



Roteiro de ações de Educação Alimentar e Nutricional para a construção de Guias Alimentares Interculturais Agroecológicos (GAIA) em contextos locais:

Conhecimentos, Saberes e Práticas na promoção de hábitos alimentares saudáveis em tempos de Obesidade, Fome e Mudanças Climáticas

Produto Técnico Tecnológico apresentado pela mestrandia Camila Gomes Ferreira ao Mestrado Profissional em Ambiente, Sociedade e Desenvolvimento, sob orientação do docente Dr. Bruno Andrade Pinto Monteiro, como parte dos requisitos para obtenção do título de Mestre em Ambiente, Sociedade e Desenvolvimento

MACAÉ, RJ

2024

Apresentação

Vivemos hoje, no tempo presente, diante de um dos maiores desafios para a saúde e o ambiente no século XXI (Farias, 2019), a alimentação. Para a Organização das Nações Unidas para a Alimentação e a Agricultura (FAO) a problemática é latente reconhecendo que a alta prevalência da má nutrição em todas as suas formas, como a desnutrição, carências nutricionais específicas, sobrepeso, obesidade e Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT's) estão associadas diretamente à tal. Neste panorama, três ameaças globais estão inter relacionadas à alimentação e aos sistemas alimentares: as pandemias de obesidade, desnutrição e as mudanças climáticas. Essa sinergia de pandemias, antes vistas como condições divergentes entre si, atualmente têm sido reconhecidas em sua complexidade, pela ciência, como uma Sindemia Global, pois coexistem no tempo e lugar, interagem entre si e produzem sequelas complexas que compartilham de fatores fundamentais comuns (The Lancet, 2019), além de interações nos campos biológico, psicológico e social. Tais questões evocam a emergência de transição dos sistemas alimentares, de forma a torná-los saudáveis, sustentáveis e igualitários (Burity e Rocha, 2021) conforme recomenda organismos internacionais.

As diretrizes que integram a Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN, 2012), indicam linhas de ações para o alcance deste propósito, ao englobar a melhoria das condições de alimentação, nutrição e saúde da população brasileira. Em 2012 foi publicado no Brasil o *Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas* (Brasil, 2012b), com o objetivo de promover um campo comum de reflexão e orientação da prática no conjunto de iniciativas de EAN que tenham origem na ação pública, e que contemplem os diversos setores vinculados à processos de produção, distribuição, abastecimento e consumo de alimentos. Conforme sugere o *Marco de Referência*, a adoção do conceito de EAN compreende questões relacionadas ao alimento, à alimentação, à produção, assim como os aspectos nutricionais, em nove princípios que conduzem a realização das ações como: 1- sustentabilidade social, ambiental e econômica, desde a produção até o consumo de alimentos; 2- abordagem do sistema alimentar, na sua integridade, favorecendo o indivíduo em fazer escolhas alimentares conscientes; 3- valorização da cultura alimentar local e respeito à diversidade de opiniões e perspectivas,

considerando a legitimidade de vários saberes; 4- a comida e o comer como referência, valorizando a culinária como prática emancipatória; 5- promoção do autocuidado e autonomia, onde as pessoas se tornem agentes promotores de saúde; 6- a educação como processo permanente e gerador de autonomia e participação ativa e informada dos sujeitos; 7- a diversidade nos cenários de prática, considerando os diversos espaços sociais e os diferentes grupos populacionais; 8- intersectorialidade; 9- planejamento, avaliação e monitoramento das ações.

No entanto, nos estudos nacionais o que se apresenta são discrepâncias entre a teoria e a prática das ações de EAN, problemáticas como inconsistência das bases teórico-metodológicas que apoiam ao desenvolvimento das atividades; grande utilização de métodos expositivos, prescritivos e normatizadores, desconsiderando a perspectiva dialógica de base freiriana da educação (no qual costumam reivindicar); inadequação de técnicas e materiais pedagógicos utilizados; formação insuficiente dos profissionais envolvidos na execução das ações; distância das propostas em relação às realidades e especificidades locais dos grupos; descontinuidade das atividades; temporalidade insuficiente; dificuldade de diálogo entre atores envolvidos; inoperância, na prática, da intersectorialidade prevista nos projetos e planejamentos.

Partindo do pressuposto, retomamos ao passado para compreendermos sobre o debate em torno de um agir crítico em nutrição, onde, apesar dos avanços e retrocessos institucionais nos últimos dez anos no campo da Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) no Brasil, há pouca articulação intersectorial que vise qualificar ações nesse campo, principalmente entre educação, saúde, agricultura e assistência social. Além do mais, há pouca ênfase à dimensão educacional das ações de SAN, que se restringem na maioria das vezes, na fiscalização de condicionalidades. A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) é estratégia fundamental neste contexto, desde que esteja articulada com ações de natureza estrutural e endereçada aos macro determinantes da alimentação (Barros et al., 2014). Como conceito, a EAN é reconhecida como campo de conhecimento e ação contínua, transdisciplinar, intersectorial e multiprofissional que busca promover práticas autônomas e voluntárias de hábitos saudáveis, que contribuem para o alcance da Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) e asseguram o Direito Humano à Alimentação Adequada (DHAA).

Conforme destaca o *Guia alimentar para a população brasileira* (Brasil, 2014), instrumento oficial de EAN no país, para atuar nesse cenário, é essencial o

desenvolvimento de ações profissionais em nutrição que consigam, de alguma maneira, repercutir positivamente sobre os diversos determinantes da saúde e da nutrição, ao mesmo tempo que atue na promoção da alimentação adequada e saudável. Diante de tais perspectivas, podemos compreender brevemente, que conceitos como Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) e Direito Humano à Alimentação Adequada e Saudável (DHAAS) refletem muito além do que o fim da fome e da miséria, pois vislumbram a emancipação social, humana e política das pessoas, a partir de onde poderão realizar sua autonomia. Deste modo, este roteiro é campo fértil aos saberes de muitas pessoas, ao mesmo tempo que é um convite para pensarmos as mudanças urgentes as quais só conseguiremos enfrentar se nos unirmos.

No Instituto de Biodiversidade e Sustentabilidade de Macaé (NUPEM), inserido na linha de pesquisa em abordagens inovadoras para o ensino de Ciências Ambientais, vinculado ao Programa de Mestrado Profissional em Ambiente, Sociedade e Desenvolvimento (PPG-ProASD) pela Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ) germinamos as sementes deste roteiro, destinado à todas as formas de conhecimento que some à promoção de saúde e prevenção de doenças através da alimentação saudável e livre de agrotóxicos, como escolas, educadores e educandos; unidades básicas de saúde e equipes multidisciplinares; redes agroecológicas e agricultores, e espaços não formais de ensino como ONG's e movimentos sociais. No mais, valorizamos este roteiro na prática profissional e formação de profissionais nutricionistas, ao aproximar a práxis à origem do alimento, considerando a cultura alimentar dos indivíduos e coletividades aos territórios que habitam.

