



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE CAMPINA GRANDE
CENTRO DE EDUCAÇÃO E SAÚDE
UNIDADE ACADÊMICA DE BIOLOGIA E QUÍMICA
CURSO DE LICENCIATURA EM CIÊNCIAS BIOLÓGICAS**

FABIANA FLAYSE DA SILVA SANTOS

**A IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO ALIMENTAR ATRAVÉS DE PRÁTICAS
EDUCATIVAS DE INCENTIVO AO CONSUMO DE PEIXE POR ALUNOS EM UMA
ESCOLA PÚBLICA NO MUNICÍPIO DE PICUÍ-PB**

CUITÉ – PB

2019

FABIANA FLAYSE DA SILVA SANTOS

**A IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO ALIMENTAR ATRAVÉS DE PRÁTICAS
EDUCATIVAS DE INCENTIVO AO CONSUMO DE PEIXE POR ALUNOS EM UMA
ESCOLA PÚBLICA NO MUNICÍPIO DE PICUI-PB**

Monografia apresentada ao Curso de Licenciatura em Ciências Biológicas do Centro de Educação e Saúde (CES/UFCG), como um dos requisitos para obtenção do título de Licenciada em Ciências Biológicas.

Orientadora
Prof^ª. Dr^ª. Marisa de Oliveira Apolinário

CUITÉ – PB

2019

FICHA CATALOGRÁFICA ELABORADA NA FONTE

S237i Santos, Fabiana Flayse da Silva.

A importância da educação alimentar através de práticas educativas de incentivo ao consumo de peixe por alunos em uma escola pública no município de Picuí - PB. / Fabiana Flayse da Silva Santos – Cuité: CES, 2019.

52 fl.

Monografia (Curso de Licenciatura em Ciências Biológicas) – Centro de Educação e Saúde / UFCG, 2019.

Orientadora: Dr^a Marisa de Oliveira Apolinário.

1. Alimentação saudável. 2. Pescado. 3. Prática alimentar. I. Título.

Biblioteca do CES – UFCG

CDU 612.3

FABIANA FLAYSE DA SILVA SANTOS

**A IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO ALIMENTAR ATRAVÉS DE PRÁTICAS
EDUCATIVAS DE INCENTIVO AO CONSUMO DE PEIXE POR ALUNOS EM UMA
ESCOLA PÚBLICA NO MUNICÍPIO DE PICUÍ-PB**

Monografia apresentada ao Curso de Licenciatura em Ciências Biológicas do Centro de Educação e Saúde (CES), da Universidade Federal de Campina Grande (UFCG), como um dos requisitos para obtenção do título de Licenciada em Ciências Biológicas.

Apresentada e aprovada em __/__/ de 2019.

BANCA EXAMINADORA

Profa. Dra. Marisa de Oliveira Apolinário
(orientadora)

Profa. Dra. Michelle Gomes Santos
(membro examinador)

Prof. Ma. José Franscidavid Barbosa Belmino
(membro examinador)

DEDICO!

A Deus pela dádiva da vida, ao meu esposo e minha filha, pelo apoio e força nas horas mais difíceis. A minha mãe, a qual sempre esteve ao meu lado em todos os momentos de minha vida. A minha orientadora, por acreditar em mim, e apoiar-me durante o tempo de curso.

AGRADECIMENTOS

Primeiramente a Deus, pela constante presença em minha vida e por me fazer entender e amar a Biologia como Ciência, tornando-a através de uma visão pessoal, uma maneira de interpretar a vida em seus mais variados aspectos.

À minha orientadora, Prof.^a Dr.^a. Marisa de Oliveira Apolinário, que me acolheu, e compartilhou da sua experiência e seu conhecimento para minha formação.

Não posso esquecer-me da CAPES, e de todos os programas que participei durante minha formação (PROBEX, PIBID E Residência Pedagógica) que me deram através dos recursos disponíveis suporte para adquirir as mais valiosas experiências que contribuíram de forma indispensável para me tornar uma profissional de excelência.

Agradeço a meus colegas Rogério Emerson Macedo e Rivanildo Diniz por todo apoio e dedicação durante as atividades desenvolvidas no projeto de extensão (PROBEX/UFMG), assim como a Escola Estadual Felipe Tiago Gomes e ao professor Tiago Anderson pela disponibilidade e ajuda.

Quero agradecer a dedicação da minha mãe Maria das Graças, pelo amor incondicional e por cuidar da minha filha e de mim durante minha formação pessoal e acadêmica.

Ao meu esposo, Francisco Luzivânio dos Santos, por sempre me incentivar, aconselhar e me apoiar durante a graduação.

À minha filha por me dedicar carinho, atenção e amor mesmo muitas vezes distante devido às atividades acadêmicas.

Aos meus colegas de sala, que estiveram ao meu lado durante a graduação os quais compartilhamos vários momentos de descontração, alegria e preocupação em especial a Aline Marta, Ana Hosana e Eliane Soares que me acolheram e me ajudaram nos momentos que mais necessitei.

Agradeço a todos os professores do curso de Licenciatura em Ciências Biológicas do CES que contribuíram com seus conhecimentos indispensáveis, me formando um ser crítico e uma profissional melhor.

À Universidade Federal de Campina Grande, especialmente ao Centro de Educação e Saúde, onde me acolheu e hoje me sinto em casa.

Por fim, agradeço às inúmeras vozes que contribuíram durante todo esse período para a formação da minha identidade.

Muito Obrigada!!!!!!

“Ser feliz é deixar de ser vítima dos problemas e se tornar um autor da própria história. É atravessar desertos fora de si, mas ser capaz de encontrar um oásis no recôndito da sua alma. É agradecer a Deus a cada manhã pelo milagre da vida.”

(Augusto Cury)

RESUMO

A educação alimentar e nutricional envolve modificações no hábito alimentar a médio e longo prazo e estão relacionadas a representações sobre o alimento, conhecimentos, atitudes e valores. É indispensável que as escolas promovam atividades que conscientizem sobre a prática de hábitos alimentares saudáveis como o consumo do pescado. O pescado é um alimento altamente nutritivo devido à quantidade de proteínas, vitaminas e minerais, além do importante ômega-3. É indispensável a educação nutricional nas escolas para promover hábitos saudáveis como o consumo do pescado. O presente trabalho delineou-se na importância da conscientização e promoção da educação alimentar, incentivando o consumo de pescado por escolares, a fim de estimular e proporcionar a valorização do pescado para promoção da saúde. Foram realizadas atividades voltadas à educação nutricional, tendo como base metodologias transmitindo de forma dinâmica os benefícios do pescado, envolvendo 32 alunos do 2º ano do ensino médio da escola Escola Estadual de Ensino Médio Felipe Tiago Gomes na cidade de Picuí-PB. Ocorreram atividades como aulas expositivas, palestras, construção de pirâmides alimentares e degustação de produtos à base de pescado. As atividades realizadas proporcionaram o aprendizado quanto à importância do pescado na alimentação e foram consideradas como meio facilitador e eficiente para a absorção dos assuntos abordados promovendo uma maior interação entre os alunos nas discussões das atividades. Ao concluir as atividades pode-se destacar que 93,7% dos alunos inseririam peixe ou derivados na alimentação após as atividades de conscientização realizadas. Neste sentido, a escola é um local privilegiado para promover a aquisição de hábitos alimentares saudáveis tornando-se um ambiente favorável para o desenvolvimento de ações para a promoção da saúde através do estímulo à formação de hábitos saudáveis como o consumo de pescado.

Palavras-chave: Alimentação saudável, Pescado, Prática alimentar.

ABSTRACT

Food and nutrition education involves changes in eating habits in the medium and long term and are related to representations about food, knowledge, attitudes and values. It is essential that schools promote activities that raise awareness of healthy eating habits such as fish consumption. Fish is a highly nutritious food due to the amount of protein, vitamins and minerals, as well as the important omega-3. Nutrition education in schools is essential to promote healthy habits such as fish consumption. The present work outlined the importance of awareness and promotion of food education, encouraging the consumption of fish by schoolchildren, in order to stimulate and promote the valorization of fish for health promotion. Activities focused on nutritional education were carried out, based on methodologies dynamically transmitting the benefits of the research, involving 32 students from the 2nd year of high school at Felipe Tiago Gomes State High School in the city of Picuí-PB. There were activities such as lectures, lectures, construction of food pyramids and tasting of fish products. The activities carried out provided learning about the importance of fish in food and were considered as a facilitating and efficient way to absorb the subjects addressed by promoting greater interaction between students in the discussions of activities. At the end of the activities it can be highlighted that 93.7% of the students would insert fish or rivals in the food after the awareness activities performed. In this sense, the school is a privileged place to promote the acquisition of healthy eating habits, making it a favorable environment for the development of actions for health promotion by stimulating the formation of healthy habits such as fish consumption. .

Keywords: Healthy Eating, Fish, Food Practice.

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1 - O Consumo de Pescado pelos Alunos	32
Gráfico 2 – Frequência de Consumo de Pescado pelos Alunos.....	32
Gráfico 3 – Local de Compra do Pescado.....	33
Gráfico 4 – Forma de Apresentação do Pescado	34
Gráfico 5 – Qual forma você gostaria que esse alimento fosse incluído na sua alimentação escolar?	35
Gráfico 6 – Satisfação ao adicionar o pescado na alimentação escolar.....	35
Gráfico 7 – Recomendação do pescado para a alimentação escolar.....	36
Gráfico 8 – Aceitação ao pescado antes e após o projeto.....	37

Figura 1 – Vista Frontal da escola de ensino Fundamental e Médio Felipe Tiago Gomes-Picuí-PB.....	26
Figura 2- Aplicação dos questionários.....	28
Figura 3 - Aulas Expositivas	27
Figura 4 - Palestra sobre Alimentação Saudável	28
Figura 5 - Apresentação de trabalhos pelos alunos do projeto	29
Figura 6 - Produção das pirâmides alimentares	29
Figura 7 – Degustação de pratos à base de pescado.....	30
Figura 8 - Produção de Maquetes	30
Figura 8 – Premiação da gincana.....	31

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	11
2. Objetivos	14
2.1 geral.....	14
2.2 específicos.....	14
3 REFERENCIAL TEÓRICO	15
3.1 A Alimentação e seus Contextos	15
3.2 Programas de Alimentação Escolar	16
3.3 A Educação Alimentar	17
3.3.1 Projetos de Educação Alimentar nas Escolas	19
3.4 O Consumo de Pescado Na Alimentação Escolar	21
4 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS	24
4.1 Local da pesquisa	24
4.2 O delineamento da Pesquisa	26
4.3 Procedimentos Utilizados	25
5 RESULTADOS E DISCUSSÃO	32
5.1 Análise do conhecimento sobre a inclusão do pescado na alimentação	32
5.2 Conhecimentos adquiridos após a realização da pesquisa	36
6 CONSIDERAÇÕES FINAIS	40
7 REFERÊNCIAS	42
8.APÊNDICES	46

1. INTRODUÇÃO

O pescado é considerado um dos alimentos mais indicados para a alimentação escolar, pois tem excelentes propriedades nutricionais, sendo uma das principais fontes de proteína de origem animal (BORGES, 2011). Segundo Savitsky (2013), o interesse nutricional pela carne de peixe se deve ao seu valor de gordura que varia entre 0,5 a 15%, e Fernandes e colaboradores (2014) afirmam ser também um alimento fonte de ômega 3 e ômega 6, que atuam em benefício à saúde humana, reduzindo fatores de risco associados a doenças cardiovasculares, trombose, inflamações e cânceres.

