

AUTOBIOGRAFIAS ALIMENTARES PARA EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL COM ADOLESCENTES: VIVÊNCIAS E EXPERIÊNCIAS DOCENTES NO ENSINO MÉDIO E SUPERIOR

*Thiago Perez Jorge **

*Diógo Vale ***

*Fernanda de Moura Ferreira ****

RESUMO: O objetivo do presente trabalho é relatar as vivências e experiências construídas a partir da aplicação das autobiografias alimentares e da construção de perguntas geradoras como método ativo de ensino-aprendizagem realizadas em uma sequência didática com graduandos em Nutrição de uma universidade pública do Nordeste brasileiro. Trata-se de relato de prática de ensino envolvendo estudantes do Ensino Médio e da graduação em Nutrição. Entre 2022.2 e 2024.1 foram realizadas 60 etapas didáticas, envolvendo atividades teóricas e práticas com 41 estudantes adolescentes e 150 graduandos. A leitura ativa que os acadêmicos realizaram das 41 autobiografias alimentares dos adolescentes produziu 32 perguntas geradoras para Educação Alimentar e Nutricional com adolescentes. Consideramos essa abordagem metodológica pautada nas autobiografias alimentares como potente para o desenvolvimento crítico de adolescentes sobre as questões alimentares e nutricionais que vivenciam e para a formação de profissionais nutricionistas comprometidos com ações transformadoras de Educação Alimentar e Nutricional com adolescentes.

PALAVRAS-CHAVE: Educação Alimentar e Nutricional; Autobiografias; Ensino; Adolescentes.

DIETARY AUTOBIOGRAPHIES TO EDUCATE ADOLESCENTS ABOUT FOOD AND NUTRITION: TEACHING EXPERIENCES IN SECONDARY AND HIGHER EDUCATION

ABSTRACT: The aim of this paper is to report on the experiences built up from the application of dietary autobiographies and the construction of generative questions as an active teaching-learning method carried out in a didactic sequence with undergraduate nutrition students at a Brazilian north-eastern public university. This is a report on teaching practice involving high school and undergraduate nutrition students. Between 2022.2 and 2024.1, 60 didactic stages were carried out, involving theoretical and practical activities with 41 adolescent students and 150 undergraduates. The academics 'active reading of the 41 adolescents' dietary autobiographies produced 32 generating questions for Food and Nutrition Education with adolescents. We consider this methodological approach based on dietary autobiographies to be powerful for the critical development of adolescents about the food and nutritional issues they experience and for the training of professional nutritionists involved in transformative actions in Food and Nutrition Education with adolescents.

KEYWORDS: Food and Nutrition Education; Autobiography; Teaching; Adolescent.

* Doutor em História pela UFSC. Professor do Departamento de Nutrição da UFRN. E-mail: thiago.jorge@ufrn.br, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0375-8613>

** Doutor em Saúde Coletiva pela UFRN. Nutricionista do IFRN. E-mail: diogo.vale@escolar.ifrn.edu.br, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2636-4956>

*** Mestre em Estudos da Linguagem pela UFRN. Professora de Língua Portuguesa e Literatura do IFRN. E-mail: ferreira.fernanda@escolar.ifrn.edu.br ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-2698-1269>

Introdução

A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) é reconhecida como estratégia fundamental para a promoção de modos de vida mais saudáveis e para prevenção e controle dos problemas alimentares e nutricionais contemporâneos. Assim, a EAN, como desdobramento da educação em saúde se engendra tanto ao campo da promoção da saúde de grupos populacionais, como também na formação inicial e continuada de nutricionistas, na medida em que se constitui como componente formativo desses profissionais que devem desenvolver suas ações pautadas pela defesa do direito à alimentação adequada e saudável.