Ao romper fronteiras, essa construção produz novos conhecimentos e realiza sínteses dialéticas, se conectando a saberes como o científico e o popular. Não menos importante, para que haja o efeito ininterrupto das ações de EAN, o sistema alimentar deve ser sustentável (Barros *et al*, 2014), em oposição ao modelo produtivista em larga escala o qual se caracteriza o sistema alimentar hegemônico global. Assim, diante de desafios complexos e, nas incertezas e controvérsias em torno do trinômio alimentação, saúde e doença (Cruz, 2020), é relevante pensarmos como nutricionistas, profissionais de saúde, educadores entre outros promoverão práticas alimentares saudáveis e culturalmente sustentáveis no futuro. De que forma guias

alimentares locais e sensíveis ao contexto agroecológico poderiam contribuir na promoção à saúde e prevenção de agravos nutricionais na problemática da Sindemia Global?

Em diálogo com áreas de conhecimento científico como Ecologia, Sociologia, Educação, História, Antropologia, Geografia, Filosofia e embasada pelos componentes da Etnoecologia como ciência transdisciplinar, este roteiro é estruturado a partir do conjunto de conhecimento do território (*corpus*), o conjunto de crenças e práticas que envolvem a cultura alimentar (*cosmos*) e o manejo dos recursos naturais em sistemas alimentares agroecológicos em consonância com as fases de implementação de ações de EAN. O objetivo é compreender os discursos que emergem da construção coletiva de Guias Alimentares Interculturais Agroecológicos (GAIA's) como estratégia de enfrentamento da Sindemia Global de Obesidade, Desnutrição e Mudanças Climáticas em contextos locais.

Esperamos identificar por outras lentes, como o agir crítico em nutrição pode contribuir na construção coletiva de ações educativas de EAN nos territórios como estratégia de enfrentamento da Sindemia Global no campo da Educação em Ciências e Saúde no Brasil, através de processos educativos e práticas autônomas. Para cada ciclo de colheita, uma ação educativa. Para cada ação, novos diálogos. Além de um roteiro, este material é também uma Caderneta Agroecológica onde indivíduos e coletividades poderão expressar livremente essa construção, pois acreditamos que não há soberania alimentar sem autonomia. Acreditamos que Guias Alimentares Interculturais Agroecológicos (GAIA's) poderão contribuir na rede de ideias promissoras que promovam saúde em todo o curso da vida, etapas do sistema alimentar e reconfiguração das habilidades para a prática da alimentação adequada e saudável. Ao final, esperamos que cada território dê um novo nome aos seus GAIAS, e que juntos, desenvolvam ideias, expressões artísticas, experiências culinárias e principalmente: como o território pode promover saúde coletiva através de hábitos alimentares saudáveis. A ação pedagógica está no plantar e no colher.

Todas as etapas deste roteiro foram aprovadas pelo Comitê de Ética em Pesquisa em 12/04/2024 pelo Centro Multidisciplinar de Macaé (UFRJ) sob o número de CAAE: 74482523.0.0000.5699.

Agradecimentos

Agradecemos imensamente à CAPES, CNPq, Instituto Nutes de Educação em Ciências e Saúde (UFRJ), Instituto de Biodiversidade e Sustentabilidade de Macaé (NUPEM/ UFRJ); aos grupos de pesquisa Linguagens no Ensino de Ciências (LINEC), Grupo de Estudos em Educação Ambiental desde el Sur (UNIRIO), Rede Internacional de Estudos Decoloniais na Educação Científica e Tecnológica (RIEDECT); e outros parceiros envolvidos nesta pesquisa, como a Rede de Agroecologia Mangue de Pedra em Armação dos Búzios (RJ).

“ Ninguém educa ninguém, ninguém educa a si mesmo, os homens se educam entre si, mediatizados pelo mundo”.

Paulo Freire

Sumário

1 Ser, Conhecer e Caminhar

1.1 Reflexões para a construção coletiva do Guia Alimentar Intercultural Agroecológico (GAIA) em contextos locais

2 Terra, Território e Comunidade

2.1 Fase de Concepção da Educação Alimentar e Nutricional (EAN)

2.2 Contribuições dos fluxos e fixos da localidade para a promoção de saúde e hábitos alimentares saudáveis

3 A Cultura Alimentar e o Conhecimento Agroecológico

3.1 Fase de Formulação da Educação Alimentar e Nutricional (EAN)

3.2 Práticas, sentidos e significados da alimentação dos grupos na implementação de sistemas alimentares saudáveis e culturalmente adequados no território

- Proposta de Oficina Temática Alimento e Cultura: formas *outras* de saber, comer e cultivar

3.3 Agricultura regenerativa como prática da memória biocultural do território

- Proposta de Oficina Temática em Agroecologia: tecendo redes para a implementação do GAIA's

3.4 O brincar como estratégia do desenvolvimento da maquete agroflorestal

4 Do plantio à colheita: a construção do conhecimento agroecológico e a promoção da saúde no território

4.1 O dia do plantio- Implementação do Sistema Agroflorestal (SAF)

4.2 O diálogo entre Educação Alimentar e Nutricional e Agroecologia

O Primeiro Ciclo de Colheita

Relatos da Caderneta Agroecológica na colheita de 30 dias

Conhecendo o *Guia Alimentar para a População Brasileira*

- **Proposta de Roda de Conversa:**

“A alimentação é mais que a ingestão de nutrientes”

Relatos da vivência neste ciclo

O Segundo Ciclo de Colheita

Relatos da Caderneta Agroecológica na colheita de 60 dias

Conhecendo o *Guia Alimentar para a População Brasileira*

- **Proposta de Roda de Conversa:**

“Recomendações sobre a alimentação devem estar em sintonia com seu tempo”

Relatos da vivência neste ciclo

O Terceiro Ciclo de Colheita

Relatos da Caderneta Agroecológica na colheita de 90 dias

Conhecendo o *Guia Alimentar para a População Brasileira*

- **Proposta de Roda de Conversa:**

“Alimentação adequada e saudável deriva de sistema alimentar socialmente e ambientalmente sustentável”

Relatos da vivência neste ciclo

O Quarto Ciclo de Colheita

Relatos da Caderneta Agroecológica na colheita de 120 dias

Conhecendo o *Guia Alimentar para a População Brasileira*

- **Proposta de Roda de Conversa:**

“Diferentes saberes geram conhecimento para a formulação de guias alimentares”

Relatos da vivência neste ciclo

O Quinto Ciclo de Colheita

Relatos da Caderneta Agroecológica na colheita de 270 dias

Conhecendo o *Guia Alimentar para a População Brasileira*

- *Proposta de Roda de Conversa:*

“Guias alimentares ampliam a autonomia nas escolhas alimentares”

