

MINISTÉRIO DA SAÚDE  
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Guia de Bolso do  
Programa Saúde na Escola

# Alimentação Saudável e Prevenção da Obesidade



Brasília - DF  
2022



MINISTÉRIO DA SAÚDE  
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

**Guia de Bolso do  
Programa Saúde na Escola**

# **Alimentação Saudável e Prevenção da Obesidade**



Brasília - DF  
2022

2022 Ministério da Saúde. Ministério da Educação.



Esta obra é disponibilizada nos termos da Licença Creative Commons – Atribuição – Não Comercial – Compartilhamento pela mesma licença 4.0 Internacional. É permitida a reprodução parcial ou total desta obra, desde que citada a fonte.

A coleção institucional do Ministério da Saúde pode ser acessada, na íntegra, na Biblioteca Virtual em Saúde do Ministério da Saúde: <http://bvsmms.saude.gov.br>.

Tiragem: 1ª edição – 2022 – versão eletrônica

*Elaboração, distribuição e informações:*

MINISTÉRIO DA SAÚDE

Secretaria de Atenção Primária à Saúde

Departamento de Promoção da Saúde

Esplanada dos Ministérios, bloco G, Ed. Anexo,

4º andar, ala B Sul

CEP: 70058-900 – Brasília/DF

Tel.: (61) 3315-9004

Site: <https://aps.saude.gov.br>

E-mail: [depros@saude.gov.br](mailto:depros@saude.gov.br)

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

Secretaria de Educação Básica

Diretoria de Políticas e Diretrizes da Educação Básica

Esplanada dos Ministérios, bloco L, anexo II, 3º andar

CEP: 70047-901 – Brasília/DF

Tel.: (61) 2022-9211

Site: [www.mec.gov.br](http://www.mec.gov.br)

E-mail: [dpd-seb@mec.gov.br](mailto:dpd-seb@mec.gov.br)

*Editor-geral:*

Raphael Câmara Medeiros Parente

*Supervisão-geral:*

Juliana Rezende Melo da Silva

*Coordenação-geral:*

Secretaria de Atenção Primária à Saúde

*Elaboração de texto:*

Ana Maria Cavalcante de Lima

Denise Ribeiro Bueno

Fabiana Vieira Santos Azevedo

Iracema Ferreira de Moura

Lucas Agostinho Fernandes

*Revisão técnica:*

Graziela Tavares

Juliana Michelotti Fleck

Kátia Godoy Cruz

*Coordenação editorial:*

Júlio César de Carvalho e Silva

*Projeto gráfico, ilustração e diagramação:*

All Type Assessoria Editorial Eireli

*Normalização:*

Daniel Pereira Rosa – Editora MS/CGDI

---

Ficha Catalográfica

Brasil. Ministério da Saúde.

Guia de Bolso do Programa Saúde na Escola : alimentação saudável e prevenção da obesidade [recurso eletrônico] / Ministério da Saúde, Ministério da Educação. – Brasília : Ministério da Saúde, 2022.

36 p. : il.

Modo de acesso: World Wide Web:

[http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia\\_bolso\\_pse\\_alimentacao\\_saudavel.pdf](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_bolso_pse_alimentacao_saudavel.pdf)

ISBN 978-65-5993-241-2

1. Programas Nacionais de Saúde. 2. Promoção da Saúde Escolar. 3. Alimentos, Dieta e Nutrição. I. Ministério da Educação. II. Título.

CDU 614:37

---

Catálogo na fonte – Coordenação-Geral de Documentação e Informação – Editora MS – OS 2022/0109

*Título para indexação:*

PSE Pocket Guide: Healthy Food and Obesity Prevention

# Sumário

<b>Apresentação</b> .....	4
<b>OFICINA 1 – Conhecendo os dentes e a mastigação</b> .....	7
<b>OFICINA 2 – Caça aos tesouros</b> .....	9
<b>OFICINA 3 – Visita à cozinha da escola</b> .....	11
<b>OFICINA 4 – Alimentação ao longo da vida</b> .....	15
<b>OFICINA 5 – Comer juntos</b> .....	18
<b>OFICINA 6 – Do campo à mesa</b> .....	21
<b>OFICINA 7 – Obesidade como questão de saúde coletiva</b> .....	26
<b>OFICINA 8 – Hortas: elo entre o plantar e o comer</b> .....	31

---

## Apresentação

---

Conceber a saúde como algo produzido pessoal e coletivamente requer um olhar ampliado sobre a prática profissional, o sujeito e sua condição objetiva de viver e produzir a saúde de que necessita. Permite também compreender que a complexidade na qual o processo saúde-doença se desenvolve na sociedade sugere que esse fenômeno não perpassa unicamente o setor saúde e não está localizado apenas no território onde os indivíduos moram, mas em outros espaços de convivência e construção humana, como a família, as associações comunitárias, os espaços de decisões políticas governamentais, os locais e equipamentos públicos de lazer, as ruas, o trabalho e as relações intersetoriais, que, neste caso, tratam do diálogo entre saúde e educação.

Falar de saúde referenciando o *fazer* na escola e o *fazer* na Unidade Básica de Saúde exige um olhar mais abrangente, que consiga realizar a intersecção necessária ao desenvolvimento de ações que contemplem as intencionalidades das duas áreas e tenham como contexto a realidade dos educandos e suas possibilidades de ressignificar conhecimentos e práticas em prol da melhoria das condições de vida.

Nesse contexto, o Programa Saúde na Escola (PSE), programa essencialmente intersetorial, instituído pelo Decreto Presidencial n.º 6.286, de 5 de dezembro de 2007, visa contribuir para o fortalecimento de ações que integrem as áreas de saúde e de educação no enfrentamento de vulnerabilidades, que ampliem a articulação de saberes e experiências no planejamento, na realização e na avaliação das iniciativas para alcançar o desenvolvimento integral dos estudantes da rede pública de educação básica, e que apoiem o processo formativo dos profissionais de saúde e educação de forma permanente e continuada.

Um dos desafios da implantação do PSE é conseguir produzir algo comum à saúde e à educação que seja significativo para a vida do estudante. Assim, os materiais têm como proposta oferecer dispositivos para que os gestores desse programa se apropriem das temáticas, das potências e das estratégias para o trabalho intersetorial no território compartilhado entre saúde e educação, da importância do processo formativo intersetorial permanente e continuado dos atores envolvidos no programa, dos mecanismos de articulação com as redes sociais e da criação de parcerias com setores do governo e da sociedade.

Por fim, é um convite à reflexão sobre as potencialidades existentes para a promoção da saúde e da cidadania dos estudantes da rede pública de educação básica, bem como sobre o trabalho intersetorial, centrado em ações compartilhadas e corresponsáveis, que provoca articulação para a produção de um novo cuidado em saúde na escola.

## Objetivo

O objetivo deste Guia de Bolso é auxiliar os profissionais de saúde e de educação na realização de atividades de promoção da alimentação saudável no ambiente escolar. Serão apresentadas oficinas<sup>1</sup> que podem ser utilizadas nas disciplinas escolares. Ressaltamos que essas oficinas podem ser adaptadas de acordo com a idade do público-alvo e dos recursos materiais disponíveis.

