

NUTRINDO IDÉIAS

*Produto Educacional
Aula Abordando Educação
Alimentar e Nutricional*



2024

PROFEPT
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM
EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E TECNOLÓGICA

**INSTITUTO
FEDERAL**
Cariacica
Barragem

TÍTULO: NUTRINDO IDEIAS

FICHA TÉCNICA

Autor: Ligia Batiston

Orientador: Dra. Sara Nunes.

Programa de Ensino: Pós-Graduação em Educação Profissional e Tecnológica – ProfEPT.

Instituição Associada: Instituto Federal Catarinense – IFC.

Linha de Pesquisa: Práticas Educativas em Educação Profissional e Tecnológica.

Macroprojeto 3: Práticas Educativas no Currículo Integrado no contexto do Ensino.

Origem do produto: estudo desenvolvido no Mestrado Profissional em Educação Profissional e Tecnológica (ProfEPT).

Área de Conhecimento: Ensino.

Público-alvo: discentes e docentes dos Cursos Técnicos Integrados ao Ensino Médio em especial do curso de Eletroeletrônica do IFC – Blumenau e demais interessados no tema Educação Alimentar e Nutricional.

Palavras-chave:

Educação alimentar e nutricional; Integração; Ensino Médio Integrado

FICHA TÉCNICA

Categoria deste produto: e-book.

Finalidade: o produto educacional em formato de e-book intitulado “Nutrindo Idéias” é uma possibilidade para a inclusão de disciplinas do eixo transversal com a Educação Alimentar Nutricional (EAN) como forma de promover a integração das disciplinas do Ensino Médio.

Registro do produto: Biblioteca do Instituto Federal Catarinense (IFC), Campus Blumenau.

Avaliação do produto: a aplicação e a avaliação do e-book foram realizadas de forma presencial com os alunos de duas turmas do primeiro ano alunos do Curso Técnico Integrado ao Ensino Médio em Eletromecânica Integrado. O produto foi validado pelos estudantes, professora da disciplina de história e componentes da Banca de Defesa.

Disponibilidade: irrestrita, preservando-se os direitos autorais, bem como a proibição do uso comercial do produto.

Divulgação: em formato digital.

Instituição envolvida: Instituto Federal Catarinense (IFC).

URL: produto acessível no repositório da EduCapes.

Idioma: português.

Cidade/Estado: Blumenau, Santa Catarina.

País: Brasil

2024

SUMÁRIO

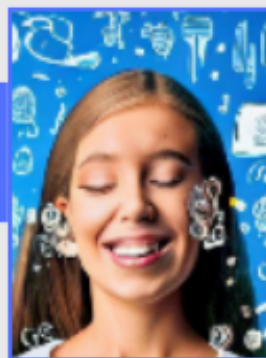


AULA CAMINHOS DO APRENDIZADO

Apresentação	5
Primeira prática descontração/Dinâmica da Batatinha ou Semente.....	6
Metodologia	7
Introdução da aula.....	8
Roda de conversa	9
Para Discussão – Resgate histórico da alimentação.....	10
Alimentação na pré- história	11
Alimentação na Antiguidade Clássica e Idade Média.....	12
As navegações e as mudanças no consumo e produção	14
Discussão alimentação na atualidade	15
Alimentação na Idade Contemporânea.....	16
Alimentação Blumenau Indígenas.....	17
Alimentação Blumenau Influência Alemã e Italiana.....	18
Alimentação -Trabalho – Blumenau – Influência Alemã e Italiana.....	19
Debate Fechamento - Conclusões	21
Material Complementar- As definições e classificações dos alimentos	23
Referências Bibliográficas.....	31

INÍCIO

QUEM SOU EU?



Convido você para conhecer a sequência didática "Nutrindo idéias"!

Nutrir idéias é promover práticas educativas em Educação Profissional e Tecnológica, dentro do mundo de ideias e opções variadas e múltiplas de alimentos e informações que existem na atualidade.