A alimentação é uma das principais determinantes da saúde e traduz as condições de vida de cada indivíduo. Sendo uma forma de identidade, relacionada também às pressões sociais. (LOUREIRO, 2004). Esta é muito influenciada pelo período em que a criança ou adolescente permanece na escola e pelos contatos sociais. Portanto, colegas, professores, treinadores, ídolos do esporte e outras amizades poderão influenciar muito na formação de hábitos alimentares (LUCAS, 2002, apud MAHAN; ESCOTT-STUMP, 2002).

O ensino para a promoção a alimentação saudável é indispensável no processo de promoção de saúde, e deve ser destacado pela comunidade escolar. A Educação Nutricional como conteúdo escolar em como objetivo ampliar, aprofundar e modificar as condutas dos alunos frente a questões de saúde alimentar, na busca de proporcionar-lhes conhecimentos que os conduzam a um comportamento alimentar saudável e pleno.

Os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN's) ligados aos temas transversais Meio ambiente e saúde, incentiva aos alunos buscarem conhecer o próprio corpo e dele cuidar, valorizando e adotando hábitos saudáveis como um dos aspectos básicos da qualidade de vida e agindo com responsabilidade em relação à sua saúde e à saúde coletiva (BRASIL,1998).

A busca por uma vida saudável começa na escolha da alimentação que propositalmente fará bem ao organismo. O hábito de uma escolha adequada na alimentação começa em casa e continua na escola, isso em se tratando de crianças e adolescentes, por isso a importância da inclusão e consumo do pescado na merenda escolar. Porém existem muitas barreiras que permeiam esse assunto, um deles é a falta de água em muitas regiões, devido a isso o consumo do pescado se

torna reduzido e muitas vezes escasso, surgindo a necessidade de valorizar o que ainda existe de alimentos considerados saudáveis.

Alguns projetos se destacam para promover a alimentação saudável nas escolas, como por exemplo, o Centro Colaborador em Alimentação e Nutrição Escolar da Universidade Federal de São Paulo, pioneiro nos conceitos de nutrição e a importância da alimentação escolar, como momento de aprendizagem e de formação do hábito alimentar (GAGLIANONE, 2009).

Segundo Gaglianone (2009), no ano de 2007, foi firmado acordo de cooperação técnica, entre a Secretaria Especial de Agricultura e Pesca e o FNDE, para a inclusão do pescado na alimentação escolar.

Já Carvalho, Alves e Vidal(2013), realizaram atividades para incentivar o consumo de peixe por escolares proporcionando o aprendizado quanto à importância e as vantagens da inclusão do peixe na alimentação e foram consideradas como meio facilitador eficiente para a absorção dos conhecimentos dos escolares.

Os resultados mostraram que as palestras e histórias com fantoches possibilitaram para os escolares o conhecimento quanto à importância e vantagens da inclusão do peixe na alimentação para a saúde dos consumidores, os cartazes que continham ilustrações de diversas espécies de peixes tanto de água marinha como de água doce, permitiram os escolares conhecer a diversidade de peixes existentes nos ambientes aquáticos (CARVALHO, ALVES e VIDAL 2013).

Carvalho (2013), notou que a partir das redações produzidas pelos escolares, que foram absorvidas as informações apresentadas sobre os benefícios do peixe na alimentação, uma vez que os alunos relataram a importância deste alimento por conter muitos nutrientes e vitaminas que ajudam na prevenção de doenças, no desempenho escolar das crianças, pois contribui para uma boa concentração, boa memória e disposição para a prática de atividades. Todavia, no contexto de consumo, temos que avaliar a quantidade de pescado que é produzido, para podermos acompanhar a demanda e assim poder suprir a população.

Visto que a produção mundial de pescado tem crescido a uma taxa média anual de 3,2% nos últimos 50 anos, superando o crescimento populacional do mesmo período em 1,6%. Neste contexto, o consumo per capita aparente de pescado passou de 9,9 kg por ano na década de 1960 para 19,2 kg por ano em 2012. Este cenário foi propiciado por diversos fatores, como crescimento

demográfico, aumento da renda e da urbanização, surgimento de canais de distribuição mais eficientes e principalmente pela significativa expansão da aquicultura (FAO, 2014).

Desta forma, o presente trabalho justifica-se como forma de engrandecer a importância do consumo de peixe, bem como sua incorporação na dieta no dia a dia da população e na merenda escolar como uma fonte de alimento saudável rico em proteínas e fonte de ômega 3 ($\omega 3$) e ômega 6 ($\omega 6$).

Considerando o critério da efetividade, a pesquisa contou com a parceria da escola E.E.E.M. Felipe Tiago Gomes, a qual representa um expoente positivo no município de Picuí (PB), refletido no compromisso com a educação, apoiando ações e projetos que beneficiem a comunidade escolar daquele município. Trata-se então de uma instituição que tem grande influência na vida dos indivíduos residentes em Picuí e em comunidades adjacentes.

Com isso, se torna imprescindível o desenvolvimento de atividades que sensibilizem as comunidades escolares, e conseqüentemente a comunidade em geral, disseminando ideias, mudança atitudinais das práticas e a construção de hábitos saudáveis.

2. OBJETIVOS

2.1 Objetivo Geral

Promover práticas educativas de incentivo ao consumo de peixe com discentes do 2º ano do ensino médio da Escola Estadual de Ensino Médio Felipe Tiago Gomes (Picuí -PB), enfatizando a importância do peixe para uma alimentação saudável, através de metodologias dinâmicas utilizando o lúdico com enfoque em Educação Nutricional.

2.2. Objetivos Específicos

- Ministrará aulas expositivas sobre o consumo do peixe para uma alimentação saudável dando ênfase à inclusão do peixe na dieta dos alunos;
- Introduzir diferentes atividades relacionadas ao consumo alimentar saudável, como gincanas, confecção de cartazes, jogos de memória, oficinas com temas relacionados ao pescado para a alimentação saudável, espécies de peixes e aproveitamento dos subprodutos de peixes;
- Confeccionar modelos didático-pedagógicos alternativos como modelos das principais espécies de peixes consumidos na região de forma a auxiliar na compreensão dos conceitos trabalhados nas aulas expositivas.

3 REFERENCIAL TEÓRICO

3.1 A Alimentação e seus contextos

Alimentar-se é uma necessidade biológica humana, e por mais que se pareça algo comum, envolve vários aspectos que influenciam a vida do indivíduo. O hábito alimentar geralmente baseia-se na disponibilidade do alimento, capacidade de escolha e dos recursos econômicos. Segundo Mello *et al.* (2004), existem outros fatores que podem influenciar no comportamento alimentar, entre eles a mídia, atitudes dos familiares, valores culturais, imagem corporal e experiências pessoais.

A adolescência que é cronologicamente o período de vida que vai dos 10 anos aos 19 anos (CARVALHO *et al.* 2001) é onde começa a se desenvolver a real personalidade do indivíduo e a busca para adquirir uma maior independência que tem reflexos em vários aspectos de suas vidas. De acordo com Juzwiak *et al.* (2000) o processo de escolha alimentar reflete a determinação e preferências dos jovens.

Kazapi *et al.* (2001) mostra em estudos realizados que adolescentes tendem a preferir uma alimentação monótona e rápida (fast food) constituída por alimentos que são da “moda”. A grande maioria dos jovens ingere regularmente uma grande quantidade de alimentos ricos em açúcares e gorduras e de fácil preparo indo em desacordo com as recomendações nutricionais para uma alimentação equilibrada.

Uma pesquisa realizada na Inglaterra, com 2672 jovens e crianças com idades entre 4 e 18 anos mostra que 80% dos participantes consomem mais frequentemente batata frita, pão branco, biscoitos e chocolates. Outro dado evidenciado pela pesquisa foi o baixo consumo de vegetais e fontes de vitaminas, potássio, zinco e Magnésio. (GREGORY *et al.* 2000).

Um outro aspecto a ser analisado, é a relação do baixo rendimento escolar e alimentação inadequada. Alaimo *et al.* (2001) realizou um estudo relacionando alimentação e desempenho escolar. O estudo apontou que alunos com deficiências alimentares eram também aqueles que tinham o pior rendimento escolar e maior dificuldade de se relacionarem, o que mostra que as carências alimentares podem causar além de deficiência na aprendizagem, problemas psicossociais.

Como se observa, uma alimentação inadequada pode ocasionar graves consequências tanto psicológicas como físicas que afetam a saúde a qualidade de vida. Não apenas a deficiência alimentar representa um problema, os transtornos

alimentares e a obesidade também veem aumentando muito nos últimos anos. Estudos passados já apontavam o Brasil como um dos países em transição nutricional, em virtude do aumento nos índices de obesidade e doenças crônicas (DOYLE; FELDMAN, 1997).

Para Burgess-Champoux *et al.* (2006) ao se desenvolver hábitos alimentares saudáveis durante a infância e adolescência, o indivíduo tem maiores chances de evitar doenças, garantindo uma boa saúde na vida adulta. Assim, é de fundamental importância incentivar e ensinar práticas alimentares corretas para crianças e adolescentes.

3.2 Programas de Alimentação Escolar

Nos dias atuais a educação alimentar e nutricional, por serem questões umas preocupações crescentes, tem sido recomendada pelos órgãos governamentais. Uma série de leis e projetos nos âmbitos governamentais vêm sendo desenvolvidos visando regulamentar questões como a alimentação e comercialização de alimentos nas escolas, propaganda de alimentos e os programas de educação alimentar que devem ser desenvolvidos pelas escolas.

No Brasil, desde os anos 50, já existia a preocupação com a alimentação escolar. Em 31 de março de 1955, foi assinado o decreto nº 37.106, que instituiu a Campanha de Merenda Escola (CME), que tinha como objetivo garantir, através de recursos financeiros, alimentação escolar para alunos da educação infantil e do ensino fundamental (BRASIL, 2007).

Com o intuito de favorecer o desenvolvimento de ações de promoção e garantia de práticas alimentares corretas no ambiente escolar, o Ministério da Saúde instituiu a portaria interministerial nº 1.010 de 8 de maio de 2006, que estabelece diretrizes para promoção da alimentação saudável nas escolas de educação infantil, ensino fundamental e médio das redes públicas e privadas, em âmbito nacional (BRASIL, 2006).