Relatos da vivência neste ciclo

5 O Guia Alimentar Intercultural Agroecológico (GAIA) como instrumento de Educação Alimentar e Nutricional em Agroecologia

6 Conhecimentos, Saberes e Práticas: ações educativas em saúde e fortalecimento da Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) dos territórios

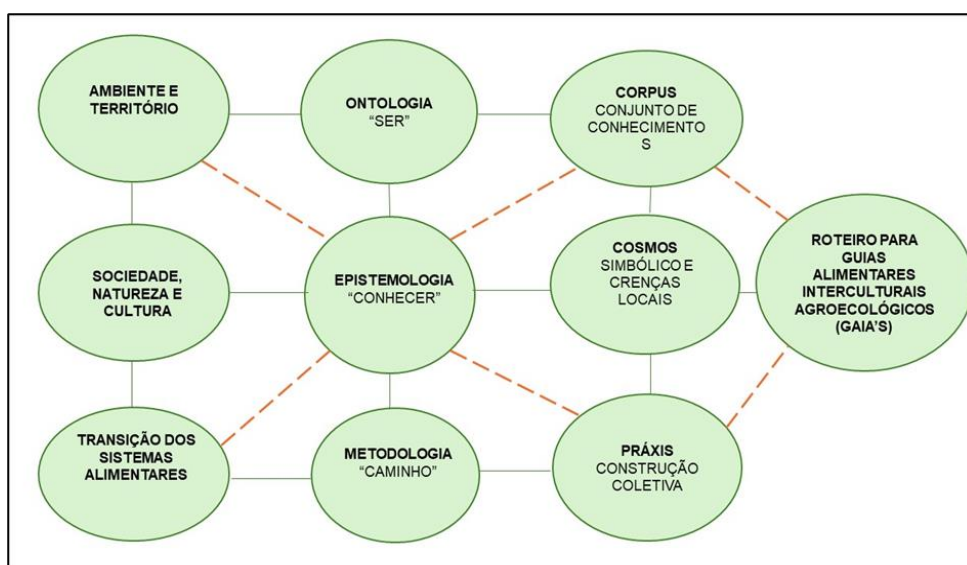
Guia Alimentar Intercultural Agroecológico

1

Ser, Conhecer e Caminhar

1.1 Reflexões para a construção coletiva do Guia Alimentar Intercultural Agroecológico (GAIA) em contexto locais

FIGURA 1. Fluxograma da fundamentação teórica-metodológica da pesquisa e principais aspectos relacionados à temática até o desenvolvimento da ferramenta



Fonte: Própria da autora (2024)

As fases neste processo educativo, caracteriza-se por: 1a fase ou concepção, o *corpus* do território, composto por lugares que são transformados pelos sujeitos que habitam e transitam neles, garantindo a pluriversalidade em ações contínuas de EAN. A 2a fase caracteriza-se pela formulação e reflete coletivamente sobre as dimensões da alimentação sob a lente da cultura. Sugerimos a valorização do diálogo científico e popular/local através de oficinas temáticas que englobem a relação alimento-cultura-natureza. A 3a fase é a implementação, que propõe compreender o *cosmos* do grupo,

considerando os aspectos socioculturais da alimentação e implementação de um Sistema Agroflorestal (SAF) piloto. Do plantio das espécies aos ciclos de colheita, propomos que ocorram concomitante às rodas de conversa contextualizadas com os princípios do *Guia Alimentar para a População Brasileira*, adicionando novas camadas de conhecimento ao instrumento. A 4a fase abrange a avaliação e monitoramento da EAN, e análise da Caderneta Agroecológica construída ao final da experiências.