Queremos instigar com tal aula a reflexão sobre o comer na atualidade e sua influência no trabalho, cultura, ciência e tecnologia, tão importantes para as práticas educativas no currículo integrado (linha de pesquisa do macroprojeto 3: Práticas Educativas no Currículo Integrado no contexto do Ensino) desenvolvido a partir da realização de uma pesquisa de Mestrado do Programa de Pós-graduação em Educação Profissional e Tecnológica (ProfEPT).

Vamos pensar e aprender com o "Nutrir Ideias", resgatando memórias e histórias para ações de interdisciplinaridade com o apoio da educação alimentar e nutricional por meio deste produto educacional.

AULA



CAMINHOS DO APRENDIZADO

1. Introdução e apresentação do tema a ser abordado
2. Descontração - Início da Dinâmica - Batata
3. História Alimentação e do Trabalho
4. Resgate da alimentação regional
5. Finalização - Dinâmica da Batata.
6. Avaliação: Aula e Aluno

Material complementar para discussão em aula:
Classificação Alimentos



PRIMEIRA PRÁTICA DESCONTRAÇÃO



DINÂMICA DA BATATINHA OU SEMENTE

Objetivo:

Incentivar um exame de consciente das características únicas de objetos e pessoas.

Materiais:

Um pacote de batatinhas.

Distribua uma batata para cada aluno.

Distraia os participantes. Se perguntarem sobre a batata ou sementes diga "vou explicar mais tarde". Introduza sobre os tópicos da aula.

Pegue as batatas ou sementes de volta.

Peça aos alunos que as tragam à frente da sala e depositem-nas na caixa de papelão.

Misture as batatas ou sementes.

Ao final da aula peça aos alunos que peguem suas batatas de volta. Diga-lhes que peguem suas batatas (as que tinham antes). Após uma pausa, peça que peguem qualquer batata, se não encontrar sua batata ou semente original.

Conclua a atividade ao final da aula - reflexão: Que características te faz único e te distinguem dos outros? Estas características únicas são defeitos, méritos ou qualidades neutras?

Convide-os a levar sua batata ou sementes para casa.

METODOLOGIA

PRÉ AULA - SALA DE AULA INVERTIDA

Antes da aula sugere-se - reflexão no ambiente de convívio do estudante:

Realizar um resgate histórico com familiares e/ou pessoas com quem mora sobre como era a alimentação antigamente e como é hoje.

AULA - RODA DE CONVERSA

Problematização do tema; " tempestade de ideias", por meio da pergunta norteadora :

Quais alimentos seus familiares comiam antigamente?!

Como é sua alimentação atualmente?!

ATIVIDADE

Os alunos escrevem em um bilhete adesivo uma palavra que representa a seguinte reflexão:

Quais as receitas e ou alimentos que fazem parte da memória afetiva e da história dos meus antepassados??

Sugestão: elaborar um mural com as notas adesivas “Alimentação que traz memórias históricas”.

INTRODUÇÃO DA AULA



NUTRINDO IDÉIAS...

Vamos nutrir algumas ideias sobre como a alimentação e o trabalho mudaram com o passar do tempo?

comendo nutrimos diariamente as células do nosso corpo com alimentos, água e os nutrientes, que são importantes para nosso corpo funcionar.

Nosso corpo dá "sinais" de que precisamos comer, tomar algo, alguns sinais que podem ter influência do ambiente em que vivemos e fatores (internos e externos).

Como um carro ou máquina que com o passar do tempo mostra sinais de que precisa de combustível, óleo, água...

Sinais internos de sede, fome. ou seja os alertas do corpo.

Externos são por influências : pessoas, propagandas, mídias sociais, ambiente em que comemos...



RODA DE CONVERSA



***TROCA DE IDÉIAS E RESGATE
HISTÓRICO DA ALIMENTAÇÃO
E DO TRABALHO ENVOLVIDO
NA PRODUÇÃO E CONSUMO***

Acontece que com o passar do tempo e do tique taque do relógio, o ambiente, as pessoas, a produção e o consumo de alimentos modificam-se.