Ademais, diferentemente das normativas da regulamentação da profissão, no qual colocava a Educação Nutricional (este era o termo) como atividade privativa do nutricionista (Brasil, 1991), temos desde a publicação do documento oficial “Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para Políticas Públicas” (Brasil, 2012, p.23), a EAN entendida como campo de conhecimentos e de práticas contínuas e permanentes, transdisciplinares, intersetoriais e multiprofissionais. Essa atualização na compreensão de EAN almeja ações que apoiem as pessoas para o desenvolvimento de práticas autônomas e voluntárias para incorporação de hábitos alimentares saudáveis. Portanto, em face da complexidade que abarca o fenômeno da alimentação, ações educativas devem envolver uma diversidade de profissionais e de instituições na qualificação de seus processos educacionais.

Nesse contexto de complexidades, educadores em alimentação e nutrição precisam desenvolver espaços educativos que sustentem o diálogo com diferentes grupos visando à crítica e, em alguns casos, a superação de questões multidimensionais que envolvem os desafios alimentares e nutricionais. Na abordagem por grupos etários, adolescentes constituem-se como um dos grupos que vivenciam questões desafiadoras tendo como importante pano de fundo vivências que envolvem sentimentos, identidades, corpos e comidas (Vale, 2020). Isso decorre de a adolescência ser uma fase da vida com importantes mudanças fisiológicas, físicas, comportamentais e, por isso, demanda ações educacionais e de saúde que envolvem proteção e cuidado, mas também autonomia e capacidade de reflexão crítica para se viver em sociedade e seu contexto alimentar contemporâneo.

Espera-se que esses adolescentes e jovens passem boa parte do cotidiano no ambiente escolar. Por isso, tem-se esse cenário como espaço privilegiado para ações educativas que tomem o alimento e a alimentação junto ao processo de ensino-aprendizagem. Nesse sentido, deve-se apreender que “a escola é o *locus* que informa e forma para a educação alimentar e nutricional” (Jorge, Vale, Souza, 2024, p.4).

Frente a esses desafios de formar profissionais para o desenvolvimento de uma EAN problematizadora e dialógica, e da qualificação dessas ações com adolescentes no contexto das escolas, o presente trabalho foi desenvolvido. O estudo justifica-se, pois apesar de importantes avanços, o campo de atuação da EAN não está claramente definido, já que “há uma grande diversidade de abordagens

conceituais e práticas, pouca visibilidade das experiências bem-sucedidas, fragilidade nos processos de planejamento e presença insuficiente nos programas públicos” (Brasil, 2012, p.13).

Não bastasse isso, na medida em que o ensino na Nutrição se pauta numa visão fragmentada, biologicista e tecnicista, há predominância de uma educação em Nutrição baseada em modelos tradicionais, centralizados na mera transmissão de informação (Santos, 2012; Cervato-Mancuso, Vincha, Santiago, 2016). Isso remete à ideia, desconexa da realidade de uma EAN transformadora, de que basta se apropriar adequadamente de um conceito científico da área para se tornar um bom educador em saúde, logo, em Nutrição (Jorge et al, 2022; Jorge, Vale, Souza, 2024). Mas rechaçamos essa visão autoritária de quem sabe para quem não sabe. Eis que, colocamo-nos diante da inquietação: como formar nutricionistas educadores junto aos adolescentes?

Para responder essa questão, desenvolvemos este artigo que tem como objetivo principal relatar as vivências e experiências construídas a partir da aplicação das autobiografias alimentares e da construção de perguntas geradoras como método ativo de ensino-aprendizagem realizadas em uma sequência didática com graduandos em Nutrição de uma universidade federal do Nordeste brasileiro. Tal sequência didática visava à formação de nutricionistas educadores com base na realização de EAN junto a adolescentes e jovens estudantes do ensino médio integrado de um instituto federal de educação, ciência e tecnologia do mesmo território.

Métodos

Trata-se de um relato de experiência qualitativo, descritivo, exploratório e reflexivo. Para Minayo (2000) a pesquisa qualitativa visa aprofundar o significado e a intencionalidade que, a rigor, qualquer investigação social deveria contemplar, uma vez que traz para o interior da análise o subjetivo, o objetivo, os atores sociais, os fatos e seus significados. Nesse sentido, uma postura descritiva, exploratória e reflexiva será útil para gerar insights e hipóteses que podem direcionar pesquisas futuras sobre métodos e teorias para o fortalecimento do campo da EAN.