2

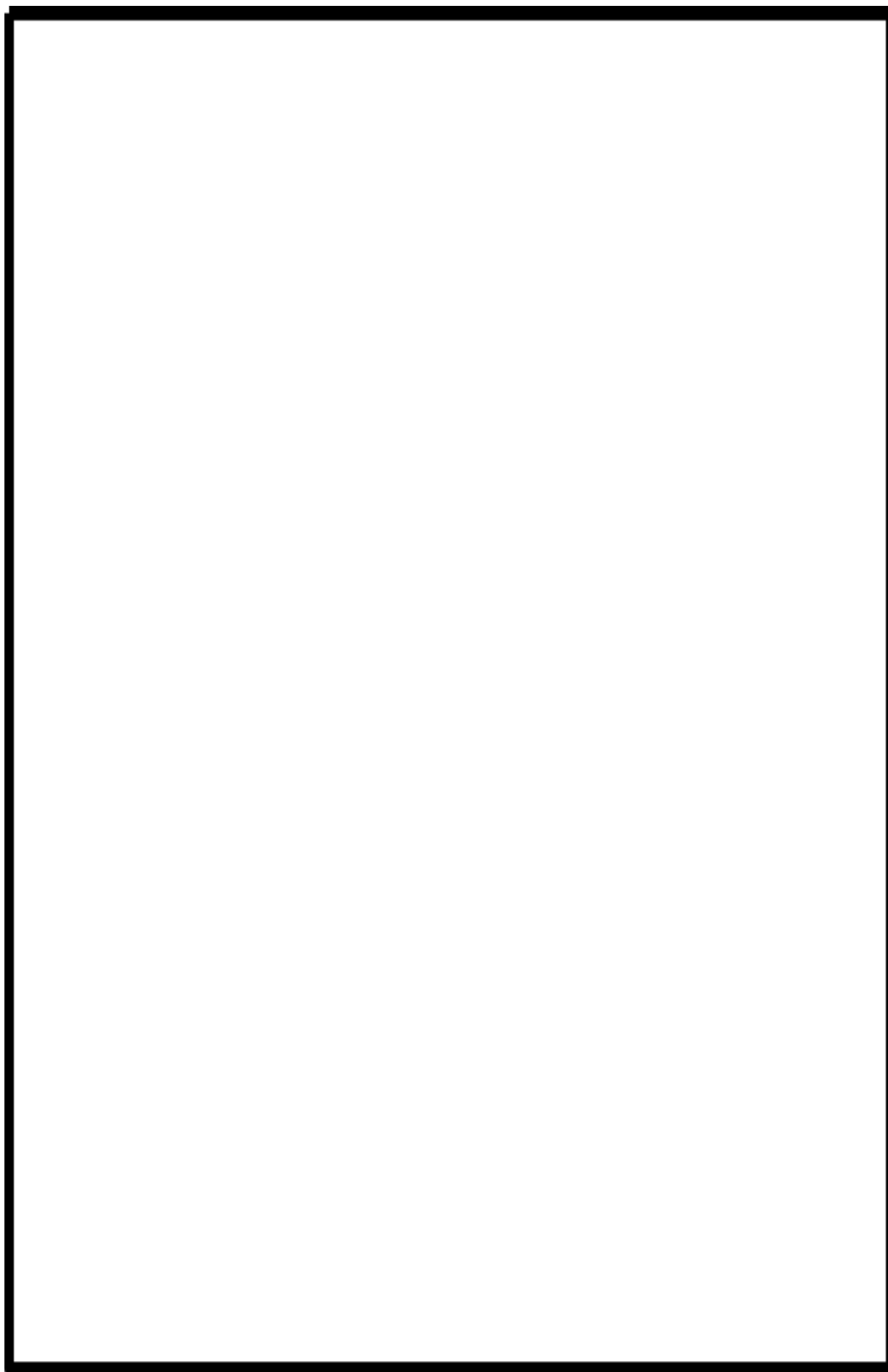
Terra, Território e Comunidade

2.1 Fase de Concepção da Educação Alimentar e Nutricional (EAN)

Estamos implementando uma EAN local, que quer ouvir a voz do território. Esta fase concebe o conjunto de conhecimentos que irão compor esta trajetória de descobertas. Os lugares que compõe o território são transformados pelos sujeitos que habitam e transitam neles. Quais são as principais características da paisagem do lugar onde vive? Como ocorre o acesso aos serviços de saúde, educação, assistência social, saneamento, meio ambiente?

Utilize desta etapa a possibilidade de apresentar o local onde vive, diante do que é capaz de imaginar. Se arrisque em desenhos, palavras, colagens que mapeie o território. Por exemplo, onde fica a unidade de saúde, o mercado, a feira, entre outros. Por que não?

Vou me arriscar!



Quanto mais redes fazemos, mais garantimos a pluriversalidade em ações contínuas de Educação Alimentar e Nutricional no território. As ações intersetoriais são construídas entre pessoas que atuam em diferentes setores da sociedade, em torno de um objetivo comum (Barros *et al.*, 2014). O conjunto de conhecimentos que podem ser transmitidos pelas universidades; redes agroecológicas; redes de atenção à saúde, educação e assistência social; grupos sociais (comunidade) e movimentos sociais são portas de entrada para a aplicabilidade e reprodutibilidade deste roteiro. Quem chega com vocês para este diálogo?

() Universidades

Qual (is)? _____

Justificativa: A aproximação do diálogo científico e popular/local através do Ensino, Pesquisa e Extensão articuladas à outras redes, podem incentivar hábitos alimentares saudáveis; campanhas de prevenção de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT); Educação Ambiental e construção do conhecimento agroecológico nos territórios.

() Redes de Atenção Básica (AB)

Qual é o nome da unidade básica de saúde da sua comunidade?

Justificativa: Os relatórios fornecidos pelo Sistema Único de Saúde (SUS) pode contribuir no levantamento do estado nutricional da comunidade, de acordo com os ciclos da vida e consumo alimentar. A importância das equipes de saúde das redes de Atenção Básica (AB) neste roteiro está no levantamento do perfil nutricional local; acesso ao perfil nutricional da comunidade via sistema e- SUS; promoção, prevenção e vigilância da Problemática Alimentar e Nutricional no Território (Panut).

() Redes Agroecológicas

Alguma rede agroecológica participa dessa construção? Caso sim, escreva aqui o nome da rede para conhecermos um pouco mais:

Justificativa: As redes agroecológica contribuem na construção do conhecimento agroecológico através de metodologias coletivas; execução de projetos pilotos;

transmissão de técnicas e saberes em todas as fases de EAN; articulação com outras redes agroecológicas na aquisição e troca de sementes; disponibilidade de espaço físico para a implementação do roteiro.

() Espaços formais e não formais de Educação

Justificativa: A construção coletiva do GAIA em determinado território prevê acima de qualquer coisa um diagnóstico educativo, que só começa a existir uma vez que conhecemos e entendemos a complexidade das questões relacionadas à problemática.

Quais escolas participam com vocês nestas ações?

Outros espaços educativos também somam? Cite o (s) nome(s) aqui:

() Redes e serviços de Assistência Social

Justificativa: A situação de vulnerabilidade social de um indivíduo ou família relaciona-se aos riscos e à sua capacidade de enfrentá-los. Esta situação pode ser momentânea, como vítimas de enchentes ou secas ocasionadas pelas mudanças climáticas ou em situações mais duradouras como os refugiados climáticos.

Há participação de CRAS ou outros serviços de Assistência Social?

Sou beneficiário de algum programa de transferência de renda? Caso sim, cite qual:

Já foi vítima de alguma catástrofe relacionada a questões climáticas como enchentes, inundações, desmoronamentos, ondas de calor, erosão costeira, entre outros? Caso sim, nos conte qual (is):

() Comunidade

Justificativa: Consideramos a comunidade fundamental para entendermos que os problemas são complexos e distintos, à depender do contexto onde ocorrem. E queremos ouvir vocês.

**Há representantes da comunidades nestas ações? Conte aqui para
conhecermos mais sobre vocês:**

() Movimentos Sociais

Justificativa: Os movimentos sociais são fundamentais na implementação de ações de EAN em Agroecologia, uma vez que fomentam debates participativos e democráticos no território e ampliam ações de enfrentamento da Insegurança Alimentar (IA).

Cite aqui qual (is) movimentos sociais participam desta construção:

Agora que conhecemos um pouco sobre o território, precisamos investigar sua essência, constituição e história, principalmente quando planejamos ações educativas autônomas que ampliem as habilidades. As etapas a seguir nos ajudarão a construir ações de Educação Alimentar e Nutricional baseados no perfil nutricional do grupo e também analisarmos seus hábitos alimentares.

Compreendendo os hábitos alimentares individuais e a cultura alimentar do território, promoveremos uma interligação de assuntos nesse processo educativo, como a construção do conhecimento agroecológico. A proposta é mais do que a transmissão de conteúdos, mas sim facilitar a atribuição de novos significados no ato de comer, de plantar e de colher. É possibilitar um saber capaz de tornar o território mais potente, e com isso construir novos significados e novas estratégias de promoção à saúde e hábitos alimentares saudáveis.