Com a finalidade de proporcionar a adesão a hábitos alimentares saudáveis e práticas de autocuidado e promoção à saúde, segundo Brasil (2006), foram criados os “dez passos para a promoção da alimentação Saudável nas escolas”, que consiste em um conjunto de estratégias para se trabalhar a educação alimentar e nutricional nas escolas: **1º passo:** A escola deve definir estratégias, em conjunto

com a comunidade escolar, para favorecer escolhas saudáveis. **2º passo:** Reforçar a abordagem da promoção da saúde e da alimentação saudável nas atividades curriculares da escola. **3º Passo:** Desenvolver estratégias de informação às famílias dos alunos para a promoção da alimentação saudável no ambiente escolar, enfatizando sua corresponsabilidade e a importância de sua participação neste processo. **4º Passo:** Sensibilizar e capacitar os profissionais envolvidos com alimentação na escola para produzir e oferecer alimentos mais saudáveis, adequando os locais de produção e fornecimento de refeições às boas práticas para serviços de alimentação e garantindo a oferta de água potável. **5º Passo:** Restringir a oferta, a promoção comercial e a venda de alimentos ricos em gorduras, açúcares e sal. **6º Passo:** Desenvolver opções de alimentos e refeições saudáveis na escola. **7º Passo:** Aumentar a oferta e promover o consumo de frutas, legumes e verduras, com ênfase nos alimentos regionais. **8º Passo:** Auxiliar os serviços de alimentação da escola na divulgação de opções saudáveis por meio de estratégias que estimulem essas escolhas. **9º Passo:** Divulgar a experiência da alimentação saudável para outras escolas, trocando informações e vivências. **10º Passo:** Desenvolver um programa contínuo de promoção de hábitos alimentares saudáveis, considerando o monitoramento do estado nutricional dos escolares, com ênfase em ações de diagnóstico, prevenção e controle dos distúrbios nutricionais.

Contudo, a existência de determinações oficiais não garante suas aplicações na realidade a qual as escolas brasileiras estão inseridas. Bizzo e Leder (2005) falam que os programas de saúde escolar ainda são uma prática subdividida em ações isoladas resumidas apenas ao serviço de merenda ofertada pelas escolas.

Novos projetos de leis vêm sendo propostos visando à proibição de alguns alimentos dentro das escolas, e outros tem como objetivo implantar a educação alimentar como parte integrante dos Projetos Políticos Pedagógicos (PPPs) das escolas de ensino fundamental e médio.

3.3 A Educação Alimentar

A educação alimentar tem um papel importante quando falamos em práticas alimentares corretas e envolve a melhoria ou modificação de hábitos, preocupando-se com os conhecimentos, atitudes e valores da alimentação para uma saúde de qualidade.

Alvarez *et al.* (2008) apontam três grandes estratégias que tem como objetivo melhorar a saúde através de suas intervenções, onde se destaca o papel da educação. Os autores falam que ela consiste em, de forma simples e acessível desenvolver mudanças comportamentais. Assim: “a educação alimentar e nutricional pretende que se adotem comportamentos que melhorem a saúde através de uma série de experiências complementares de aprendizagem, modificando estes comportamentos e os determinantes que atuam sobre eles.” (ALVAREZ *et al.* 2008, p.140).

Como definido por Gobbi (2005), educação alimentar é uma parte fundamental no desenvolvimento de conceitos e atitudes para promoção a educação em saúde. Visa desenvolver no individuo a capacidade de escolha e proporcionar condições para tomada de decisões.

Segundo Motta e Boog (1991), a educação alimentar tem como objetivo proporcionar atitudes e praticas que promovam a melhoria da saúde.

O interesse sobre a educação alimentar surgiu desde a década de 1940, quando ocorria uma carência de recursos, no período pós-guerra, onde era indispensável utilizar alimentos de baixo custo e que possuíssem consideráveis valores nutricionais pra melhorar a qualidade da alimentação. Foi nessa época que surgiu no Brasil a função “visitadora de alimentação” realizada por profissionais que iam até a casa das famílias ensinarem práticas alimentares corretas. Na década de 80, a educação alimentar foi vista como uma pratica repressora por aqueles que valorizavam a liberdade de expressão. Na época, comer o quanto e como quiser era exercer o direito de liberdade, o que levou a um aumento nos índices de obesidade na população. A confirmação, apoiada em pesquisas, que uma má alimentação é um dos fatores que proporciona o surgimento de várias doenças, fez com que a educação alimentar fosse considerada como uma medida de redução de consumo de alimentos ricos em gorduras e açucares (BOOG, 2005).

A ligação entre saúde e alimentação atualmente vem sendo evidenciada como objeto de pesquisa em áreas ligadas a saúde, devido a fatores de riscos ocasionados pela uma má alimentação (SANTOS, 2002).

A educação alimentar também está ligada à temas que vem sendo debatidos ao longo dos anos como a obesidade, que estabelece muitas complicações tanto na infância como na vida adulta, transtornos alimentares como anorexia nervosa e

bulimia que estão definidas como doenças psiquiátricas e várias outras doenças que são ocasionadas por uma má alimentação.

Discutir educação nutricional é de suma importância para compreender o papel que ela assume, pois o alimento faz parte das necessidades humanas básicas e é também expressão dos nossos desejos. Comer não se limita apenas a ingestão de alimentos, inclui também aspectos culturais, sociais. Para Carneiro (2003), o ato de se alimentar também é considerado um prazer, o que revela a dupla natureza da alimentação.

Em um trabalho realizado por Garcia (1999), ele afirma que o comportamento alimentar inclui aquilo que comemos, em quais situações comemos, onde comemos, com quem comemos e como nos sentimos em relação a comida. Assim, o ato de comer também está relacionado a aspectos psicológico.

Santos (2005) diz que o papel da educação alimentar e nutricional está vinculada à produção e assimilação de informações que sirvam de subsídio para auxiliar na tomada de decisões do indivíduo, ela se destaca principalmente na adolescência que é o período que o indivíduo começa a exercer mais autonomia em suas escolhas alimentares.

A adolescência, é uma fase propícia à aprendizagem, e conceitos relacionados à saúde e à educação alimentar devem ser abordados e estimulados sem imposições, conduzindo-os assim para uma vida saudável não só na adolescência.

3.3.1 Projetos de Educação Alimentar nas Escolas

Existem muitas propostas de intervenção em educação alimentar nas escolas, com várias estratégias e possibilidades de abordagem. Recursos como aulas teóricas, jogos, vídeos e aulas práticas são utilizadas como metodologia.

Conhecer os hábitos alimentares e o comportamento alimentar de adolescentes é muito importante para se planejar programas de educação nutricional como possibilidade de promover uma boa saúde e uma boa nutrição e o bem-estar na vida adulta (TURCONI *et al.* 2003)

Um estudo visando conhecer os hábitos alimentares dos jovens, realizado na Nova Zelândia em 2002, com 3275 estudantes entre 5 a 14 anos, concluiu que os alimentos oferecidos pelas cantinas das escolas possuíam um alto valor calórico e

que as mesmas deveriam oferecer opções de alimentos mais saudáveis (UTTER et al. 2007).

Embora existam projetos e ações que busquem melhorar a qualidade alimentar dos indivíduos em idade escolar, os programas parecem contribuir pouco para a mudança de comportamento dos mesmos. Outro ponto é o curto tempo de desenvolvimento das intervenções nas escolas e o fato da alimentação ser abordada apenas no âmbito biológico, não levando em consideração outros aspectos como o cultural, social e econômico (ZANCUL; DUTRA-DE-OLIVEIRA, 2007).

Projetos de promoção a educação alimentar, em sua maioria, são desenvolvidos apenas nas aulas de ciências ou biologia, embora esteja relacionada ao tema transversal saúde, proposto como um tema multidisciplinar, de acordo com os PCNs.

Em uma pesquisa realizada sobre a educação nutricional no programa de ciências para o ensino fundamental em escolas públicas de Piracicaba (SP), Pipitone *et. al* (2003) mostrou que, na grande maioria das vezes, os professores seguem o livro didático, onde os conteúdos são quase sempre repetitivos, o que não contribui para o interesse por mudanças de hábitos dos alunos.

Outro estudo realizado com o mesmo grupo analisou os conteúdos de educação alimentar e nutricional nos livros didáticos recomendados pelo Programa Nacional do Livro Didático (PNLD). O resultado dessas análises mostraram grande ênfase nos aspectos biológicos, não levando em consideração outros fatores que podem interferir no padrão de consumo alimentar dos docentes (PIPITONE *et al.* 2005).

Com objetivo de alcançar os pontos propostos pela educação alimentar, os jogos vêm sendo utilizados como metodologia para as aulas, representando uma forma diferente de ensinar, facilitando a participação efetiva dos estudantes para a construção de um conhecimento sobre a temática.

Uma pesquisa realizada com 300 alunos de 9 a 11 anos em uma escola pública da cidade de Durango no México, utilizou uma versão adaptada de um jogo popular incluindo conceitos de saúde trabalhados com os alunos. O objetivo do projeto era sensibilizar os estudantes ligando os temas educação nutricional e o trabalho lúdico (KARAYIANNIS *et al.* 2003).

O Centro de Recuperação e Educação Nutricional (CREN) realizou, em 2005, um projeto de intervenção em educação alimentar intitulado “eu aprendi, eu ensinei”.

O mesmo tinha como finalidade capacitar profissionais de 53 escolas públicas estaduais de ensino médio em 11 cidades de Minas Gerais, contemplando cerca de 800 professores e 23 mil alunos (BRASIL, 2005).

Trabalhos realizados com a temática educação alimentar devem considerar que os jovens possuem hábitos influenciados por valores sociais, Moraes e religiosos. Atentar para estas variáveis é indispensável, pois a educação é um processo variável, que necessita da participação de todos os envolvidos no processo, considerando seus valores e necessidades (MANTOANELLI *et al.*1997).

Embora haja dentro das escolas ações de educação alimentar como já foi discutido, ainda são poucos os resultados. Uma hipótese que justifica esses resultados é a de que os trabalhos não consideram o contexto de vida o qual os alunos estão inseridos.

Para que o processo de aprendizagem em saúde e educação alimentar seja significativo, é indispensável criar um ambiente favorável para essa aprendizagem, fazendo com que os estudantes possam administrar uma alimentação saudável de forma consciente.

Com base no que foi apresentado, defende-se a importância de trabalhar a educação alimentar nas escolas, voltadas para construção de conhecimentos que permitam os alunos avaliar suas necessidades e efetuar escolhas adequadas ao longo da vida.

3.4 O Consumo de Pescado na Alimentação Escolar

O Brasil apresenta um dos menores índices de consumo de pescado mesmo com o grande potencial que possui para produção. Segundo o IBGE, o brasileiro consome em média 9,5 kg de peixe por ano, ante uma média mundial de mais de 20 kg/habitante/ano. A Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação (FAO), por sua vez, recomenda que o ser humano ingira 12 kg/hab/ano. A Organização Mundial da Saúde (OMS) recomenda o consumo mínimo de pescado de 12 kg/habitante/ano; no Brasil a média de consumo em 2014 foi de 10,6 kg/habitante/ano (MPA, 2015).

