



## **COMPREENSÕES DE ALUNOS DO 5º ANO SOBRE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E OBESIDADE, A PARTIR DO DOCUMENTÁRIO “MUITO ALÉM DO PESO”**

Larissa Lunardi (larissalunardi18@gmail.com)  
Rúbia Emmel (rubia.emmel@ifarroupilha.edu.br)

### **1. INTRODUÇÃO**

Este relato de experiência emerge como um continuum das reflexões de constituição e formação docente, de uma professora iniciante na área de Ciências no Ensino Fundamental. Neste enredo da história situamos o espaço e o tempo de formação inicial desta professora no Curso de Licenciatura em Ciências Biológicas entre os anos de 2015 a 2018. Durante o curso, foram nas práticas de ensino e nos estágios supervisionados que houveram as primeiras regências de aula na Educação Básica, mas tudo com supervisão e acompanhamento dos docentes mais experientes, os regentes das turmas nas escolas e os professores supervisores e orientadores no Curso. No ano de 2018, a professora concluiu sua formação inicial, e em 2019 segue seus estudos em um curso de pós-graduação, no Mestrado em Ensino de Ciências. Ainda neste ano a professora passou a atuar agora como regente de turma na disciplina de Ciências no Ensino Fundamental.

Neste contexto de professora iniciante são muitos os desafios, que vão de um conhecimento de conteúdo à busca incessante do conhecimento pedagógico de conteúdo (SHULMAN, 1986). As reflexões que apresentamos aqui emergem das práticas pedagógicas desenvolvidas na disciplina de Ciências com duas turmas do 5º ano de uma escola da região noroeste do Rio Grande do Sul.

Compreendemos esse processo como uma investigação-ação, ou seja, uma pesquisa feita pelos docentes sobre suas próprias práticas na escola e/ou em sala de aula (CARR; KEMMIS, 1988; CONTRERAS, 1994; DINIZ-PEREIRA; ZEICHNER, 2011). Nesta perspectiva, a investigação-ação constituiu-se um coletivo problematizando o tema da alimentação saudável. Acreditamos que a investigação-ação, por ser um processo de formação de professores reflexivos e críticos, potencializa análises e mudanças nas práticas pedagógicas.

Nesta investigação-ação a partir dos autores (CARR; KEMMIS, 1988; CONTRERAS, 1994) assume-se em princípio, um processo social, em que professores trabalham com seus pares e com seus alunos em busca das aprendizagens, da reflexão crítica sobre a alimentação saudável. Parafraseando Azevedo e Abib (2007) considera-se que as relações estabelecidas na escola proporcionam a aprendizagem dos sujeitos que nela atuam, a temporalidade e a memória embutidas em cada espaço e em cada sujeito, bem como as contradições sociais imersas em seu cotidiano, a caracterizam como um contexto social. Esses sujeitos (professores e alunos), ao procurarem se entender por meio dessas relações, constituem os movimentos coletivos de uma investigação-ação. A partir das ideias de Alarcão (2011) acreditamos e queremos a escola reflexiva capaz de se projetar e se desenvolver, através de professores reflexivos, perspectiva que foi desenvolvida a partir dos cenários da prática docente, das análises que emergem das vozes dos sujeitos da investigação-ação: os alunos.

Sendo assim o objetivo do relato é analisar e refletir sobre o documentário “Muito além do peso” e a experiência de sua utilização nas aulas de Ciências. Assim



os conteúdos que envolveram esta atividade foram: - alimentos e seus nutrientes, - pirâmide alimentar; - alimentação saudável; - problemas de saúde relacionados à alimentação.

Uma alimentação balanceada proporciona uma nutrição de boa qualidade e, com isso, um bom desenvolvimento psíquico, físico e social da pessoa (AQUILLA, 2011). Em virtude da construção de concepções sobre a saúde alimentar, e em razão dos altos índices de obesidade e outras doenças crônicas não transmissíveis observados atualmente em todo o mundo, atividades que envolvam a educação alimentar são de extrema importância e precisam ser mais comuns no contexto escolar (RAMOS; SANTOS; REIS, 2013; CAMOZZI *et al*, 2015; BORSOI; TEO; MUSSIO, 2016).

