

## **PRODUTO EDUCACIONAL**

# **ALIMENTAÇÃO E SAÚDE: O QUE VOCÊ SABE? O QUE VOCÊ PRÁTICA?**

Fernanda Aparecida Bicudo da Silva

Orientadora: Profa. Dra. Denise Fernandes de Mello

BAURU

2021

O Produto Educacional “Alimentação e Saúde: o que você sabe? O que você pratica?” foi desenvolvido a partir da minha pesquisa no Programa de Pós-Graduação em Docência para a Educação Básica - Mestrado Profissional, intitulada **METODOLOGIAS ATIVAS NO ENSINO DE CIÊNCIAS: contribuições para construção de hábitos alimentares saudáveis**. Sob orientação da Profa. Dra. Denise Fernandes de Mello e com a contribuição de:

**Design gráfico** – Ester Rodrigues de Camargo

**Programação** – William Gustavo Carlini

## **1 Sobre o produto**

### **Público-alvo**

Alunos do Ensino Fundamental Anos Iniciais – Ciclo I

### **Resumo do Produto**

O produto elaborado caracteriza-se por um instrumento virtual de aprendizagem desenvolvido no formato de uma apresentação *Power Point* interativo, com hipermídia, incluindo atividades selecionadas dentre as desenvolvidas em sala de aula, que apresentaram maior impacto na aquisição de conhecimento integrado sobre saúde, corpo humano e alimentação, com evidências de mudança de hábitos. Este produto tem como objetivo, contribuir com uma aprendizagem ativa de hábitos alimentares saudáveis por estudantes do ensino fundamental, com a realização de atividades de forma lúdica, onde o aluno pode jogar, e interagir desenvolvendo a observação e análise dos hábitos alimentares.

### **Metodologia do Produto**

O produto educacional elaborado é resultado do trabalho de pesquisa desenvolvido, fundamentado literatura científica da área, do diagnóstico e das intervenções realizadas, e nos dados coletados e analisados.

Caracteriza-se por um instrumento virtual de aprendizagem desenvolvido no formato de apresentação “**Power Point interativo**”, com hipermídia e atividades selecionadas e adaptadas, dentre as desenvolvidas que apresentaram maior impacto na aquisição de conhecimento integrado sobre saúde, corpo humano, alimentação, e com evidências de mudança de hábitos. O produto pode ser utilizado em casa, pelo aluno e/ou família como ferramenta lúdica de aprendizagem. Na realidade da pandemia do COVID-19, com o ensino remoto, este produto oferece atividades interativas, as quais o aluno pode realizar utilizando tanto o celular quanto o computador. Pode ser também utilizado em sala de aula, ou de informática, com a mediação do professor, adequada à realidade de seus alunos. Este produto consiste em um recurso diferenciado, que pode contribuir no desenvolvimento da autonomia na aquisição de conhecimentos, de forma lúdica e interativa.

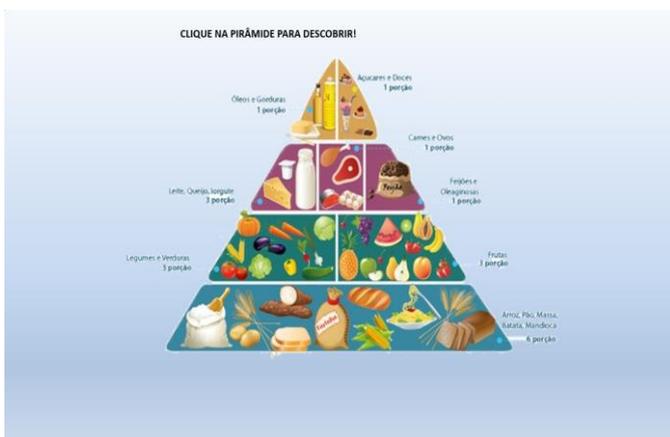
## 2 Orientações e sugestões para uso do produto