## Para início de conversa

A alimentação é um aspecto indissociável da vida humana desde o ventre materno. Ao longo das diferentes fases do curso da vida, vários momentos tornam-se oportunidades para descobertas e reflexões sobre as práticas alimentares já incorporadas no cotidiano. Com certeza essa não é uma prática instintiva. Ao contrário, é aprendida ao longo da vida com base em aspectos culturais, sociais, econômicos e ambientais. O mesmo alimento apresenta significados diferentes para as pessoas dependendo de suas experiências individuais, sua inserção em determinados grupos sociais e suas mudanças ao longo do curso da vida.

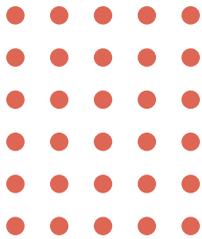
Incorporar o tema da alimentação e nutrição no contexto escolar, com ênfase na alimentação adequada e saudável e na promoção da saúde, é um grande desafio. Nesse contexto, fazem-se necessárias não somente ações pontuais de promoção da alimentação adequada e saudável como também a incorporação rotineira de atividades de Educação Alimentar e Nutricional (EAN).

Para a elaboração das atividades aqui propostas, foram identificados os conteúdos relativos ao tema alimentação e nutrição que apresentam interface com todos os componentes curriculares: Língua Portuguesa, Matemática, História, Geografia, Arte e Educação Física. Entre os conteúdos pautados neste material estão: direito humano à alimentação adequada, classificação dos alimentos, grupos de alimentos, aspectos culturais da alimentação, valorização das práticas culinárias, sistema alimentar, ciclo da água, água como alimento, produção de resíduo, desperdício e a relação entre a mídia e o consumo. Pretende-se que esses conteúdos sejam trabalhados transversalmente, de forma colaborativa, a fim de superar o enfoque fragmentado dos saberes a eles relacionados.

O que este documento se propõe é dar sugestões de atividades, apontar reflexões e linhas mestras de ação dentro da temática da alimentação e nutrição, inclusive com proposta por ciclo de ensino. Cabe a cada educador, seja ele professor e/ou profissional de saúde, olhar para a sua realidade e analisar como pode desenvolver tal atividade, quantos momentos serão necessários e qual é o tempo de duração de cada atividade, de forma a gerar aprendizagem e desenvolvimento integral do educando.

---

<sup>1</sup> Adaptado dos Cadernos de Atividades Promoção da Alimentação Adequada e Saudável/UERJ/MS.



## Propostas de oficinas para a educação infantil

A educação infantil atende crianças menores de 6 anos de idade, sendo dividida em dois grandes estágios: de 0 a 2 anos e de 3 a 6 anos incompletos.

Os Referenciais Curriculares Nacionais apontam como temáticas a serem trabalhadas nesse segmento: autoestima, imagem, reconhecimento corporal, práticas de falar e escutar, interação social, desenvolvimento da linguagem, práticas sociais de leitura e escrita, contagem e desenvolvimento do raciocínio lógico, entre outros.





# OFICINA 1

Conhecendo os dentes  
e a mastigação

 **Componentes curriculares:** cuidados pessoais.

 **Público-alvo:** educação infantil – para crianças de 3 a 5 anos.

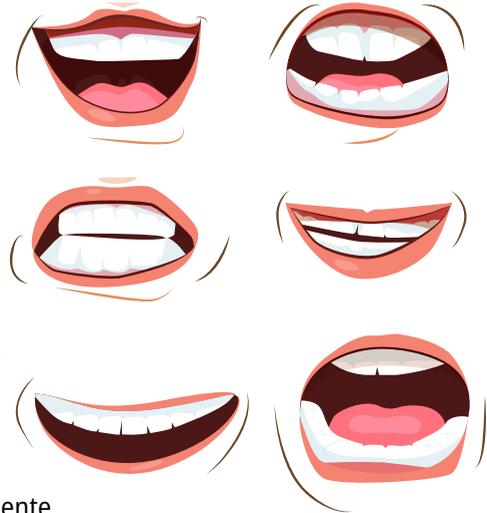
 **Duração:** 30 minutos.

 **Objetivo:** perceber as diferentes formas e funções dos dentes, explorando a mastigação de alimentos.

 **Materiais necessários:** uma faca de mesa, um garfo, um pilão e sua base, espelho (opcional).

## Desenvolvimento

- Com base em uma música ou uma história infantil sobre escovação (exemplos a seguir), levantar as questões: Quantos dentes temos? Para que servem os dentes? Será que todos os dentes são iguais? Por quê?
- Levantar as hipóteses e depois fazer a observação dos dentes em duplas ou no espelho, instigar que observem que alguns são pontiagudos, outros retos e alguns parecem pequenos potes. Conhecemos objetos que se parecem com o formato diferenciado dos dentes? Apresentar uma faca, um garfo, um pilão e a sua base. Como usamos cada um deles? Instigar para que façam a correlação entre os dentes e esses objetos.
- Caso haja alguma criança com troca de dentes (normalmente só acontece ao final dos 5 anos), ver qual dos dentes está faltando e comentar sobre que dificuldades ela tem tido para morder os alimentos, mas não para mastigar, uma vez que os que caem são os incisivos e os caninos.
- Finalizar a atividade fazendo um registro por meio de desenhos ou um texto simples sobre o que descobriram sobre os dentes.



## Ponto de atenção

Caso a escola disponha de espaço com espelho, a atividade de exploração dos dentes pode ser feita com cada criança se observando em frente a ele. Aproveitar momentos anteriores ou posteriores às atividades das equipes de Saúde da Família na unidade escolar para preparar a turma ou explicar o que foi realizado com eles.

## Sugestão de material complementar

 Sugestão de música: **Ratinho escovando os dentes** – Hélio Ziskind.

 Sugestão de literatura infantil para ilustrar as pesquisas com as crianças: CARRASCO, W. **O jacaré com dor de dente**. 2. ed. São Paulo: Editora Nacional, 2012.

 Sugestão de literatura: Caderno temático do Programa Saúde na Escola: Saúde Bucal.

# OFICINA 2

Caça aos tesouros

- 📖 **Componentes curriculares:** os seres vivos; equilíbrio e coordenação (área de movimento).
- 👤 **Público-alvo:** educação infantil – para crianças de 2 a 3 anos.
- 🕒 **Duração:** 40 minutos.
- 🎯 **Objetivo:** explorar o deslocamento no espaço e testar os limites corporais. Identificar frutas, leguminosas e hortaliças, reconhecendo seus benefícios para a saúde.
- ✍️ **Materiais necessários:** frutas e hortaliças higienizadas, que devem ser colocadas numa caixa a ser escondida no ambiente. Cadeiras, bancos, cordas, bambolês, colchonetes, pneus e outros objetos que possam ser usados na organização do espaço.
  - Em um ambiente amplo, criar vários caminhos e obstáculos, como túneis de pneus ou de cadeiras enfileiradas, bancos de alturas variadas, colchonetes, cordas trançadas e outros condizentes com os recursos disponíveis. O educador deve modular as dificuldades de acordo com a maturidade do grupo.



## Desenvolvimento

- Levar o grupo para o ambiente previamente preparado e criar uma história com eles de uma floresta misteriosa/ desconhecida onde está escondido um tesouro.
- Encorajá-los a passarem por “cavernas escuras”, nadarem “em rios caudalosos”, passarem por “desfiladeiros” ou “na beira dos abismos” até acharem o tesouro.
- Sentar em roda, retirar os alimentos e convidar as crianças a identificá-los dizendo seu nome, cor, forma, sabor (se é doce, ácido ou amargo...).
- Ao final, partilhar com a turma a degustação de alguns dos alimentos que compuseram o tesouro.