2.2 Contribuições dos fluxos e fixos da localidade para a promoção de saúde e hábitos alimentares saudáveis

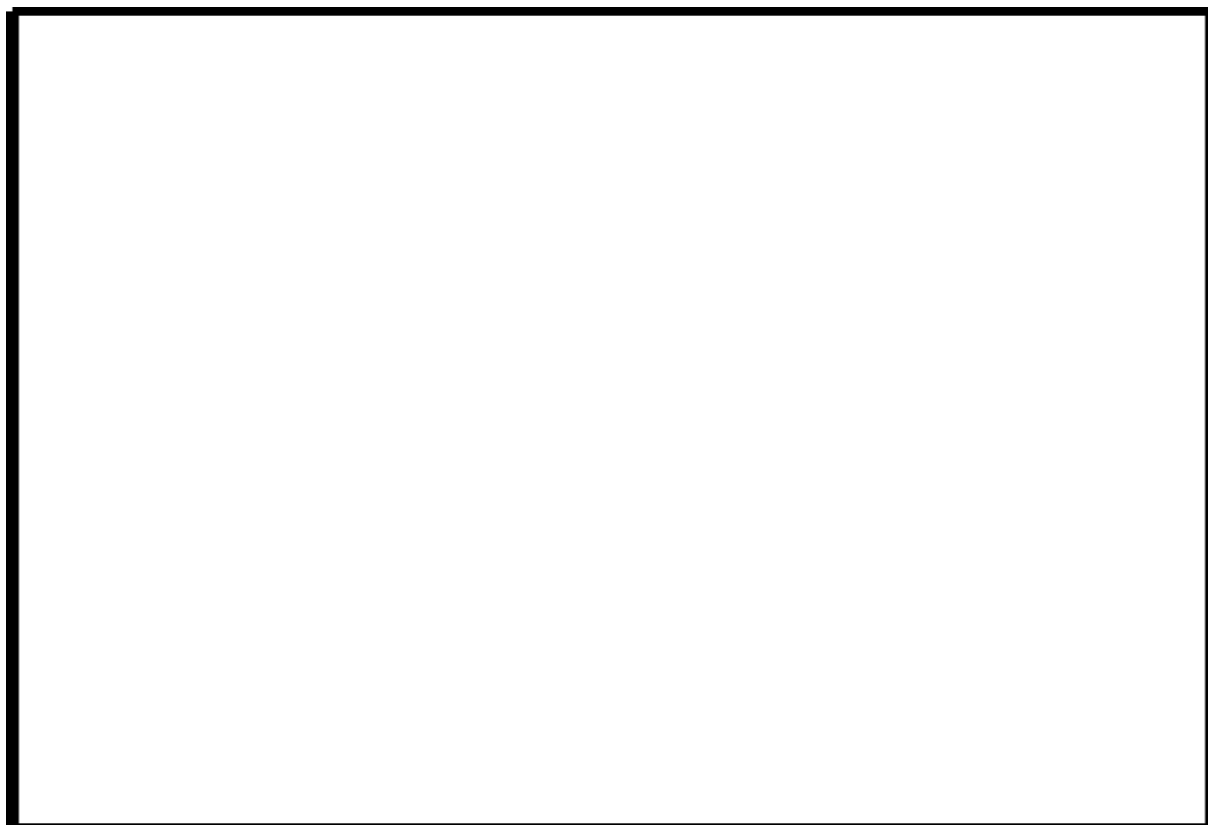
O geógrafo Milton Santos (1999) dizia que a geografia de um lugar é formada por fluxos e fixos. Os fluxos são sistemas de circulação e troca que dão vida ao território. Quando a combinação dos fluxos regionais, nacionais e transnacionais

não forem bem conhecidas, podem causar uma série de problemas para a qualidade de vida das pessoas, como as consequências das mudanças climáticas.

Enquanto isso, os fixos podem ser definidos como sistemas de objetos que compõe a paisagem de um lugar (Barros *et al.* 2014, p.17), seja eles naturais ou construídos pelo homem. Dependendo de sua localização no território, função ou qualidade de cada um dos objetos, podem ampliar ou diminuir riscos para a produção da saúde ou da doença.

Juntos vocês podem construir um mapa afetivo do território, o que consideram importante para o grupo quanto memória do local.

CARREGUE OU DESENHE IMAGENS QUE REPRESENTEM PARA O GRUPO UM MAPA AFETIVO DO TERRITÓRIO



3

A Cultura Alimentar e o Conhecimento Agroecológico

3.1 Fase de Formulação da Educação Alimentar e Nutricional (EAN)

Esta fase caracteriza-se pelas reflexões coletivas diante das dimensões da alimentação sob a lente da cultura. Sugerimos a valorização do diálogo científico e popular/local através de duas oficinas temáticas que relacione alimento-cultura-natureza com os patrimônios alimentares individuais e coletivos.

Quem serão os profissionais envolvidos nestas ações?

3.2 Práticas, sentidos e significados da alimentação dos grupo na implementação de sistemas alimentares saudáveis e culturalmente adequados no território

Proposta de Oficina Temática Alimento e Cultura: formas *outras* de saber, comer e cultivar

Tempo estimado: 5 h

Abaixo sugerimos um roteiro de entrevista individual para conhecermos um pouco mais sobre práticas alimentares dos envolvidos nas ações de EAN

Parte I- Dados gerais do entrevistado

1. Nome completo: _____
 2. Data de nascimento: _____
 3. Gênero: () Masculino () Feminino () Prefere não dizer () Outros
 4. Identificação étnico/racial
 - A sua cor ou raça é: () branca () preta () amarela () parda () indígena
 - Para a pessoa que se declarou ou considera indígena, qual a etnia, povo ou grupo: _____ indígena:
 - Fala língua indígena em seu domicílio? () Sim () Não
- Especifique: _____

- Para a pessoa que se declarou ou considera quilombola, especificar o nome da comunidade: _____

- Faz parte de alguma comunidade tradicional no município? Quais?

() quilombola () marisqueiras () pescadores artesanais () outro _____

5. Religião ou Culto

- Qual sua religião ou culto?

- Qual sua crença, ritual indígena ou religião?

6. Tempo de residência na comunidade: _____

7. Local de origem (país, cidade e Estado): _____

8. Número de filhos: _____

9. Número de residentes no domicílio: _____

10. Escolaridade:

- | | |
|--------------------------------------|-----------------------------------|
| () Ensino Fundamental completo | () Ensino Fundamental incompleto |
| () Ensino Médio completo | () Ensino Médio incompleto |
| () Ensino Superior completo | () Ensino Superior incompleto |
| () Não teve oportunidade de estudar | |

11. Profissão/ atividade atual: _____

Parte II- Questões relacionadas às práticas alimentares

1. Quais refeições você faz ao longo do dia?

- () café da manhã () colação/lanche () almoço () café da tarde/lanche
() jantar () ceia () outras (descrever qual e o horário) _____

2. Onde a maior parte das refeições são realizadas?

Observação: As perguntas de número 14 ao número 17 são referentes a frequência alimentar do entrevistado. Considerar todos os dias (inclusive sábado e domingo), número de dias por semana, raramente ou nunca.