Com isso, essa abordagem é pertinente pois temos o intuito de contribuir para a produção do conhecimento sobre nossa temática central: uso das autobiografias alimentares e da construção de perguntas geradoras como metodologia ativa inovadora na formação e nas ações de promoção da alimentação saudável com adolescentes.

Para construção do presente relato e da ação em questão, o marco-teórico referencial foi formado pelas ideias de Vera Lucia Xavier Pinto (autobiografia alimentar) (Pinto, 2006), Rubem Alves (escuta atenta e presente) (Alves, 2003), Paulo Freire (problematização e dialogicidade) (Freire, 1983; Freire, 2007; Freire, 2009); e de Marie-Christine Josso (vivência e experiência) (Josso, 2004).

A vivência com estudantes de nutrição e adolescentes escolares do Ensino Médio Integrado transformou-se em experiência à medida que conseguimos criar, a partir de nossa sequência didática, um

rico ambiente de aprendizagem, diálogo e reflexão. Essa prática reflexiva não cessou com o fim das ações, prolongando-se neste texto em pesquisa e registro da ação-reflexão.

Para a escrita do presente relato, foram utilizados como referência os caminhos metodológicos para análise do vivido “desenvolvida como alternativa metodológica norteadora para o relato de experiência” que foi “pensada a partir das ideias de vivência e experiência em Josso” (Vale, 2019, p.137).

Nesse percurso metodológico, a premissa é que as “vivências atingem o status de experiências a partir do momento que fazemos certo trabalho reflexivo sobre o que se passou e sobre o que foi observado, percebido e sentido” (Josso, 2004, p. 48). Com isso, serão trabalhadas duas dimensões de construção experiencial *a priori*: no resultado, a dimensão “fazer experiências” — vivências de situações e acontecimentos que nós próprios provocamos, ou seja, situações para fazer experiências; e na discussão, a dimensão “pensar sobre as experiências” - sobre aquelas que criamos e sobre as que emergiram durante o processo. Isso permitirá a expansão dos processos de análise, criatividade, aprendizagem, conhecimento e formação sobre o processo educativo (Josso, 2004, p. 51).

Portanto, o presente trabalho caracteriza-se de maneira mais adequada a essas definições como um relato de vivências e construção de experiências *a priori*. Para isso, o material utilizado como *corpus* para nossas reflexões foi coletado durante as sequências didáticas de EAN com adolescentes iniciada no componente curricular Língua Portuguesa dos cursos técnicos integrados ao Ensino Médio do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Norte e desenvolvidas durante o componente curricular Educação Alimentar e Nutrição I ofertado ao curso de graduação em Nutrição da Universidade Federal do Rio Grande do Norte nos semestres letivos 2022.2, 2023.1, 2023.2 e 2024.1.

Para desenvolvimento das reflexões sobre as nossas vivências, foi realizada pesquisa documental e bibliográfica. Para investigação bibliográfica, a busca nas principais fontes de informação para a pesquisa documental e bibliográfica ocorreu nas seguintes bases: *Scientific Electronic Library Online* (SciELO); Portal de Periódicos da CAPES; Google Acadêmico. A descrição das ações foi possível com a exploração de registros disponíveis no sistema de informação da UFRN (SIGAA), pela busca ativa dos documentos e atividades das aulas de EAN 1 (teoria e prática) relativas a todas as etapas que envolviam o uso das autobiografias alimentares, a EAN com adolescentes, o planejamento e desenvolvimento das ações.

