apresentação (05 minutos)

Será realizada uma apresentação inicial onde se abordará a dinâmica da oficina, explicando de forma rápida a proposta.

2.1.2. Problematização (20 minutos)

Como o intuito de estimular o grupo a reflexão será levantada algumas questões a fim de conduzir a discussões:

Aumento do consumo de produtos industrializados pela população brasileira;

- Porque vocês acham que isto está acontecendo?

Baixo consumo de frutas e verduras;

- Porque vocês acham que isto está acontecendo?

Aumento da obesidade na população;

- Porque vocês acham que isto está acontecendo?

Aumento dos casos de Hipertensão Arterial;

- Porque vocês acham que isto está acontecendo?

Aumento dos casos de diabetes;

- Porque vocês acham que isto está acontecendo?

2.1.2.1. Apresentação dos níveis de processamento de alimentos segundo o Guia Alimentar

Com auxílio da utilização do pêssego segundo grau de processamento, in natura, processado na forma de pêssego em calda e ultraprocessado, suco em pó. Será conduzida as discussões (Figura 1).



Inicialmente será perguntado:

- O que vocês entendem como alimento in natura? Minimamente processado? Processado? Ultraprocessado?

Ressaltando frases apresentadas no Guia Alimentar, como:

“Prefira sempre alimentos in natura ou minimamente processados e preparações culinárias a alimentos ultraprocessados”

“ Descascar mais e desembalar menos!”



Figura elaborada pelos autores

Figura 1. Grau de processamento do pêssego segundo o Guia Alimentar para a População Brasileira (2014)

2.1.2. A importância da produção para autoconsumo na alimentação saudável (30 minutos)

A partir da apresentação e da problematização será conduzido um segundo momento, onde com auxílio de perguntas será realizado questionamentos sobre a temática da produção para autoconsumo- horta, como estratégia para as práticas de alimentação saudável.

Cada participante receberá um palito, para que ele estoure a bexiga e o facilitador irá ler a questão contida, inicialmente a condução da resposta será dada pela aquela pessoa que estourar, porém depois a mesma será aberta aos demais. Na Figura 2 esta apresentada à configuração da dinâmica. Abaixo as questões abordadas:

- Como a produção para autoconsumo pode auxiliar na mudança deste quadro de obesidade?
- Como podemos mudar este cenário?
- Quais estratégias podemos usar para diminuição do consumo de alimentos ultraprocessados e processados?
- Como preparar uma alimentação saborosa e saudável?
- Quais alimentos devem ser a base na nossa alimentação?
- Por que o excesso de açúcar, óleo e sal faz mal?
- Nos alimentos ultraprocessados porque devemos ter cuidado com a quantidade ingerida?



- Quando vamos ao mercado o que devemos ficar atentos?
- Quais hortaliças tenho plantada em casa? Pra ela serve?
- Como a horta pode ajudar em casa?
- Porque devemos ter uma horta em casa?
- Quais cuidados devemos ter com a nossa horta?
- Que tipo de água deve ser usada na horta?
- Você utiliza agrotóxico na sua horta? Porque?
- Que cuidados devem ter na hora de aplicar o agrotóxico? Você utiliza?

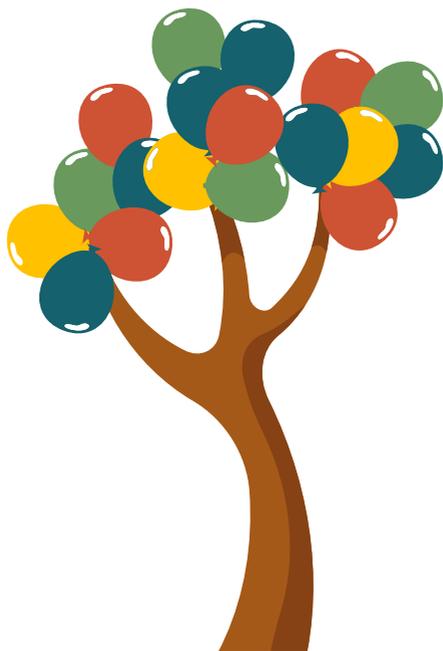


Figura elaborada pelos autores

Figura 2. Material lúdico a ser utilizado para a condução do processo educativo



2.1.4. Avaliação (5 minutos)

Para a avaliação será realizado dois momentos um para a fala coletiva com auxílio do grupo focal e outro para avaliação pessoal e “secreta”. Utilizará de perguntas para avaliação coletiva:

- Gostou de participar?
- O que acharam?
- Vocês teriam alguma sugestão para que pudéssemos melhorar?
- Como foi para vocês trabalhar com este tema?
- Vocês acreditam que dê para aplicar aquilo que trabalhamos no dia de hoje?
- Quais serão as principais dificuldades enfrentadas para colocar isso em prática?

Com auxílio de uma escala hedônica será realizado o segundo momento de avaliação onde estes classificaram o encontro.

Com auxílio de uma escala hedônica será realizado o segundo momento de avaliação onde estes classificaram o encontro (Figura 3).



Fonte da imagem: Brasil, 2017
Figura 3. Escala hedônica facial para avaliação da oficina educativa



2.2.4. Finalização (05 minutos)

Será resgatada alguma temática de obteve maior dúvida entre o grupo e conduzirá o fechamento da atividade

2.3. Recursos

2.3.1. Humanos

1 Facilitador e 2 Relatores

2.3.2. Materiais

Gravador portátil para registro das falas durante a atividade; Caderno de Relato; Impressões do Plano de Ação para o grupo de construção da proposta; Impressões da escala hedônica para avaliação; Caixa para registro das avaliações; Câmera fotográfica; Pêssego in natura; Pêssego em calda; Suco em pó de pêssego; Papel cartão marrom; Tesoura; Cola; Pincel Marrom; Bexiga nas cores verde e vermelho; Folha impressa com as perguntas; Fita adesiva; Palito.

3. Conclusão

Espera-se com esta atividade fortalecer práticas alimentares saudáveis, como a ampliação e criação de hortas e diminuição do consumo de ultraprocessados.

4. Referências

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. **Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas**. Brasília, 2012. 68p.

BRASIL. Ministério da Educação. **Manual para aplicação dos testes de aceitabilidade no Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE)**, UFRGS. - 2. ed., Brasília, 2017.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2. ed. Brasília, 2014. 156p.

BORDENAVE, J. D.; PEREIRA, A. M. **Estratégias de ensino aprendizagem**. 23 ed. Petrópolis: Vozes, 2002.

FURTADO, R; FURTADO, E. **A Intervenção participativa dos Atores** – INPA: uma metodologia de capacitação para o desenvolvimento sustentável. Brasília: IICA, 2000.

IBGE - INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICAS. **Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009: Análise do consumo alimentar pessoal no Brasil**. Rio de Janeiro; 2010, p.150.



POULAIN, J. O espaço social alimentar: um instrumento para o estudo dos modelos alimentares. In: POULAIN, Jean-pierre. **Sociologias da Alimentação**. 2. ed. Florianópolis: Editora Ufsc, 2013. Cap. 10. p. 225-248. Rosana Pacheco da Costa Proença.

VICENTE JUNIOR, C. et al. Entrevista Motivacional. In: ALVARENGA, Marle et al. **Nutrição Comportamental**. Barueri: Manole, 2015. Cap. 9. p. 215-236.

Grupo Focal

Título: Resgatando e fortalecendo a construção

1. Objetivo geral:

Fortalecer e resgatar informações para a consolidação do processo educativo, além de socializar as ideias.

1.1. Objetivos do processo educativo:

- Construir e fortalecer laços entre os grupos (Projeto-Comunidade; Comunidade-Comunidade);

- Conhecer quais questionamentos ainda permanece e assim contribuir para modificação de práticas alimentares;

- Entender o que foi para o grupo o trabalho com as temáticas abordadas.

2. Metodologia:

A fim de retomar e fortalecer as atividades desenvolvidas busca-se com o grupo focal uma oportunidade de entender como foi para o grupo o trabalho e desenvolvimento das oficinas. Serão levados elementos que remete aquela oficina e este será distribuído ao subgrupo. Para esta dinâmica é necessário à subdivisão do grupo em quatro subgrupos, cada um contendo um relator e um motivador.

2.1. Atividades:

2.1.1. Apresentação (10 minutos)

Será realizada uma breve apresentação, a fim de resgatar o objetivo do projeto junto à comunidade e a importância da participação de todos, agradecendo as famílias que participaram.

2.2.2. Grupo Focal (50 minutos)

Cada grupo deverá relembrar através dos elementos exposto aquela oficina.