- Pode ser enviado via *Whatsapp*;
- Clique no link e baixe o Power Point;
- **ABRA** o Power Point e coloque no **modo APRESENTAÇÃO** para interagir:



- Quizz alimentação o corpo humano
- Classificação dos alimentos (Naturais, processados e ultraprocessados)
- Jogo da memória com quadro ilustrativo (Gabarito)

- Pirâmide Alimentar interativa
- Pense na sua alimentação
- Desafio



**CHEGAMOS AO FINAL!**

E AGORA VOCÊ JÁ SABE MUITAS COISAS SOBRE ALIMENTAÇÃO E SUA IMPORTÂNCIA PARA O NOSSO CORPO E SAÚDE!

**VAMOS COMPARTILHAR ESSE CONHECIMENTO COM A FAMÍLIA E OS AMIGOS!**

**E AGORA UM DESAFIO!**

### 3 SUGESTÕES

Pode ser utilizado:

- como atividade avaliativa;
- como atividade na estratégia de sala de aula invertida para realizarem em casa;
- como atividade interativa em aulas síncronas.

#### **Planos de aula das atividades desenvolvidas na pesquisa e que embasaram a elaboração do produto**

##### **ATIVIDADE 1 - Roda de conversa ( diagnóstica)**

**Descrição** – A roda de conversa foi o momento inicial para explicar para os alunos como seriam nossas aulas “contrato de aprendizagem”, bem como, fazer um levantamento prévio do que os alunos já sabiam sobre o tema, o que aprenderam sobre o conteúdo que já havia sido trabalhado em sala de aula.

**Objetivo central** – Levantar os conhecimentos prévios dos alunos e mobilizá-los para a realização das atividades e sobre a alimentação (diagnóstica).

**Objetivos específicos** – Engajar os alunos na temática e despertar a curiosidade sobre o tema.

**Tempo:** 2 aulas ( 50 minutos cada).

**Recursos utilizados:** Lousa Digital, slides e folha para registro.

**Estratégias de ensino:** Diálogo para introdução ao tema e permissão da participação oral dos alunos, por meio de uma escuta ativa.

**Aplicação:** Para realização da atividade optamos por um ambiente fora da sala de aula, para sair da “rotina”. Pode-se ter a utilização de recursos digitais ou não. O importante é realizar a roda de conversa como diálogo, expor o assunto como um

bate papo e ouvir os alunos ativamente para dar seguimento às atividades, respondendo às perguntas sobre o tema.

## **ATIVIDADE 2 - A Caixa dos Sentidos**

**Descrição:** Apresentação da caixa dos sentidos de forma lúdica para retomar os conteúdos de Ciências, os cinco sentidos do corpo humano, com uma abordagem voltada apenas para os alimentos/alimentação.

### **Objetivos:**

- Relacionar os cinco sentidos (visão, audição, tato, olfato e paladar) do corpo humano à alimentação e aos alimentos;
- Promover aprendizagem entre os pares.

**Tempo:** 4 aulas ( 50 minutos cada)

**Recursos utilizados:** Caixa (papelão com e.v.a colorido), alimentos, slides, vídeos, cartolina, papel, caneta e folha para registro.

**Estratégias de ensino:** Uso da metodologia investigativa, com questionamentos orais e escritos. A caixa dos sentidos, utilizada de forma lúdica, instigando os alunos a descobrirem em cada aula o que havia dentro dela. Estímulo para o desenvolvimento da imaginação e criatividade por meio da experiência concreta vivida por eles em relação aos sentidos. Aprendizagem de novos conceitos e retomada de conteúdos já aprendidos.

**Aplicação:** A aplicação se subdivide pelas atividades relacionadas aos sentidos:

**1º/2º Visão e Audição** - A caixa trouxe a exploração de como podemos relacionar a visão e a audição à alimentação, por exemplo, o “crack”, barulho da mordida, demonstrando a crocância do alimento. Som da panela de pressão, líquido sendo derramado no copo, o barulho da faca “picando” frutas e legumes, dentre outros.