O trabalho, a produção dos alimentos, as fases da vida passam por transformações e possuem uma história, a qual vamos conhecer um pouco qual a relação do trabalho e da alimentação na história.

Sinais internos de sede, fome. ou seja os alertas do corpo.

Externos são por influências : pessoas, propagandas, mídias sociais, ambiente em que comemos...

Vamos lembrar como era a alimentação nos primórdios ??



PARA DISCUSSÃO...

RESGATE HISTÓRICO DA ALIMENTAÇÃO

Tudo girava em torno do alimento tão necessário para a sobrevivência e presente no dia a dia, produzir, cuidar, plantar e colher. Era preciso batalhar, ir em busca do alimento para manter o corpo e a família vivos.

ALIMENTAÇÃO NA PRÉ - HISTÓRIA

Alimentos que a natureza fornecia: animais abatidos (carnes); frutas, gramíneas, folhas, raízes, etc.

IDADE ANTIGA

Cultivo de Cereais e Condimentos.
Tempo de plantar, colher e caçar.
O comer e o beber tinham outros sabores e a finalidade principal era sobreviver.



ALIMENTOS IN NATURA.

ALIMENTAÇÃO NA PRÉ - HISTÓRIA



Período em que se foi diversificando e disseminando os vários tipos de alimentos entre os continentes, através do comércio.

O plantio e a domesticação dos animais facilitavam as diversas culturas de alimentares e preparações.

Os gregos e os romanos tinham um comércio de grande porte, envolvendo plantas comestíveis, azeite de oliva e ainda importavam especiarias no Extremo Oriente em 1000 a.C.

Surgiram tempos difíceis na Idade Média, época de penúria e fome.

ALIMENTOS IN NATURA E MINIMAMENTE PROCESSADOS

ALIMENTAÇÃO NA ANTIGUIDADE CLÁSSICA E IDADE MÉDIA

Uma abundância de plantas comestíveis na Europa ocorreu quando os árabes invadiram a Espanha em 711.

Nesse tempo os invasores sarracenos levaram arroz para o sul da Europa, além de outros alimentos vegetais, frutas, condimentos e a cana de açúcar.

O domínio árabe do Mediterrâneo abalou drasticamente a estrutura da região, quinhentos anos de caos principalmente no comércio.

Somente no século XII o Mediterrâneo disseminou as Especiarias.

**ALIMENTOS IN NATURA
E MINIMAMENTE PROCESSADOS**



ALIMENTAÇÃO NA ANTIGUIDADE CLÁSSICA E IDADE MÉDIA

Na Idade Média, as especiarias e ervas aromáticas eram usadas em banquetes.

Durante os séculos XV e XVI, Portugal, Espanha e Veneza competiram no financiamento de viagens marítimas para descobrir centros produtores de especiarias e apoderar-se deles.

As viagens foram de grande importância para a descoberta de novos alimentos e especiarias.

Durante a história, o poder econômico e o monopólio do comércio passou por vários povos e nessas conquistas e descobertas houve um intercâmbio de cultura, hábitos, culinária e conhecimentos.

ALIMENTOS IN NATURA E MINIMAMENTE PROCESSADOS

AS NAVEGAÇÕES E AS MUDANÇAS NO CONSUMO E PRODUÇÃO

.. América, 1492 navegou-se em busca de novos sabores e disseminou-se vários alimentos .. muitos foram à Europa, trazidos da América: tomate, batata, abacaxi, abacate, amendoim, baunilha, milho, mandioca, feijão, pimentas, provocando uma revolução nas receitas da época.

Pelo valor que era dado aos cereais, os europeus desprezaram os tubérculos encontrados no Novo Mundo, principalmente a batata que era usada por eles para alimentar porcos, prisioneiros e camponeses pobres.

O milho quando introduzido na Europa foi utilizado pelas camadas sociais de reduzidas posses, surgindo assim as preparações econômicas.