Problemática norteadora:

- O que vocês se lembram esta discussão?
- Quais foram as principais mudanças ocorridas?
- Quais as principais dificuldades para a mudança?

Ao final os grupos se unirão novamente para que as perguntas/ questionamentos que emergiram durante a conversa seja apresentada ao grupo.

2.2.4. Avaliação (10 minutos)

Com auxílio de uma escala hedônica será realizado a avaliação deste primeiro encontro a fim de conhecer a avaliação do grupo quanto à proposta e as limitações. Será perguntado pelo facilitar:

- O que você achou dos nossos encontros?
- Você gostou de estar participando conosco? Se não, porque?

Ao final estes marcaram a figura que melhor caracteriza a sua avaliação e estas serão deixadas dentro de uma caixa para posterior conferência do resultado.

2.2.4. Finalização (20 minutos)

Ao final será servido um lanche (café, biscoito e bolo), buscando a familiaridade com o ambiente domiciliar e estabelecendo conversa entre o grupo, buscando maior socialização.

2.3. Recursos

2.3.1. Humanos

5 Facilitador e 4 Relatores

2.3.2. Materiais

Gravador portátil para registro das falas durante a atividade; Caderno de Relato; Impressões do Plano de Ação para o grupo de construção da proposta; Impressões da escala hedônica para avaliação; Caixa para registro das avaliações; Comprar do Lanche;



3. Conclusão

Espera-se com esta atividade estabelecer maior proximidade entre os grupos a fim de facilitar a construção do processo educativo.

4. Referências

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Análise de Situação de Saúde. **Plano de ações estratégicas para o enfrentamento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) no Brasil 2011-2022** / Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Análise de Situação de Saúde. – Brasília : Ministério da Saúde, 2011. 160 p.

NÓBREGA, M. de M.; LOPES NETO, D.; SANTOS, S. R. dos. Uso da técnica de brainstorming para tomada de decisões na equipe de enfermagem de saúde pública. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasília, v. 50, n. 2, p.247-256, 1997.

POULAIN, J. O espaço social alimentar: um instrumento para o estudo dos modelos alimentares. In: POULAIN, Jean-pierre. **Sociologias da Alimentação**. 2. ed. Florianópolis: Editora Ufsc, 2013. Cap. 10. p. 225-248. Rosana Pacheco da Costa Proença.

SANTO, R. **Brainstorming – Tempestade de idéias (BS-TI) ou Como tirar seu time do “cercadinho mental”**. 2015. Documento adquirido na Biblioteca Temática do Empreendedor Disponível em: <http://www.bte.com.br>. Disponível em: <[http://www.bibliotecas.sebrae.com.br/chronus/ARQUIVOS_CHRONUS/bds/bds.nsf/741A876FE828908203256E7C00614A23/\\$File/NT00002206.pdf](http://www.bibliotecas.sebrae.com.br/chronus/ARQUIVOS_CHRONUS/bds/bds.nsf/741A876FE828908203256E7C00614A23/$File/NT00002206.pdf)>. Acesso em: 20 ago. 2020



VICENTE JUNIOR, C. et al. Entrevista Motivacional. In: ALVARENGA, Marle et al. **Nutrição Comportamental**. Barueri: Manole, 2015. Cap. 9. p. 215-236.



**EXEMPLOS PRÁTICOS
DE ESTRATÉGIAS
DE PROMOÇÃO DA
INCLUSÃO PRODUTIVA
COM SEGURANÇA
SANITÁRIA NO
PROCESSAMENTO DE
ALIMENTOS**

Planos de Ação



Exemplo 1

Grupo Focal e Modelo Causal

Título: Qualidade da Água e Saúde

1. Objetivo geral

Estimular a discussão coletiva das possíveis causas associadas ao alto índice de contaminação microbiológica da água utilizada no processamento dos alimentos e a busca por alternativas para melhorar sua qualidade.

1.1. Objetivos do processo educativo:

- Levantar as possíveis causas associadas à contaminação microbiológica da água;
- Discutir coletivamente como essa contaminação pode se relacionar com a saúde de quem consome essa água;
- Discutir coletivamente quais os impactos do uso da água contaminada no processamento dos alimentos na agroindústria;
- Construir e fortalecer o processo de compartilhamento de informações e aprendizado coletivo;

- Conhecer quais questionamentos e dúvidas ainda permanece após a atividade e assim contribuir para modificação de práticas de higiene e cuidado com a água utilizada pelas famílias.

2. Metodologia

A fim de discutir as causas sobre a contaminação microbiológica da água utilizada nas agroindústrias para o processamento dos alimentos, será utilizada a metodologia do grupo focal com o auxílio do modelo causal.

O grupo focal baseia-se em estimular e analisar a interação ativa entre participantes com a ajuda de tópicos específicos e direcionados que os permita apresentarem experiências ou perspectivas variadas para que seja possível compreender o processo de construção das suas percepções e atitudes (GONDIM, 2003). Aliado a esta metodologia, o modelo causal é uma ferramenta de simplicidade gráfica, flexível e dinâmica, pautada na construção coletiva para compreensão de diferentes mecanismos de determinação de uma situação problema, através do encadeamento lógico de hipóteses (PRIORE et al., 2014). Para esta dinâmica é necessário que todas as pessoas envolvidas na atividade participem coletivamente da construção do modelo causal.



2.1. Atividades:

2.1.1. Apresentação (15 minutos)

Será realizada uma apresentação inicial, a fim de resgatar o objetivo do projeto junto ao grupo e a importância da participação de todos, agradecendo aos responsáveis pelas agroindústrias que participaram. Nesta apresentação serão apresentados os instrumentos que serão utilizados durante a realização das ações, como gravador de voz e câmera. Em seguida, será abordada a dinâmica da oficina, explicando a proposta da metodologia utilizada.

2.1.2. Modelo Causal (60 minutos)

Será construído coletivamente com o grupo um Modelo Causal, tendo como problemática norteadora a presença de coliforme total, bactérias heterotróficas e *Escherichia coli* nas amostras de água coletadas das agroindústrias familiares de pequeno porte e analisadas, sendo esta água utilizada tanto para o consumo humano quanto no processamento dos alimentos pelos agricultores e agricultoras.

Problemática norteadora:

- O que pode causar a contaminação microbiológica da água por coliforme total, bactérias heterotróficas e *Escherichia coli*?
- Por que vocês acham que é um problema a água estar contaminada por esses microrganismos?
- Quais os impactos na saúde causados pelo consumo direto ou indireto da água contaminada?
- Quais atitudes podem melhorar essa realidade, para ter uma água de qualidade?
- Por que é importante uma água de qualidade?

2.1.2.1 Construção coletiva do Modelo Causal

Os participantes deverão se sentar formando um círculo, para que todos possam se ver.

A construção coletiva do Modelo Causal será iniciada com a problemática da contaminação da água que será escrita em uma tarjeta colorida e colocada no centro da roda entre os participantes da ação (Figura 1).

Em seguida, serão discutidas com os mesmos, as possíveis causas e efeitos dessa contaminação, atentando para as doenças transmitidas pela água e quais as soluções sugeridas pelo grupo para melhorar a



qualidade da água que eles utilizam no processamento dos alimentos, visando à segurança sanitária e saúde.

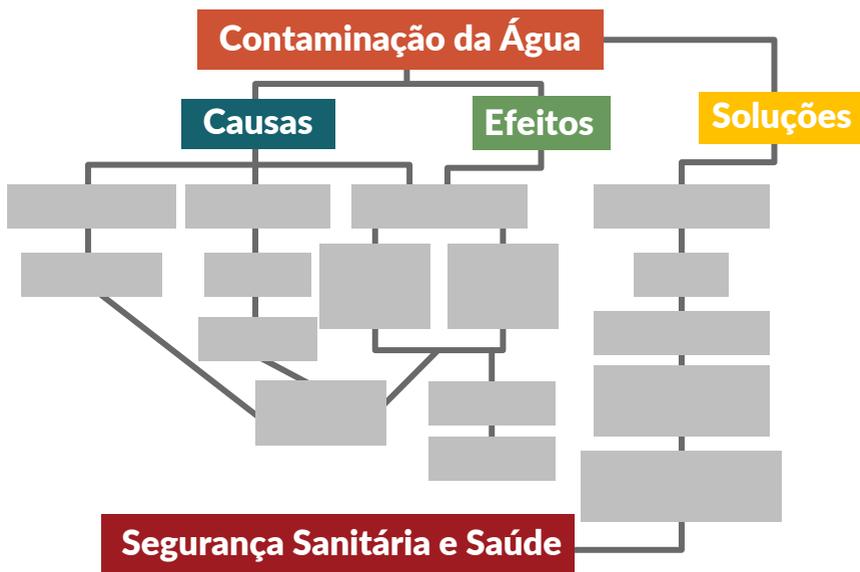


Figura elaborada pelas autoras

Figura 1. Exemplo de Modelo Causal a ser utilizado na oficina

2.1.3 A importância da qualidade da água para saúde

É importante que todos sejam motivados a falarem sobre sua percepção em relação às soluções apresentadas para melhorar a qualidade da água e que o facilitador aponte outros caminhos caso não tenham sido citadas soluções viáveis para resolver o problema, como por exemplo, o uso de tecnologias sociais (alternativas que possam ser eficazes e de baixo custo).

