

**“A EDUCAÇÃO QUE TEMOS E  
A EDUCAÇÃO QUE QUEREMOS**

**DA EDUCAÇÃO BÁSICA  
À PESQUISA ACADÊMICA”**



DIAS 28, 29 E 30 DE SETEMBRO

XV JORNADA ACADÊMICA DO MESTRADO E DOUTORADO EM EDUCAÇÃO

## **ATELIÊ GASTRONÔMICO: INTRODUÇÃO E HÁBITOS ALIMENTARES, DESENVOLVIMENTO DOS SENTIDOS, CONSTRUÇÃO DE MEMÓRIAS NA EDUCAÇÃO INFANTIL ATRAVÉS DA ALIMENTAÇÃO.**

**Cibele Rohers da Silva**

Universidade de Santa Cruz do Sul – UNISC/PPGEDU

**Everton Luiz Simon**

Universidade de Santa Cruz do Sul – UNISC/PPGEDU

### **Eixo 3 – Educação Trabalho e Emancipação**

Na Educação Infantil, a concepção que vincula educar e cuidar, entendendo o cuidado como algo indissociável do processo educativo. Nesse contexto, as creches e pré-escolas, ao acolher as vivências e os conhecimentos construídos pelas crianças no ambiente da família e no contexto de sua comunidade, e articulá-los em suas propostas pedagógicas, têm o objetivo de ampliar o universo de experiências, conhecimentos e habilidades dessas crianças, diversificando e consolidando novas aprendizagens, atuando de maneira complementar à educação familiar – especialmente quando se trata da educação dos bebês e das crianças bem pequenas, que envolve aprendizagens muito próximas aos dois contextos (familiar e escolar), como a socialização, a autonomia e a comunicação (BRASIL, 2018, p. 36).

Guiados pelo trecho anterior da Base Nacional Comum Curricular- BNCC que nos fala sobre educar e cuidar, e sobre a importância destas educações se complementarem na inter-relação família e escola, objetivamos abordar a relevância de trabalhar com a alimentação dentro das escolas a partir da BNCC, pois segundo Brasil (2002) acredita-se que a base dos hábitos alimentares de um indivíduo seja construído/formado desde o seu primeiro ano de vida.

Os hábitos alimentares são formados por meio de complexas redes de influências genéticas e ambientais. Para Piason (1982) temos como nosso primeiro alimento o leite materno, sendo este um alimento completo e ideal para o organismo infantil, contendo proteínas, açúcares, gorduras, anticorpos, enzimas, vitaminas, sais minerais e água. Segundo o caderno de atenção básica do ministério da saúde (2009) os sabores e aromas dos alimentos consumidos pelas mães é transmitido ao filho através do

leite materno. Este alimento oferece diferentes experiências de aromas e sabores e esse conjunto de informações irá refletir nos hábitos e preferências alimentares das crianças.

A introdução alimentar é normalmente feita a partir dos seis (6) meses de idade, nesta fase, pode ser oferecido raspas e papas de frutas, papinhas ou sopinhas de verduras e legumes entre outros alimentos. Conforme os meses vão passando, os alimentos mais sólidos são oferecidos ao bebê. Nesta etapa, é importante oferecer alimentos em pedaços ou porções que a criança possa pegar na mão, como pedaços de frutas, legumes e verduras. Isso faz com que a criança sinta a textura do alimento e crie memórias desta textura, cheiro e sabor. Desde a amamentação a criança constrói mais do que preferências alimentares, começa a construir as memórias gustativas/afetivas com a comida. Conforme ainda o caderno de atenção básica do ministério da saúde (2009) às crianças que mamaram no peito tem uma aceitação melhor a introdução alimentar.

A pré-escola é considerado grupo de risco por ser vulnerável a carências nutricionais, estar exposto às enfermidades, infectocontagiosas e as infestações parasitárias, especialmente em comunidades carentes, onde predomina a falta de saneamento básico, postos de saúde, programas de vacinação e recursos para uma alimentação adequada (FALCÃO, 1996, p. 163).

É importante destacar que essas memórias podem ser boas ou ruins, isso dependerá de como esta atividade pedagógica alimentar será realizada. Nesta fase a alimentação deve ser introduzida de forma leve, sem pressões e imposições, afinal deve ser um momento prazeroso para a criança, isto é, de exploração e conhecimento. Caso seja feito de maneira impositiva a criança poderá ficar traumatizada. Desta forma algo que deveria ser um momento bom e divertido na vida deste indivíduo será um momento de grande tensão e pânico. No trecho a seguir veremos uma boa maneira de como deve acontecer este momento da criança.