Em relação aos aspectos éticos, por se tratar de uma pesquisa bibliográfica e documental, não envolveu, portanto, atividades de pesquisa diretamente com seres humanos. Ainda assim, ressalta-se que foram seguidas as diretrizes éticas postuladas na Resolução 466/2012, do Conselho Nacional de Saúde (Brasil, 2013), no que tange à não maleficência, à beneficência, à justiça, à equidade, à confidencialidade, ao respeito aos valores culturais, sociais, morais, religiosos e éticos, entre outros, sem que seja necessário submeter o projeto a um comitê de ética em pesquisa. Foram ainda resguardados os direitos autorais dos textos, documentos e trabalhos consultados, de acordo com a Lei nº 9.610 de fevereiro de 1998 (Brasil, 1998).

“Fazer as experiências”

Cenário formativo: o ensino de língua Portuguesa no Ensino Médio

Segundo Irandé Antunes (2003), o ensino de língua portuguesa deve ser baseado no refinamento de saberes essenciais aos usuários, quais sejam: leitura e escrita - devido à nossa sociedade ser letrada, ou seja, basear grande parte de suas práticas linguísticas no código escrito, exigindo, pois, dos sujeitos saber ler e escrever de modo desenvolto, especialmente em contextos de maior formalidade e em esferas de poder social; fala e escuta - práticas linguísticas que costumam se concentrar em contextos de intimidade, cultura popular e de menor formalidade, embora saibamos que também há diversas situações de alta formalidade, como conferências, defesas orais e outros, que se circunscrevem na referida modalidade.

É importante ressaltar que os Estudos da Linguagem, nos últimos trinta anos, têm reforçado a necessidade de uma aprendizagem significativa, ou seja, que possa ser utilizada pelos usuários da língua da forma mais hábil possível, nos diversos contextos sociais de uso do idioma, tendo em vista a compreensão de que um bom uso da língua reflete o exercício da cidadania e pode impactar na compreensão de si, do mundo e da realidade circundante. Desse modo, os estudos têm sugerido um ensino de português que se pautem em práticas discursivas, ou seja, em situações reais de uso da língua, em conformidade com os contextos sociais e levando o usuário a enxergar, por exemplo, as entrelinhas e os valores veiculados ao momento em que nos comunicamos via língua portuguesa.

Alinhados com tal compreensão, os documentos oficiais que regem o ensino de língua Portuguesa no Brasil dissertam acerca de um ensino que, além de formar os estudantes nos aspectos formais do idioma, também seja capaz de fomentar o pensamento crítico, conforme pode ser lido na Lei de Diretrizes e Bases (LDB) (Brasil, 1996) da educação brasileira, nos Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN) (Brasil, 2000) e na Base Nacional Comum Curricular (BNCC) (Brasil, 2018). No que concerne ao ensino médio, tal etapa é vista como a reta final da educação básica e tem como um de seus pressupostos a formação de cidadãos que consigam exercer sua cidadania de maneira crítica e plena.

Voltando os olhos para o Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Norte (IFRN), o ensino médio é a modalidade ofertada com o maior número de alunos matriculados e em atividade, sendo o carro-chefe da instituição, apesar de existirem outras ofertas (licenciaturas, engenharias, tecnólogos, técnicos subsequentes, educação de jovens e adultos, mestrado e doutorado profissionais etc.). Tal oferta é na forma integrado, isto é, o aluno cursa tanto as disciplinas do ensino médio quanto as do curso técnico, de modo que, ao final de quatro anos, o discente recebe seu diploma como concluinte do ensino médio e profissional de nível técnico, estando habilitado a entrar no mercado de trabalho (IFRN, 2024).

Ao longo do seu percurso no ensino médio do IFRN, o aluno cursa quatro disciplinas de língua portuguesa. Dito de outra forma, o discente estuda a língua portuguesa durante seus quatro anos de formação. Além das normativas nacionais, o IFRN tem seu próprio currículo organizado no Projeto