E a visão, a típica frase usada “ comemos com os olhos”, desperta o uso da visão e da beleza dos alimentos que podem nos causar reações como fome ou vontade de comer. Reprodução no slides de imagens de alimentos como: arroz, feijão, leite, frutas, bolos, pizza, macarrão e outros como exemplos.

**3º Olfato** – Nesse momento, para trabalhar o olfato, a caixa dos sentidos foi explorada de uma forma diferente. Dentro dela havia cinco copinhos iguais, tampados, em que não era possível ver o que havia neles. Distribuídos em cima de uma mesa, os copos continham alimentos e temperos utilizados na cozinha, para que os alunos identificassem por meio do olfato ( cheirando). A experiência foi feita individualmente e registrada em uma folha. Ao final compartilhamos quais eram esses alimentos e a sequência correta, o que sentiram durante essa atividades, se isso trouxe alguma lembrança ou associação com outras comidas e momentos vividos. Trabalhamos a função cerebral e a memória sensorial.

**4º Tato** - Para o tato, a caixa dos sentidos continha uma “ surpresa”. Os alunos foram estimulados a oralmente tentarem adivinhar o que havia dentro da caixa, que neste momento, veio com uma abertura, para que cada aluno pudesse realizar a experiência de colocar a mão dentro e identificar pelo tato os alimentos que ali estavam. Orientamos para que sentissem os formatos e as diferentes texturas. Uma cartolina foi fixada na parede e um aluno responsável por anotar o nome dos alimentos que os colegas identificaram. Ao final, puderam ver quais eram os alimentos, e verificar o que acertaram; realizamos a socialização das respostas oralmente e sobre a dinâmica da atividade e a correlação do tato e da sensibilidade de percepção em relação aos alimentos.

**5º Paladar** – Para trabalhar o último sentido, a caixa trouxe um alimento para os alunos degustarem, um cookie, inicialmente parecendo ser um doce com muito chocolate. Porém, ao entregar para os alunos, foi pedido para que utilizassem o que aprenderam sobre os sentidos, observar o cookie (visão), cheirar, perceber sua textura e dizer oralmente quais ingredientes achavam que faziam parte da receita.

**ATIVIDADE 3** – Retomada do tema e a questão: O que é ser saudável?

**Descrição:** Retomamos o tema sobre as atividades realizadas com a caixa dos sentidos e a discussão sobre o que é ser saudável e registro.

**Objetivo central:** Retomar o tema e engajar os alunos novamente para continuidade da pesquisa.

**Objetivos específicos:** Investigar com os alunos o que é ser saudável, na visão deles e mobilizar para a aprendizagem de novos conceitos científicos.

**Tempo:** 1 aula ( 50 minutos)

**Recursos utilizados:** Sala de informática, slides, vídeo e folha para registro.

**Aplicação:** A retomada de conteúdos e feedback foi realizada em sala de aula. Em seguida, na sala de informática os alunos receberam uma folha com questões como: O que é ser saudável? Quais alimentos são saudáveis? E não saudáveis?

Após os alunos responderem, socializamos as respostas oralmente, e no momento, por condições de internet, fizemos uma pesquisa conjunta, apresentada em lousa digital, sobre a definição feita pela Organização Mundial da Saúde (OMS) sobre o que é ser saudável. A partir das discussões, os alunos também tiveram acesso ao conhecimento do Guia Alimentar para a População Brasileira e breve explanação sobre seu conteúdo e apresentação do vídeo dos 10 passos para uma alimentação saudável.

**ATIVIDADE 4** – Questionário para os pais/ responsáveis (Retomada de contato e acolhida durante a Pandemia da Covid-19).