O pescado apresenta um alto valor nutricional, onde se destaca o teor de proteínas. Em relação as vitaminas e minerais, são considerados excelentes fontes

de vitamina A e D, e também de fósforo, ferro e iodo (SARTORI; AMANCIO, 2012). O peixe é considerado uma das maiores fontes de gorduras boas, dentre elas se destacam os ácidos graxos essenciais e ômega-3, apontados como importantes elementos na prevenção de doenças cardiovasculares (BORGES *et al.*, 2011; SARTORI; AMANCIO, 2012).

O consumo de pescado nas escolas é pouco relevante, apesar de seus benefícios comprovados à saúde. Estudos realizados pelo Centro Colaborador em Alimentação e Nutrição do Escolar da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (CECANE UFRGS) com objetivo de analisar cardápios de escolas públicas atendidas pelo PNAE mostraram que a oferta de pescado em todas as regiões brasileiras era baixa, sendo que em 94% dos cardápios o pescado não era ofertado em nenhum dia na semana. Apenas a região Sudeste apresentou um percentual considerável, pois ofertava pescado e frutos do mar de uma a duas vezes na semana.

A inclusão do pescado nas escolas permite a criação de uma demanda por alimentos com forte estímulo ao desenvolvimento socioeconômico local, vai ao encontro das diretrizes do PNAE, como o emprego da alimentação saudável e adequada, que compreende o uso de alimentos variados, seguros e que respeitem a cultura e as tradições alimentares, contribuindo para o desenvolvimento do aluno em conformidade com a faixa etária, sexo, atividade física e o estado de saúde dos escolares (BRASIL, 2013).

De acordo com a Food and Agriculture Organization of the United States (FAO), 2007, até o ano de 2030 será necessário um acréscimo de 37 milhões de toneladas de peixe por ano para que assim possa se manter o consumo de peixes em níveis atuais, tal fato está interligado a uma população mundial em expansão.

Uma alimentação saudável é aquela que atende todas as exigências do corpo, ou seja, não está abaixo nem acima das necessidades do nosso organismo. Além de ser fonte de nutrientes, a alimentação envolve diferentes aspectos, como sociais, afetivos e sensoriais. O comportamento alimentar de um indivíduo não corresponde somente a seus hábitos alimentares, mas a todas as práticas que envolvem sua alimentação como: seleção, aquisição, conservação, preparo, crenças, tabus e seu conhecimento sobre nutrição. Esse conhecimento sobre alimentos e nutrição influencia seu comportamento alimentar. O conhecimento é formado, na maioria das vezes pelo senso comum, que durante milênios garantiu a

sobrevivência do homem; pelas crenças e tabus alimentares; pelos conhecimentos não científicos, os meios de comunicação; e o conhecimento científico que ocupa uma pequena parcela nesta formação.

O comportamento alimentar de uma criança reflete nos processos de crescimento e desenvolvimento em todos os aspectos. Com a devida atenção e cuidados pode-se promover uma maior expectativa de vida do adulto futuro. É importante lembrar que uma criança não deve ficar muito tempo sem se alimentar, porque ela depende do alimento para o seu desenvolvimento, assim deve-se estar precavido para uma alimentação balanceada (ZANCUL, 2004).

A escola é um espaço social onde as pessoas passam grande parte do seu tempo, convivem, aprendem e trabalham, portanto torna-se um ambiente favorável para o desenvolvimento de ações para a promoção da saúde, bem como formação de hábitos alimentares saudáveis, atingindo os estudantes nas etapas mais influenciáveis da sua vida, seja na infância ou na adolescência (FERNANDES, 2006).

A Escola deve ajudar a criança a reconhecer suas necessidades e identificar suas preferências alimentares, conduzindo-as de forma prazerosa para a conquista da autonomia, estimulando-as em suas iniciativas, para desde cedo promover a conscientização da prática de uma boa alimentação.

No ambiente escolar, a educação nutricional deve explorar a realidade acerca de escolhas alimentares por meio de jogos educativos e outros métodos didáticos, apresentando situações-problema, nas quais o aluno se familiariza aos conceitos do que é “adequado” e “inadequado” nutricionalmente, capacitando-o a realizar escolhas alimentares saudáveis (DAVANÇO *et al.* 2004). Segundo Danelon *et al.* (2006), o ambiente escolar influencia a formação da personalidade e, conseqüentemente, nas suas preferências alimentares.

Por meio da educação nutricional podemos promover práticas alimentares saudáveis, garantindo o Direito Humano a Alimentação Adequada (DHAA) e a Segurança Alimentar e Nutricional (SAN), tendo em vista a consolidação de uma alimentação adequada e equilibrada, por isso a importância de implantá-la no âmbito escolar (BRASIL, 2015).

O PNAE traz em suas diretrizes o emprego da alimentação saudável e adequada, compreendendo o uso de alimentos variados e seguros para composição dos cardápios oferecidos nas escolas, que ainda respeitem a cultura e as tradições

alimentares, contribuindo para resgate e a tradição cultural da região e das populações atendidas (CHAVES, 2007).

Segundo Brasil (2006), a alimentação escolar deve ser fornecida aos alunos matriculados na educação infantil (creches e pré-escolas), no ensino fundamental e médio bem como na educação de jovens e adultos das escolas públicas, inclusive as localizadas em áreas indígenas e remanescentes de quilombos. Somente a partir de 2000, a alimentação escolar passou a ser entendida como política de atendimento ao direito dos alunos.

A Coordenação de Segurança Alimentar e Nutricional – COSAN, no cumprimento de sua missão de criar mecanismos gerenciais destinados à promoção do direito à alimentação adequada escolar, especialmente quanto ao estímulo à inserção da educação alimentar e nutricional, apresenta seu posicionamento sobre a inclusão do pescado na alimentação escolar. A atuação da COSAN para a inclusão do pescado na alimentação escolar vem incentivar em seus eixos temáticos de garantia da segurança alimentar, o fortalecimento da agricultura familiar no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) e na conformidade da Lei nº 11.947/2009, bem como o caráter pedagógico do alimento no ambiente escolar. (BRASIL, 2013).

A inclusão do pescado nas escolas permite a criação de uma demanda por alimentos com forte estímulo ao desenvolvimento socioeconômico local, vai ao encontro das diretrizes do PNAE, como o emprego da alimentação saudável e adequada, que compreende o uso de alimentos variados, seguros e que respeitem a cultura e as tradições alimentares, contribuindo para o desenvolvimento do aluno em conformidade com a faixa etária, sexo, atividade física e o estado de saúde dos escolares (BRASIL, 2013).

Portanto, o tema em questão é de suma importância para ser trabalhado nas escolas, visto que a mesma representa um ambiente favorável e privilegiado para o estímulo à formação de hábitos saudáveis ou correção de desvios no que diz respeito à alimentação, assim como à prática de atividades físicas.

4 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

4.1 Local da Pesquisa

O município de Picuí está situado no Estado da Paraíba, na mesorregião da Borborema e na Microrregião do Seridó Oriental. Faz fronteira ao norte com o estado do Rio Grande do Norte, ao Sul com Nova Palmeira, Pedra Lavrada e Baraúnas (PB), ao Leste, com os municípios de Cuité e Nova Floresta (PB) e ao Oeste, com o município de Frei Martinho (PB) e Carnaúba dos Dantas (RN) (IBGE, 2019).

Atualmente, a população estimada do município para o ano de 2019 é de aproximadamente 18.222 habitantes. A cidade conta duas escolas sobre a tutela do Estado da Paraíba, sendo uma destinada ao ensino médio na modalidade de ensino integral e outra que oferece Ensino Médio e a Educação e Jovens e Adultos (IBGE, 2019).

A pesquisa ocorreu na Escola Estadual de Ensino Fundamental e Médio Felipe Tiago Gomes, situada na Rua: Anibal C. Macedo, S/N, Picuí, Paraíba (Figura 1). A Escola Estadual oferta o Ensino Médio no turno matutino e vespertino na modalidade de ensino regular, e ao período noturno é destinado ao Ensino Médio para alunos da EJA, a mesma acolhe alunos da zona rural e zona urbana de cidades circunvizinhas, conta atualmente com 382 alunos distribuídos em 175 no turno da manhã; no turno das tarde 87 alunos e 120 alunos no turno da noite.

A presente pesquisa foi realizada com estudantes da 2º serie do Ensino Médio, no período de maio a dezembro de 2018, perfazendo um total de 32 alunos e a comunidade escolar: corpo docente, gestores escolares, pais e responsáveis pelos alunos e demais turmas do ensino médio (através das ações em conjunto com a escola), atingido aproximadamente 200 pessoas. Foi iniciado o trabalho com a aplicação de um questionário de caráter quali-quantitativo para avaliar os conhecimentos prévios dos alunos.

Para a realização da pesquisa todos os alunos que participaram estavam autorizados por pais ou responsáveis perante a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). (Apêndice A)

A escola é responsável por promover trabalhos sociais dentro da comunidade, os quais buscam melhorar as condições de vulnerabilidade social, ocupando um papel transformador da cultura e da sociedade picuiense, através de atividades pedagógicas que, inserem e incentivam os educandos a exercerem seus papéis de cidadãos, por meio da compreensão e utilização de seus conhecimentos promovendo o avanço econômico e na saúde e bem-estar social da comunidade.

O presente estudo buscou promover práticas educativas de incentivo ao consumo de peixe com os discentes enfatizando a importância do peixe para uma alimentação saudável, através de metodologias dinâmicas utilizando o lúdico com enfoque em Educação Nutricional.

Figura 1- Vista frontal da escola de Ensino Fundamental e Médio Felipe Tiago Gomes-Picuí-PB.



Fonte: Dados da pesquisa, 2019

4.2. O delineamento da pesquisa

No que diz respeito ao método de pesquisa, foi usado uma pesquisa de campo, com abordagem quantitativa e qualitativa, sendo indicados para ocasião de investigação do estudo, pois se baseia em materiais que não receberam ainda um tratamento analítico ou que podem ser reelaborados de acordo com os objetivos da pesquisa (PRODANOV, 2013).

Segundo Prodanov (2013), a pesquisa de campo é utilizada com o objetivo de conseguir informações acerca de um problema, ou uma hipótese a qual procuramos uma resposta, ou, ainda, descobrir novos fenômenos ou as relações entre eles. Ela caracteriza-se pela caracterização que além da pesquisa bibliográfica e documental,

são realizadas coletas de dados com pessoas com recursos de diferentes tipos. (FONSECA, 2002).

Os estudos que utilizam metodologias qualitativas descrevem a complexidade de determinado problema, analisar a interação de certas variáveis, compreender e classificar processos dinâmicos vividos por grupos sociais (1999 *apud*. BRUCHÊZ *et al*, 2016).

4.3 Procedimentos Utilizados

As atividades foram diretamente realizadas com 32 alunos do 2º ano/série do ensino médio onde o tema Nutrição humana é abordado. É nessa série que se constrói os conhecimentos que tratam dos conceitos teóricos acerca dos sistemas do corpo humano (sistema digestório e nutrição humana). Representa assim uma escolha estratégica onde as ações do presente projeto puderam trabalhar aspectos da Educação Nutricional e alimentação saudável.