Neste contexto, a estratégia selecionada para discutir e refletir foi o documentário. De acordo com Barbosa e Bazzo (2013):

Filmes do tipo documentário mostram-se excelentes subsídios para o fomento de alteração de concepções deformadas de ciência e tecnologia, sendo capaz de demonstrar a sua não neutralidade e a relação que se estabelece entre a sociedade e esses outros dois elementos. Por isso, são considerados como potenciais recursos didáticos para o ensino quando se pensa em discutir temas sociopolíticos e se busca a democratização do debate científico (p. 159).

O documentário aproxima o contexto estudado à realidade do aluno, e com isso, facilita a compreensão de alguns fatos e fenômenos. Para Morán (1995) o vídeo representa lazer para os alunos, e, com isso, muda sua postura em sala de aula de maneira positiva. Porém, também precisamos atentar para a adequação das reflexões nessa proposta pedagógica, priorizando a construção do senso crítico e a formação para a cidadania (BARBOSA; BAZZO, 2013; MORÁN, 1995).

Nesta atividade partimos do problema prático: quais são as compreensões dos alunos do 5º ano sobre a importância de uma alimentação saudável? E sobre a obesidade infantil? O que pensam os alunos sobre o documentário?

A partir destes questionamentos a atividade buscou aproximar os conteúdos estudados em aula com o cotidiano dos alunos, considerando a realidade do país, possibilitando o acesso a conhecimentos científicos de forma educativa, crítica e reflexiva.

## **2. CONTEXTO E DETALHAMENTO DAS ATIVIDADES**

Com o objetivo de utilizar uma estratégia de ensino que proporcionasse reflexões sobre os temas: obesidade infantil e alimentação saudável, selecionamos um documentário que apresenta esses assuntos em contexto brasileiro e mundial.

Durante dois períodos de aula, os alunos assistiram ao documentário intitulado “Muito além do peso”, uma produção brasileira, com tempo de duração de 84 minutos, estreado em 2012 e classificação indicativa Livre. Dirigido por Estela Renner, o documentário pode ser assistido na íntegra pela ‘internet’ (disponível em <https://www.youtube.com/watch?v=8UGe5GiHCT4>).

O filme traz a narrativa e o enredo da obesidade infantil, tida como uma das epidemias modernas, através de depoimentos de pais e crianças de todas as classes sociais e regiões do Brasil, além do olhar de especialistas sobre a situação atual da sociedade com relação ao consumo. Relaciona a alimentação com a incidência de doenças e complicações de saúde identificadas em crianças e adolescentes atualmente.



O principal fator de escolha do documentário foi a sua direção, produção e filmagem serem nacionais e acontecerem, em sua maioria, no país. Foi possível promover, a partir deste, reflexões que vão além das concepções biológicas, ou das Ciências da Natureza sobre o tema da alimentação, mas também de questões críticas vinculadas a outras áreas como do psicológico, do social, do cultural e da saúde. A produção traz entrevistas com crianças e pais que apresentam seus hábitos alimentares e as consequências dos mesmos. Mais do que explicativo e informativo, o filme é educativo, representando de forma didática a realidade da alimentação dos brasileiros.

Alguns pontos foram discutidos durante o filme, que era pausado para que os alunos se expressassem, contassem histórias que relacionaram com o assunto e fazer alguns comentários sobre o documentário. Como tema de casa, os alunos receberam uma folha com as questões para sistematizar a atividade. Os alunos foram avisados que deveriam entregar a folha na aula seguinte e que esse trabalho seria uma das avaliações do trimestre.

O questionário contemplava as seguintes questões: “1) Qual a principal temática apresentada no documentário? Você acredita que seja importante? Por quê?”; “2) Sobre os personagens do filme, qual marcou mais você? Justifique.”; “3) O que mais chamou a sua atenção no documentário? Por quê?”; “4) Qual foi a parte do documentário que você mais gostou? Por quê?”; “5) Após assistir o documentário, o que você pode refletir sobre a sua própria alimentação? Justifique.”.