Comer em grupo ou em um quarto colorido [...] em mesas baixas e cômodas. Cadeira confortável, com apoio dos pés, é importante para seu conforto e bem-estar, ao se alimentar. Alimentos apropriados, servidos em ambiente alegre e amigável, sem aborrecimentos e preocupações a respeito de quanto, o quê e como a criança come, eis a melhor recomendação para um êxito feliz em sua alimentação. Importante é fazer a alimentação agradável (ORNELLAS, 1973, p. 36).

A alimentação diz respeito a todo ser que vive, nós seres humanos temos a necessidade de uma dieta mista, variada, que contemple vários alimentos para uma nutrição adequada. Para as crianças é essencial uma variedade de alimentos, pois isso afeta sua saúde e, principalmente, seu crescimento/desenvolvimento. Para tanto esta

alimentação deve ser contínua, sempre em relação à casa e à escola. O que nem sempre é possível, pois muitas vezes as únicas refeições realizadas pela criança são na escola.

É na educação infantil que se descobre um mundo totalmente novo para as crianças, onde elas entendem/aprendem melhor o senso de espaço, de divisão e partilha, conviver, brincar, explorar, participar, se expressar e conhecer-se. Este é um momento feliz para a criança, mas também pode ser estressante, pois para muitos é a primeira vez que ficam longe da família. Por isso, proporcionar um ambiente acolhedor, que respeite o tempo de adaptação é fundamental. Esta mudança de cenário também causa impacto na alimentação da criança, portanto quanto mais lúdico e introdutório forem os momentos de comer/alimentar-se na escola, acredita-se que melhor será a adaptação desta criança. Como já citado, é na infância que criamos nossas memórias alimentares, é nesse momento que devemos compartilhar os diferentes tipos de sabores e texturas de alimentos. Como destaca Ornellas é “na vida futura são associações positivas ou negativas a essas impressões básicas que hão de definir seus gostos. O que é bom será igual a sopinha que a mamãe fazia ou ao pudim que comia na casa da vovó”. (1973, p. 163)

Muitas são as maneiras de se trabalhar na educação infantil quando o assunto é educação alimentar ou alimentação saudável. De maneira lúdica, participativa, inclusiva, divertida e prazerosa. Sabemos que as crianças podem ser seletivas e até mesmo rejeitam alimentos que nunca provaram, mas cabe a nós profissionais da educação contribuir de forma adequada para que a criança nesta etapa de descobertas possa se sentir bem e tranquila. Pensando em formas para transformar o momento da alimentação em algo significativo, que vá além da nutrição. Conforme Lorca Rivera (2008) chamamos esta etapa da pré-escola como fase da inapetência, onde a criança não tem interesse em comer, ela quer apenas brincar sem parar. O ritual de comer bem deve ser, para a criança, uma fonte de prazer e descobertas. As cores, os aromas, os sabores, o despertar do sentido do tato e o convívio na hora das refeições constituem um mundo de sensações. (Guimarães, 2003)

O ateliê gastronômico tem como um de seus objetivos trabalhar/desenvolver as memórias gustativas e os sentidos das crianças, através da alimentação fazendo uso de atividades lúdicas envolvendo receitas, brincadeiras, jogos, danças, desenhos, pinturas, canções, bonecos, contos e histórias. Neste espaço, a criança faz o uso de todos os seus sentidos, ou seja, tato, olfato, audição, visão e paladar. Mas, principalmente, faz o uso

de sua imaginação. Segundo Lockmann (2010), é na infância que a criança se entrega plenamente ao mundo da fantasia, um poder mágico capaz de transformar simples tampinhas em carruagens e castelos. O brincar apresenta outras dimensões para elas e atividades lúdicas possibilitam que essas fantasias, criatividade, imitações e imaginação fluam de maneira espontânea. Quando a criança brinca, ela está se desenvolvendo socialmente e emocionalmente.