Durante o projeto foram desenvolvidas práticas educativas de incentivo ao consumo de peixe com os discentes, enfatizando a importância do peixe para uma alimentação saudável, através de metodologias dinâmicas utilizando o lúdico com enfoque em Educação e Saúde, tornando o aprendizado mais dinâmico e atrativo.

Foram realizadas as seguintes atividades: aplicação de questionários pré-avaliativos, aula expositiva sobre a importância da alimentação saudável, palestras com graduandas do curso de Nutrição da UFCG (com destaque no uso do peixe como alimento saudável), apresentação de trabalhos pelos alunos alvos do projeto, produção de pirâmides alimentares (segundo o conhecimento prévio dos alunos), utilização de brinquedos em forma de alimento (no intuito de despertar um olhar crítico sobre a temática), degustação de pratos feitos com ingredientes à base de pescado, produção de maquetes, gincana em sala de aula e por fim, uma nova aplicação de questionários para avaliar o desempenho depois das atividades realizadas com os alunos.

As atividades foram realizadas em sala de aula, com duração de duas horas semanais, com início em maio de 2018, tendo como procedimentos metodológicos as seguintes etapas:

- **ETAPA 01-** Aplicação de questionário para avaliar os conhecimentos prévios dos alunos;

Nesse momento foi feito um reconhecimento geral através da aplicação de um questionário com o objetivo de reconhecer o conhecimento prévio dos alunos sobre o assunto a ser trabalhado pelo projeto (Figura 2).

Figura 2 – Aplicação dos questionários



Fonte: Dados da Pesquisa, 2019

- **ETAPA 02** - Aulas expositivas sobre a importância da alimentação saudável.

Nessa etapa foi realizada uma aula expositiva dialogada sobre o tema alimentação saudável e a importância do consumo do pescado, para detectar o nível de conhecimento acerca da temática, como apresenta a figura 3.

Figura 3 – Aulas Expositivas



Fonte: Dados da Pesquisa, 2019

- **ETAPA 03-** Palestras com o enfoque no peixe como alimento saudável;

Nesta etapa foi realizada uma palestra junto com graduandas do curso de nutrição da Universidade Federal de Campina Grande Campus Cuité onde foi debatida a importância de uma boa alimentação dando ênfase ao consumo de pescado, mostrando seus benefícios para uma boa qualidade de vida, como está exposto na figura 4.

Figura 4 – Palestra sobre alimentação saudável



Fonte: Dados da Pesquisa, 2019

- **ETAPA 04 -** Apresentação de trabalhos pelos alunos.

Nesta etapa foi proposto aos alunos que realizassem uma pesquisa sobre a importância dos macros e micros nutrientes presentes no pescado e posteriormente

confeccionassem cartazes para apresentarem em sala de aula, como mostra a figura 5.

Figura 5 – Apresentação dos trabalhos pelos alunos do projeto



Fonte: Dados da Pesquisa, 2019

- **ETAPA 05** - Produção de pirâmides alimentares segundo o conhecimento prévio dos alunos, com brinquedos em forma de alimento, despertando um olhar crítico dos mesmos;

Nesse momento foi proposto que os alunos produzissem pirâmides alimentares com auxílio de material didático previamente disponibilizados e após a realização da atividade falassem quais aspectos levaram em consideração no momento da confecção (Figura 6).

Figura 6 – Produção das Pirâmides Alimentares



Fonte: Dados da Pesquisa, 2019

- **ETAPA 06** – Degustação de pratos à base de pescados.

Com objetivo de proporcionar um maior contato com o consumo de pescado, foi realizado o Dia da Degustação, onde foram oferecidos pratos à base de pescado (Figura 7).

Figura 7 – Degustação de pratos à base de pescado



Fonte: Dados da Pesquisa, 2019

- **ETAPA 07** - Produção de maquetes.

Após a realização da parte teórica foi oferecido aos alunos uma variedade de matérias de papelaria para que os mesmos confeccionassem maquetes que expressassem o conhecimento adquirido durante as atividades realizadas (Figura 8).

Figura 8 – Produção de maquetes



Fonte: Dados da Pesquisa, 2019

- **ETAPA 08** - Gincana Alimentação saudável.

Para encerramento das atividades do projeto foi realizada uma gincana, com um jogo de perguntas e respostas com todo o conteúdo que foi trabalhado durante o projeto. A equipe que se destacou foi premiada com tablet e pendrives, como mostra a figura 9.

Figura 9 – Premiação da gincana



Fonte: Dados da Pesquisa, 2019

- **ETAPA 09** – Questionário avaliativo

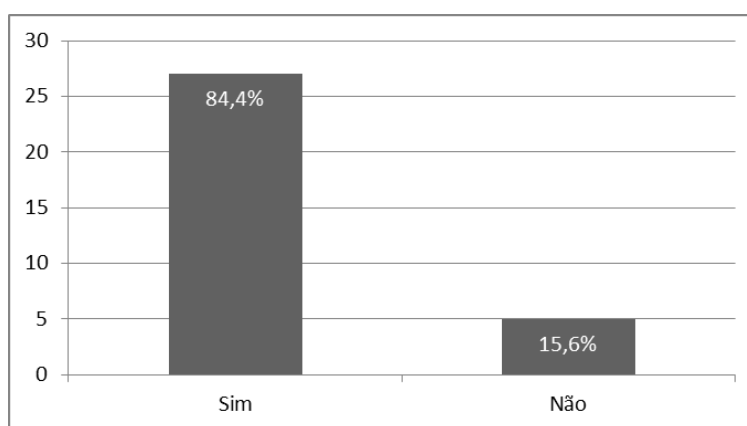
Após a realização de todas as atividades foi aplicado um questionário para avaliar o quanto o projeto impactou os alunos. Após a comparação dos questionários pode-se obter os resultados.

5 RESULTADOS E DISCUSSÃO

5.1 Análise do conhecimento prévio dos alunos sobre a inclusão do pescado na alimentação escolar

Acerca do questionário prévio aplicado para saber do conhecimento por parte dos alunos antes do projeto, de acordo com a pergunta se eles comiam peixe, 84,4% dos alunos entrevistados afirmaram que comem peixes, já 15,6% dos alunos afirmaram que não comiam peixe (gráfico 1).

Gráfico 1 – O consumo de pescado pelos alunos

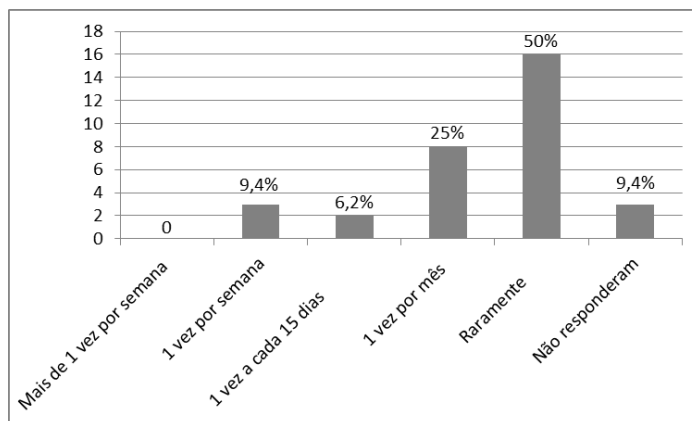


Fonte: Dados da Pesquisa, 2019

Apesar de ser um bom percentual, se faz necessário que todos os alunos façam uso de uma alimentação saudável. Neste sentido, Guimarães (2015), salienta que a escola é determinante na construção da personalidade dos adolescentes, estimulando hábitos e atitudes que podem permanecer durante a fase adulta. E o mesmo autor ainda complementa que uma opção viável e de grande potencial é a inclusão do pescado na merenda escolar.

Perguntado sobre a frequência na qual os alunos comem peixe ou algum derivado em suas residências ou em outros locais, foi observado com maior percentual que raramente 50% dos entrevistados comem peixe, e 25% disseram que comem pelo menos uma vez por mês, 9,4% deles falaram que comem ao menos uma vez por semana e 6,2% comem a cada 15 dias (gráfico 2).

Gráfico 2 - Qual frequência de consumo de pescado pelos alunos

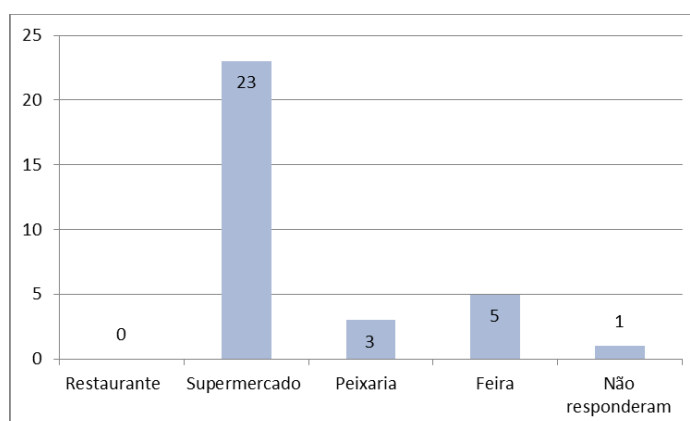


Fonte: Dados da Pesquisa, 2019

Embora os benefícios do pescado estejam bem estabelecidos e seja bastante divulgado, Jaques (2015), ressalta que o pescado é uma opção de alimento saudável, com alto valor nutricional, rico em proteínas e nutrientes como cálcio, potássio, selênio, ferro, iodo, vitaminas A, D e do complexo B, além do importante ômega-3, e que mesmo assim o consumo médio de pescado estimado pela Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF), no Brasil, entre os anos de 2008 e 2009, foi de 9,5 kg/hab/ano, muito abaixo das recomendações internacionais, fazendo-se necessário práticas de incentivo ao consumo. E sabe-se que esta fonte de nutrientes é importante na alimentação de adultos e principalmente na alimentação infantil (JAQUES, 2015).

Ao questionarmos sobre o local onde as famílias compravam o peixe para suas casas, 23 alunos correspondente a 71,8% dos alunos responderam que o pescado era comprado nos supermercados, 3 alunos (9,4%) e 5 alunos (15,6%) respectivamente compram seus peixes na peixaria e na feira (gráfico 3).

Gráfico 3 - Local de compra do pescado

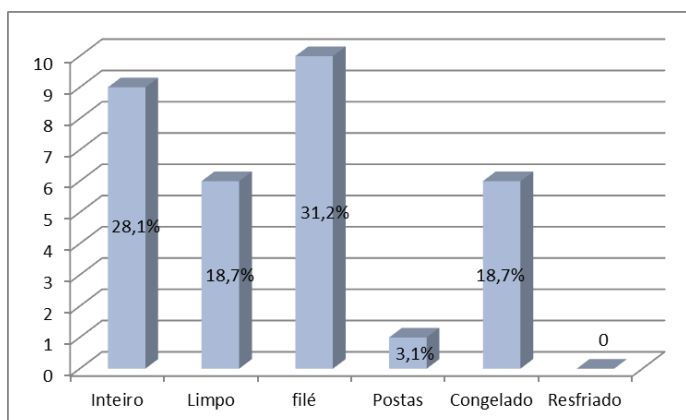


Fonte: Dados da Pesquisa, 2019

Já ao perguntamos qual a forma que o peixe se encontrava ao ser comprado 28,1% afirmaram comprar o peixe inteiro, 18,7% compram o peixe limpo ou tratado sem as vísceras, 31,2% compram apenas o filé do peixe, uma pequena parte 3,1% afirmaram comprar o peixe em postas, já 18,7% compram o peixe congelado (gráfico 4).