**Descrição:** Retomada de contato com os alunos e seus pais/responsáveis para inicialmente uma acolhida, diante da situação, e obter dados referentes a alimentação na quarentena, bem como, a partir dessa reflexão e dos recursos disponíveis, continuar o trabalho e as atividades da pesquisa.

**Objetivo central:** Coletar dados com os pais e/ou responsáveis sobre a alimentação, rotina e dificuldades encontradas durante esse período da quarentena.

**Objetivos específicos:**

- Retomar o contato com os alunos e seus pais/ou responsáveis, durante a quarentena e a suspensão das aulas presenciais.
- Engajar os alunos novamente para as atividades de Ciências no tema da alimentação e o corpo humano e seus sistemas,

**Tempo:** 1 semana

**Recursos utilizados:** Aplicativo de bate-papo (WhatsApp), vídeo elaborado pela autora e utilização de formulário (Google Forms).

**Aplicação:** A retomada de contato e a comunicação foi estabelecida por meio do WhatsApp e a criação do grupo da sala para facilitar esse acesso. Gravamos um vídeo de acolhimento para uma conversa com os alunos e abrir espaço para diálogo sobre os sentimentos diante dessa nova realidade e promover a interação online. Para os pais/ ou responsáveis, enviamos mensagem individual via WhatsApp, solicitando para que respondessem o questionário feito pelo Google Forms

**ATIVIDADE 5 - Ensino Remoto – Conhecendo e explorando o Padlet (Mural Virtual)**

**Descrição:** Primeira aula utilizando o Google Meet para interação online em tempo real.

**Objetivo central:** Conhecer e explorar a ferramenta digital Padlet.

**Objetivos específicos:**

- Interagir de forma assíncrona, utilizando o Padlet ( mural virtual);
- Compartilhar as fotos de uma das refeições feitas em casa;
- Comentar e compartilhar as informações nutricionais do seu próprio prato, análise da sua alimentação;
- Promover o letramento digital e a aprendizagem por meio de novas ferramentas digitais não utilizadas por eles.

**Tempo:** 1 semana

**Recursos utilizados:** WhatsApp e Google Meet

**Estratégias de ensino:** Interação online; imersão no tema e aprendizagem colaborativa na construção coletiva do Padlet.

**Aplicação:** Realização da primeira aula online pelo Google Meet. Incentivo a participação e interação. Apresentação do Padlet e das funções virtuais dentro do objetivo da aula e a importância da colaboração de todos para construirmos o nosso mural.

**ATIVIDADE 6 – Ensino Remoto - Google Meet/ Slides ( Revisão e vídeo)**

**Descrição:** Comentários sobre o mural virtual – Revisão e contextualização da alimentação, os cinco sentidos do corpo humano e o sistema digestório, conteúdo do material de Ciências do 1º Bimestre (5º ano).

**Objetivo central:** Relacionar os conteúdos aprendidos com o corpo humano.

**Objetivos específicos:**

- Interagir de forma síncrona, utilizando o Google Meet;
- Revisar conteúdos relacionados à alimentação e nutrição dos alimentos;
- Promover a contextualização dos conteúdos e a compreensão sobre a importância da boa alimentação para o funcionamento do corpo.

**Tempo:** 1 semana

**Recursos utilizados:** WhatsApp, Google Meet e slides

**Estratégias de ensino:** Interação online, desenvolvimento do diálogo e da argumentação, lembrando os conteúdos e conceitos já vistos anteriormente.

**Aplicação:** Utilizamos os slides para retomar conteúdos e fazer conexões entre conhecimentos já vistos previamente e os novos relacionados ao corpo humano, e seus sistemas, como o digestório. Relembramos a classificação dos alimentos (naturais, processados e ultraprocessados), sendo o consumo deste último, um dos problemas detectados antes do projeto.

**ATIVIDADE 7 – Alimentos Ultraprocessados (componentes)**

**Descrição:** Revisão sobre a classificação dos alimentos (naturais, processados e ultraprocessados).

**Objetivo central:** Diferenciar a classificação dos alimentos.

**Objetivos específicos:**

- Interagir de forma síncrona, utilizando o Google Meet;
- Compreender a classificação dos alimentos.