2.1.4. Avaliação (10 minutos)

Com auxílio de uma escala hedônica será realizada a avaliação do encontro a fim de conhecer a avaliação do grupo quanto à proposta e as limitações (Figura 2). Será perguntado pelo facilitador:

-O que você achou do nosso encontro?

-Você gostou de estar participando conosco? Se não, por quê?

Ao final estes devem marcar a Figura 2 que melhor caracterizar a sua avaliação e estas serão deixadas dentro de uma caixa para posterior conferência do resultado.



Fonte da imagem: Brasil, 2017

Figura 2. Escala hedônica facial para avaliação da oficina educativa

2.2.4. Finalização (5 minutos)

Será resgatada alguma temática que obteve maior dúvida entre o grupo e conduzirá o fechamento da atividade.



2.3. Recursos

2.3.1. Humanos

1 Facilitadora e 3 Reladoras

2.3.2. Materiais

Tarjetas coloridas; Fita adesiva; Pincéis coloridos; Gravador portátil para registro das falas durante a atividade; Câmera fotográfica; Caderno de Relato; Impressões do Plano de Ação para o grupo de construção da proposta; Impressões da escala hedônica para avaliação; Caixa para registro das avaliações.

3. Conclusão

Espera-se com esta atividade estabelecer maior conscientização sobre a importância de uma água de qualidade tanto para o processamento de alimentos quanto para o consumo humano a fim de facilitar a construção do processo educativo e melhorar as condições de vida/saúde dessas pessoas.

4. Referências

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. PORTARIANº 2.914, de 12 de dezembro de 2011. Dispõe sobre os procedimentos de controle e de vigilância da qualidade da água para consumo humano e seu padrão de potabilidade. **Diário Oficial da República Federativa do Brasil**. Brasília, DF, 13 dez. 2011. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2011/prt2914_12_12_2011.html. Acesso em 03 abr. 2019.

BRASIL. Ministério da Educação. **Manual para aplicação dos testes de aceitabilidade no Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE)**, UFRGS. - 2. ed., Brasília, 2017.

BRASIL. Ministério da Saúde. PORTARIA DE CONSOLIDAÇÃO nº 5, de 28 de setembro de 2017. **Consolidação das normas sobre as ações e os serviços de saúde do Sistema Único de Saúde**. Anexo XX. Cap. V, Seção II, Art. 129. p. 37, 2017b. Disponível em: <<https://saude.gov.br/images/pdf/2018/marco/29/PRC-5-Portaria-de-Consolida----o-n---5--de-28-de-setembro-de-2017.pdf>>. Acesso em 18 mar. 2019.

GONDIM, S. M. G. **Grupos focais como técnica de investigação qualitativa: desafios metodológicos**. Paidéia, v. 12, n. 24, p. 149-161, 2003.



PRIORE, S. E.; SPERANDIO, N.; FERIA, F. R.; DUTRA, L. V. Cap. 1: Epidemiologia Nutricional, p.9-22. **Nutrição Social**. Viçosa: Editora UFV, 2014, p.156.

RESENDE, R. G.; FERREIRA, S.; FERNANDES, L. F. R. O saneamento rural no contexto brasileiro. **Revista Agrogeoambiental**, Pouso Alegre, v. 10, n. 1, p. 129-150, jan./mar. 2019.

Exposição Dialogada

Associada à Estratégia Prática

Título: Tecnologia Social: Clorador de Baixo Custo

1. Objetivo geral

Construir um clorador de baixo custo para tratamento da água e encorajar a sua utilização e manutenção pelas famílias rurais, como estratégia para melhorar a qualidade microbiológica da água utilizada no processamento dos alimentos e a sua condição de saneamento básico.

1.1. Objetivos do processo educativo:

- Mostrar ao grupo o que é uma tecnologia social;
- Explicar o que é o cloro ativo e quais seus efeitos, bem como a cloração da água e porque ela deve ser feita de maneira adequada;
- Construir coletivamente o clorador de baixo custo;
- Falar sobre a importância da cloração contínua da água e a correta limpeza da caixa d'água para evitar a proliferação de microrganismos;
- Discutir coletivamente quais os benefícios da

cloração da água para saúde da família e segurança sanitária dos alimentos;

- Construir e fortalecer o processo de compartilhamento de informações e aprendizado coletivo;

- Conhecer quais questionamentos e dúvidas ainda permanece após a atividade e assim contribuir para modificação de práticas de higiene e cuidado com a água utilizada pelas famílias.

2. Metodologia

Pensando em uma alternativa eficaz e de baixo custo para o tratamento da água utilizada pelas agroindústrias no processamento dos alimentos e para consumo da família, optou-se pela construção/demonstração de uma tecnologia social. Para isso, optou-se pela metodologia de exposição dialogada associada à estratégia prática, consiste em preparar um roteiro com os conteúdos a serem abordados, onde busca-se ampliar o assunto através de questionamentos que tragam reflexões acerca da temática, possibilitando a emergência de questões que ao final se estrutura em uma síntese dos principais pontos ressaltados. A estratégia prática assume importante papel, na medida em que a demonstração permite ao sujeito aprender fazendo, uma vez que coloca ênfase na sua participação ou proposição de soluções,

estimulando à consciência crítica e o debate de ideias (RIBEIRO E RIBEIRO, 2011). Esta abordagem contribui para o empoderamento e cooperação simultânea na construção e consolidação da informação trabalhada, cada sujeito tem papel único e dele surge vivências e práticas que podem ser utilizadas e exemplificadas pelo grupo (COTTA et al., 2013).

2.1. Atividades:

2.1.1. Apresentação (10 minutos)

Serão apresentados o objetivo da atividade e os instrumentos utilizados durante a realização das ações, como gravador de voz e câmera. Em seguida, será abordada a dinâmica da oficina, explicando a proposta da metodologia utilizada.

2.2.2. Exposição dialogada associada à estratégia prática (60 minutos)

Com auxílio de materiais acessíveis e de fácil manipulação, será construído, com a ajuda do grupo, um clorador de baixo custo para adequada cloração da água utilizando pastilhas de cloro na concentração de 60%. Esta tecnologia social foi uma ideia inspirada no “clorador de pastilhas” da Empresa Brasileira de Pesquisa Agropecuária (EMBRAPA, 2014) para ser utilizada diretamente na caixa d’água. Após a finalização do mesmo, será demonstrada sua correta utilização.



Esse clorador com a utilização de pastilhas de cloro de 20 g com concentração de 60% de cloro ativo é capaz de clorar até 10.000 litros de água para consumo humano, devendo ser feita a reposição da pastilha após a utilização desse volume de água pela família.

Problemática norteadora:

- Geralmente, as águas provenientes de poços artesianos ou semi-artesianos utilizadas na zona rural não são tratadas, não possuindo cloração adequada;
- De acordo com a Portaria da Consolidação nº 5/2017 do Ministério da Saúde, toda água utilizada na agroindústria de alimentos deve ser livre de contaminantes de natureza química, física ou biológica e devidamente clorada (teor de cloro residual livre adequado entre 0,2 e 2 mg/L), devendo ser monitorado através de análises físico-químicas e microbiológicas;
- Quando se decide tratar a água de uma agroindústria de alimentos com um derivado clorado, deve-se saber que somente a limpeza adequada da caixa d'água e o uso contínuo da água clorada trarão todas as vantagens para evitar a proliferação de microrganismos.

2.2.2.1. Passo a passo de como montar e instalar do Clorador de Baixo Custo

1. Cortar a parte de cima da garrafa (10 cm);
2. Cortar a parte de baixo da garrafa (7 cm);
3. Fazer furos pequenos na parte de baixo da garrafa com o auxílio de um alicate e prego;
4. Fazer um furo na tampa da garrafa e passar e amarrar o fio de nylon (50 cm de fio de nylon);
5. Colocar a pastilha de cloro dentro do clorador e encaixar as duas partes;
6. Colocar o clorador dentro da caixa d'água com a parte furada para baixo;
7. Puxar a corda de nylon para fora da caixa d'água para manusear o clorador sem precisar ter contato com a água da caixa, evitando, assim, possíveis contaminações.