De maneira geral, o peixe hoje comercializado no Brasil, tanto oriundo da pesca quanto da aquicultura, concentra-se em mercados, feiras-livres e restaurantes, sendo ofertado de várias maneiras: cortado em postas, em filé, inteiro ou pré-processado, fresco ou congelado. Salvo por regiões que possuem a pesca como alicerce da economia, como comunidades ribeirinhas (SHRIMPTON et al., 1979). Mesmo com um custo final um pouco elevado, o pescado pode ser encontrado em qualquer região, assim podendo ser consumido em qualquer época do ano. Guimarães (2015), em seu trabalho retrata que um dos motivos pelo baixo consumo é o preço elevado e a falta do hábito de terem refeições a base do pescado.

Gráfico 4 - Forma de apresentação do pescado

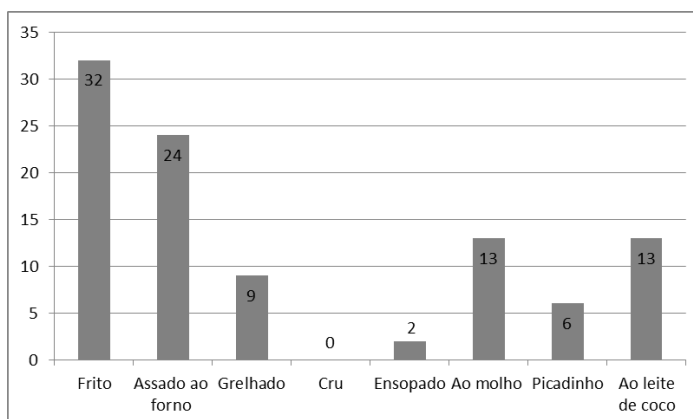


Fonte: Dados da Pesquisa, 2019

Os resultados obtidos nesse gráfico corroboram com os dados do gráfico 3, visto que muitos compram os peixes em supermercados, e que isso de tal forma está relacionado com a forma de apresentação do pescado, pois em supermercados apresentam uma variedade de marcas e muitos expõem produtos congelados e o filé do pescado.

Na sequência, para sabermos qual a melhor forma de apresentação que seria aceita o pescado quando incluído na alimentação escolar, os alunos puderam marcar mais de uma alternativa de resposta, observou-se que 100% deles afirmaram que preferem que ele seja inserido frito na merenda escolar, 75% dos alunos também desejam que o pescado seja inserido se for assado ao forno, 28,1% preferem que o peixe seja grelhado, nenhum dos alunos pensaram na possibilidade do peixe ser cru na forma de sushi, 6,2% acham que o peixe poderia ser ensopado, 40,6% disseram que o peixe poderia ser ao molho, 18,5% falaram que poderia ser em forma de picadinho, e já 40,6% disseram que o pescado poderia ser preparado ao leite de côco (gráfico 5).

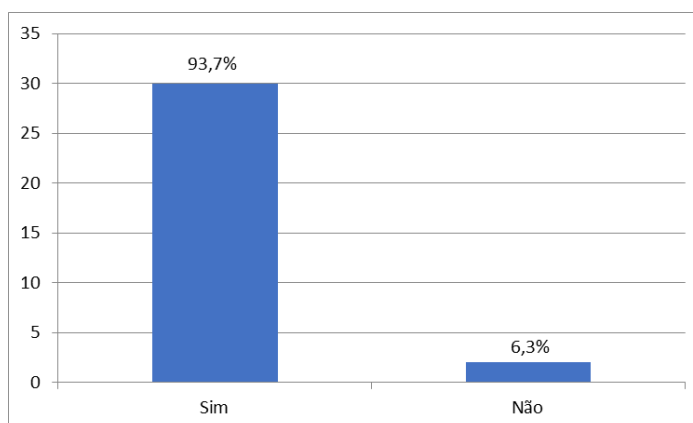
Gráfico 5 - Qual forma você gostaria que esse alimento fosse incluído na sua alimentação escolar?



Fonte: Dados da Pesquisa, 2019

5.2. Conhecimento dos alunos adquiridos após a realização da pesquisa

Após a realização de todas as atividades, foi aplicado um questionário final para avaliar todo o projeto, e com isso obtivemos como resultados uma satisfação na inclusão do pescado na alimentação escolar, 93,7% afirmaram estarem satisfeitos com o pescado na alimentação, já 6,3% não ficaram satisfeitos (Gráfico 6).

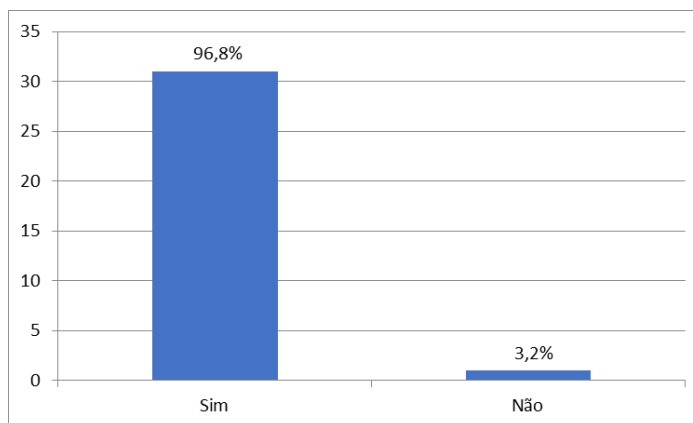
Gráfico 6 – Satisfação ao adicionar o pescado na alimentação escolar

Fonte: Dados da Pesquisa, 2019

Carvalho (2013), relata em seu trabalho que os alunos absorveram muitas informações sobre os benefícios do peixe na alimentação, uma vez que os alunos informaram a importância deste alimento por conter muitos nutrientes e vitaminas que ajudam na prevenção de doenças, e no desempenho escolar dos educandos, pois contribui para uma boa concentração, boa memória e disposição para a prática das atividades cotidianas na escola.

Ao serem questionados se eles recomendariam o pescado para ser um alimento oferecido na merenda de sua escola e das demais, 96,8% dos alunos recomendariam o pescado para a alimentação escolar, porém 3,2%, o que corresponde a apenas um aluno, respondeu que não recomendaria (gráfico 7).

Por meio da realização de atividades que trabalham a educação nutricional, podemos promover práticas alimentares saudáveis, garantindo o Direito Humano a Alimentação Adequada (DHAA), tendo em vista a consolidação de uma alimentação adequada e equilibrada, por isso a importância de implantá-la no âmbito escolar (BRASIL, 2015). Neste contexto, a educação nutricional tem eficácia não somente para o consumo do pescado, mas também no incentivo à alimentação saudável como um todo, e em todas as faixas etárias.

Gráfico 7 – Recomendação do pescado para a alimentação escolar

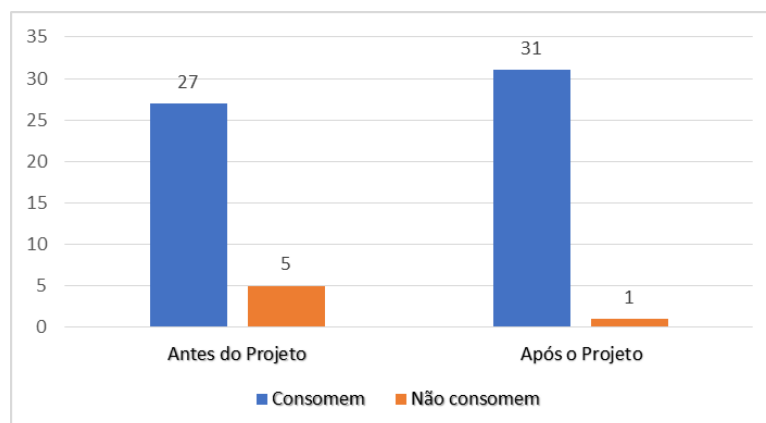
Fonte: Dados da Pesquisa, 2019

Observou-se desde o início do projeto até a sua finalização que houve uma diferença na aceitação do pescado para ser um alimento presente na mesa dos alunos. Antes, 27 alunos participantes do projeto comiam o pescado, no final este número totalizou 31 (gráfico 8). As atividades realizadas para incentivo ao consumo de peixe por escolares proporcionaram o aprendizado quanto à importância e as vantagens da inclusão do peixe na alimentação e foram consideradas como meio facilitador eficiente para a absorção dos conhecimentos dos escolares corroborando com os dados obtidos por Carvalho (2013), demonstrando a importância da realização dos trabalhos de extensão nas escolas.

O governo federal, desde 2002, já busca inserir o pescado na alimentação dos alunos da rede pública de todo território brasileiro, como afirma o artigo 113, inciso I e parágrafo 1º do regimento interno da câmara dos deputados. Este documento sugere a implantação do peixe na merenda escolar da rede pública do país (NEGROMONTE, 2002). Somente a partir de 2006, foi exigida a presença do nutricionista como Responsável Técnico pelo Programa, o que permitiu uma melhoria significativa na qualidade do PNAE quanto ao alcance de seu objetivo.

Porém, de acordo com o MPA, dos 5.565 municípios do país, apenas 1,5 mil oferecem peixe na merenda dos alunos, o que demonstra um percentual de apenas 26,9%, um número considerado baixo. Dados estes que saíram do levantamento realizado pelo MPA juntamente com o FNDE, sobre consumo de peixe nas escolas públicas (MPA, 2012).

Gráfico 8 – Aceitação ao pescado antes e após o projeto



Fonte: Dados da Pesquisa, 2019

Observou-se ao término do projeto que os alunos tiveram uma boa aceitação quanto à introdução do peixe na dieta. É fato que o pescado deve estar presente na dieta do consumidor, mas o mesmo produto pode ser observado sob diferentes perspectivas, variando de região a região ou de cultura a cultura e, pensando nesse contexto a presente pesquisa propôs uma questão com relação ao acesso ao produto “peixe” que busca a visão do consumidor. Durante as discussões em classe, observou-se que ainda o valor proteico da carne de pescado era pouco disseminado, como também ser uma carne considerada de alto custo para o consumidor. Todos afirmaram no término do projeto ser uma carne de boa qualidade para a saúde humana e nutritiva.

É fato que o consumo de peixe vem ganhando a mesa do consumidor e, dentre as questões abordadas o consumo é maior em certas datas comemorativas como a Páscoa. Diante da apuração e interpretação dos dados fica evidente que tal atividade é vista sob diferentes olhares entre os estudantes e consumidores, porém a atividade piscícola vem ganhando seu lugar de destaque no mercado e na mesa do consumidor.