3. Em quantos dias da semana, costuma comer pelo menos um tipo de verdura ou legumes? (Exemplos como vegetais folhosos, tomate, chuchu, berinjela, abobrinha. Não considerar tubérculos como batata, batata doce, mandioca ou inhame)

4. Em quantos dias da semana, costuma comer tubérculos? (Considerar tubérculos como cenoura, batata inglesa, batata baroa, batata doce, cará, mandioca, inhame)

5. Em quantos dias da semana costuma comer frutas?

Observação: As perguntas relacionadas ao número 18 e 19 são referentes ao recordatório de 24 horas do entrevistado (desde quando acordou até quando foi dormir).

6. Quanto aos alimentos naturais ou básicos:

- Vegetais folhosos como alface, couve, agrião ou espinafre () Sim () Não
- Tubérculos como por exemplo, batatas, mandioca, inhame ou cará () Sim () Não
- Frutas () Sim () Não
- Legumes como por exemplo tomate, pepino, berinjela, chuchu () Sim () Não
- Arroz, macarrão, polenta, cuscuz ou milho verde () Sim () Não
- Feijão, ervilha, lentilha ou grão de bico () Sim () Não
- Carne de boi, porco, frango ou peixe () Sim () Não
- Ovo frito, cozido ou mexido () Sim () Não
- Leite e derivados () Sim () Não
- Oleaginosas como amendoim, castanha de caju ou /Pará () Sim () Não

7. Quanto aos alimentos industrializados (processados ou ultraprocessados):

- Refrigerante () Sim () Não
- Suco de fruta em caixa, caixinha ou lata () Sim () Não
- Refresco em pó () Sim () Não
- Bebida achocolatada () Sim () Não
- Salgadinho de pacote (ou chips) ou biscoito/bolacha salgado () Sim () Não
- Biscoito/bolacha doce, biscoito recheado ou bolinho de pacote () Sim () Não
- Chocolate, sorvete, gelatina ou outra sobremesa industrializada () Sim () Não
- Salsicha, linguiça, mortadela ou presunto () Sim () Não
- Pão de forma, de cachorro-quente ou de hambúrguer () Sim () Não
- Maionese, ketchup, mostarda ou temperos prontos () Sim () Não
- Margarina () Sim () Não
- Macarrão instantâneo ou outro prato pronto comprado congelado () Sim () Não

Agora eu vou fazer algumas perguntas sobre sua alimentação.

1. Quais refeições você faz ao longo do dia?

() café da manhã () colação/lanche () almoço () café da tarde/lanche
() jantar () ceia () outras (descrever qual e o horário) _____

2. Onde a maior parte das refeições são realizadas?

Observação: As perguntas de número 14 ao número 17 são referentes a frequência alimentar do entrevistado. Considerar todos os dias (inclusive sábado e domingo), número de dias por semana, raramente ou nunca.

3. Em quantos dias da semana, costuma comer pelo menos um tipo de verdura ou legumes? (Exemplos como vegetais folhosos, tomate, chuchu, berinjela, abobrinha. Não considerar tubérculos como batata, batata doce, mandioca ou inhame)

4. Em quantos dias da semana, costuma comer tubérculos? (Considerar tubérculos como cenoura, batata inglesa, batata baroa, batata doce, cará, mandioca, inhame)

5. Em quantos dias da semana costuma comer frutas?

Observação: As perguntas relacionadas ao número 18 e 19 são referentes ao recordatório de 24 horas do entrevistado (desde quando acordou até quando foi dormir).

6. Quanto aos alimentos naturais ou básicos:

- Vegetais folhosos como alface, couve, agrião ou espinafre () Sim () Não
- Tubérculos como por exemplo, batatas, mandioca, inhame ou cará () Sim () Não
- Frutas () Sim () Não
- Legumes como por exemplo tomate, pepino, berinjela, chuchu () Sim () Não
- Arroz, macarrão, polenta, cuscuz ou milho verde () Sim () Não
- Feijão, ervilha, lentilha ou grão de bico () Sim () Não
- Carne de boi, porco, frango ou peixe () Sim () Não
- Ovo frito, cozido ou mexido () Sim () Não
- Leite e derivados () Sim () Não
- Oleaginosas como amendoim, castanha de caju ou /Pará () Sim () Não

7. Quanto aos alimentos industrializados (processados ou ultraprocessados):

- Refrigerante () Sim () Não
- Suco de fruta em caixa, caixinha ou lata () Sim () Não
- Refresco em pó () Sim () Não

- Bebida achocolatada () Sim () Não
- Salgadinho de pacote (ou chips) ou biscoito/bolacha salgado () Sim () Não
- Biscoito/bolacha doce, biscoito recheado ou bolinho de pacote () Sim () Não
- Chocolate, sorvete, gelatina ou outra sobremesa industrializada () Sim () Não
- Salsicha, linguiça, mortadela ou presunto () Sim () Não
- Pão de forma, de cachorro-quente ou de hambúrguer () Sim () Não
- Maionese, ketchup, mostarda ou temperos prontos () Sim () Não
- Margarina () Sim () Não
- Macarrão instantâneo ou outro prato pronto comprado congelado () Sim () Não

Parte III- Questões relacionadas ao alimento, memória e identidade

8. Na sua residência quem faz as compras de alimentos? _____
9. Geralmente quem prepara as refeições da sua família? _____

10. Plantam e/ou possuem horta em casa? () Sim () Não

11. Caso tenha respondido SIM, quais os alimentos cultivados?
- _____
- _____

12. Na sua opinião, qual o sentimento ou lembrança que a alimentação ou determinado preparação representa na sua vida?
- _____
- _____
- _____

Roda de conversa sobre a experiência e formulação da ação seguinte

Ao final sugerimos uma representação gráfica do encontro, que após o desenvolvimento do roteiro pode ser utilizada como capa do Guia Alimentar Intercultural Agroecológico do território.

3.3 Agricultura regenerativa como prática da memória biocultural do território

Proposta de Oficina Temática em Agroecologia: tecendo redes para a implementação do GAIA

Tempo estimado (15h- sugerimos dois dias de oficina)

Em um primeiro momento, é importante a construção do conhecimento agroecológico.
Quem são os profissionais envolvidos nesta ação?

Há agricultores e pessoas no grupo que trabalham diretamente com a terra? De que forma?

Que materiais foram utilizados nesta etapa?

O que mais te surpreendeu neste aprendizado?

Agora que já sabe um pouco sobre agroecologia e a importância dela para todos nós, é hora de preparar a terra.

Onde irão plantar?