## Sugestão de material complementar

- 📖 BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Promoção da Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2. ed. Brasília, DF: MS, 2014. cap. 3, p. 81-84. Disponível em: <https://bit.ly/3GbEQJ9>. Acesso em: 3 mar. 2020.

# OFICINA 3

Visita à cozinha da escola

-  **Componentes curriculares:** organização dos grupos e seu modo de ser, viver e trabalhar.
-  **Público-alvo:** educação infantil – para crianças de 3 a 5 anos.
-  **Duração:** 60 minutos.
-  **Objetivo:** perceber a organização de alimentos e de utensílios na cozinha, valorizando a atuação dos profissionais envolvidos na alimentação escolar.
-  **Materiais necessários:** agendar com os manipuladores de alimentos o melhor horário para uma visita da turma.

## Desenvolvimento

- Em uma roda de conversa, lançar o questionamento: o que é necessário ter numa cozinha? Por quê? Onde ficam guardados os alimentos? Por quê?
- Pedir que os educandos observem em suas casas o que tem na cozinha e conversem sobre isso com seus pais/responsáveis.
- Em outro momento, fazer um levantamento do que eles pesquisaram em casa e listar. Logo após a listagem, questionar: quem fica sempre na cozinha de casa? E aqui na escola, tem cozinha? Quem fica sempre lá? Sabe o nome dessa profissão? Onde aprenderam a fazer comida? São elas que compram os alimentos? Caso haja algum questionamento ou divergência de opiniões, anotar.
- Combinar com os educandos o que observarão na visita à cozinha da escola e montar um roteiro de perguntas para os manipuladores de alimentos.
- Colocar um símbolo, combinado com a turma, à frente de cada pergunta para lembrarem-se do que se trata.
- Durante a visita, instigar que as crianças comparem as diferenças entre os tamanhos dos utensílios e armários da escola com os de casa, a quantidade de pratos e outros detalhes.
- Caso seja possível, combinar com um dos manipuladores de alimentos para ser o guia da visita, deixando que as próprias crianças tirem suas dúvidas.
- Após a entrevista escolher um registro para a atividade de acordo com a realidade de cada turma: um desenho com texto coletivo, fotos num mural ou cada criança faz um desenho registrando a resposta de que ela mais gostou.

## Ponto de atenção

Escolher um horário em que a cozinha não esteja em funcionamento para garantir tanto a segurança das crianças quanto a higiene dos alimentos durante seu preparo.

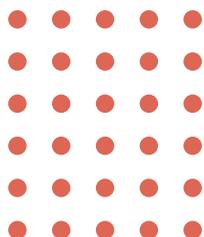


### Sugestão de material complementar

- 📖 ARAÚJO, M. F. **Alimentação e nutrição na educação infantil**. (30 aulas). Disponível em: <https://bit.ly/3yS09vG>. Acesso em: 22 ago. 2016.
- 📖 INSTITUTO DE NUTRIÇÃO ANNES DIAS (INAD). **Culinária, saúde e prazer: dicas de culinária**. Rio de Janeiro: INAD, 2006. Disponível em: <https://bit.ly/3yTZFH0>. Acesso em: 3 mar. 2020.
- 📖 INSTITUTO DE NUTRIÇÃO ANNES DIAS (INAD). **Semana de alimentação escolar – 2006: culinária, saúde e prazer**. Rio de Janeiro, 2006.
- 📖 SILVA, L. **Concepções norteadoras da prática pedagógica de professoras da educação infantil e uso pedagógico da culinária: possíveis relações**. 2012. 106 f. Dissertação (Mestrado em Educação) – Universidade Federal de São Carlos, São Carlos, 2012. Disponível em: <https://bit.ly/3ICC0ml>. Acesso em: 11 mar. 2020.

### Proposta de vídeo de apoio: *Caminhos da Comida*

- 📺 Vídeo voltado para professores e profissionais de saúde que aborda as dimensões da alimentação e os componentes do sistema alimentar e, ainda, a importância da promoção da alimentação adequada e saudável no ambiente escolar.
- ▶ BRASIL. Ministério da Saúde; UNIVERSIDADE DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO. *Caminhos da Comida*. 2017. 1 vídeo (16:23 min). Publicado pelo canal Saps Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Disponível em : <https://bit.ly/39LoqLp>. Acesso em: 11 mar. 2020.



## Propostas de oficinas para o ensino fundamental I

O ensino fundamental I compreende dois ciclos. O primeiro ciclo abarca o 1º, o 2º e o 3º anos e atende crianças na faixa etária de 6 a 8 anos de idade; e o segundo ciclo, que abrange o 4º e o 5º anos, é dirigido a crianças com idade entre 9 e 10 anos.

Nesse contexto, um aspecto que merece destaque é o de estímulo à oralidade do educando, entendendo-a como signo de excelência da interação humana; o estímulo à exposição verbal de suas ideias ou do resultado de produções coletivas que sejam fruto, por exemplo, de pesquisas realizadas com seus colegas, com seus familiares e com membros da comunidade local.