**Tempo:** 1 semana

**Recursos utilizados:** Google Meet, slides e vídeo.

**Estratégias de ensino:** Interação online, desenvolvimento do diálogo e da argumentação e de um novo recurso digital a ser explorado, para “ digitação”, pelo chat.

**Aplicação:** Utilizamos os slides para retomar conteúdos e fazer conexões entre conhecimentos já vistos com enfoque na discussão sobre quais são os alimentos ultraprocessados. Apresentação do vídeo da Organização Mundial da Saúde (OMS), sobre o tema.

### **ATIVIDADE 8** – Sala de Aula Invertida – “ De onde vem a goma de mascar?”

**Descrição:** Proposta de Inversão da sala de aula por meio de uma vídeo de curiosidade científica e com conteúdos interdisciplinares para serem discutidos.

**Objetivo central:** Sensibilizar os alunos sobre os ingredientes e como é feito uma alimento ultraprocessado.

#### **Objetivos específicos:**

- Promover um atividade de sala de aula invertida para estimular maior participação ativa e senso crítico dos alunos;
- Identificar os ingredientes e componentes desse tipo de alimento;
- Conscientizar sobre o seu consumo em grandes quantidades/ relação com problemas de saúde em decorrência da má alimentação.

**Tempo:** 1 semana

**Recursos utilizados:** *WhatsApp*, *Google Meet* e folha para registro.

**Estratégias de ensino:** Sala de aula invertida. Mediação do professor na discussão para levar os alunos a responderem e analisarem de forma crítica o conteúdo do vídeo.

**Aplicação:** Instruções foram feitas pelo Meet e também no *WhatsApp*. A proposta do vídeo que foi convertido e enviado via *WhatsApp* “De onde vem a goma de mascar”, extraído do canal (Manual do Mundo) no Youtube e três questões norteadoras para serem respondidas após o vídeo e que foram discutidas na próxima aula.

**ATIVIDADE 9** - Sala de aula invertida/ Mapa mental colaborativo utilizando o *Jamboard*.

**Descrição:** Discussão sobre o vídeo e as questões.

**Objetivo central:** Verificar o que os alunos sentiram ( impacto) ao ver o vídeo.

**OBJETIVOS ESPECÍFICOS:**

- Identificar os principais componentes do alimento apresentado no vídeo;
- Relacionar com outros alimentos e como deve ser o consumo deste em especial;
- Identificar outros elementos, componentes químicos e transformações físicas apresentadas no processo de produção.

**Tempo:** 50 minutos

**Recursos utilizados:** *WhatsApp, Google Meet* e o quadro colaborativo - *Jamboard*.

**Estratégias de ensino:** Sala de aula invertida. Mediação do professor na discussão para levar os alunos a responderem e analisarem de forma crítica o conteúdo do vídeo através das questões norteadoras.

**Aplicação:** Realizamos a discussão oral sobre o vídeo, mediadas, com a finalidade de identificar e refletir sobre os componentes daquele alimento ultraprocessado, cuidados e equilíbrio para o seu consumo e doenças em decorrência da má alimentação. Em seguida, utilizamos o quadro branco *Jamboard*, para fazer um mapa mental das principais ideias e definições sobre o que aprenderam ( alimentos naturais, processados e ultraprocessados).

**ATIVIDADE 10** – Bate-papo com a Nutricionista

**Descrição:** Conversa com a nutricionista enquanto profissional especialista na área da alimentação para contextualizar conteúdos aprendidos, novos conhecimentos e tirar dúvidas.

**Objetivo central:** Promover um momento de bate papo interdisciplinar com uma especialista na área.

**Objetivos específicos:**

- Promover a participação ativa e a capacidade de interação com uma profissional da área;
- Conhecer o trabalho da nutricionista em diversos setores;
- Aprender novos conhecimentos sobre como ter uma alimentação saudável e equilibrada.