De acordo com a Food and Agriculture Organization of the United States (FAO, 2007) até meados de 2030 será necessário um acréscimo de 37 milhões de toneladas de peixe por ano para que assim possa se manter o consumo de peixes em níveis atuais, tal fato está interligado ao crescimento da população mundial. Por fim, dentro de uma perspectiva de desenvolvimento, a piscicultura ainda tem muito a crescer, tanto enquanto atividade comercial, incrementando trabalhos acerca do incentivo ao consumo de carne de pescado. Sendo assim, a divulgação e

exploração do consumo de peixe em prol da saúde humana e do desenvolvimento sustentável que proporcione melhores condições de vida, se faz necessário.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente trabalho permitiu identificar alguns reflexos da implantação de um programa de práticas educativas de incentivo ao consumo de peixe no comportamento alimentar de alunos do segundo ano do Ensino Médio de uma escola da rede pública estadual da cidade de Picuí (PB) e analisar o papel da escola naquele contexto.

Como considerações sobre a pesquisa pode-se afirmar que a discussão sobre o papel da educação alimentar na escola é urgente e que ações educativas podem ser implantadas nos espaços escolares, visando à formação de conceitos e às mudanças de comportamentos.

No que diz respeito ao conhecimento dos alunos sobre alimentação, comportamento alimentar e consumo de pescado desses alunos, observou-se que as noções que eles trazem para a escola são construídas na família e influenciadas por amigos e pelos meios de comunicação, sendo que nem sempre essas noções representam os conhecimentos ou estabelecem comportamentos alimentares saudáveis.

Sobre a educação alimentar na escola, defende-se que ela deve fazer parte do projeto pedagógico da instituição, sendo necessário investimento nesta área, como por exemplo, produção de materiais didáticos sobre o tema. Também é fundamental que se defina o papel das cantinas dentro das escolas. Mais do que locais de venda de alimentos, esses estabelecimentos podem ser espaços de educação nutricional.

Sobre o projeto, é possível afirmar, tanto pela forma como ocorreram as participações nas aulas como pelo interesse mostrado pelos alunos, que este tipo de intervenção é viável e bem aceito pelos estudantes. As atividades realizadas são exemplos de metodologias para se abordar o tema nas escolas, mesmo com a utilização de poucos recursos, levando os alunos a discutir e a pensar em como inserir na sua alimentação o pescado de forma saudável.

Em relação às mudanças de hábitos alimentares analisadas após a intervenção, foram observadas alterações positivas como o aumento do número de alunos que inseriam pescado na sua alimentação. É importante destacar, que a educação é um processo, fruto de uma construção contínua e, dessa forma, acredita-se que a prática constante de hábitos alimentares saudáveis pode ser estabelecida a partir de uma educação alimentar permanente dentro da escola.

Destaca-se que, tão importante quanto avaliar o antes e o depois do projeto de intervenção, é debater o potencial do espaço escolar como um ambiente para o aprendizado de hábitos saudáveis através da inserção de uma diversidade alimentar como o pescado.

Podemos concluir que a escola é um local privilegiado para se educar para a aquisição de hábitos alimentares saudáveis e também para a prática da alimentação correta, pois a mesma é um espaço social onde as pessoas passam grande parte do seu tempo, convivem, aprendem e trabalham, portanto torna-se um ambiente favorável para o desenvolvimento de ações para a promoção da saúde através do estímulo à formação de hábitos saudáveis.

7. REFERÊNCIAS

ALAIMO, K.; OLSON, C.M.; FRONGILLO JR., E.A. food insufficiency and american school-age children's cognitive, academic, and psychosocial development. *Pediatrics*, Philadelphia, V. 108, N. 1, P. 44-53, jul. 2001.

ALVAREZ, J.R.M.; GARCÍA, A.P.; MORAGO, L.S.; MARÍN, A.V. educación alimentaria escolar y extraescolar. Programas y didáctica. IN: ALVAREZ, J.R.M.; ALLUE, I.P. *El libro de la alimentación escolar*. Madrid: mcgraw-hill, 2008. P. 137-156.

BIZZO, M.L.G.; LEDER, L. Educação nutricional nos parâmetros curriculares nacionais para o ensino fundamental. *REV. NUTR.*, CAMPINAS, V.18, N.5, P.661-667, SET./OUT. 2005

BORGES, N. S; PASSOS, E.C.; STEDEFELDT, E.; de ROSSO, V. V. **Aceitabilidade e qualidade dos Produtos de pescado desenvolvidos para a alimentação escolar da baixada santista**. *Brazilian Journal of Food & Nutrition/Alimentos e Nutrição*, v. 22, n. 3, 2011. Disponível em: <http://eds.b.ebscohost.com/eds/pdfviewer/pdfviewer?vid=1&sid=e7f6ec89-1ddf-426f-b6bc-02fd8064f579%40sessionmgr103>. Acesso em: 17 de agosto de 2019.

BRASIL. Ministério da Saúde. *Eu aprendi, eu ensinei*. Disponível em: www.unifesp.br/suplem/cren/aprendi/index.htm. Acesso em: 3 abr. 2005.

BRASIL. Ministério da Saúde / Ministério da Educação. Portaria Interministerial nº. 1.010. de 8 de maio de 2006, Brasília, 2006. Disponível em: http://dtr2004.saude.gov.br/sas/legislação/portaria1010_08_05_06.pdf. Acesso em: 21 set. 2019.

BRASIL. Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. Disponível em: www.fnde.gov.br/home/index.jsp. Acesso em: 8 fev. 2007.

BRASIL. Ministério da Saúde. *Promoção da Saúde. Escolas promotoras*. Disponível em: www.saude.gov.br/programas/promocao/escolas.htm. Acesso em: 20 ago. 2002.

BRASIL. Ministério da Educação e Cultura. Secretaria de Educação Fundamental. *Parâmetros curriculares nacionais: terceiro e quarto ciclos: apresentação dos temas transversais*. Brasília, DF, 1998. 436p.

BRASIL. Ministério da Educação. **Apenas 27% das prefeituras usam peixe na merenda escolar semanalmente, diz ministro**. Brasília, 2012. Disponível em: BRASIL. Ministério da Educação. Fundo Nacional de desenvolvimento na Educação – FNDE. Nota Técnica nº 004 /2013 – CGPAE/DIRAE/FNDE. **Inclusão de pescado na alimentação escolar**. Brasília, 2013.

BRASIL. Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros curriculares nacionais: terceiro e quarto ciclos do ensino fundamental: introdução aos parâmetros curriculares nacionais**. Secretaria de Educação Fundamental. –

Brasília: MEC/SEF, 1998. 174 p. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/introducao.pdf>. Acesso em: 22 de Julho de 2019.

BRUCHÊZ, Adriane et al. Análise da utilização do estudo de caso qualitativo e triangulação na Brazilian Business Review. **Revista ESPACIOS**| Vol. 37 (Nº 05) Ano 2016, 2016. Disponível em < <http://www.revistaespacios.com/a16v37n05/16370524.html>> acesso em 17 de agosto de 2019.

BURGESS-CHAMPOUX, T.; MARQUART L.; VICKERS Z.; REICKS, M. Perceptions of children, parents, and teachers regarding whole-grain foods, and implications for a school-based intervention. *J. Nutr. Educ. Behav.*, v.38, p.230-237, 2006.

CARNEIRO, H. Comida e sociedade: uma história da alimentação. Rio de Janeiro: Campus, 2003. 185p.

CARVALHO, K. I. F. S.; ALVES, M. I. S. A.; VIDAL, J. M. A. Ações educativas de incentivo ao consumo de peixe por escolares da rede municipal de Serra Talhada-PE. In: JORNADA DE ENSINO E PESQUISA E EXTENSÃO – JEPEX, 13., 2013, Recife. **Anais...** Recife: Editora da UFRPE, 2013.

CARVALHO, C.M.R.G.; NOGUEIRA, A.M.T.; TELES, J.B.M.; PAZ, S.M.R.; SOUSA, R.M.L. Consumo alimentar de adolescentes matriculados em um colégio particular de Teresina, Piauí, Brasil. *Rev. Nutr*, Campinas, v. 14, n. 2, p. 85-93, maio/ago. 2001.

DOYLE, E.I.; FELDMAN, R.H.L. Factors affecting nutrition behavior among middle-class adolescents in urban area of Northern region of Brazil. *Rev. Saúde Pública*, São Paulo, v. 31, n. 4, p. 342-350, ago. 1997.

FAMUP – Federação das Associações dos Municípios da Paraíba. João Pessoa, 2019. Disponível em: <http://www.famup.com.br/paraiba/picui/> Acesso em: 17 de agosto de 2019.

FAO. **Food and Agriculture Organization of the United Nations. Aquaculture only way to fill the coming "fish gap"**. 19 November 2007, Rome. Disponível em: < <http://www.fao.org/newsroom/en/news/2007/1000701/index.html>> Acesso em: 04 de setembro de 2017.

FERNANDES, C. E. et al. Nutritional and lipid profiles in marine fish species from Brazil. **Food chemistry**, v. 160, p. 67–71, 1 out. 2014.

FNDE. **Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE**. Disponível em: <http://www.fnde.gov.br/programas/alimentacao-escolar/alimentacao-escolar/apresentacao>. Brasília, 2012. Acesso em: 04 de setembro de 2019.

FONSECA, J. J. S. **Metodologia da pesquisa científica**. [Apostila] Fortaleza: UEC. 2002.

GAGLIANONE CP, Devincenzi UM, Batista, SS, Stedefeldt E, Castro PM. Centro Colaborador em Alimentação e Nutrição Escolar - CECANE UNIFESP: Finalidade e projetos. **Rev Assoc Bras Nutr.** 2009.

GARCIA, R.W.D. A comida, a dieta, o gosto. Mudanças na cultura alimentar urbana. 1999. 140f. Tese (Doutorado) Instituto de Psicologia, USP, São Paulo, 1999.

GOBBI, L.S. A educação nutricional para a prevenção da obesidade infantil em uma instituição particular de ensino do município de Bauru – SP. 2005. 183f. Dissertação (Mestrado) Faculdade de Ciências Farmacêuticas. – UNESP, Araraquara, 2005.

JQUES, M. F. S.: **Análise sobre oferta de peixe na merenda das escolas públicas de Uruguaiana-RS.** Trabalho de Conclusão de Curso Superior em Aquicultura. UNIPAMPA. Uruguaiana, 34 p. 2015.

JUZWIAK, C. R.; PASCHOAL, V. C. P.; LOPEZ, F. A. Nutrição e atividade física. J. Pediatr., Rio de Janeiro, v. 76, supl 3, p. S349-S358, dez. 2000.
KARAYIANNIS, D.; YANNAKOULIA, M.; TERZIDOU, M., SIDOSSIS, L.S.; KOKKEVI, A. Prevalence of overweight and obesity in Greek school-age children and adolescents. Eur. J. Clin. Nutr., London, v. 57, n. 9, p. 1189-1192, Sept. 2003.