Foto: Acervo dos autores

Figura 1. A e B) Clorador de baixo custo construído para ser reproduzido na oficina.

2.2.3. Avaliação (10 minutos)

Com auxílio de uma escala hedônica será realizada a avaliação do encontro a fim de conhecer a avaliação do grupo quanto à proposta e as limitações (Figura 2). Será perguntado pelo facilitador:

- O que você achou do nosso encontro?
- Você gostou de estar participando conosco? Se não, por quê?

Ao final estes marcarão a Figura 2 que melhor caracteriza a sua avaliação e estas serão deixadas dentro de uma caixa para posterior conferência do resultado.



Fonte da imagem: Brasil, 2017

Figura 2. Escala hedônica facial para avaliação da oficina educativa

2.2.4. Finalização (30 minutos)

Ao final será orientado como se dá o processo de limpeza e desinfecção da caixa d'água e entregue orientações impressas a fim de facilitar a reprodução da prática pelos participantes da atividade (Figura 3 e Figura 4).



Orientações Sobre a Limpeza e Desinfecção da Caixa d'água



Marque um dia para a limpeza da caixa d'água



Utilize a água da caixa d'água para o consumo próprio antes do dia da limpeza, ou guarde-a em algum vasilhame, para quando estiver limpando a casa



Pegue balde, pano vassoura, pá, escova e água sanitária. Não use escova de aço



Feche bem o registro de entrada de água ou amarre a bola da caixa



Esvazie a caixa d'água, abrindo as torneiras, e verifique se há vazamentos. Se houver, conserte-os antes da limpeza



Deixe um pouco de água na caixa. Feche a saída de água com um tampão, evitando que a sujeira passe pelo cano



Escove as partes internas do reservatório com escova ou vassoura limpa



Com uma pá, retire a sujeira (folhas, areia, pedras, etc.): com um balde e um pano, retire toda a água acumulada



Enxágue a parede e o fundo do reservatório usando um balde de 20 litros de água limpa misturada com 20 colheres de sopa de água sanitária. Use tantos baldes quantos forem necessários para enxaguar todas as paredes. Deixe a solução agir por 30 minutos.



Abra todas as torneiras para a água descer e fazer a desinfecção dos canos: deixe a caixa esvaziar totalmente. Não use essa água para consumo.



Concluída a limpeza, feche a caixa e verifique se ficou bem vedada. Abra o registro ou desarrame a bola e deixe a água da CESAN entrar.

Essas recomendações são válidas para limpeza de caixas d'água de até 2.000 litros.

Processo de desinfecção:

A desinfecção é realizada com a utilização de produtos como cloro e seus compostos clorados, dentre os quais podemos citar o hipoclorito de cálcio e de sódio. É fundamental a preparação da solução clorada para desinfecção em concentração de cloro ativo adequada. O cloro ativo é a parte disponível do produto químico, na solução, em condições de promover a eliminação dos microrganismos responsáveis pela contaminação da água.

A manipulação de produtos à base de cloro requer uso de luvas, máscaras, óculos, aventais e botas impermeáveis. Antes de iniciar os procedimentos de lavagem e desinfecção, o operador deverá tomar banho e estar sadio, não apresentando lesões na pele ou indícios de quaisquer doenças.

Concluída a lavagem, feche todos os acessos, entrada e saída de água do reservatório (registro de descarga). Reduza o desperdício de água, preparando a solução desinfetante em recipiente à parte, na quantidade suficiente para molhar internamente o piso, as paredes e tampas do reservatório.

Coloque num balde limpo um litro de água sanitária (concentração entre 2 a 2,5%) e 5 litros de água tratada;

Abra o registro de captação (chave geral) ou solte a bóia;

Espere as duas horas de contato. Esvazie totalmente o reservatório, abrindo todas as torneiras, vaso sanitário, concluindo, assim a desinfecção do reservatório e também das tubulações.

Coloque a solução clorada dentro do reservatório, por intermédio de um recipiente de plástico, espalhando-a de maneira uniforme.

Abra todas as torneiras e deixe escoar um pouco de água. Logo que seja percebido o cheiro do desinfetante na água que escoar, feche, imediatamente, as torneiras e o registro de captação. Agindo desta maneira, você estará preenchendo todas as canalizações com a solução clorada, para promover a desinfecção da tubulação;

TEMPO DE CONTATO: A solução desinfetante deverá permanecer no reservatório por um período mínimo de 30 minutos, sendo o ideal 2 horas. Esse tempo, denominado “tempo de contato”, é o intervalo mínimo necessário para que a água mantenha contato com a solução desinfetante, viabilizando a eliminação de bactérias presentes na água.

IMPORTANTE: durante o tempo de contato, a água contida no reservatório não poderá ser usada.

Caso o cheiro do desinfetante ainda persista, encha o reservatório novamente, tornando a esvaziá-lo, pouco a pouco, até que a água não apresente cheiro, ou seja, fique inodora. É importante que você não desperdice essa água. Utilize-a para lavagem de pisos e descargas de bacias sanitárias. Feche bem o reservatório, verificando se a tampa ficou bem ajustada. Caso contrário, faz-se necessária a vedação das tampas com auxílio de argamassa fraca (mistura de cimento e areia). O reservatório bem fechado diminui o risco de contaminação, além de evitar a proliferação de vetores transmissores de doenças, a exemplo do “mosquito da dengue”.

Registre a data em que foi realizada a limpeza e desinfecção do reservatório. A anotação poderá ser feita na parede externa do reservatório (“lado de fora”). 1.

A limpeza deve ser realizada a cada 6 meses, ou antes, conforme necessidade.

Fonte: Brasil, 2014
Figura 4. Orientações para o processo de desinfecção.



2.3. Recursos

2.3.1. Humanos

1 Facilitadora e 3 Relatoras

2.3.2. Materiais

Garrafa PET transparente de 2 litros; Tesoura; Fio de nylon; Pastilhas de Cloro (60%); Alicates; Pregos; Gravador portátil para registro das falas durante a atividade; Câmera fotográfica; Caderno de Relato; Impressões do Plano de Ação para o grupo de construção da proposta; Impressões do material sobre a limpeza e desinfecção da caixa d'água; Impressões da escala hedônica para avaliação; Caixa para registro das avaliações.

3. Conclusão

Espera-se com esta atividade incentivar a construção e o uso do clorador de baixo custo pelos participantes, bem como a limpeza periódica da caixa d'água, visando o adequado tratamento da água, para que esta possa ser utilizada tanto para o consumo humano, quanto para a manipulação dos alimentos sem o risco de contaminação, e conseqüentemente, transmissão de doenças.

4. Referências

BRASIL. Ministério da Educação. **Manual para aplicação dos testes de aceitabilidade no Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE)**, UFRGS. - 2. ed., Brasília, 2017.

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Procedimentos para desinfecção de caixa de água**. Disponível em: <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/folder/procedimentos_desinfeccao_caixa_dagua_2014.pdf> Acesso em 18 mar. 2019.

BRASIL. Ministério da Saúde. PORTARIA DE CONSOLIDAÇÃO nº 5, de 28 de setembro de 2017. **Consolidação das normas sobre as ações e os serviços de saúde do Sistema Único de Saúde**. Anexo XX. Cap. V, Seção II, Art. 129. p. 37, 2017b. Disponível em: <<https://saude.gov.br/images/pdf/2018/marco/29/PRC-5-Portaria-de-Consolida----o-n---5--de-28-de-setembro-de-2017.pdf>>. Acesso em 18 mar. 2019.

COTTA, R.M.M. et al. Debates atuais em humanização e saúde: quem somos nós? **Ciência e Saúde Coletiva**, v.18, n.1, p. 171-179, 2013.

OTENIO, M. H. et al. **Como montar e usar o clorador de pastilhas em residências rurais: cartilhas adaptadas ao letramento do produtor**. Brasília, DF: Embrapa, 2014, 36 p.



RIBEIRO, V. M. B.; RIBEIRO, A. M. B. A aula e a sala de aula: um espaço-tempo de produção de conhecimento. **Revista do Colégio Brasileiro de Cirurgiões**, v. 38, n.1, p. 71-76, 2011.



Problematização

Título: Matéria Prima e Qualidade do Alimento

1. Objetivo geral

Apresentar os graus de processamento dos alimentos segundo o Guia Alimentar para a População Brasileira (2014) e estimular a discussão coletiva sobre os impactos da origem da matéria prima na qualidade do produto final e na saúde dos consumidores.