**Tempo:** 50 minutos

**Recursos utilizados:** *Google Meet.*

**Aplicação:** Realizamos em formato de bate-papo, uma entrevista com uma nutricionista para que os alunos pudessem participar e interagir de forma ativa com perguntas e respostas e que através do diálogo, aprender novos conteúdos sobre alimentação saudável e correlacionar com o que já sabiam sobre o tema, agregando novos conhecimentos.

**ATIVIDADE 11** – Ultraprocessados, o que podem causar no nosso corpo?

**Descrição:** Apresentação das doenças causadas em decorrência da má alimentação. Confecção da tabela e pesquisa em casa.

**Objetivo central:** Sensibilizar os alunos sobre as doenças.

**Objetivos específicos:**

- Escrever sua própria tabela e pesquisar em casa, com a família, verificando se havia pessoas que possuíam alguma doença relacionada à má alimentação;
- Analisar os dados e verificar quantas pessoas próximas a eles já possuem algumas dessas doenças.

**Tempo:** 1 semana

**Recursos utilizados:** WhatsApp, Google Meet, slides, folha ou caderno para registro.

**Estratégias de ensino:** Pesquisa em casa, letramento e tabulação de dados.

**Aplicação:** Apresentamos por meio de slides e discussão oral as principais doenças causadas pela má alimentação e consumo exagerado de alimentos ultraprocessados. Em seguida, orientamos sobre como fazer a tabela e definimos

em conjunto (modelo) quais as perguntas que seriam realizadas. Solicitamos que fotografassem a tabela preenchida e enviassem via WhatsApp para ser utilizado em atividade posterior.

### **ATIVIDADE 12** – Gamificação - Quiz interativo online (*Google Forms*)

**Descrição:** Atividade com recursos de gamificação (pontuação, tempo e classificação), para interação online e avaliação dos conhecimentos adquiridos, de uma forma lúdica.

**Objetivo central:** Utilizar o Quiz interativo para verificar a aprendizagem dos alunos até aquele momento .

#### **Objetivos específicos:**

- Verificar a participação e interação online com a utilização de um novo recurso nunca utilizado por eles;
- Avaliar em tempo real;
- Aperfeiçoar a leitura e interpretação para responder ao questionário.

**Tempo:** 50 minutos

**Recursos utilizados:** *Google Meet/* Questionário - *Forms*

**Estratégias de ensino:** Gamificação/ Letramento digital/ Análise de gráficos.

**Aplicação:** Iniciamos a aula fazendo um momento de conversa e espaço aberto para comentários pessoais e feedback. Em seguida, propusemos a atividade em que explicamos que através de um link enviado pelo chat durante a reunião do met., para clicar e responder um *Quiz* em tempo real. Atentar-se para a pontuação de cada pergunta e ao tempo que iríamos contar para realização.

**ATIVIDADE 13** Experimento - consumo de sal e a “Pressão Sanguínea” - pesquisa das doenças/ socialização da tabela.

**Descrição:** Experimento para demonstração e associação da osmose da batata com o consumo de sal, retenção de líquidos e elevação da pressão arterial no nosso corpo.

**Objetivo central:** Verificar o que o excesso no consumo de sal pode causar no nosso corpo.

**Objetivos específicos:**

- Aprender sobre doenças como a hipertensão “pressão alta”, retenção de líquidos pelo consumo de sal.
- Incentivar o levantamento de hipóteses e a argumentação;

.

**Tempo:** 50 minutos

**Recursos utilizados:** *Google Meet*/ vídeo e texto

**Estratégias de ensino:** Vídeo com a experiência, levantamento de hipótese, resultado, conclusão e aprendizagem do conceito científico ( texto).