Por questões éticas, para respeitar a identidade dos alunos, foram criados códigos para identificá-los. Foram nomeados por uma letra “A” (aluno) seguida de numeração em ordem crescente: A1, A2 até A38.

Ao lermos as respostas dos alunos coletadas nos questionários, observamos as reflexões realizadas pelas turmas. A análise constitui-se em cinco cenários reflexivos, de acordo com as questões respondidas e com os temas que foram abordados em cada uma delas. Nesse recorte será abordado apenas um cenário.

### **3. ANÁLISE E DISCUSSÃO DO RELATO: CONSTITUIÇÃO DO CENÁRIO REFLEXIVO “ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E OBESIDADE INFANTIL”**

A primeira pergunta realizada no questionário foi: “Qual a principal temática apresentada no documentário? Você acredita que seja importante? Por quê?”. Percebemos que a maioria dos alunos respondeu que a temática foi a obesidade, mais especificamente a obesidade infantil. Seguem algumas respostas:

“A principal temática apresentada foi a obesidade, e quanto ela nos prejudica. Sim, eu acredito que seja importante porque nos mostra várias coisas que a gente não sabia o quanto nos faz mal” (A2, 2019).

“A temática sobre a obesidade infantil, e a falta de alimentação saudável. Sim, pois devemos nos alimentar corretamente e ensinar isso aos outros” (A11, 2019).

“A principal temática é que as crianças estão ficando obesas desde pequenas, pois são atraídas pelos brinquedos que vem junto com a comida, eu acho importante esse tema, pois quando uma criança fica obesa, tem uma expectativa de vida muito menor” (A15, 2019).

“A principal temática no documentário é obesidade infantil. Acredito que seja importante pois isso causa problemas de saúde” (A17, 2019).

“A principal temática apresentada no documentário é a obesidade das crianças e a importância dos alimentos saudáveis, eu acredito que isso seja importante as pessoas terem consciência do que comer” (A30, 2019).



“A principal temática apresentada no documentário foi sobre a obesidade das pessoas. Eu acredito que seja importante refletirmos sobre a nossa saúde porque as pessoas precisam ter uma alimentação saudável” (A32, 2019).

O filme tem como foco a obesidade infantil. Porém, relacionado a esse assunto estão outros que também são abordados na produção. Um exemplo é a publicidade que está diretamente associada a esse distúrbio global. A indústria alimentícia utiliza personagens dos desenhos animados, que são queridos pelas crianças, para atraí-las e incentivá-las ao consumo.

Outra estratégia utilizada é a associação de brinquedos aos alimentos, ocasionando vários problemas, como a falta do “brincar criativo”. O brinquedo faz tudo sozinho (pula, canta, dança) e se torna desinteressante para as crianças em pouco tempo, e essas rapidamente pedem outro. Consequentemente a indústria alimentícia vende mais e mais brinquedos que, como resultado, gera um maior consumo de alimentos hipercalóricos e pouco nutritivos.

E o ciclo se reinicia quando a criança, brincando apenas com esses brinquedos, começa a gastar menos energia e consumir ainda mais alimentos que podem ocasionar a obesidade, que geram outros problemas de saúde como cansaço, colesterol alto, hipertensão, diabetes, triglicérides alterados, trombose, artrite, problemas cardíacos e respiratórios.

O filme também aborda a relação da alimentação com o sistema nervoso e a baixa autoestima das crianças e adolescentes obesos. Apresenta breves relatos de jovens acima do peso que sofrem bullying na escola e em como é difícil mudar seus hábitos alimentares na frente dos colegas e amigos.

Enfim, todos os fatores levam a outro tema: a falta de discussões sobre esse assunto na escola. O valor gasto com educação alimentar, divulgação de hábitos alimentares saudáveis e exercícios físicos é muito inferior ao valor gasto pela indústria alimentícia em *marketing* de produtos que possuem muitas calorias e poucos nutrientes. Por isso, devemos incluir essa temática nos currículos, em nossa prática na escola.