KAZAPI, I.M.; PIETRO, P.F.; AVANCINI, S.R.P., FREITAS, S.F.T.; TRAMONTE, V.L.C.G. Consumo de energia e macronutrientes por adolescentes de escolas públicas e privadas. Rev. Nutr., Campinas, v. 14, supl., p. 27-33. 2001.

LOUREIRO, Isabel. **A importância da educação alimentar: o papel das escolas promotoras de saúde.** Revista Portuguesa de Saúde Pública, v. 22, n. 2, p. 43-55, 2004. Disponível em: <https://run.unl.pt/handle/10362/16986>. Acesso em: 22 de Julho de 2019.

LUCAS, B. **Nutrição na Infância.** In: MAHAN, L. K; ESCOTT-STUMP, S. Krause: Alimentos, Nutrição & Dietoterapia. 10ª ed. São Paulo: Roca, 2002. Capítulo 10. 229- 246. Disponível em: <http://www.iz.sp.gov.br/pdfs/1367926335.pdf>. Acesso em: 22 de Julho de 2019.

MANTOANELLI, G.; BITTENCOURT, V.B.; PENTEADO, R.Z.; PEREIRA, I.M.T.B.; ALVAREZ, M.C.A. Educação nutricional: uma resposta ao problema da obesidade em adolescentes. Rev. Bras. Cresc. Desenv. Hum., São Paulo, v.7, n.2, p.85-93, 1997

MELLO, E.D.; LUFT, V.C.; MEYER, F. Obesidade infantil: como podemos ser eficazes? J. Pediatr. v. 80, n. 3, p. 173-182, 2004.

MOTTA, D.G.; BOOG, M.C.F. Educação nutricional. 3.ed. São Paulo: IBRASA, 1991. 182p.

OCHSENHOFER K.; QUINTELLA, L.C.M.; SILVA, E.C.; NASCIMENTO, A.P.B.; RUGA, G.M.N.A.; PHILIPPI, S.T.; SZARFARC, S.C. O papel da escola na formação da escolha alimentar: merenda escolar ou cantina? Nutrire, São Paulo, v.31, n.1, p.

1-16, abr. 2006.

PIPITONE, M.A.P.; SILVA, M.V.; STURION, G.L.; CAROBA, D.C.R. A Educação Nutricional no Programa de Ciências para o Ensino Fundamental. *Saúde Rev.*, Piracicaba, v. 5, n. 9, p. 29-37, jan./abr. 2003.

PIPITONE, M.A.P.; SILVA, M.V.; STURION, G.L. A educação nutricional nos livros didáticos de ciências utilizados no ensino fundamental. *Hig. Alim.*, v.19, n.130, p.12-19, abr., 2005.

PRODANOV, Cleber Cristiano. Metodologia do trabalho científico [recurso eletrônico]: métodos e técnicas da pesquisa e do trabalho acadêmico. 277 p. **Feevale**, 2. ed. Novo Hamburgo, 2013. Disponível em:<
<http://www.feevale.br/Comum/midias/8807f05a-14d0-4d5b-b1ad-1538f3aef538/E-book%20Metodologia%20do%20Trabalho%20Cientifico.pdf>> acesso em 17 agosto de 2019.

SANTOS, G.V.B. Excesso de peso e seus fatores de risco em adolescentes da rede pública e privada de ensino do município de Ribeirão Preto. 2002. 193f. Tese (Doutorado) – Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, 2002.

SARTORI, A. G. de O.; AMANCIO, R. D. **Pescado: importância nutricional e consumo no Brasil**. *Segurança Alimentar e Nutricional*, Campinas, 19(2): 83-93, 2012.

SAVITISKY, J. A. (2013), **Avaliação do consumo de fontes de proteína de origem animal em pré-escolares**. Dissertação (Mestrado em Produção Animal Sustentável) - Instituto de Zootecnia. APTA/SAA. Nova Odessa, 66p. Disponível em: <http://www.iz.sp.gov.br/pdfs/1367926335.pdf>. Acesso em: 22 de Julho de 2019.

SHRIMPTON, R.; GIUGLIANO, R.; RODRIGUES, N.M. Consumo de alimento e alguns nutrientes em Manaus. *Acta Amazônica*, v. 9, n. 1, p. 117-141, 1979.

TURCONI, G.; CELSA, M.; REZZANI, C.; BIINO, G.; SARTIRANA, M.A.; ROGGI, C. Reliability of a dietary questionnaire on food habits, eating behaviour and nutritional knowledge of adolescents. *Eur. J. Clin. Nutr.*, London, v. 57, n. 6, p. 753-763, June. 2003.

UTTER, J.; Schaaf, D.; MHURCHU, C.N.; SCRAGG, R. Food choices among students using the school food service in New Zealand. *New Zealand Med. J.*, v.120, n.1248, Jan. 2007.

ZANCUL, M. de S. **Consumo alimentar de alunos nas escolas de ensino fundamental em Ribeirão Preto (SP)**. Dissertação. Ribeirão Preto: Universidade de São Paulo. 2004. 85 p.

ZANCUL, M.S.; DUTRA DE OLIVEIRA, J.E. Considerações sobre ações atuais de educação alimentar e nutricional para adolescentes. *Alim. Nutr.*, Araraquara, v.18, n.2, p.223-227, abr./jun. 2007.

APÊNDICE A – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE)

Caro estudante, você está sendo convidado (a) a participar, como voluntário (a), do projeto de pesquisa intitulado “O peixe vai à escola: a importância da educação alimentar através de práticas educativas de incentivo ao consumo de peixe por alunos em uma escola pública no município de Picuí-PB”. Essa pesquisa constitui parte integrante da elaboração do trabalho de conclusão do curso de Licenciatura em Ciências Biológicas da Universidade Federal de Campina Grande. No caso de aceitar fazer parte do estudo, assine ao final deste documento, que está em duas vias. Uma delas é sua e a outra é do pesquisador.

INFORMAÇÕES SOBRE A PESQUISA

Título do Projeto: O peixe vai à escola: a importância da educação alimentar através de práticas educativas de incentivo ao consumo de peixe por alunos em uma escola pública no município de Picuí-PB.

Graduando Pesquisador: Fabiana Flayse da Silva Santos

Contato: fl.flayse@gmail.com

Orientadora: Prof^a Dr^a Marisa de Oliveira Apolinário

A pesquisa visa, principalmente, trabalhar a educação alimentar através de práticas educativas para incentivo ao consumo do pescado. Para isso, serão aplicados questionários semiestruturados no início e ao final das atividades, realização de aulas expositivas, aulas práticas, exposição de materiais, realização de debates e exposição de opiniões sobre as temáticas debatidas durante as atividades. Essas abordagens visam coletar informações sobre o tema e não haverá exposições de nomes.

CONSENTIMENTO DA PARTICIPAÇÃO

Eu,

_____, RG/CPF,
_____, concordo em participar da pesquisa referida acima. Fui devidamente informado (a) e esclarecido (a) pelo graduando pesquisador, Fabiana Flayse da Silva Santos, sobre a pesquisa e os procedimentos nela envolvidos. Foi-me garantido que posso desistir da participação a qualquer momento, sem prejuízo.

Fabiana Flayse da Silva Santos (Pesquisador)

Profª. Dra. Marisa de Oliveira Apolinário (Orientadora)

APÊNDICE B – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE)

Solicitamos à Escola Estadual de Ensino Fundamental e Médio Felipe Tiago Gomes a autorizar a realização da pesquisa, “O peixe vai à escola: a importância da educação alimentar através de práticas educativas de incentivo ao consumo de peixe por alunos em uma escola pública no município de Picuí-PB.”

INFORMAÇÕES SOBRE A PESQUISA

Título do Projeto: O peixe vai à escola: a importância da educação alimentar através de práticas educativas de incentivo ao consumo de peixe por alunos em uma escola pública no município de Picuí-PB.

Graduando Pesquisador: Fabiana Flayse da Silva Santos

Contato: fl.flayse@gmail.com

Orientadora: Prof^a Dr^a Marisa de Oliveira Apolinário

CONSENTIMENTO DA PARTICIPAÇÃO

A escola _____, CNPJ/CPF, _____, concorda e autoriza a participação da pesquisa referida acima. A instituição foi devidamente informada e esclarecida pelo graduando pesquisador Fabiana Flayse da Silva Santos, sobre a pesquisa e os procedimentos nela envolvidos.

Fabiana Flayse da Silva Santos (Pesquisador)

Prof^a. Dra. Marisa de Oliveira Apolinário (Orientadora)

APÊNDICE C- QUESTIONÁRIO PRÉ-PRALIAATIVO APLICADO AOS ALUNOS

QUESTIONÁRIO

Nome: _____

Turma: _____

1. CARACTERÍSTICAS SÓCIO-ECONÔMICAS

1.1 Sexo: () Masculino () Feminino Idade: _____

1.3 Quantas pessoas residem na sua casa?

() 1 a 2 () 3 ou 4 () 5 ou mais

1.4 Possui criança que reside na sua casa?

() Sim () Não

2. FATORES LIMITANTES OU FACILITADORES DO CONSUMO

2.1. Você come peixe?

() Sim () Não

Se responder sim:

2.1.a. Com que frequência?

() mais de 1 vez por semana, () 1 vez por semana,

() 1 vez a cada 15 dias () 1 vez por mês

() raramente () não sei () Outros: _____

2.2. Onde o peixe é comprado?

() Restaurante () Supermercado () Peixaria

() Feira () Outros: _____

2.2

a. Por que é comprado neste local?

b. Qual a forma que prefere comprar?

() Inteiro () Limpo () filé () postas

() congelado () resfriado (): Outros: _____

2.3. Quais tipos de peixes que você consome com maior frequência?

2.4. Como deve estar o peixe para ser considerá-lo fresco?

2.5. Por que você come peixe?

Se responder não:

2.5,a. Por que você não come peixe?

2.6. Existe alguém ou algo que o influencia a consumir peixe?

() Sim () Não

a. Quem ou o quê? _____

b. A influência é positiva ou negativa? _____

2.7 Cite motivos que o faria consumir mais peixe? Porquê?

2.8 Em sua opinião, o que faria a população comer mais peixe? Por quê?

2.9 O quanto a presença de espinho no peixe é importante em sua decisão de consumi-lo?

Muito pouco Pouco Indiferente Muito MUITÍSSIMO

3. Você já consumiu peixes na escola?

() sim () Não

4.1 Você gostaria que esse alimento fosse mais incluído na sua alimentação escolar?

() Sim () Não

4.2 Se sim, de que forma lhe agradaria mais?

Frito Assado ao forno Grelhado Cru

Ensopado Ao molho Picadinho Ao leite de coco

4.3 Quais formas acima você já experimentou?

5. Como o peixe é preparado/comido na sua casa?

Em postas Filé Inteiro Com cabeça Sem cabeça

6. O que é feito com o resto do peixe?

7. Em qual grupo funcional alimentar você melhor encaixaria o peixe?

Proteínas Carboidratos Óleos e Gorduras Vitaminas