3.4 O brincar como estratégia do desenvolvimento da maquete agroflorestal

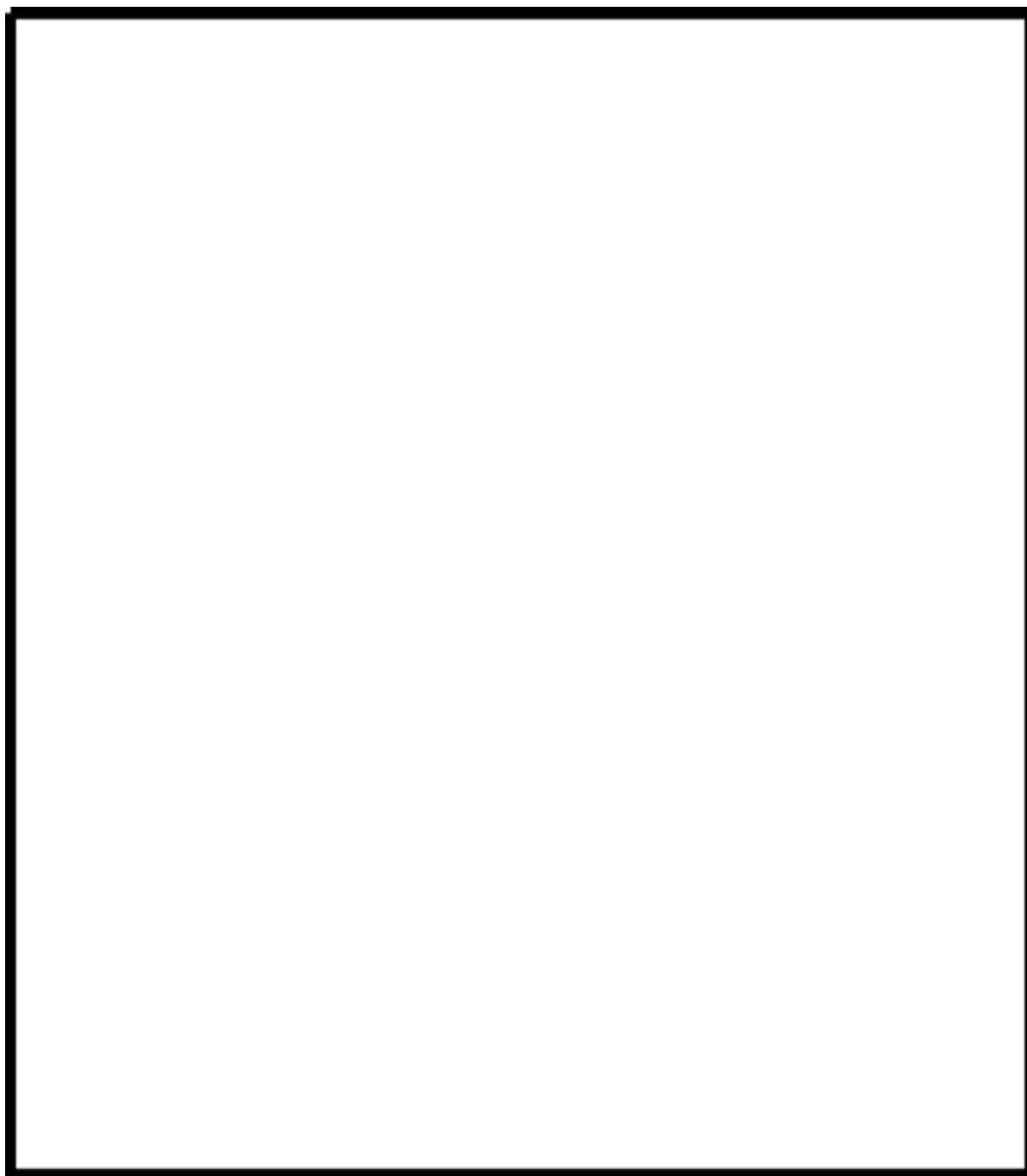
Sugerimos que após terem realizado as oficinas temáticas buscaremos a estratégia através do brincar, estratégia educacional bastante utilizada ao campo da saúde, pois constitui uma experiência simples e rica de amadurecimento humano (Barros *et al.* 2014). Uma vez realizadas as oficinas temáticas na fase de formulação, a maquete agroflorestal construirá as ações da fase de implementação, em consonância com a cultura alimentar do grupo e princípios agroflorestais relacionados à sazonalidade, consórcios, sucessão e estratificação ecológica e regeneração do solo, conforme desenvolvido nas oficinas temáticas anteriores.

Um *cróqui* agroflorestal inspira habilidades artísticas na implementação da GAIA's.

Que materiais foram utilizados para a realização da maquete?

O que queremos plantar?

Nosso modelo de plantio agroecológico



4

Do plantio à colheita: a construção do conhecimento agroecológico e a promoção da saúde no território

4.1 O dia do plantio- Implementação do Sistema Agroflorestal (SAF)

A terceira fase da EAN é a implementação, ou seja, é dia de colocar a mão na terra e plantar tudo o que foi pensado desde o início deste roteiro. Como preparam seus canteiros? Eles podem ser em fileiras, redondos, espiralados, menores ou maiores do que sugerimos. No entanto, o mais importante é que nele tem um pouquinho de cada um de vocês e também das memórias alimentares que carregam e lhes fazem felizes.

É hora de dar vida no que pensaram na maquete agroflorestal construída na etapa anterior (formulação) e os aspectos socioculturais da alimentação do grupo que foram importantes para vocês.

Nós sugerimos a implementação de um Sistema Agroflorestal (SAF) piloto com área de 15 x 45 metros, que pode ser ajustado conforme a área disponível para o plantio, pois sabemos que nem sempre é fácil ter um espaço na comunidade disponível. Quem sabe nos fundos de uma unidade de saúde, um cantinho em uma escola, um terreno baldio... Algumas vezes também podemos contar com parceiros na comunidade, pois todos só têm à ganhar. É um espaço de aprendizagens, um laboratório vivo para experimentarmos outros saberes e outras formas de autocuidado e promoção à saúde.

Esperamos, que desde o plantio aos ciclos de colheita, as trocas entre os saberes científico e popular/local perdurem. Para cada ciclo de colheita 4 horas serão suficientes para contemplarem o que planejaram, colherem, realizarem rodas de conversas, ações educativas, e, quem sabe, tempo uma cozinha por perto, poderem cozinhar e comerem juntos?

Nos conte um pouco sobre este local?

4.2 O diálogo entre Educação Alimentar e Nutricional e Agroecologia

A proposta é que as colheitas ocorram concomitante às rodas de conversa contextualizadas com os *princípios do Guia Alimentar para a População Brasileira*. Atenção que para cada ciclo de colheita será feita uma ação educativa. O que nascerá desta experiência?

O Primeiro Ciclo de Colheita

No primeiro ciclo de colheita (30 dias) foi pensando experiências de bioinspiração como ferramenta de desenvolvimento de projetos de criatividade. E como a alimentação é vista? Que olhares sobre o comer ultrapassa a questão nutricional?