Pedagógico de cada curso (PPC), o qual determina o quantitativo de 440 hora/aula (cada aula compreende 45 minutos de relógio) para integralização do componente, além de definir o objetivo, os conteúdos, os métodos, a avaliação e a bibliografia a ser utilizada. Além do PPC, o IFRN conta com um documento chamado Organização didática, o qual trata da função social, organização curricular, matrícula (trancamento, renovação e cancelamento), emissão de certificados e diplomas, entre outros aspectos a serem adotados pelos campi do IFRN (IFRN, 2024). Tal documento organizador dessa instituição afirma sobre os cursos de ensino integrado, no tocante ao currículo, que no IFRN, está fundamentado em bases filosóficas, epistemológicas, metodológicas, socioculturais e legais, expressas no Projeto Político-Pedagógico Institucional, e, a partir de uma concepção de sociedade, trabalho, cultura, educação, ciência e tecnologia e ser humano (IFRN, 2024). Dessa forma, dentro do IFRN e do ensino médio integrado, o ensino de língua portuguesa e literatura visa a formação de cidadãos com senso crítico e proficientes no idioma oficial do Brasil.

Nesse escopo, a atividade de construção de autobiografias alimentares tem potencial para auxiliar no alcance de todos os objetivos tanto da educação brasileira, quanto do IFRN e seu ensino de português, haja vista ser um gênero textual que busca fomentar no sujeito a avaliação de seu percurso alimentar, criando inteligibilidade acerca de suas práticas e consciência sobre o papel da alimentação em seu percurso pessoal e social, devido à alimentação ser um fenômeno cultural, coletivo, com raízes na história, crenças, entre outros elementos organizadores da nossa sociedade. Ademais, a autobiografia alimentar se tornou uma prática de escrita que colabora com o refinamento de habilidades, como coesão, coerência, paragrafação, progressão temática, entre outros.

Para que a atividade fosse efetivada, o nutricionista do nosso campus participou de uma aula em cada turma em que a prática de escrita seria realizada, levou um exemplar do gênero e apresentou o tema em conversa com os discentes, com a participação de uma ex-aluna do campus que já tinha produzido tal gênero. Após esse momento, os estudantes foram solicitados a produzir as autobiografias. Com a entrega, ficou claro que a atividade colaborou com a autorreflexão dos alunos em relação ao modo como lidam com a alimentação, o que despontou em discussões sobre saúde mental, padrões de beleza, afetividade e educação alimentar.

A leitura das autobiografias alimentares revelou a riqueza do gênero, pouco difundido, mas que permitiu aos estudantes-escritores compartilhar visões de mundo e refletir sobre a importância da alimentação no bem-estar global e nas práticas cotidianas, o que contribuiu para o alargamento do pensamento crítico tanto dos alunos quanto da docente. Além do desenvolvimento textual e reflexivo, os relatos apontaram sinais de alerta em saúde mental em alguns estudantes, que foram encaminhados para a psicóloga do *campus*. Uma turma, em especial, participou de uma roda de conversa e orientação com a docente, a psicóloga e a professora de Educação Física, buscando, por meio da escuta e da orientação, colaborar para a construção de uma postura mais crítica e saudável em relação à alimentação.

Desse modo, a autobiografia alimentar atuou como eixo norteador de ricos momentos de discussão, autorreflexão, compartilhamento e aprendizagem mútua.

Cenário formativo: Laboratório de EAN e EAN I

O Laboratório de Educação Alimentar e Nutricional (LEAN) é vinculado ao Departamento de Nutrição da Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN). O LEAN se insere no atual Projeto Político do Curso (PPC) de graduação em Nutrição da UFRN, que apresenta em seu marco teórico-conceitual o comprometimento para a formação nos seguintes aspectos: a) formar para a (inter)conexão sujeito-mundo; b) formar para a tomada da reflexividade como ideia-ação; c) formar para tomar o cuidado como ação basilar nos processos de vida e trabalho; d) formar para a compreensão da alimentação como labor, trabalho e ação; e) formar desde e para a construção da justiça social; f) formar um profissional generalista, mas crítico e participativo em todos os níveis de atuação (UFRN, 2020).