O milho e a batata foram certamente as contribuições mais significantes para beneficiar as populações menos favorecidas em recursos alimentares.

O cacau, a baunilha e o tomate ascenderam às esferas de maior sofisticação culinária, comparecendo à mesa dos ricos.

ALIMENTOS IN NATURA E MINIMAMENTE PROCESSADOS

DISCUSSÃO
ALIMENTAÇÃO NA ATUALIDADE

*Você já pensou como era a alimentação
antigamente no tempo dos seus pais, avós...*

Quais alimentos eles comiam ?!?

Eles plantavam, colhiam, compravam,
fabricavam ou trocavam ?!

Qual as histórias das comidas dos meus
antepassados?

Como obtinham os alimentos ??



ALIMENTAÇÃO NA IDADE CONTEMPORÂNEA

Até o século XX, várias descobertas técnico-científicas significativas promoveram o progresso e a modificação nos costumes alimentares como:

Surgimento de novos produtos;

Novas técnicas agrícolas e industriais;

Descobertas sobre fermentação;

Produção do vinho, cerveja e queijo em escala industrial e o beneficiamento do leite;

Avanços na genética proporcionando a aplicação no cultivo de plantas e criação de animais;

Mecanização agrícola;

Desenvolvimento dos processos técnicos para conservação de alimentos.

ALIMENTAÇÃO BLUMENAU INDÍGENAS

O parceiro do Feijão é ele o Arroz;
para os índios Tupis,
ele é o Abati-Uaupé,

a Macaxeira, Aipim ou Mandioca?
Parte do grupo das raízes e
tubérculos, a mandioca é
originalmente brasileira.

Mandioca - farinha, polvilho
doce e azedo, fécula ou goma,
tucupi e muito mais.

Raízes e tubérculos são alimentos muito versáteis,
podendo ser cozidos, assados, ensopados ou na
forma de purês.

Tapioca, pão de queijo...

Ingrediente de receitas de pirão, cuscuz, tutu, feijão-
tropeiro e farofas. Nas regiões Norte e Nordeste,
substitui com frequência o arroz na mistura com o
feijão.



ALIMENTOS IN NATURA

ALIMENTAÇÃO BLUMENAU INFLUÊNCIA ALEMÃ E ITALIANA

Na roça do colono alemão - ethos do trabalho próprio da etnia e não à forma de cultivo:

- Individualidade dos hábitos alimentares permite vincular o consumo:
- Polenta aos italianos;
- Pão, aos alemães;
- Na colônia ambos são feitos de milho e estão na cozinha dos dois grupos.

Klara Hermann: em vez de batata come-se muito aipim, batata doce e feijão, e o Mus (doce de frutas) se faz de banana, laranja ou abóbora. Os costumes condicionam as formas de adaptação, pois todos têm bananas e laranjas, mas o Mus é alemão!

Cuca (Kuchen) resultou de todo um sistema alimentar desenvolvido no território pelos imigrantes que atualmente compreende a microrregião Médio Vale do Itajaí.



**ALIMENTOS IN NATURA, MINIMAMENTE
PROCESSADOS E PROCESSADOS**

ALIMENTAÇÃO - TRABALHO BLUMENAU INFLUÊNCIA ALEMÃ E ITALIANA

Produção agrícola de gêneros como mandioca, milho, feijão e abóbora, composto por uma atafona (engenho de moer grãos) para produção de farinha de milho, um engenho para o açúcar e aguardente, e uma serraria para o trabalho com a madeira, como a produção de folhas finas para confecção de caixas de cigarros e velas.

Em Blumenau, o trigo e o centeio foram substituídos pela farinha de milho ou de mandioca; a batata inglesa, pelo aipim ou pelo palmito; os legumes, só quando as roças não eram prejudicadas pelas enchentes ou pelas geadas é que apareciam na mesa.

Leite, ovos, queijo, linguiça e carne fresca foram luxo, que só após alguns anos de trabalhos incessantes e com o desenvolvimento da lavoura e da pecuária passaram a integrar o cardápio do colono.