Relatos da Caderneta Agroecológica na colheita de 30 dias

O que colhemos em 30 dias? Que preparos fizemos com a colheita?

Conhecendo o *Guia Alimentar para a População Brasileira*

- *Proposta de Roda de Conversa:*

“A alimentação é mais que a ingestão de nutrientes”

Relate aqui sua vivência nesta roda de conversa.

Relatos da vivência neste ciclo

Use sua caderneta agroecológica para relatar sua experiência neste ciclo.

O Segundo Ciclo de Colheita

O segundo ciclo de colheita (60 dias) apresenta debates em torno da questão climática e a emergência na transição dos sistemas alimentares. Como nos alimentaremos no futuro? Neste ciclo haverá aproximação com os escolares do território em sessão de Cinema Ambiental.

Relatos da Caderneta Agroecológica na colheita de 60 dias

O que colhemos em 60 dias? Que preparos fizemos com a colheita?

Conhecendo o *Guia Alimentar para a População Brasileira*

- Proposta de Roda de Conversa:

“Recomendações sobre a alimentação devem estar em sintonia com seu tempo”

Relate aqui sua vivência nesta roda de conversa.

Relatos da vivência neste ciclo

Use sua caderneta agroecológica para relatar sua experiência neste ciclo.

O Terceiro Ciclo de Colheita

O terceiro ciclo de colheita (90 dias) propõe experiência de ações em Educação Ambiental e Educação em Saúde na comunidade, refletindo como um sistema alimentar social e ambientalmente sustentável pode promover alimentação adequada e saudável?

Relatos da Caderneta Agroecológica na colheita de 90 dias

O que colhemos em 90 dias? Que preparos fizemos com a colheita?

Conhecendo o *Guia Alimentar para a População Brasileira*

- Proposta de Roda de Conversa:

“Alimentação adequada e saudável deriva de sistema alimentar socialmente e ambientalmente sustentável”

Relate aqui sua vivência nesta roda de conversa.

Relatos da vivência neste ciclo

Use sua caderneta agroecológica para relatar sua experiência neste ciclo.

O Quarto Ciclo de Colheita

O quarto ciclo de colheita (120 dias) conduz o grupo n no desenvolvimento da *práxis* para roteirizar as ações de EAN em Agroecologia, propondo temas geradores em torno da autonomia e saberes dos grupos na formulação de guias alimentares locais.

Relatos da Caderneta Agroecológica na colheita de 120 dias

O que colhemos em 120 dias? Que preparos fizemos com a colheita?

Conhecendo o *Guia Alimentar para a População Brasileira*

- Proposta de Roda de Conversa:

“Diferentes saberes geram conhecimento para a formulação de guias alimentares”

Relate aqui sua vivência nesta roda de conversa.

Relatos da vivência neste ciclo

Use sua caderneta agroecológica para relatar sua experiência neste ciclo.

O Quinto Ciclo de Colheita

O quinto ciclo (240 dias) encerra o período de colheita da SAF e ações de EAN por meio da pesquisa ação, conduzindo às discussões sobre a autonomia das escolhas alimentares construídas ao longo do processo.

Relatos da Caderneta Agroecológica na colheita de 270 dias

O que colhemos em 270 dias? Que preparos fizemos com a colheita?

Conhecendo o *Guia Alimentar para a População Brasileira*

- Proposta de Roda de Conversa:

“Guias alimentares ampliam a autonomia nas escolhas alimentares”

Relate aqui sua vivência nesta roda de conversa.

Relatos da vivência neste ciclo

Use sua caderneta agroecológica para relatar sua experiência neste ciclo.

5

O Guia Alimentar Intercultural Agroecológico (GAIA) como instrumento de Educação Alimentar e Nutricional em Agroecologia

Uma vez desenvolvido as ações de EAN em Agroecologia, podemos avaliar o trabalho pedagógico no território, considerando a cultura alimentar local no centro do processo educativo e fortalecendo a autoestima dos grupos sociais.

Para além do que foi plantado e o que foi colhido, incentivamos a pluriversalidade dos cenários e a autonomia nas práticas alimentares e modos de comer dos indivíduos, instrumentalizados em oficinas temáticas, rodas de conversa e pedagogias coletivas que emergem do diálogo entre o científico e o popular/local na construção de GAIA's.

Como ocorreu sua experiência nas oficinas temáticas?

Quais foram as principais transformações observadas na promoção de saúde e hábitos alimentares saudáveis do grupo?

6

Conhecimentos, Saberes e Práticas: ações educativas em saúde e fortalecimento da Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) dos territórios

Que diálogos nasceram neste território?

Como ocorreram as experiências na aplicação do roteiro?

Que ações em saúde foram desenvolvidas?

O GAIA é único, tem cara do nosso povo, dos biomas do nosso país e das diversas culturas presentes. É livre para outros nomes, outras ações e outros paladares.

This image shows a full page of blank, lined paper. It features approximately 20 evenly spaced horizontal black lines running across the width of the page. The lines are thin and consistent in thickness. There are no margins, text, or other markings on the paper.

Referências

Barros, D. **Educação Alimentar e Nutricional no Programa Bolsa Família**. Rio de Janeiro: EAD/ENSP, 2014.

Brasil, Ministério da Saúde. **Política Nacional de Alimentação e Nutrição**. Departamento de Atenção Básica. Brasília: 2012.

Brasil, Ministério da Saúde. **Guia Alimentar para a População Brasileira**. Departamento de Atenção Básica. Brasília: 2014.

Burity, V.; Rocha, N.C. **Informe DHANA 2021** [livro eletrônico]: pandemia, desigualdade e fome. Brasília, DF: FIAN Brasil, 2021. PDF. Disponível em https://fianbrasil.org.br/wp-content/uploads/2021/12/Informe-Dhana-2021-novo-ajuste-22_12.pdf. Acesso em: 26 jun. 2022.

Cruz, Pedro José Santos Carneiro. O Agir Crítico em Nutrição na Atenção Primária à Saúde e suas Potencialidades à Luz da Concepção da Educação Popular. **Ciência educ.**, Bauru , v. 26, e20036, 2020 .

Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO). Sustainable food systems: concept and framework. Rome: FAO; 2018.

Farias, Jorge Luís de Sales. O Antropoceno e as transformações no sistema alimentar: desafios e oportunidades para a agricultura no semiárido. *In: II Workshop WEEA*, 2019, Porto Alegre. P.1-25.

The Lancet. A Sindemia Global da Obesidade, Desnutrição e Mudanças Climáticas. **Alimentando Políticas**. Jan.2019.

Verthein, U. P.; Amparo-Santos, L. A noção de cultura alimentar em ações de educação alimentar e nutricional em escolas brasileiras: uma análise crítica. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, p. 4849-4858, out. 2021.