# OFICINA 4

**Alimentação ao longo da vida**

 **Componentes curriculares:** História, Ciências e Língua Portuguesa.

 **Público-alvo:** para o 1º e o 2º ciclos do ensino fundamental I.

 **Duração:** 40 minutos.

 **Objetivo:** refletir sobre as características da alimentação ao longo da vida.

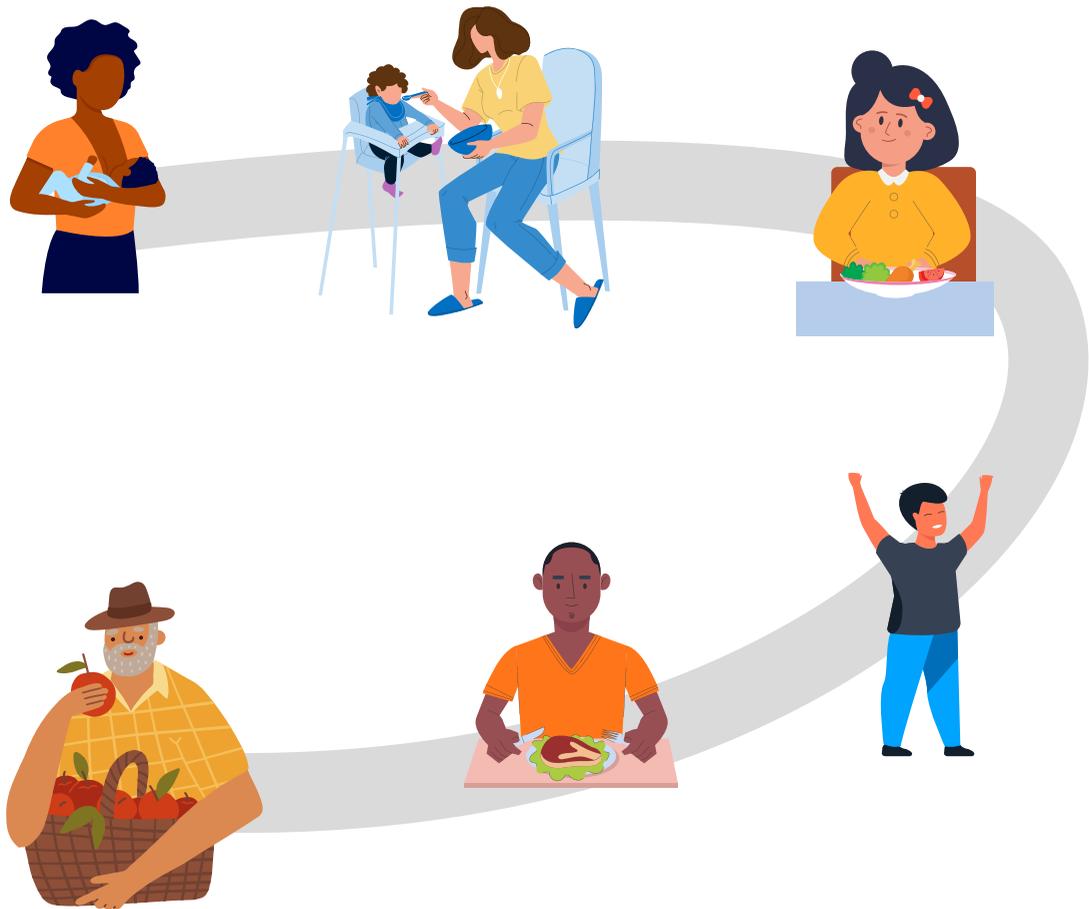
 **Materiais necessários:** canetas hidrocor, folhas de papel (pardo, quarenta quilos, cartolina ou similar). Recortes de revistas e jornais que tenham fotos de bebês sendo amamentados, água potável e de preparações (pratos prontos) que englobem todos os grupos de alimentos (cereais, feijões, raízes e tubérculos, legumes e verduras, frutas, castanhas e nozes, leites e queijos, carnes e ovos).

## Desenvolvimento

- **Organização prévia:** propor aos educandos que levem fotografias e/ou imagens de bebês, crianças, adolescentes, gestantes, adultos e idosos, imagens de pratos prontos (refeições) e de alimentos e, também, de água potável.

## Descrição da atividade

- Com as canetas hidrocor e as folhas de papel, organizar com os educandos uma linha do tempo coletiva que simbolize o curso da vida. Os educandos podem construir uma única linha ou mais de uma, em subgrupos, a depender de quantos sejam e do tamanho da sala.
- Nela, as imagens de pessoas que foram trazidas pelos educandos e/ou pelo educador devem ser organizadas de forma a expressar, em ordem cronológica, o crescimento e o envelhecimento.
- Estimular que os educandos conversem sobre as possíveis diferenças e semelhanças na alimentação dos diferentes grupos e, também, sobre qual seria a alimentação mais adequada em cada uma dessas fases da vida.
- Reunir todas as imagens de alimentos e distribuí-las de forma aleatória entre os educandos.
- Propor a cada um que mostre para a turma a sua imagem, falando um pouco sobre ela: se gosta ou não, se consome ou se já consumiu, se sabe onde é encontrado (origem), se conhece a planta de origem etc.
- Os colegas podem comentar e opinar, concordando ou não com as declarações do colega que estiver falando.
- Depois, deve colocar sua imagem junto à(s) figura(s) humana(s) que represente(m) uma determinada fase da vida e justificar a escolha feita (por que acha que aquele tipo de alimento é adequado para aquela faixa etária).
- Em seguida, convidar a turma a observar atentamente e a refletir sobre a linha do tempo pronta. Problematizar com eles se as escolhas dos alimentos foram adequadas.
- Chamar a atenção para o aleitamento materno para as crianças pequenas e para a água e os alimentos e preparações que devem fazer parte da alimentação em todas as fases da vida.
- Caso os educandos considerem que há alimentos ou preparações para os quais não havia imagens disponíveis, estimulá-los a desenhá-los.



### Ponto de atenção

- Essa atividade pode ser feita quando for abordado o tema desenvolvimento humano.
- Para o segundo ciclo, a atividade pode ser complementada com produção textual sobre os temas abordados e/ou o nome dos alimentos e preparações.

### Sugestão de material complementar

- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Promoção da Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2. ed. Brasília, DF: MS, 2014. Disponível em: <https://bit.ly/3GbEQJ9>. Acesso em: 3 mar. 2020.
- SUHR, M; GORDON, M. **Eu me alimento**. [S. l.]: Editora Scipione, 1996. 24 p. (Coleção Eu Vivo).
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Promoção da Saúde. **Alimentos regionais brasileiros**. 2. ed. Brasília, DF: MS, 2015. Disponível em: <https://bit.ly/3sMjOv5>. Acesso em: 10 mar. 2020.

# OFICINA 5

Comer juntos

**Componentes curriculares:** Língua Portuguesa, História, Ciências, Geografia e Arte.

**Público-alvo:** para o 1º e o 2º ciclos do ensino fundamental I.

**Duração:** 60 minutos.

**Objetivo:** compreender o sentido da comensalidade e refletir sobre sua prática no cotidiano.

**Materiais necessários:** imagens de atitudes que favorecem e que dificultam a comensalidade. Letras da palavra COMENSALIDADE.

## Desenvolvimento

### Para o 1º e o 2º ciclos

- Apresentar imagens com atitudes favoráveis em relação à comensalidade (pessoas comendo juntas em diferentes culturas e situações e de diferentes idades: em torno de uma mesa, no chão, em volta da fogueira, felizes, conversando, na escola, restaurante, em comemorações) e algumas desfavoráveis a ela (pessoas comendo em situações como: de pé, andando na rua, dentro do carro ou de outros meios de transporte, usando o computador, vendo televisão, utilizando o telefone).
- Solicitar aos educandos que comentem as imagens em relação ao ato de comer: o que lhes chama atenção? Quais são as semelhanças e as diferenças entre elas?
- Agrupar as imagens em função de sua semelhança em relação ao ato de comer. Que imagens expressam o ato de comer juntos? Que imagens refletem situações de sua rotina na escola e em casa?
- Com base nas orientações sobre o ato de comer e a comensalidade apresentadas no *Guia Alimentar para a População Brasileira* (texto de apoio a seguir), e nos comentários sobre seu cotidiano, aprofundar a reflexão sobre o tema com os educandos.
- Problematizar a presença dos aparatos tecnológicos durante as refeições: televisão ligada, celulares sendo acessados entre uma garfada e outra, jogos que não são interrompidos nem mesmo durante um lanche. Tudo isso pode levar as pessoas a comerem mais. Questionar por quê.
- Instigar a reflexão que estimula mudança de postura.
- Valorizar os aspectos positivos da comensalidade, como as trocas afetivas, a partilha do alimento, o fortalecimento de vínculos e as trocas intergeracionais.

### Para o 1º ciclo

- Em um segundo momento, propor aos educandos que desenhem algum aspecto do debate que tenha lhe chamado atenção.
- Registrar, em cada desenho, a ideia-chave ali retratada e, em papéis adicionais, os comentários feitos no decorrer do debate.
- Caso a turma já seja alfabetizada, os próprios educandos podem realizar os registros escritos.
- Compor um mural com os desenhos e as frases.