**ALIMENTOS IN NATURA, MINIMAMENTE
PROCESSADOS E PROCESSADOS**

ALIMENTAÇÃO - TRABALHO BLUMENAU

Subsistência da família:

Animais - vacas, um máximo de quatro, alguns porcos e algumas galinhas.

Criação de porcos era uma prática recorrente entre os camponeses italianos europeus, sendo muito importante para a subsistência das famílias e o toucinho era a gordura mais usada tanto nas regiões da Europa central e setentrional quanto nos campos mediterrâneos.



**ALIMENTOS IN NATURA, MINIMAMENTE
PROCESSADOS E PROCESSADOS**

DEBATE FECHAMENTO CONCLUSÕES



NUTRINDO IDEIAS...

Qual a influência da cultura e história dos alimentos em nossos hábitos alimentares ?

Qual as escolhas alimentares estamos fazendo e que fazem parte da história dos nossos antepassados?

Qual a forma de produção, trabalho que está relacionado aos alimentos que você consome?

Como é a alimentação atualmente e o que a diferencia de antigamente?

Quais alimentos tenho hoje?!

Os alimentos, preparações e receitas possuem histórias, lembranças e toda uma cadeia de produção, trabalho, indo muito além de fornecer nutrientes e promover energia ao corpo.

As escolhas alimentares possuem influência na saúde, qualidade de vida, na produção e história que traçamos para nosso futuro.



DEBATE FECHAMENTO CONCLUSÕES



O que escolhemos comer ou o que possuímos disponível no consumo alimentar tem Influência :

Família;

Amigos:

Mídias (sociais, propaganda..);

Sociedade;

Cultura....

Trabalho..

Uma alimentação equilibrada com predomínio de alimentos in natura ou minimamente processados possibilitam mais saúde, disposição para estudar, trabalhar e ter um futuro com qualidade de vida.

MATERIAL COMPLEMENTAR

As Definições e Classificações dos Alimentos

IN-NATURA	PROCESSADO	ULTRAPROCESSADO
		
abacaxi	abacaxi em calda	suco de abacaxi em pó
		
espiga de milho	milho em conserva	salgadinho de milho no pacote
		
peixe	peixe em conserva	empanado de peixe



[CLIQUE AQUI](#)

- Fonte: Guia alimentar para a população brasileira

ALIMENTOS IN NATURA

SÃO OBTIDOS DIRETAMENTE DE PLANTAS OU ANIMAIS, SEM MODIFICAÇÃO APÓS SAIREM DA NATUREZA

Grãos, tubérculos, frutas, hortaliças, carne, leite e ovos.

ALIMENTOS MINIMAMENTE PROCESSADOS

ALIMENTOS IN NATURA - PASSAM POR PROCESSOS IMPORTANTES, COMO REMOÇÃO DE PARTES NÃO COMESTÍVEIS OU INDESEJÁVEIS, FERMENTAÇÃO, PASTEURIZAÇÃO OU CONGELAMENTO.

AS ALTERAÇÕES SÃO MÍNIMAS. ESSES ALIMENTOS NÃO RECEBEM SAL, AÇÚCAR, ÓLEOS, GORDURAS, NEM OUTROS INGREDIENTES

Sinal Verde



ALIMENTOS IN NATURA

SÃO OBTIDOS DIRETAMENTE DE PLANTAS OU ANIMAIS, E NÃO SOFREM QUALQUER MODIFICAÇÃO APÓS DEIXAREM A NATUREZA

ALIMENTOS MINIMAMENTE PROCESSADOS

SÃO ALIMENTOS IN NATURA QUE PASSAM POR PROCESSOS IMPORTANTES, COMO REMOÇÃO DE PARTES NÃO COMESTÍVEIS OU INDESEJÁVEIS, FERMENTAÇÃO, PASTEURIZAÇÃO OU CONGELAMENTO, PARA CHEGAREM COM QUALIDADE AO CONSUMIDOR.