Nesse contexto, o LEAN funciona como espaço institucional voltado para o desenvolvimento de competências e habilidades na formação do educador em Nutrição. Trata-se de um laboratório acadêmico que por meio de seus projetos de ensino, pesquisa e extensão fomenta ações que tomam como objeto o ensino e a aprendizagem da alimentação e da nutrição, através de atividades de planejamento, execução e acompanhamento de ações educativas em espaços de educação formal (escolas – educação infantil, ensino fundamental e médio) e não-formal (atividades em grupos diretamente vinculados ao Departamento de Nutrição ou Unidades Básicas de Saúde).

No LEAN estão vinculadas diretamente três disciplinas em seus módulos teóricos e práticos: Educação Alimentar e Nutricional I (espaços de educação formais), Educação Alimentar e Nutricional II (espaços de educação informais) e Tópicos em Educação Alimentar e Nutricional. Dentro do cronograma de momentos teóricos e práticos de EAN I, está inserida a sequência didática de EAN com adolescentes em escolas foco deste relato. O objetivo final desse conjunto de aulas e práticas é que nutricionistas em formação vivenciem a elaboração de atividades educativas para promoção da alimentação saudável nas escolas com adolescentes e jovens. Para tanto, o IFRN é cenário formativo desde 2022.2.

Uma sequência didática de EAN com adolescentes: das autobiografias às ações a partir de perguntas geradoras

O trabalho formativo sobre EAN com adolescentes no âmbito do LEAN e dos componentes curriculares da EAN na UFRN passam por constante processo de qualificação frente aos contextos possíveis. No LEAN o pensamento *freiriano* (Freire, 1983; Freire, 2007; Freire, 2009) embasa a relação teoria-prática. Assim, docentes (IFRN e LEAN) e nutricionista (IFRN) construíram uma proposta que

pucesse envolver elementos da dialogicidade, amorosidade, problematização, tanto para os graduandos, como também para os educandos dos cursos do IFRN.

Dessa forma, as disciplinas foram construídas e reconstruídas como experiências inovadoras de processo ensino-aprendizagem pautadas nos referenciais freirianos e outros conhecimentos e estratégias construídas por docentes da área. Nesse sentido, damos destaque aqui à utilização das autobiografias alimentares consolidadas nas disciplinas de EAN dessa instituição desde 2003 e às escolas como cenário de práticas (Pinto, 2006; Vale, 2019).

Acreditamos que as autobiografias alimentares permitem aproximações mais sensíveis dos futuros nutricionistas com as próprias realidades. Comumente, a construção dessas produções autobiográficas sobre vivências com o comer e a comida é colocada como primeira atividade desse componente curricular. Porém, buscando maior qualidade nas ações com adolescentes, aplicamos esse método para estimular maior compreensão dos graduandos sobre as questões alimentares e nutricionais vivenciadas nas adolescências com o enfoque biopsicossocial. Somado a isso, desenvolvemos um processo de planejamento de ações baseado na identificação de temas emergentes da leitura das autobiografias de adolescentes e construção de perguntas geradoras que seriam base para o desenvolvimento de ações dentro e fora das salas de aula. Com isso, acreditamos sistematizar melhor o processo de elaboração de ações de EAN com adolescentes que sejam mais problematizadoras, dialógicas e produtoras de autonomias conforme proposta do Marco de EAN (Brasil, 2012).

O Quadro 1 abaixo apresenta as etapas didáticas para a formação de graduandos em nutrição visando o desenvolvimento de ações de EAN com adolescentes em escolas, tendo como ponto de partida o método autobiográfico.

Quadro 1. Sequência didática para formação de graduandos em nutrição para o desenvolvimento de ações de EAN com adolescentes em escolas a partir da utilização de autobiografias alimentares e construção de perguntas geradoras, Natal/RN.