1.1. Objetivos do processo educativo

- Estimular os participantes a discutirem coletivamente sobre a qualidade dos alimentos que processam nas agroindústrias de acordo com a origem da matéria prima utilizada e caracterizarem seus produtos em convencionais, em processo de transição ou agroecológicos.

- Demonstrar a importância da matéria prima de qualidade para a produção de alimentos seguros do ponto de vista nutricional e sanitário e venda nos circuitos curtos de comercialização, como as feiras.

- Construir e fortalecer o processo de compartilhamento de informações e aprendizado coletivo.

- Conhecer quais questionamentos e dúvidas ainda permanecem após a atividade e assim contribuir para modificação das práticas de escolha da matéria prima e processamento dos alimentos.

- Entender o que foi para o grupo as temáticas abordadas.

2. Metodologia

A problematização é uma metodologia que possibilita a participação ativa dos sujeitos, uma vez que considera o cenário no qual está inserido, a sua história e experiências, onde o sujeito é levado a se voltar para a realidade que o cerca, refletir sobre ela e indagar as razões daquilo que lhe parece problemático. Portanto, destaca-se como estratégia inovadora, por estimular a discussão e análise crítica dos temas apresentados. Tem como referência o Método do Arco de Charles Maguerez, que traz como ponto de partida a observação da realidade, de maneira ampla, atenta, em que se busca identificar o que precisa ser trabalhado, investigado, corrigido e aperfeiçoado (BORILLE et al., 2012).

2.1. Atividades

2.1.1. Apresentação (10 minutos)

Serão apresentados o objetivo da atividade e os instrumentos utilizados durante a realização das ações,

como gravador de voz e câmera. Em seguida, será abordada a dinâmica da oficina, explicando a proposta da metodologia utilizada.

2.2.2. Problematização (90 minutos)

A fim de discutir a origem e caracterização da matéria prima utilizada pelos agricultores e agricultoras no processamento dos alimentos nas agroindústrias serão utilizados elementos para compor uma mesa com alimentos *in natura*, alimentos minimamente processados, embalagens de alimentos processados e ultraprocessados.

Os participantes deverão se sentar formando um círculo e, a partir da observação e problematização, eles serão incentivados a caracterizar os produtos quanto ao grau de processamento e, de acordo com a origem da matéria prima utilizada no processamento, se são convencionais, em processo de transição ou agroecológicos.

Problemática norteadora

- O que são alimentos *in natura*, minimamente processados, processados e ultraprocessados?
- O que são alimentos convencionais, em processo de transição e agroecológicos?
- O que são alimentos transgênicos?



- Qual a importância de ler as informações contidas nos rótulos para caracterizar adequadamente um produto quanto ao seu grau de processamento e origem da matéria prima?
- O que é uma matéria prima de qualidade do ponto de vista nutricional e sanitário?
- Por que vocês acham que é um problema para a saúde a matéria prima conter agrotóxicos, ser transgênica ou ser artificial (corantes, realçadores de sabor e conservantes sintéticos)?
- Quais atitudes/mudanças podem ser realizadas nas agroindústrias para o processamento de alimentos de melhor qualidade?
- Qual a relação entre a qualidade dos alimentos de acordo com o sistema de produção da matéria prima e seu grau de processamento e a Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) dos consumidores?

1.1.1.1 Colocando em prática

A atividade será realizada em 3 momentos.

1) Primeiro momento: os participantes serão convidados a observarem os alimentos sobre a mesa e escolher um deles para fazer uma caracterização do mesmo.

Cada participante deverá dizer o porquê da escolha daquele produto. Aqueles que escolherem as embalagens de alimentos processados ou ultraprocessados deverão ler as informações contidas nos rótulos das mesmas. Em seguida, com a ajuda do facilitador e dos demais participantes, os alimentos deverão ser classificados de acordo com o grau de processamento e origem da matéria prima.

Para isso serão utilizadas tarjetas para dividir os grupos dos alimentos em: *in natura*; minimamente processados; processados e ultraprocessados e de acordo com a origem da matéria prima: convencional; em processo de transição e agroecológico.

2) Segundo momento: de acordo com o discutido no primeiro momento, cada participante será estimulado a caracterizar aqueles produtos processados em sua agroindústria quanto ao grau de processamento e origem da matéria prima, que também deverão ser incluídos nos grupos.

3) Terceiro momento: os participantes deverão escolher três palavras para classificar seus produtos quanto à sua qualidade e explicar o motivo da escolha. O facilitador deverá estimulá-los a relacionar as palavras citadas com a SAN tanto dos produtores, quanto dos consumidores; às formas de escoamentos desses alimentos, destacando a importância dos circuitos



curtos de comercialização; das relações de trabalho, enfatizando a importância da inclusão produtiva de jovens e mulheres; das escolhas de matérias primas que fortaleçam a produção agroecológica, que é mais sustentável e saudável.

Essa caracterização será importante para que possam refletir sobre a qualidade dos seus produtos, e estimulados a fazerem as mudanças necessárias para oferecerem aos consumidores produtos de melhor qualidade tanto do ponto de vista nutricional, quanto sanitário.

2.2.3. Avaliação (10 minutos)

Com auxílio de uma escala hedônica será realizado a avaliação deste segundo encontro a fim de conhecer a avaliação do grupo quanto à proposta e as limitações (Figura 12). Será perguntado pelo facilitador:

-O que você achou do nosso encontro?

-Você gostou de estar participando conosco? Se não, por quê?

Ao final estes marcarão a Figura que melhor caracteriza a sua avaliação e estas serão deixadas dentro de uma caixa para posterior conferência do resultado.



Fonte da imagem: Brasil, 2017

Figura . Escala hedônica facial para avaliação da oficina educativa

2.2.4. Finalização (5 minutos)

Será resgatada alguma temática que obteve maior dúvida entre o grupo e conduzirá o fechamento da atividade.

2.3. Recursos

2.3.1. Humanos

1 Facilitadora e 2 Relatoras

2.3.2. Materiais

Mesa; Tarjetas coloridas; Gravador portátil para registro das falas durante a atividade; Câmera fotográfica; Alimentos *in natura*; Alimentos minimamente processados; Embalagens de alimentos processados e ultraprocessados; Cartolinas; Fita adesiva; Pincéis coloridos; Caderno de Relato; Impressões do Plano de Ação para o grupo de construção da proposta; Impressões da escala hedônica para avaliação; Caixa



para registro das avaliações.

3. Conclusão

Espera-se com esta atividade estabelecer maior conscientização dos participantes sobre a importância de uma matéria prima de qualidade para o processamento de alimentos de qualidade para o consumo humano e incentivar que esses alimentos sejam oferecidos em maior quantidade nos circuitos curtos de comercialização, como nas feiras de agricultura familiar.

4. Referências

BORILLE, D. C. et al . A aplicação do método do arco da problematização na coleta de dados em pesquisa de enfermagem: relato de experiência. **Texto & Contexto - Enfermagem**, Florianópolis, v. 21, n. 1, p. 209-216, mar. 2012.

BRASIL. Ministério da Educação. **Manual para aplicação dos testes de aceitabilidade no Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE)**, UFRGS. - 2. ed., Brasília, 2017.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de atenção à saúde. Departamento de atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira**. Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. - 2. ed. - Brasília, 2014. p. 156.



Instalação Artístico Pedagógica

Título: Boas Práticas Agrícolas e de Fabricação

1. Objetivo geral

Estimular os participantes a discutirem coletivamente sobre as Boas Práticas Agrícolas e de Fabricação dos alimentos e sua importância para produção de alimentos seguros do ponto de vista higiênicossanitário.

1.1. Objetivos do processo educativo

- Sensibilizar os participantes para a qualidade e produção de alimentos seguros;
- Demonstrar aos participantes o que são contaminantes alimentares e como acontece o processo de deterioração dos alimentos;
- Relatar os perigos para a saúde pública devido ao consumo de alimentos contaminados;
- Construir e fortalecer o processo de compartilhamento de informações e aprendizado coletivo.

2. Metodologia

A Instalação Artística Pedagógica (IAP), configura-se como espaço metodológico, criativo e dinamizador de diálogos e socializações que provocam os sentidos para determinado tema que será o ponto de partida para a discussão. Com esta metodologia, criam-se cenários com elementos da realidade e uma ambiência problematizadora e suscitadora da reflexão, com o objetivo de promover processos educativos a partir do diálogo sobre experiências vividas. A IAP traz consigo a beleza do ensinar e aprender, a partir da ética e da estética, consideradas dimensões fundamentais do ato educativo (CASAS et al., 2019).

2.1. Atividades:

2.1.1. Apresentação (10 minutos)

Serão apresentados o objetivo da atividade e os instrumentos utilizados durante a realização das ações, como gravador de voz e câmera. Em seguida, será abordada a dinâmica da oficina, explicando a proposta da metodologia utilizada.