AS ALTERAÇÕES SÃO MÍNIMAS. ESSES ALIMENTOS NÃO RECEBEM SAL, AÇÚCAR, ÓLEOS, GORDURAS, NEM OUTROS INGREDIENTES





ALIMENTOS MINIMAMENTE PROCESSADOS

EXEMPLOS

- Hortaliças (legumes e verduras) e frutas in natura ou embalados, fracionados, refrigerados ou congelados;
- Arroz, milho (em grão ou na espiga) e outros cereais em grãos;
- Feijões (preto, carioca, fradinho, vermelho, guandu, branco, etc.);
- Cogumelos frescos ou secos;
- Frutas secas (ameixa, damasco, figo, etc.);
- Suco de fruta (natural ou pasteurizado e sem adição de açúcar ou outras substâncias);
- Castanhas (castanha-de-caju, castanha de baru, castanha-do-brasil), noz, amêndoa, amendoim, macadâmia, avelã (sem sal ou açúcar);
- Especiarias em geral e ervas frescas ou secas;
- Farinhas de mandioca, de milho ou de trigo e macarrão ou massas frescas ou secas feitas com essas farinhas e água;
- Carnes de gado, de porco e de aves e pescados frescos, resfriados ou congelados;
- Leite pasteurizado, UHT ou em pó;
- Iogurte (sem adição de açúcar);
- Chá, café, água potável;
- Ovos.

ALIMENTOS PROCESSADOS

PRODUTOS RELATIVAMENTE SIMPLES, FABRICADOS COM A ADIÇÃO DE SAL OU AÇÚCAR OU OUTRA SUBSTÂNCIA DE USO CULINÁRIO A UM ALIMENTO IN NATURA, COMO CONSERVAS E QUEIJOS, OU, AINDA, COMO OS PÃES, QUE SÃO FEITOS COM FARINHA DE TRIGO, ÁGUA, SAL E FERMENTO.

SÃO ALIMENTOS IN NATURA OU MINIMAMENTE PROCESSADOS QUE RECEBEM SAL, AÇÚCAR, VINAGRE OU ÓLEO PARA DURAREM MAIS TEMPO. AS TÉCNICAS DE FABRICAÇÃO INCLUEM COZIMENTO, FERMENTAÇÃO, SALMOURA, ENTRE OUTROS.





Sinal Amarelo

ALIMENTOS PROCESSADOS

EXEMPLOS

- Conservas de cenoura, pepino, ervilhas, palmito, cebola, couve-flor, dentre outros legumes, preservados em salmoura ou em solução de sal e vinagre;
- Extrato ou concentrado de tomate (com sal e/ ou açúcar);
- Frutas em calda ou cristalizadas;
- Geleias;
- Carne seca e toucinho;
- Sardinha e atum enlatados;
- Queijos;
- Pães feitos com farinha de trigo, fermento, água e sal.

ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS

SÃO PRODUTOS FABRICADOS COM POUCO
OU NENHUM ALIMENTO IN NATURA.

LEVAM MUITOS INGREDIENTES DE USO
INDUSTRIAL (DE NOMES POUCO FAMILIARES).

BISCOITOS RECHEADOS, SALGADINHOS DE
PACOTE, REFRIGERANTES E MACARRÃO
INSTANTÂNEO SÃO EXEMPLOS DESSE TIPO DE
ALIMENTO.





Sinal Vermelho

ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS

EXEMPLOS

- Guloseimas em geral (bolachas, chocolates, pirulitos, sorvetes etc.);
- Cereais matinais açucarados;
- Bolos e misturas para bolo;
- Margarina;
- Barras de cereal;
- Sopas, macarrão e temperos “instantâneos”;
- Molhos prontos;
- Salgadinhos “de pacote”;
- Refrescos e refrigerantes;
- Iogurtes e bebidas lácteas adoçados e aromatizados;
- Bebidas energéticas;
- Produtos congelados e prontos para aquecimento (lasanha, pizza, nuggets etc.);
- Pães, bolachas e biscoitos feitos com gordura vegetal hidrogenada, açúcar, amido, soro de leite, emulsificantes e outros

FICHA TÉCNICA

TÍTULO: NUTRINDO IDEIAS

Autor: Lígia Batiston

Orientador: Dra. Sara Nunes.