## Para o 2º ciclo

- Em um segundo momento, propor aos educandos que procurem as letras escondidas na sala. Que palavra elas formam? Deixar que eles as descubram. Ajudá-los caso tenham muita dificuldade.
- Ao formar a palavra COMENSALIDADE, instigá-los a inferir o significado.
- Cada educando escreve o significado que acha que a palavra tem.
- Apresentar e discutir o conceito de comensalidade descrito na introdução deste segundo módulo e trabalhar com eles as três orientações do *Guia Alimentar para a População Brasileira* destacadas a seguir:

### Texto de apoio: O ato de comer e a comensalidade

Comer com regularidade e com atenção:

- Procure fazer suas refeições diárias em horários semelhantes. Evite “beliscar” nos intervalos entre as refeições. Coma sempre devagar e desfrute o que está comendo, sem se envolver em outra atividade.

Comer em ambientes apropriados:

- Procure comer sempre em locais limpos, confortáveis e tranquilos e onde não haja estímulos para o consumo de quantidades ilimitadas de alimentos.

Comer em companhia:

- Sempre que possível, prefira comer em companhia, com familiares, amigos ou colegas de trabalho ou escola. Procure compartilhar também as atividades domésticas que antecedem ou sucedem o consumo das refeições.

## Ponto de atenção

- Caso seja possível, valorizar o momento da refeição na escola como oportunidade de comensalidade. Problematizar com a turma o que poderia tornar o momento da refeição escolar mais agradável: ter música, arrumar a mesa, promover um clima tranquilo e fraterno, fazer a refeição na companhia de um amigo.



## Sugestão de material complementar

- 📄 MOREIRA, S. A. Alimentação e comensalidade: aspectos históricos e antropológicos. **Ciência e Cultura**, São Paulo, v. 62. n. 4, out. 2010. Disponível em: <https://bit.ly/388QZBQ>.
- 🎥 Filme: *Os Croods*. Direção de Kirk DeMicco e Chris Sanders. 2013.
- 📄 Literatura: MACHADO, A. M. **Camilão, o comilão**. [S. l.]: Editora Salamandra, 2006.
- 📄 BELINKY, T. **O grande rabanete**. [S. l.]: Editora Moderna, 2002.



# OFICINA 6

Do campo à mesa

 **Componentes curriculares:** Ciências, Língua Portuguesa, Matemática, Geografia, Arte.

 **Público-alvo:** 1º e 2º ciclos do ensino fundamental I.

 **Duração:** 60 minutos.

 **Objetivo:** conhecer o conceito de sistema alimentar, aplicando-o à sua realidade.

 **Materiais necessários:** alimento da refeição escolar; caixas; garrafas; isopor; papelão.

## Desenvolvimento

### Para o 1º e o 2º ciclos

- Apresentar um (ou mais) alimento(s) da refeição escolar.
- Problematizar com a turma: de onde vem esse alimento? Quem trabalhou para que esse alimento chegasse até aqui?
- A cada profissão citada, retomar o fio da fala (como no gênero de história acumulativa). Exemplo: se eles disserem “a merendeira da escola fez a comida, e a diretora comprou a comida no mercado”, o educador retoma: “então a diretora comprou a comida no mercado, e a merendeira fez a comida, mas quem colocou a comida no mercado? Quem levou a comida até lá e onde plantaram?”
- A cada resposta, retomar o fio de novo, exemplo: “Então vocês me disseram que o fazendeiro plantou e colheu o arroz, ele vendeu para o dono da fábrica, o dono da fábrica ensacou o arroz e colocou no caminhão, o motorista do caminhão levou o arroz para o mercado, o vendedor colocou o arroz na prateleira, o dono do mercado vendeu o arroz para a diretora, a diretora deu o arroz para a merendeira e ela fez a comida”. Listar as profissões que eles citaram quando descreveram as pessoas envolvidas.



- Em seguida, instigar a inclusão de outras profissões que estão envolvidas com a alimentação, caso não tenham aparecido na roda de conversa (padeiros, feirantes, verdureiros, açougueiros, nutricionistas...).
- Com a ajuda dos educandos, construir uma grande maquete em que haja a representação de zona urbana (caso a escola esteja aí localizada) e de zona rural (começar construindo o prédio da escola, para situá-los onde estão, e ir ampliando até onde lembrarem). As ruas da maquete devem possibilitar a passagem de carrinhos, de modo que possam fazer o percurso da zona rural até a zona urbana.
- Usar material reciclável, como caixas, garrafas, isopor, papelão etc.
- Utilizar a maquete para explorar o trajeto dos alimentos do local onde são produzidos até a cidade.
- Lembrar que alguns alimentos sofrem beneficiamento, como o polimento do arroz, o refinamento do açúcar, a moagem das farinhas etc., antes de serem comercializados. Os locais desse beneficiamento devem aparecer na maquete, assim como as vias de transporte e os locais de venda.
- Falar da maior oferta de determinados alimentos de acordo com a época (safra), o que faz com que o preço seja menor.
- Problematizar com eles as desvantagens de um circuito longo entre o cultivo e o consumo, por exemplo: o custo e o impacto ambiental de se transportar um alimento cultivado em uma região (ou localidade) para outra; a necessidade de os alimentos serem colhidos ainda não totalmente maduros, para suportar o tempo do transporte e de venda.
- O ideal é que percebam que, quanto mais perto de onde será consumido o alimento for produzido, melhor em termos financeiros e ambientais.

### Ponto de atenção

- A atividade de construção da maquete deve levar alguns dias para ser concluída. O ideal é que ela fique em local do qual não seja removida, para que possa ser utilizada em diversos momentos.
- A maquete pode ser substituída por um mapa.
- Convidar um agricultor da localidade, um agrônomo ou técnico agrícola para conversar com os educandos sobre temas como: características da sua rotina de trabalho; o tempo de cultivo dos alimentos, que não é o mesmo para todos; tipos de cultivo (com sementes, com mudas); formas de armazenamento, ensacamento e transporte do alimento colhido; produção, transporte e venda de produtos etc.

### Sugestão de material complementar

- 📄 AGÊNCIA EUROPEIA DO AMBIENTE. **Da produção aos resíduos:** o sistema alimentar. 2014. Disponível em: <https://bit.ly/3MIBr6M>. Acesso em: 30 ago. 2016.
- 📄 ARTESANATO E RECICLAGEM. **Maquete escolar:** modelos e dicas de como fazer. Disponível em: <https://bit.ly/3POTdaL>. Acesso: 30 ago. 2016.
- 📄 BORTOLETTO, A. P. **Um outro sistema alimentar para garantir a alimentação saudável.** Disponível em: <https://bit.ly/3sQKESE>. Acesso em: 30 ago. 2016.

- 📄 INSTITUTO BRASILEIRO DE DEFESA DO CONSUMIDOR. **Consumo sustentável**: manual de educação. Brasília: Consumers International/MMA/MEC/IDEC, 2005. Disponível em: <https://bit.ly/39KkR82>. Acesso em: 30 ago. 2016.
- 📄 SCHOTTZ, V. Em defesa da Alimentação Adequada e Saudável. **Agriculturas**, v. 11, n. 4, p. 4-7, dez. 2014. Disponível em: <https://bit.ly/39OGtQR>. Acesso em: 30 ago. 2016.
- 📄 SILVEIRA, L. M.; SOUSA, N. G. de. **Construção da maquete do espaço escolar**. Disponível em: <https://bit.ly/3POTIhh>. Acesso: 30 ago. 2016.