**Aplicação:** A atividade foi realizada em duas etapas online, com a apresentação da primeira parte do vídeo, levantamento de hipóteses. Em seguida, a segunda parte, discussão e conclusão. Leitura do texto com a explicação médica (científica) sobre o que realmente acontece no corpo humano.

**ATIVIDADE 14** - Propagandas e a influência da mídia no consumo de alimentos.

**Descrição:** Verificar a função e as principais estratégias utilizadas nas propagandas de alimentos com a finalidade de influenciar a compra e o consumo.

**Objetivo central:** Compreender e analisar as propagandas de alimentos

**Objetivos específicos:**

- Reconhecer as estratégias utilizadas nas propagandas;
- Pesquisar alguns aspectos da legislação;
- Refletir sobre o efeito delas e a vontade de comprar e consumir determinado produto;
- Aprender a fazer uma análise crítica, sem se deixar influenciar pela mídia.

**Tempo:** 50 minutos

**Recursos utilizados:** *Google Meet/ Power Point/ vídeos* e pesquisa realizada pelos alunos.

**Estratégias de ensino:** Diálogo sobre as propagandas encontradas e a legislação atual em discussão. Principais características das propagandas para chamar atenção do público e análise de algumas delas veiculadas na televisão e internet.

**Aplicação:** A atividade foi realizada de forma síncrona, com a participação dos alunos, diálogos e discussões com o apoio do material pesquisado por eles e o previamente selecionado pela pesquisadora.

**ATIVIDADE 15** – Cartaz Colaborativo “Para uma alimentação e vida saudável” – divulgação online para a escola, família e comunidade.

**Descrição:** Construção do cartaz colaborativo.

**Objetivo central:** Colocar em prática os conhecimentos aprendidos sobre alimentação saudável.

**Objetivos específicos:**

- Realizar de forma colaborativa no grupo a seleção das frases para elaboração do cartaz;
- Desenhar o conteúdo do cartaz,
- Divulgar o cartaz digital para conscientizar a escola, família e comunidade sobre a importância de uma construção de hábitos alimentares saudáveis.

**Tempo:** 50 minutos (síncrona) / 1 semana para entrega dos desenhos.

**Recursos utilizados:** *Google Meet/ chat/ caderno e folha sulfite.*

**Estratégias de ensino:** Texto colaborativo.

**Aplicação:** Inicialmente levantamos o conteúdo a ser colocado no cartaz; escrevemos as frases e em seguida os alunos dividiram as partes do desenho que cada um realizaria e enviaria para a montagem do cartaz digital para posteriormente uma divulgação online pelas redes sociais e *WhatsApp*.

**CLIQUE NO LINK PARA BAIXAR O POWER POINT INTERATIVO**



[https://drive.google.com/file/d/1FIRQnbcdm2k4y\\_0aWuR1XT6QuDQ7nTV8/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1FIRQnbcdm2k4y_0aWuR1XT6QuDQ7nTV8/view?usp=sharing)

**OBSERVAÇÃO IMPORTANTE: NÃO ABRE CORRETAMENTE COM A APRESENTAÇÃO DO GOOGLE, É PRECISO FAZER O DOWNLOAD DO POWER POINT PARA EXECUTÁ-LO E INTERAGIR.**

## REFERÊNCIAS

ABSORÇÃO no Intestino Delgado. [S. l.: s. n.], 28 abr. 2020. 1 vídeo (1 min). Publicado pelo canal Kennedy Ramos. Disponível em: <https://youtu.be/9eRxp41Sekl>. Acesso em: 6 maio 2021.

ALIMENTOS processados: óleo, gorduras, sal e açúcar. [S. l.: s. n.], 21 fev. 2019. 1 vídeo (2 min). Publicado pelo canal Saps Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Disponível em: [https://youtu.be/5zH6VZd\\_SZs](https://youtu.be/5zH6VZd_SZs). Acesso em: 6 maio 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2 ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia\\_alimentar\\_populacao\\_brasileira\\_2ed.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf). Acesso em: 21 jun. 2019.