2.2.2. Instalação Artística Pedagógica (120 minutos)

A oficina acontecerá em um local que será dividido por setores: 1) área suja (recepção e pré higienização da matéria prima), 2) local para higienização das mãos, 3)



banheiro, 4) local de processamentos dos alimentos, 5) local para armazenar os produtos finalizados.

Serão utilizados elementos para simular uma agroindústria que se encontra com várias inadequações em relação às questões higiênicossanitárias. Objetos como jaleco, touca, luvas, placas orientativas, embalagens sujas, caixas impróprias para transporte, vidros mal higienizados, esponjas mofadas; placas de *petri* contaminadas; etc; serão espalhados pelo ambiente e os participantes deverão classificar como certo ou errado, marcando com fitas coloridas.

A partir da observação e problematização os participantes serão convidados a montar uma árvore de decisão sobre como resolver os problemas encontrados, dando sugestões de quais seriam, desde a produção da matéria na propriedade rural, seu transporte até o local de processamento e as etapas subsequentes para a obtenção do produto final de qualidade, pronto para ser comercializado. Para isso serão utilizadas tarjetas, figuras impressas, cartolinas, pincéis, tinta, cola, etc.

Problemática norteadora:

- O uso inadequado ou o não uso das Boas Práticas Agrícolas e de Fabricação podem levar à produção de alimentos impróprios para o consumo e gerar riscos à saúde dos consumidores.

- Os alimentos que, eventualmente, estejam contaminados por microrganismos causadores de doenças, ao serem ingeridos podem causar as Doenças Transmitidas por Alimentos (DTA), caracterizadas por um conjunto de perturbações gástricas, envolvendo geralmente vômitos, diarreia, febres e dores abdominais, e em casos mais graves, levar à morte.
- Os alimentos podem ser contaminados por bactérias patogênicas para o homem, como resultado de deficientes condições de higiene durante o seu processamento, quer a partir de pessoas ou animais doentes, quer a partir de fezes provenientes de indivíduos infectados. Outra forma de contaminação dos alimentos é a “contaminação cruzada” que é a transferência de microrganismos de um material contaminado para outro, direta ou indiretamente.
- Qual a importância da higiene pessoal dos manipuladores, da higiene dos utensílios utilizados, da matéria prima utilizada e do local de processamento?



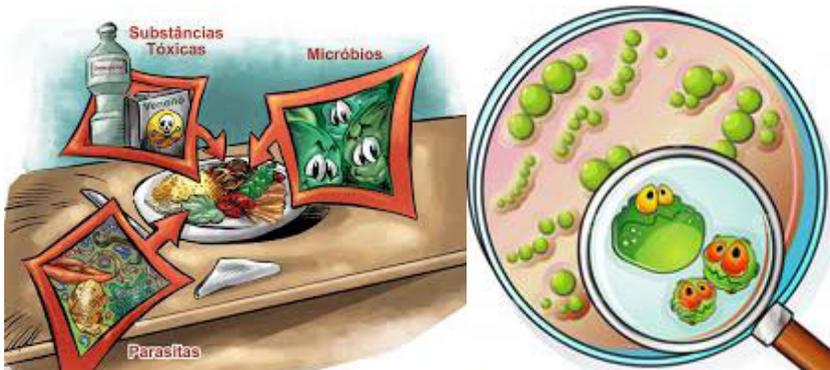
2.2.2.1. Simulando o papel dos manipuladores de alimentos em uma agroindústria

A atividade deverá ser realizada tendo como ponto principal a discussão de qual o papel do manipulador de alimentos para que a segurança sanitária seja estabelecida em cada etapa do processamento.

Inicialmente, serão mostrados aos participantes os setores para simular uma agroindústria. Nesses ambientes serão montadas diferentes situações para que possam ser identificados os pontos que influenciarão na segurança sanitária do produto final. Para isso serão utilizadas fitas adesivas de duas cores, uma para marcar o que for positivo (verde) e a outra para marcar o que for negativo (vermelho).

1) área suja (colocar alimentos sujos, estragados e mofados e placas de *Petri* contaminadas simulando a contaminação física, química e microbiológica – **pontos negativos**) (Figura 1);

2) local para higienização das mãos (deixar sem nenhum tipo de produto para fazer a limpeza e sanitização das mãos – **pontos negativos**) (Figura 2);



Fonte das imagens Brasil, 2004
Figura 1. Demonstração de alimentos e placas de Petri contaminadas.



Fonte da imagem: Brasil, 2004
Figura 2 . Demonstração da falta dos itens necessários para a higienização adequada das mãos.

3) banheiro (colocar uma figura que simule o suporte para papel toalha e sabonete líquido, papel higiênico, lixeira com acionamento de pedal e descarga funcionando – **pontos positivos**) (Figura 3);



Fonte da imagem: Brasil, 2004

Figura 3. Demonstração de um banheiro adequado para uso, contendo os itens necessários para higiene pessoal.

4) local de processamentos dos alimentos (colocar ingredientes com o prazo de validade vencido, utensílios mal higienizados e uma figura simulando um manipulador de alimentos sem touca de proteção para os cabelos e outra simulando um gato passeando pelo local – **pontos negativos**);

5) local para armazenar os produtos finalizados (colocar objetos em mal estado de conservação e que não são utilizados na agroindústria, simulando um local de depósito – **pontos negativos**).

Depois de identificados os pontos positivos e negativos pelos participantes, eles serão estimulados pelo facilitador a montarem coletivamente quais deveriam ser as etapas adequadas da manipulação dos alimentos, levando em consideração as Boas Práticas Agrícolas e de Fabricação.

Nesse momento serão distribuídas figuras coloridas aos participantes representando as possíveis atitudes que os manipuladores de alimentos devem tomar para manter a segurança sanitária dos alimentos nas etapas da produção. O facilitador deverá escrever nas tarjetas com pincel o nome das etapas e os participantes deverão ir colocando as figuras sobre a cartolina para montar um esquema com o passo a passo de como deverão desenvolver seu papel na agroindústria.

De acordo com cada etapa o facilitador deverá ir explicando o porquê da importância de cada atitude e como acontecem os processos de contaminação dos alimentos, contaminação cruzada, etc, à medida que forem surgindo dúvidas e/ou julgar pertinente.



Pontos importantes de serem destacados pelo facilitador:

- Qualidade da água (limpeza da caixa d'água e tratamento da água - lembrar rapidamente as oficinas sobre "qualidade da água e saúde" e "clorador de baixo custo");
- Organização, limpeza, estrutura, equipamentos e utensílios (tipos de produtos de limpeza utilizados, local separado pra guardar, material dos utensílios, limpeza da balança, termômetro, como fazer a solução sanitizante com cloro, explicar por que é melhor usar o cloro ativo: melhor custo benefício);
- Higiene pessoal do manipulador de alimentos (lavagem correta das mãos, uso de jaleco, touca, calçado fechado, barba feita, não usar brincos, anéis, pulseiras, mostrar as placas de petri, exames de saúde atuais: a cada 6 meses, Doenças Transmitidas por Alimentos);
- Escolha e Recebimento da matéria-prima (aspectos, embalagem íntegra, origem, qualidade: orgânico, convencional, prazo de validade);
- Higienização e Armazenamento da matéria prima (organização na geladeira, armários, primeiro que entra, primeiro que sai, colocar etiquetas de identificação);
- Utilização da matéria prima/Manipulação dos Alimentos (cuidados com as etapas do

processamento, riscos de contaminação física: cabelo, química: produto de limpeza, biológica: saliva; controle da temperatura: temperatura ideal para alimentos quentes e frios; riscos e o que é contaminação cruzada);

- Armazenamento dos alimentos prontos (embalagem, local, temperatura);
- Transporte dos Alimentos (veículos limpos, tipos de embalagens adequadas);
- Tempo de exposição dos alimentos para venda (Ex: venda em feiras, importância do controle de temperatura, bancada limpa, uniforme dos expositores, manipulação de dinheiro);
- Descarte e Cuidados com o Lixo (como fazer, como separar, limpeza das lixeiras);
- Controle de Pragas (dedetizar, evitar animais rondando no local, telas de proteção nas portas e janelas, manter ambiente livre de material em desuso);
- Documentação sanitária (Acompanhamento da Vigilância Sanitária: Alvará Sanitário, Certificados de participação em cursos de Boas Práticas de Fabricação, Padronização e Rotulagem dos Alimentos).