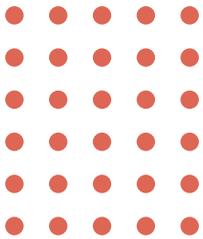
## Vídeos

- ▶ AGRICULTURA Familiar: alimentando o mundo cuidando do planeta – versão longa. 2014. 1 vídeo ( 2 min). Publicado pelo canal FAOVideo. Disponível em: <https://bit.ly/3a5bboL>.
- ▶ ALIMENTOS Orgânicos. 2015. 1 vídeo (6 min). Publicado pelo canal Saps Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Disponível em: <https://bit.ly/3MDxWP2>.
- ▶ ANO Internacional da Agricultura Familiar. 2013. 1 vídeo (3 min). Publicado pelo canal Food and Agriculture Organization of the United Nations. Disponível em: <https://bit.ly/3Nm3itA>.
- ▶ COMIDA que alimenta. 2015. 1 vídeo (5 min). Publicado pelo canal sabiacentro. Disponível em: <https://bit.ly/3wLY1Vh>.
- ▶ CAMINHOS da Comida. 2017. 1 vídeo (16 min). Publicado pelo canal Saps Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Disponível em: <https://bit.ly/39LoqLp>. Acesso em: 11 mar. 2020.

## Proposta de vídeo de apoio: *Nico e o tubérculo*

Vídeo voltado para estudantes do ensino fundamental I que aborda os temas cultura alimentar, comensalidade e grupos de alimentos, por meio da história de Nico, um menino que descobre o valor da cultura alimentar de sua família quando realiza uma tarefa escolar.

- ▶ NICO e o Tubérculo. 2017. 1 vídeo (12 min). Publicado pelo canal Saps Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Disponível em: <https://bit.ly/3Nrse2M>. Acesso em: 11 mar. 2020.



## Propostas de oficinas para o ensino fundamental II

Os anos finais do Ensino Fundamental vão do 6º ao 9º ano, podendo ser subdivididos em 3º e 4º ciclos. Nesse segmento, os educandos têm, em sua maioria, de 11 a 14 anos de idade.

Esse bloco também traz atividades que visam propiciar a discussão sobre as principais mudanças que aconteceram na alimentação humana ao longo da história e sobre o aspecto sociocultural da alimentação, partindo do entendimento de que a alimentação é uma prática social.



# OFICINA 7

**Obesidade como questão  
de saúde coletiva**

**Componentes curriculares:** Geografia, Matemática, Ciências, Educação Física.

**Público-alvo:** ensino fundamental II para o 3º e 4º ciclos.

**Duração:** 60 minutos.

**Objetivo:** identificar os determinantes da obesidade, reconhecendo-a como uma questão de saúde coletiva, com ênfase na não estigmatização e não culpabilização da pessoa.

**Materiais necessários:** tarjetas de papel e canetas hidrocor.

## Desenvolvimento

### Para o 3º e o 4º ciclos

- Introduzir o tema apresentando dados da situação atual do excesso de peso e da obesidade no Brasil e/ou de sua evolução nas últimas décadas. Para isso, ver definições no box a seguir.
- Perguntar aos educandos suas opiniões sobre o que pode explicar o aumento do excesso de peso e da obesidade na população. Estimulá-los a abordar suas causas. A contribuição é livre e deve ser anotada em tarjetas, com letras grandes que possam ser lidas a distância.
- Agrupar, com os educandos, as respostas com temáticas semelhantes (ex.: consumo alimentar, prática de atividade física, história familiar).
- Propor que eles se dividam em grupos de até cinco educandos e que discutam e anatem as causas de cada uma das respostas. Por exemplo, diante da resposta: “a pessoa tem obesidade porque come muita besteira”, perguntar “Mas por que ela come muita besteira?”. Estimulá-los a explorarem diferentes níveis da determinação dessa causa, preenchendo o esquema conforme exemplificado a seguir. Se achar adequado, oferecer aos grupos o esquema em branco.
- Convidar cada grupo a apresentar o esquema preenchido para o restante da turma.
- Sistematizar, com os educandos, as causas levantadas, estimulando que o grupo identifique se mais alguma causa pode ser acrescentada.
- Problematizar: Quais causas podem ser mudadas por vontade própria e quais precisam de ajuda de outras pessoas ou setores para que elas sejam alteradas? Por exemplo: “João não joga bola porque tem preguiça” (ele não quer jogar bola) OU “João não joga bola porque o campinho do bairro está interditado” (as crianças não jogam bola em função de uma questão que está além da vontade individual de cada uma delas, mas que pode ser alterada com uma ação coletiva e organizada).



### Para o 4º ciclo

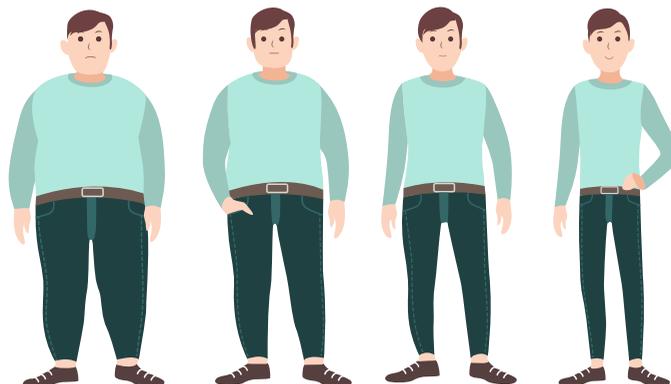
- Concluído o levantamento das causas, propor aos educandos que reflitam sobre o ambiente escolar e seu entorno, analisando as ações e estruturas que contribuem para a obesidade (ex.: cantinas com alimentos ultraprocessados, falta de espaço público seguro para a prática de atividades físicas) ou protegem contra ela (ex.: alimentação escolar, disponibilidade de bebedouros, infraestrutura para a prática de atividades físicas). Problematizar: dentro da escola, quais pontos podem ser fortalecidos ou alterados para que o ambiente favoreça a alimentação saudável e a prática de atividades físicas? E, no entorno, o que pode ser alterado ou aproveitado pelos educandos e pela comunidade?
- Discutir com a turma as mudanças que podem ser feitas na escola e como elas podem ser apresentadas para a coordenação e a direção. As mudanças elencadas podem fazer parte de uma campanha dirigida à comunidade escolar para sensibilização sobre o tema e a mobilização para realização de mudanças no ambiente da escola e do seu entorno que favoreçam a saúde.

#### Texto de apoio: O que é o excesso de peso e quais são as suas consequências?

O excesso de peso (que compreende o sobrepeso e a obesidade) é definido pela OMS como “um acúmulo de gordura anormal ou excessivo que pode prejudicar a saúde”. Para adultos, a associação entre obesidade, doenças crônicas não transmissíveis e mortalidade já é bem estabelecida. Também crianças e adolescentes obesos têm sido cada vez mais frequentemente diagnosticados com comorbidades, como intolerância à glicose, resistência insulínica e diabetes tipo 2, além de apresentarem maior risco de desenvolver, por exemplo, hipertensão arterial, asma e outras desordens respiratórias, desordens do sono, doenças hepáticas, baixa autoestima, depressão e isolamento social. A obesidade na infância está também associada a maior chance de obesidade, morte prematura, incapacidade e doenças crônicas não transmissíveis na vida adulta.