As atividades que acontecem nestes espaços devem ser algo que envolva a criança e que seja divertido, vívido e cheio de energia como elas. As dinâmicas devem se relacionar com as práticas alimentares, tornando a alimentação algo prazeroso e alegre para a criança. Já que na pré-escola é um momento onde a criança pode ser seletiva, apresentar novas formas e formatos do alimento é muito importante. Trabalhar com receitas atrativas, com formatos e cores que chamem a atenção, trazendo de maneira lúdica histórias que corroborem com o prato, uso de contos como: Os amigos Arroz e Feijão; Eu me Alimento; O Castor Cozinheiro e Comida da Bicharada são alguns exemplos que podem contribuir com o processo pedagógico. Construir em conjunto com as crianças jogos, como o jogo da memória, dominó das frutas, jogo dos sentidos, entre outras atividades, faz com que a criança consiga assimilar melhor a importância do alimento, além de dar uma autonomia e confiança para que ela possa exercer suas próprias escolhas. Fazendo com que a alimentação não seja uma imposição do adulto, mas, sim algo democrático e participativo.

Na área de artes e criatividade, pode-se fazer muitas atividades com alimentos, formando as mais variadas figuras com os diferentes formatos de cortes e cores, além de estimular a boa apresentação do prato. Desse modo são estimulados todos os sentidos das crianças (SANTOS, 2004, p. 123).

Uma das dinâmicas da oficina pode ocorrer da seguinte maneira. Apresenta-se as frutas para as crianças, neste momento, com o uso da visão faz-se uma análise. Qual a cor, formato, tamanho? Já com os olhos vendados e com o uso do tato, olfato, paladar, elas vão sentir a textura, peso, umidade, temperatura, cheiro e o sabor da fruta. De acordo com Santos (2004) ao lidar com receitas as crianças ampliam seu vocabulário, também trabalham com a ordenação e sequência, através de xícaras, colheres, gramas e quilos, elas criam a noção de volumes, a transformação do alimento quando cortado, misturado, triturado, cozido, assado e congelado, é a ciência aplicada na prática.

O banco de alimentos do Rio Grande do Sul elaborou no ano de 2010 um livro intitulado *Jogos de Ensinar: instrumentos de ensino e aprendizagem na educação*

*alimentar*. Onde, de maneira pedagógica, nos mostra algumas atividades a serem trabalhadas com os pequenos na área de educação alimentar. Fazendo uso do livro, Lockmann (2010) nos mostra que a infância é o período ideal para fornecer informações nutricionais e promover atitudes positivas com relação aos alimentos, pois nesta fase a aprendizagem pode ser natural e informal, podendo acontecer em casa e na escola. Sabemos que todos nós possuímos personalidades diferentes uns dos outros, com crianças pequenas, não é diferente. Elas têm gostos, manias, apetite, coordenação motora e agilidade de pensamentos que são divergentes, mas todas passam pelo mesmo processo de desenvolvimento, algumas mais rápido que outras. Mas, conforme Lorca Rivera (2008), nessa fase da criança, o grande segredo é a paciência, a persistência e a criatividade do adulto.

**PALAVRAS-CHAVE:** Ateliê gastronômico; Alimentação infantil; Educação infantil.

## **REFERÊNCIAS**

- BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular**. Brasília, 2018.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Saúde da criança: nutrição infantil: aleitamento materno e alimentação complementar**. Brasília: ed. Ministério da Saúde, 2009.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas da Saúde. Organização Pan Americana da Saúde. **Guia alimentar para crianças menores de dois anos**. Brasília: ed. Ministério da Saúde, 2002.
- FALCÃO, Alba de Andrade. **Alimentar a criança: desafios do dia-a-dia**. São Paulo: ed. Atheneu Editora São Paulo, 1996.
- GUIMARÃES, Nana. **Guia de Alimentação Infantil: com dicas de cuidados para crianças especiais**. São Paulo: ed. Ground, 2003.
- LOCKMANN, Adriana. **Jogos de Ensinar: instrumentos de ensino e aprendizagem na educação alimentar**. Porto Alegre: ed. Nova Prova, 2010.
- ORNELLAS, Alfredo. **Ensine seu filho a comer**. Rio de Janeiro: ed. Livraria José Olympio, 1973.
- PIASON, Elisabet. **Alimentação do bebê**. São Paulo: ed. Erica, 1982
- LORCA RIVERA, Evelyn Del Carmen. **Incentivo à alimentação infantil de maneira saudável e divertida: dicas práticas desde o nascimento**. São Paulo: ed. Metha, 2008.
- SANTOS, Lana Ermelinda da Silva dos. **Creche e Pré-escola: uma abordagem de saúde**. São Paulo: ed. Artes Medicas, 2004.