Público Alvo: Professores do IFC campus Blumenau.

Vínculo do Produto Educacional:

Dissertação de Mestrado Profissional –

Cursos de Ensino Médio Integrado como o técnico em Eletromecânica do Campus Blumenau.

Programa de Ensino: Pós-Graduação em Educação Profissional e Tecnológica – ProfEPT.

Instituição Associada:

Instituto Federal Catarinense - IFC.

Linha de Pesquisa: Práticas Educativas em Educação Profissional e Tecnológica.

Macroprojeto 3: Práticas Educativas no Currículo Integrado no contexto do Ensino.

Lócus de Implementação do Produto Educacional:

Instituto Federal Catarinense – Campus Blumenau.

Palavras-chave:

Educação alimentar e nutricional; Integração; Ensino Médio Integrado

2024

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ABREU, E. S. DE . et al.. Alimentação mundial: uma reflexão sobre a história. **Saúde e Sociedade**, v. 10, n. 2, p. 3-14, ago. 2001.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia alimentar para a população brasileira. Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – 2. ed., 1. reimpr. – Brasília : Ministério da Saúde, 2014.

BULL, V. N. H. **Blumenau : uma experiência de colonização em Santa Catarina (1846 -1844)**. Dissertação (Mestrado em História) – Setor de Ciências Humanas da Universidade Federal do Paraná. Curitiba, 2014.

FERREIRA, W. J. **Formação ética em sequencias didáticas interativas..** Produto Educacional (Dissertação de Mestrado Profissional) – Instituto Federal do Pará, Campus Belém, Curso de Mestrado Profissional em EPT (PROFEPT), Belém, 2020.

KAPLÚN, G. Material educativo: a experiência de aprendizado. **Comunicação & Educação**, [S. l.], n. 27, p. 46-60, 2003. DOI: 10.11606/issn.2316-9125.v0i27p46-60. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/comueduc/article/view/37491>. Acesso em: 25 fev. 2024.

MEZOMO, I. F. de B.. Os serviços de alimentação : planejamento e administração. 5. ed. atual. e rev. **Manole**, 2002.

NUNES DE ÁVILA, H.; PEREIRA PESSOA, G. Metodologias ativas no ensino médio integrado sob a perspectiva da educação integral. **Revista Intersaberes**, [S. l.], v. 16, n. 37, p. 228-242, 2021. DOI: 10.22169/revint.v16i37.1866. Disponível em: <https://www.revistasuninter.com/intersaberes/index.php/revista/article/view/1866>. Acesso em: 13 jun. 2023.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

OLIVEIRA, Maria Marly. **Sequência didática interativa no processo de formação de professores**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2013.

VEIGA (org.) et.al. **Aula: Gênese, dimensões, princípios e práticas**. 2º ed. Campinas, SP: Papirus, 2011.

ZABALA, Antoni. **A prática educativa: como ensinar**. Porto Alegre, RS: Artmed, 1998. 224 p.

MATTHES, D.; CHECCUCCI, M. Território, campesinato e Tradição: A cuca (Kuchen) como elemento emblemático da alimentação no médio vale do Itajaí e sua relação com o desenvolvimento local. **Revista Práxis**, [S. l.], v. 1, p. 81-104, 2018. DOI: 10.25112/rpr.v1i0.1537. Disponível em: <https://periodicos.feevale.br/seer/index.php/revistapraxis/article/view/1537>. Acesso em: 2 ago. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. Caminhos da Comida de Verdade: Macaxeira, Aipim ou Mandioca? Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/eu-quero-me-alimentar-melhor/noticias/2022/caminhos-da-comida-de-verdade-macaxeira-aipim-ou-mandioca>>. Acesso em: 2 ago. 2023.