O índice mais recorrentemente utilizado para diagnóstico do excesso de peso é o índice de massa corporal (IMC), calculado pela seguinte fórmula:

- IMC: peso (KG)/altura<sup>2</sup>(m).
- Sua interpretação depende da fase da vida em que o indivíduo se encontra. Para crianças e adolescentes, ela é feita de acordo com a idade e o sexo. Para isso, nas Cadernetas de Saúde da Criança e do Adolescente existem gráficos de IMC por idade e sexo que devem ser utilizados para o monitoramento do seu crescimento.



## Exemplo de esquema para exercício de identificação das causas da obesidade

Categories	1. Causas proximais ("O que causa?")	2. Causas intermediárias ("Qual a causa do que causa?")	3. Causas distais ("Qual a causa do que causa?")
Consumo alimentar	"Comer besteira"	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Acesso fácil a alimentos ultraprocessados.</li> <li>• Acesso difícil a alimentos <i>in natura</i> e minimamente processados.</li> <li>• Sabor bom dos alimentos ultraprocessados.</li> <li>• Oferta de alimentos ultraprocessados na cantina escolar e/ou no entorno da escola.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Publicidade e propaganda de alimentos não saudáveis.</li> <li>• Falta de sacolão ou outro estabelecimento que venda alimentos saudáveis.</li> <li>• Preço dos alimentos.</li> </ul>
Atividade física	"Não fazer exercícios"	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Falta de acesso a locais para a prática de atividade física.</li> <li>• Falta de opções de atividades de lazer, entretenimento e interação social no bairro.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Transporte público precário.</li> <li>• Falta de segurança pública.</li> <li>• Inadequação da infraestrutura (ex.: iluminação).</li> </ul>

### Ponto de atenção

- Cada grupo pode discutir todas as categorias de causas ou discutir somente uma delas, aprofundando a reflexão.
- Os dados de tendência do aumento da obesidade no Brasil nas diferentes faixas etárias podem ser trabalhados de forma a explorar e exercitar conceitos de matemática compatíveis com o 3º e o 4º ciclos.
- Essa atividade pode ser complementada com abordagens que aprofundem a articulação da temática da obesidade com os temas transversais dos parâmetros curriculares.



## Sugestão de material complementar

-  BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Promoção da Saúde. **Estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica**: obesidade. Brasília, DF: MS, 2014. 212 p. Disponível em: <https://bit.ly/3LHlCea>. Acesso em: 11 mar. 2020.
-  BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome; UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA. Obesidade: dá para reverter? **Revista Ideias na mesa**, Brasília, n. 2, 2013. Disponível em: <https://bit.ly/39lJfM3>. Acesso em: 22 jun. 2016.
-  BUSS, P. M.; PELLEGRINI FILHO, A. A Saúde e seus determinantes sociais. **PHYSIS**: Revista Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 17, n. 1, p. 77-93, 2007. Disponível em: <https://bit.ly/3Nu9Q9t>. Acesso em: 11 jul. 2016.
-  INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). **Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008 2009**: antropometria e estado nutricional de crianças, adolescentes e adultos no Brasil. Rio de Janeiro: IBGE, 2010. Disponível em: <https://bit.ly/3yTyOLt>. Acesso em: 20 fev. 2017.
-  INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). **Pesquisa Nacional de Saúde 2013: ciclos de vida**: brasil e grandes regiões. Rio de Janeiro: IBGE, 2015. Disponível em: <https://bit.ly/3PEmgxB>. Acesso em: 20 fev. 2017.
-  ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Diminuindo diferenças: a prática das políticas sobre determinantes sociais da saúde: documento de discussão. In: CONFERÊNCIA MUNDIAL SOBRE DETERMINANTES SOCIAIS DA SAÚDE, 2011, Rio de Janeiro. **Anais [...]**. Rio de Janeiro: OMS, 2011. Disponível em: <https://bit.ly/3yTOiPv>. Acesso em: 11 jul. 2016.
-  POLLAN, M. **O Dilema do Onívoro**. Rio de Janeiro: Editora Intrínseca, 2007. 409 p.
-  ROBERTS, P. **O fim dos alimentos**. Rio de Janeiro: Editora Elsevier, 2008. 364 p.

## Vídeos

-  MUITO além do peso. Produção de Maria Farinha Filmes. Direção: Estela Renner, 2012. 1 vídeo (84 min). Publicado pelo canal Maria Farinha Filmes. Disponível em: <https://bit.ly/3wETi92>. Acesso em: 22 jun. 2016.
-  SUPER size me. Direção: Morgan Spurlock. 2004. 1 vídeo (100 min). Publicado pelo canal Record Top. Disponível em: <https://bit.ly/3wl1Bjw>. Acesso em: 22 jun. 2016.

# OFICINA 8

**Hortas: elo entre o  
plantar e o comer**

 **Componentes curriculares:** Geografia, Ciências e Língua Portuguesa.

 **Público-alvo:** ensino fundamental II para o 3º e 4º ciclos.

 **Duração:** 60 minutos.

 **Objetivo:** ampliar a compreensão sobre hortas, reconhecendo sua contribuição para as práticas alimentares saudáveis.

 **Materiais necessários:** dependerão da vivência escolhida.

## Desenvolvimento

Organização prévia

- Reproduzir vídeo de apoio desta atividade ou organizar para que seja visível para toda a turma (cartaz, projeção).
- Planejar a vivência sobre o tema (procedimentos operacionais dependerão da vivência escolhida).

## Descrição da atividade

**Para o 3º e o 4º ciclos**

- Convidar os educandos a expressarem, por meio de uma imagem (desenho, esquema), a ideia que vem à mente quando pensam na palavra “horta”.
- Encorajá-los a partilharem e comentarem suas produções.
- Com base no que for levantado, propor que construam coletivamente um conceito para a palavra “horta”.
- Partilhar com os educandos a conceituação de horta apresentada no box a seguir.
- Cotejá-la com o conceito elaborado coletivamente, identificando aspectos semelhantes e distintos. Encorajá-los a comentarem os aspectos que são novos para eles, que os surpreenderam. Valorizar as árvores frutíferas como exemplo de agricultura; salientar a possibilidade de plantio de alimentos em pequenos espaços (ex.: jardineiras, embalagens reaproveitadas, quintais) e em locais tradicionalmente não identificados como propícios para isso (ex.: telhados, paredes, áreas públicas). Valorizar, ainda, a importância desses produtos para a melhoria e a diversificação da alimentação e para a preservação da cultura alimentar regional.
- Organizar com os educandos uma vivência sobre o tema. A seguir, estão listados alguns exemplos de vivências cuja realização dependerá da realidade local e das possibilidades da escola:
  - Convidar um agricultor, um morador do bairro que cultive alimentos em seu quintal, um membro de uma horta escolar ou comunitária e/ou um ativista da agricultura urbana para contar sua experiência com o tema.
  - Visitar um quintal produtivo e/ou uma horta comunitária no território em que a escola está inserida.
  - Promover uma feira para troca de sementes e mudas envolvendo a comunidade.
  - Realizar uma oficina de plantio de mudas e sementes com os educandos.