BRASIL. **Base Nacional Comum Curricular**: educação é a base. Brasília, DF: MEC/CONSED/UNDIME, 2018a.

BRITO, Glaucia da Silva; PURIFICAÇÃO, Ivonélia da. **Educação e novas tecnologias**: um (re)pensar. 2. ed. Curitiba: InterSaberes, 2015.

CAMARGO, Fausto; DAROS, Thuinie. **A sala de aula inovadora**: estratégias pedagógicas para fomentar o aprendizado ativo. Porto Alegre: Penso, 2018.

COMO é feita a goma de mascar? [S. l.: s. n.], 2017. 1 vídeo (7 min). Publicado pelo canal Manual do Mundo. Disponível em: <https://youtu.be/SeuQ-sQLTNI>. Acesso em: 10 maio 2020.

CRESPO, L. C.; CRESPO, N. D. de O. (orgs.). **Ferramentas digitais para o ensino**: o ensino remoto emergencial em evidência. Recife: Even3 Publicações, 2020. Disponível em: <https://even3.blob.core.windows.net/even3publicacoes-assets/book/521556-ferramentas-digitais-para-o-ensino--o-ensino-remoto-em-evide.pdf>. Acesso em: 6 maio 2021.

FONTES, Ana Cristina D.; CARDELLA, Jacqueline Paranhos. **Anglo Ciências Ensino Fundamental, 4º ano**: caderno 1, manual do professor. 1. ed. São Paulo: Ática, 2016.

IDEC; UNICEF. **Influência dos rótulos de alimentos ultraprocessados na percepção, preferências e escolhas alimentares de crianças brasileiras**. São Paulo: IDEC/UNICEF, 2019. Disponível em: <https://alimentandopoliticas.org.br/wp-content/uploads/2020/01/Pesquisa-Idec-UNICEF-Web.pdf>. Acesso em: 15 mar. 2020.

IN NATURA, processados e ultraprocessados: conheça os tipos de alimento no Intestino Delgado. [S. l.: s. n.], 5 jan. 2018. 1 vídeo (1 min). Publicado pelo canal Ministério da Saúde. Disponível em: <https://youtu.be/sNzFuAxYzm8>. Acesso em: 6 maio 2021.

OS NUTRIAMIGOS - parte 2. [S. l.: s. n.], 19 maio 2017. 1 vídeo (5 min). Publicado pelo canal Nutriamigos. Disponível em: <https://youtu.be/zlQEliiRRTk>. Acesso em: 6 maio 2021.

POR QUE o sal faz subir a pressão arterial? **Mundo Estranho Saúde**, 4 jul. 2018. Disponível em: <https://super.abril.com.br/mundo-estranho/por-que-o-sal-faz-subir-a-pressao-arterial/>. Acesso em: 5 jun. 2020.

SANCHES, C. E. PowerPoint como ferramenta educacional e sua contextualização nas TICs. **Revista Tecnologias na Educação**, ano 8, n. 15, ago. 2016. Disponível em: <http://tecedu.pro.br/wp-content/uploads/2016/08/Texto7-Powerpoint-como-ferramenta-educacional-e-sua-contextualiza%C3%A7%C3%A3o-nas-TICs.pdf>. Acesso em: 6 maio 2021.

VOCÊ sabe o que é anemia ferropriva? [S. l.: s. n.], 16 maio 2020. 1 vídeo (2 min). Publicado pelo canal Patologia e Saúde. Disponível em: <https://youtu.be/sj2GcJqXMcU>. Acesso em: 6 maio 2021.

5 DICAS para ter uma Vida Saudável | IMEB. [S. l.: s. n.], 20 set. 2016. 1 vídeo (3 min). Publicado pelo canal Clínica IMEB. Disponível em: <https://youtu.be/w6lqLoSOcLI>. Acesso em: 6 maio 2021.