2.2.3. Avaliação (10 minutos)

Com auxílio de uma escala hedônica será realizado a avaliação deste segundo encontro a fim de conhecer a avaliação do grupo quanto à proposta e as limitações (Figura 17). Será perguntado pelo facilitador:

-O que você achou do nosso encontro?

-Você gostou de estar participando conosco? Se não, por quê?

Ao final estes marcarão a Figura 4 que melhor caracteriza a sua avaliação e estas serão deixadas dentro de uma caixa para posterior conferência do resultado.



Fonte da imagem: Brasil, 2017
Figura 4. Escala hedônica facial para avaliação da oficina educativa

2.2.4. Finalização (5 minutos)

Será resgatada alguma temática que obteve maior dúvida entre o grupo e conduzirá o fechamento da atividade.

2.3. Recursos

2.3.1. Humanos

1 Facilitadora e 2 Reladoras

2.3.2. Materiais

Tarjetas; Gravador portátil para registro das falas durante a atividade; Câmera fotográfica; Cartolinas; Fitas adesivas coloridas; Cola; Pincéis; Placas de *Petri*; Embalagens de papel, plástico e vidro; Figuras coloridas sobre os elementos que compõem as Boas Práticas Agrícolas e de Fabricação; Caderno de Relato; Impressões do Plano de Ação para o grupo de construção da proposta; Impressões da escala hedônica para avaliação; Caixa para registro das avaliações.

3. Conclusão

Espera-se com esta atividade estabelecer maior conscientização dos manipuladores sobre a importância das Boas Práticas Agrícolas e de Fabricação para produção de alimentos seguros para o consumo humano e que os mesmos passem a aplicar o que aprenderam em suas agroindústrias.



4. Referências

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. 11. Resolução RDC nº 216, de 15 de setembro de 2004. Dispõe sobre Regulamento Técnico de Boas Práticas para Serviços de Alimentação. **Diário Oficial da República Federativa do Brasil**. Brasília, DF, 16 set. 2004.

BRASIL. Ministério da Educação. **Manual para aplicação dos testes de aceitabilidade no Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE)**, UFRGS. - 2. ed., Brasília, 2017.

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Cartilha sobre Boas Práticas para serviços de alimentação**. Brasília: Printed In Brazil, 2004. p.48 Disponível em: <http://www.anvisa.gov.br/divulga/public/alimentos/cartilha_gicra.pdf>. Acesso em: 01 set. 2020.

BRASIL. Resolução Diretoria Colegiado, RDC nº 49 de 31 de outubro de 2013. **Inclusão Produtiva com segurança sanitária - Norma comentada**. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Brasília, DF, 2014.

BRASIL. **Surtos de Doenças Transmitidas por Alimentos no Brasil**. 2016. Disponível em <<https://portalquivos2.saude.gov.br/images/pdf/2018/janeiro/17/Apresentacao-Surtos-DTA-2018.pdf>>. Acesso em 09 Abr. 2018.

CASAS, N. A. C. et al. Os tesouros escondidos da terra revelados a partir da metodologia das instalações artístico pedagógicas. **Revista ELO - Diálogos em Extensão**, v.8. n. 2, p. 56-61, dezembro 2019.



Exposição Dialogada

Associada à Estratégia Prática

Título: Padronização de Receitas e Identidade dos Produtos

1. Objetivo geral

Adequar e estimular o desenvolvimento de receitas saudáveis, o uso apropriado das unidades de medida para a construção das suas respectivas fichas técnicas e a identificação dos produtos com informações corretas.

1.1. Objetivos do processo educativo

- Ressaltar a importância da padronização das receitas aos manipuladores de alimentos, para que estas tenham sempre as mesmas características (sabor, cheiro, tamanho, aparência), mantendo uma identidade do produto;

- Apresentar e ensinar como se usa adequadamente uma balança e os medidores padrão e caseiros para padronizar receitas;

- Desenvolver novas receitas mais saudáveis (menos sódio, menos açúcar, menos lipídios e com substituição de ingredientes convencionais pelos agroecológicos);

- Conhecer quais questionamentos e dúvidas ainda permanece após a atividade e assim contribuir para modificação de práticas inadequadas de padronização.

2. Metodologia

Após observação da dificuldade de algumas agroindústrias em manter uma padronização de suas receitas, a falta de informações corretas sobre os produtos destinados à venda, como rótulos incompletos ou inexistentes e a demanda dos manipuladores de alimentos para desenvolverem novas receitas que atendessem ao seu público consumidor, foi pensada uma oficina baseada na metodologia de exposição dialogada associada à estratégia prática.

A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) é uma das principais estratégias para a construção conjunta de processos permanentes e contínuos para aprimorar a produção, a distribuição, a seleção e o consumo de alimentos de forma adequada, saudável e segura (CERVATO-MANCUSO, VINCHA, SANTIAGO, 2016).

2.1. Atividades:

2.1.1. Apresentação (10 minutos)

Serão apresentados o objetivo da atividade e os instrumentos utilizados durante a realização das ações, como gravador de voz e câmera. Em seguida, será



abordada a dinâmica da oficina, explicando a proposta da metodologia utilizada.

2.2.2. Exposição dialogada associada à estratégia prática (120 minutos)

As ações de EAN reforçam a necessidade do uso de abordagens e recursos educacionais problematizadores e ativos que favoreçam o diálogo junto a indivíduos e grupos populacionais (BRASIL, 2012).

Nesse sentido, a utilização da metodologia de exposição dialogada associada à estratégia prática assumiu um importante papel, na medida em que a demonstração e criação de novos produtos em um local adequado permitiu aos participantes aprender fazendo. Já que um de seus princípios é estimular à consciência crítica e o debate de ideias (RIBEIRO, RIBEIRO, 2011).

Esta abordagem contribui para o empoderamento e cooperação simultânea na construção e consolidação da informação trabalhada, cada sujeito tem papel único e dele surge vivências e práticas que podem ser utilizadas e exemplificadas pelo grupo (COTTA et al., 2013).

Problemática norteadora:

- Qual a importância da padronização e identidade de um produto?
- O que deve ser levado em consideração na escolha dos ingredientes e modo de preparo para produzir uma receita mais saudável?

2.2.2.1. Colocando a mão na massa

Para a realização dessas ações de EAN, deverá ser utilizado um local onde seja possível processar alimentos, com infraestrutura adequada aos objetivos propostos, como laboratórios para desenvolvimento de habilidades culinárias, cozinhas comunitárias, cozinhas pedagógicas, restaurantes ou até mesmo uma cozinha doméstica ampla.

Inicialmente os participantes deverão retirar brincos, anéis, pulseiras e colares. Em seguida, fazer a higienização adequada das mãos e se paramentar com touca de proteção para os cabelos, jaleco e calçado fechado. Não devem levar celulares ou outros eletrônicos para o local de manipulação dos alimentos.

Ao apresentar o local para os participantes, o facilitador deverá deixar à mostra alguns equipamentos de padronização de receitas como balanças, medidores



padrão e caseiros: colheres, copos, xícaras e pedir que eles escolham aqueles que julgarem necessários para a realização da receita.

Em seguida, para a realização de uma receita teste (pode ser uma nova receita indicada pelos participantes) os mesmos serão incentivados a organizarem a bancada, fazendo a higienização da mesma, bem como a dos utensílios e equipamentos que serão utilizados, além dos ingredientes (lavar as embalagens, por exemplo), nesse momento é importante que o facilitador faça o resgate sobre as Boas Práticas de Fabricação, para que haja segurança sanitária em todas as etapas do processamento.

Antes de iniciar a receita, é interessante que seja feita a leitura dos rótulos dos ingredientes que serão utilizados, visando discutir sobre o significado das informações presentes nos mesmos, destacando a sua importância para a correta classificação dos alimentos em relação ao seu grau de processamento e a origem da matéria prima. O facilitador deverá falar sobre a tabela nutricional e sua composição e estimular os participantes a relacionarem essas informações com a temática da atividade (padronização de receitas e identidade do produto).

Além disso, o facilitador deve falar sobre como a diminuição dos teores de sódio, açúcar e lipídios

pode contribuir para uma receita mais saudável, bem como a substituição de ingredientes convencionais e ultraprocessados pelos agroecológicos e *in natura* ou minimamente processados, essa problematização ajudará aos participantes refletirem sobre seus produtos e pensarem novas alternativas.

Durante a realização da receita, o facilitador deverá pedir aos participantes que pesem, meçam e anotem todas as medidas. Enquanto aguardam a receita ficar pronta, deverá ser montada a ficha técnica da mesma, essa ficha conterá todas as informações sobre as medidas padronizadas, o tempo e modo de preparo da receita. Esta será o resultado da padronização.

Após ficar pronta, é importante que o facilitador fale sobre as porções e ensine aos participantes como calcularem.