### Texto de apoio

- Nos termos agrônômicos, hortas são espaços de cultivos das chamadas culturas hortícolas ou olerícolas, principalmente folhosas cultivadas em canteiros.
- Hortas urbanas são hortas em espaços urbanos.
- Ampliando o conceito de hortas para algo além de canteiros padronizados com hortaliças folhosas de porte baixo, muitas hortas incluem bananeiras, aroeiras, plantas medicinais, lavouras brancas (aipim, feijão etc.). Também muitas associam criações de animais em seus espaços. Portanto, gosto muito de entender horta como espaço de produção que não lavouras de monocultura em larga escala. Na verdade, para mim, o conceito de horta se associa mais ao tamanho e à localização da produção do que propriamente ao que se produz em seu interior. Assim sendo, podemos ter hortas em lajes, em garrafas PET, em caixotes, no solo ao redor das casas; hortas agroflorestais (com presença de árvores) etc. O importante é que se adote o enfoque da agroecologia na produção das hortas.



### Ponto de atenção

- Essa atividade pode ser aprofundada por meio de atividades que articulem o cultivar, o cozinhar e o consumir.

### Sugestão de material complementar

- 📄 ARTICULAÇÃO NACIONAL DE AGROECOLOGIA. Grupo de Trabalho de Biodiversidade. **Semente criola é legal: a nova legislação brasileira de sementes e mudas**. 2. ed. Rio de Janeiro, 2008. Disponível em: <https://bit.ly/3NsL8q3>. Acesso em: 15 set. 2016.
- 📄 BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Manual operacional para profissionais de saúde e educação: promoção da alimentação saudável**

- nas escolas. Brasília, 2008. 152 p. (Série A. Normas e Manuais Técnicos). Disponível em: <https://bit.ly/3NwZxS3>. Acesso em: 11 mar. 2020.
- BRASIL. Ministério da Saúde; UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA. **Manual para Escolas: a Escola promovendo hábitos alimentares saudáveis: horta**. Brasília, 2001. Disponível em: <https://bit.ly/3sWuPtU>. Acesso em: 11 jan. 2017.
- COMPOSTA SÃO PAULO. **Manual de compostagem doméstica com minhocas**. São Paulo, 2014. Disponível em: <https://bit.ly/3MIkhq8>. Acesso em: 28 set. 2017.
- EMBRAPA. **Hortas em pequenos espaços**. Brasília, 2012. Disponível em: <https://bit.ly/3MI24bX>. Acesso em: 11 mar. 2020.
- EMPRESA DE PESQUISA AGROPECUÁRIA DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO. **Tudo que você precisa saber para ter uma horta**. 2. ed. Niterói: PESAGRO-RIO, 2007. 22 p. (Informe Técnico, 35). Disponível em: <https://bit.ly/3MIkUA0>. Acesso em: 30 ago. 2016.
- FOOD AND AGRICULTURE ORGANIZATION; FUNDO NACIONAL DE DESENVOLVIMENTO DA EDUCAÇÃO. **A horta escolar dinamizando o currículo da escola**. 3. ed. Brasília, 2007. (Horta Escolar, Caderno 1). Disponível em: <https://bit.ly/3MI2oYd>. Acesso em: 1º set. 2016.
- FOOD AND AGRICULTURE ORGANIZATION. **Orientações para implantação e implementação da horta escolar**. 3. ed. Brasília, 2009. (Horta Escolar, Caderno 2). Disponível em: <http://redesans.com.br/rede/wp-content/uploads/2012/10/horta-caderno2.pdf>. Acesso em: 1º set. 2016.
- FOOD AND AGRICULTURE ORGANIZATION. **Alimentação e nutrição: caminhos para uma vida saudável**. 2. ed. Brasília, 2009. (Horta Escolar, Caderno 3). Disponível em: <https://bit.ly/3ICahmr>. Acesso em: 1º set. 2016.
- FOOD AND AGRICULTURE ORGANIZATION. **Aprendendo com a horta I: 6 a 10 anos**. Brasília, 2009. (Horta Escolar, Caderno 4; v. 1). Disponível em: <https://bit.ly/38jxJlm>. Acesso em: 1º set. 2016.
- FOOD AND AGRICULTURE ORGANIZATION. **Aprendendo com a horta II: 11 a 14 anos**. Brasília, 2009. (Horta Escolar, Caderno 4; v. 2). Disponível em: <https://bit.ly/3MNDhDI>. Acesso em: 1º set. 2016.
- FRUG, A. et al. **Horta escolar: uma sala de aula ao ar livre**. Embu das Artes, SP: Sociedade Ecológica Amigos de Embu, 2013.
- INSTITUTO PÓLIS; FUNDAÇÃO BANCO DO BRASIL. **Hortas urbanas: moradia urbana com tecnologia social**. Disponível em: <https://bit.ly/3ICHiP5>. Acesso em: 30 ago. 2016.
- LEGAN, L. **A escola sustentável: eco-alfabetizando pelo ambiente**. São Paulo: Imprensa Oficial do Estado de São Paulo; Pirenópolis: IPEC: Instituto de Permacultura e Ecovilas do Cerrado, 2004.
- LEGAN, L. **Criando habitats na escola sustentável: livro de atividades**. São Paulo: Imprensa Oficial do Estado de São Paulo; Pirenópolis: Ecocentro IPEC, 2009. Disponível em: <https://bit.ly/38d0boK>. Acesso em: 15 set. 2016.
- LEGAN, L. **Criando habitats na escola sustentável: livro do educador**. São Paulo: Imprensa Oficial do Estado de São Paulo; Pirenópolis: Ecocentro IPEC, 2009. Disponível em: <https://bit.ly/3wGdSG5>. Acesso em: 15 set. 2016.
- MONTEIRO, D.; MENDONÇA, M. M. Quintais na cidade: a experiência de moradores da periferia do Rio de Janeiro. **Agriculturas: experiências em agroecologia**, [Rio de Janeiro], v. 1, n. 0, set. 2004. Disponível em: <https://bit.ly/38N7yUf>. Acesso em: 11 jan. 2017.

- 📄 PAIVA, N. S. G.; MARIANO, R. de C. R. **Produzindo adubo orgânico na escola e aprendendo a fazer pesquisa desde a Educação Infantil**. 2011. Disponível em: <https://bit.ly/3GiDIDA>. Acesso em: 30 ago. 2016.
- 📄 PETERSEN, P.F. et al. Agroecologia: reconciliando agricultura e natureza. **Informe Agropecuário**, Belo Horizonte, v. 30, n. 252, p. 1-9, set./out. 2009. Disponível em: <https://bit.ly/3MVZsr2>. Acesso em: 30 ago. 2016.
- 📄 EMBRAPA; UFRRJ; PESAGRO-RJ. **Aprenda a fazer compostagem 100% vegetal e gere seu próprio adubo orgânico**. Disponível em: <https://bit.ly/3LChDkg>. Acesso em: 30 ago. 2016.

### Proposta de vídeo de apoio: Sem Cantina

- ▶ SEM Cantina! 2017. 1 vídeo (13 min). Publicado pelo canal Saps Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Disponível em: <https://bit.ly/3PCwmPt>.

Conte-nos o que pensa sobre esta publicação. [Clique aqui](#) e responda a pesquisa.

DISQUE SAÚDE **136**

Biblioteca Virtual em Saúde do Ministério da Saúde  
[bvsmms.saude.gov.br](http://bvsmms.saude.gov.br)



Em cooperação



MINISTÉRIO DA  
EDUCAÇÃO

MINISTÉRIO DA  
SAÚDE

**Governo  
Federal**