Outros temas como as refeições que não são feitas mais em família, alimentos saudáveis que acabam sendo mais caros, e o *fast food* que passou a ser regra e não mais exceção, são discutidos em algumas cenas do filme.

#### 4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em virtude da análise apresentada acreditamos que o documentário contribuiu para a reflexão dos alunos sobre seus hábitos alimentares e a compreensão das relações entre obesidade e alguns problemas de saúde. Nos discursos dos alunos foi possível ver a criticidade e as reflexões sobre os episódios e as histórias apresentadas no decorrer do filme.

Portanto, percebemos que, em suas respostas, os alunos relacionaram seus próprios cotidianos, suas culturas e suas linguagens com a linguagem visual apresentada no documentário. Ainda é possível ver a reflexão e a consciência sobre o tema da alimentação e da obesidade quando há esta abordagem mais integral do conhecimento, indo além da visão disciplinar em Ciências Naturais, mas também de questões críticas vinculando as temáticas da alimentação saudável e obesidade a outras áreas como do psicológico, do social, do cultural e da saúde.





## 5. REFERÊNCIAS

ALARCÃO, I. **Professores reflexivos em uma escola reflexiva**. 8 ed. São Paulo: Cortez, 2011.

AQUILLA, R. A educação alimentar e nutricional no espaço escolar: saber, sabor e saúde. (Dissertação de Mestrado). Ijuí: Unijuí, 2011.

AZEVEDO, M. N.; ABIB, M. L. V. S. Aprender a ensinar ciências no continuum da docência. In: ENCONTRO NACIONAL DE PESQUISA EM EDUCAÇÃO EM CIÊNCIAS, VI, Florianópolis, **Anais...** Florianópolis, 2007.

BARBOSA, L. C. A.; BAZZO, W. A. O uso de documentários para o debate Ciência-Tecnologia-Sociedade (CTS) em sala de aula. **Revista Ensaio**, Belo Horizonte, v. 15, n. 3, p. 149-161, set-dez 2013.

BORSOI, A. T.; TEO, C. R. P. A.; MUSSIO, B. R. Educação Alimentar e Nutricional no ambiente escolar: uma revisão integrativa. **Revista Ibero-Americana de Estudos em Educação**, v. 11, n. 3, p.1441-1460, 2016.

CAMOZZI, A. B. Q.; MONEGO, E. T.; MENEZES, I. H. C. F.; SILVA, P. O. Promoção da Alimentação Saudável na Escola: realidade ou utopia? **Cad. Saúde Colet.**, 2015, Rio de Janeiro, 23 (1): 32-7.

CARR, W; KEMMIS, S. **Teoria Crítica de la enseñanza** – la investigación-acción em la formación del profesorado. Barcelona: Martinez Rocca. 1988.

CONTRERAS, J. D. La investigación en la acción. **Cuadernos de Pedagogia**, nº 224, Madrid: Morata, abril 1994, p. 7-31.

DINIZ-PEREIRA, J. E.; ZEICHNER, K. M. **A pesquisa na formação e no trabalho docente**. 2 ed. Belo Horizonte: Autêntica Editora, 2011.

MORÁN, J.M. O vídeo na sala de aula. **Comunicação e Educação**, São Paulo, n. 2, p. 27-35, jan./abr. 1995.

MUITO além do peso. Direção de Estela Renner. São Paulo: Maria Farinha Filmes, 2012. (84 min.).

RAMOS, F. P.; SANTOS, L. A. S.; REIS, A. B. C. Educação alimentar e nutricional em escolares: uma revisão de literatura. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, 29(11):2147-2161, nov, 2013.



## XVI Encontro sobre Investigação na Escola:

em defesa da escola, da ciência e da democracia

29 e 30 de maio de 2020



SHULMAN, L. S. Those who understand: knowledge growth in teaching.  
**Educational Researcher**, v. 15, n. 4, p. 4-14, 1986.