Fonte das imagens: Brasil, 2004

Figura 1. Demonstração da paramentação inadequada e da adequada para entrada no local de manipulação de alimentos.

2.2.4. Avaliação (10 minutos)

Com auxílio de uma escala hedônica será realizado a avaliação deste segundo encontro a fim de conhecer a avaliação do grupo quanto à proposta e as limitações (Figura 19). Será perguntado pelo facilitador:

- O que você achou do nosso encontro?
- Você gostou de estar participando conosco? Se não, por quê?

Ao final estes marcarão a Figura 2 que melhor caracteriza a sua avaliação e estas serão deixadas dentro de uma caixa para posterior conferência do resultado.



Fonte da imagem: Brasil, 2017

Figura 2. Escala hedônica facial para avaliação da oficina educativa

2.2.4. Finalização (20 minutos)

Ao final deverá ser feita a degustação da receita, sendo um momento de descontração com o grupo, podendo ser utilizado para tirar dúvidas e reforçar os pontos chave e avaliar coletivamente a nova receita. O facilitador poderá fazer uma confraternização e agradecer a participação de todos.

2.3. Recursos

2.3.1. Humanos

1 Facilitadora e 2 Relatoras

2.3.2. Materiais

Gravador portátil para registro das falas durante a atividade; Câmera fotográfica; Balança; Copos e colheres



Medidoras; Talheres; Xícaras; Copos; Recipientes de aço inoxidável; Espátulas; Panelas; Fogão; Batedeira; Liquidificador; Ficha técnica; Embalagens com rótulos; Caderno de Relato; Impressões do Plano de Ação para o grupo de construção da proposta; Impressões da escala hedônica para avaliação; Caixa para registro das avaliações.

3. Conclusão

Espera-se que a partir da construção coletiva da ficha técnica, os manipuladores estejam aptos a padronizarem suas receitas e oferecer um produto de melhor qualidade para os consumidores, com as informações adequadas, que permitam a identidade do mesmo.

4. Referências

BRASIL. Ministério da Educação. **Manual para aplicação dos testes de aceitabilidade no Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE)**, UFRGS. - 2. ed., Brasília, 2017.

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Cartilha sobre Boas Práticas para serviços de alimentação**. Brasília: Printed In Brazil, 2004. p.48 Disponível em: <http://www.anvisa.gov.br/divulga/public/alimentos/cartilha_gicra.pdf>. Acesso em: 01 set. 2020.

CERVATO-MANCUSO, A. M.; VINCHA, K. R. R.; SANTIAGO, D. A. Educação Alimentar e Nutricional como prática de intervenção: reflexão e possibilidades de fortalecimento. **Physis, Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 26, n.1, p.225-249, 2016. Disponível em: <<https://www.scielo.br/pdf/physis/v26n1/0103-7331-physis-26-01-00225.pdf>>. Acesso em 06 abr. 2020.

COTTA, R.M.M. et al. Debates atuais em humanização e saúde: quem somos nós? **Ciência e Saúde Coletiva**, v.18, n.1, p. 171-179, 2013.

RIBEIRO, V. M. B.; RIBEIRO, A. M. B. A aula e a sala de aula: um espaço-tempo de produção de conhecimento.



Revista do Colégio Brasileiro de Cirurgiões, v. 38, n.1, p.
71-76, 2011.



Considerações finais

O processo de elaboração dos Planos de Ação são uma ferramenta eficaz na organização das estratégias educativas já que permitem um maior rigor metodológico, com definições “claras” quanto aos objetivos a serem alcançados. Muito são os efeitos positivos das estratégias educativas, dentre eles a promoção da SAN através de valorização do grupo/ indivíduo como agente potencializador de mudanças.

Espera-se contribuir com este material, a difusão de práticas organizativas das ações educativas, incentivando a sua utilização para o alcance efetivo de mudanças.



Agradecimentos

Nossa gratidão aos agricultores que participaram conosco destes projetos. Ao Programa de Pós-Graduação em Agroecologia da Universidade Federal de Viçosa que nós permitiu a execução do trabalho que deu origem a este material. À Capes, FAPEMIG e CNPq que proporcionou auxílio financeiro para viabilizar o trabalho.

Referências

BOOG, M. C. F. **Educação em Nutrição: Integrando Experiências**, São Paulo: Komedi. p. 268, 2013.

BRASIL. Congresso. Senado. Lei nº 11.346, de 15 de setembro de 2006. **Lei Orgânica de Segurança Alimentar e Nutricional**. Cria o Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional – SISAN com vistas em assegurar o direito humano à alimentação adequada e dá outras providências. Brasília, 2006.

BRASIL. Congresso. Senado. Lei nº N° 13.341, de 29 de setembro de 2016. Altera as Leis nos 10.683, de 28 de maio de 2003, que dispõe sobre a organização da Presidência da República e dos Ministérios, e 11.890, de 24 de dezembro de 2008, e revoga a Medida Provisória no 717, de 16 de março de 2016. Conversão da Medida Provisória N° 726, de 2016. Distrito Federal, DF, 30 set. 2016.

BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria nº 596, de 8 de abril de 2004. Instituir Grupo Técnico Assessor com a finalidade de proceder análise da **Estratégia Global sobre Alimentação, Atividade Física e Saúde**, da Organização Mundial da Saúde. Diário Oficial da União 12 abril 2004.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. **Marco de Referência de Educação**



Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas.
Brasília, 2012.

BUSS, P. M. Promoção e educação em saúde no âmbito da Escola de Governo em Saúde da Escola Nacional de Saúde Pública. **Caderno de Saúde Pública.** v.15, n.2, p.177-185, 1999.

COELHO, F. M. G. **A arte de orientações técnicas no campo: concepções e métodos.** 2. ed. Viçosa: Suprema, p. 188, 2014.

DAROLT, M. R. et al. Redes alimentares alternativas e novas relações produção-consumo na França e no Brasil. **Ambiente e Sociedade,** São Paulo, v. 19, n. 2, p. 1-22, june, 2016.

GALISA, M. S. et al. **Educação Alimentar e Nutricional: da teoria à prática.** São Paulo: Roca, p. 293, 2014.

GATTO, J.R. Júnior; SOUSA, L.A.; PESCE, S., FORTUNA, C.M. A participação em pesquisas com metodologias participativas: Reflexão sobre experiências. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde,** v.31, p. 1-10, nov. 2018.

IBGE- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatísticas. **Pesquisa Nacional de Saúde (PNS). Percepção do Estado de Saúde, Estilos de Vida e Doenças Crônicas:** 2013. Rio de Janeiro: IBGE; 2014

JOMORI, M. M.; PROENCA, R. P. C.; CALVO, M.C.M. Determinantes de escolha alimentar. **Revista de Nutrição** Campinas, v. 21, n. 1, p. 63-73, fev.2008.

KUMMER, L. **Metodologia Participativa no meio rural: uma visão interdisciplinar. Conceitos, ferramentas e vivências.** Salvador: GTZ, p.155, 2007

LIMA, K. A. **Análise do processo de construção do conhecimento dietoterápico de pacientes diabéticos atendidos no programa saúde da família do município de Araras.** 2004. 271 f. Dissertação (Mestrado) - Faculdade de Ciências Farmacêuticas, Universidade Estadual Paulista, Araraquara, 2004.

LOPES, S. O. **Impacto de ações de nutrição e saúde no incentivo à produção para o autoconsumo na situação de (in) segurança alimentar e nutricional em agricultores familiares no município de Viçosa-MG.** 2017. 277f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Agroecologia, Departamento de Nutrição e Saúde, Universidade Federal de Viçosa, Viçosa, 2017.

MANCUSO, A. M. C.; VINCHA, K. R. R.; SANTIAGO, D. A. Educação Alimentar e Nutricional: como prática de intervenção: reflexão e possibilidades de fortalecimento. **Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 26, n. 1, p.225-249, 2016.



MARTINELLI, S. S.; CAVALLI, S. B. Alimentação saudável e sustentável: uma revisão narrativa sobre desafios e perspectivas. **Ciência e Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 24, n. 11, p. 4251-4262, nov. 2019.

PEREIRA, N.I.A. **Segurança sanitária e nutricional no processamento de alimentos: elaboração de instrumento diagnóstico e impactos do uso de metodologias participativas em agroindústrias artesanais**. 2020. 1 v. Dissertação (Mestrado) - Curso de Agroecologia, Nutrição e Saúde, Universidade Federal de Viçosa, Viçosa, 2020.

SANTOS, L. A. S. Practical food and nutrition education: some points for reflection. **Ciência e Saúde Coletiva**. v. 17, n.2, p.453-462, 2012.