Etapa	Ação	Local/tempo utilizado (minutos)
1	Apresentação da proposta de produção de autobiografias alimentares a estudantes do ensino médio Minha alimentação e meu corpo: vivências e experiências que me fizeram chegar até aqui Produza um texto do gênero autobiográfico a partir do tema anterior com o mínimo de 30 linhas	IFRN/50 min
2	Produção de autobiografias alimentares pelos adolescentes	Atividade de casa (1 semana de intervalo)
3	Entrega de autobiografias alimentares produzidas pelos adolescentes	IFRN/50 min
4	Apresentação da proposta de produção de autobiografias alimentares a estudantes da graduação em nutrição	LEAN/50 min
5	Produção de autobiografias alimentares por estudantes da graduação em nutrição	Atividade de casa (1 semana de intervalo)

6	Apresentação das autobiografias alimentares pelos estudantes de nutrição	LEAN/5-10 min/estudante
7	Momento expositivo dialógico	LEAN/200 minutos
8	Momento expositivo dialógico	LEAN/100 minutos
9	Oficina: leitura das autobiografias dos adolescentes pelos estudantes de nutrição e produção do quadro com temas geradores	LEAN/100 minutos
10	Oficina de planejamento EAN no IFRN	LEAN/100 minutos
11	Produção de material para ação de EAN com adolescentes	LEAN/100 minutos Atividade de casa (1 semana de intervalo)
12	Oficina de planejamento final de atividade com adolescentes	LEAN/100 minutos
13	Produção final de material para ação de EAN com adolescentes	LEAN/100 minutos Atividade de casa (1 semana de intervalo)
14	Execução de ação de EAN com adolescentes	IFRN/200 minutos
15	Avaliação geral do processo de EAN com adolescentes	IFRN/200 minutos

Fonte: produzido pelos autores.

No IFRN, 41 autobiografias alimentares foram produzidas pelos adolescentes na disciplina de língua portuguesa em setembro de 2022. Dentre essas, 21 foram de jovens do gênero feminino e 19, do gênero masculino. Os estudantes permitiram que suas produções fossem compartilhadas com os estudantes de Nutrição para o desenvolvimento de ações educativas. Os nomes foram omitidos nos materiais antes que fossem disponibilizados para leitura presencial do material impresso que fica apenas com a equipe de professores. Essa sequência didática foi repetida em quatro semestres consecutivos e o número total de estudantes da graduação que participaram desses momentos foi 150, sendo: 37 em 2022.2, 45 em 2023.1, 33 em 2023.1 e 35 em 2024.1.

Questões emergentes após leitura das autobiografias alimentares de adolescentes

Na etapa (9) Oficina de leitura das autobiografias dos adolescentes pelos estudantes de nutrição e produção do quadro com temas geradores, cada estudante recebeu uma ou duas produções autobiográficas dos estudantes do IFRN. Nesse momento, cada estudante de Nutrição tinha 10 minutos para leitura e destaque de um ou dois temas que emergiam com esse processo de aproximação com os textos. Após essas análises individuais, compartilhávamos com toda a turma o(s) tema(s) identificado(s) e o trecho da autobiografia alimentar que marcava aquela temática. Com isso, o grupo ia construindo um

- adolescentes - que precisa ser apoiado para o desenvolvimento de autonomias para lidar com as melhores escolhas alimentares pautadas na alimentação como um direito humano básico.

Temas e perguntas geradoras para EAN com adolescentes

A oficina de planejamento de ações de EAN com adolescentes é um processo coletivo, dinâmico e reflexivo. Na sequência didática relatada no presente texto, iniciamos com a divisão da turma em grupos compostos por três ou quatro estudantes. Após essa composição, cada grupo é orientado a escolher um dos temas presentes no quadro (exemplo na figura 1). Com o tema escolhido, o grupo deve trabalhar a construção de uma “pergunta geradora”. Esse termo é pensado com base nas ideias freirianas e consiste em uma pergunta geradora de reflexões, conversas e diálogos ativos entre graduandos em nutrição e adolescentes durante as ações de promoção da alimentação saudável nas escolas.

Nesse sentido, as perguntas geradoras são estruturadas a partir de uma temática da realidade dos educandos e estruturam-se a partir de algumas recomendações: não devem gerar perguntas fechadas (ex: sim/não, certo/errado, concordo/discordo); não precisam, necessariamente, serem óbvias com a relação a temática, porém devem gerar conversa dentro do contexto da ação que deverá ter como objetivo final a sensibilização e o diálogo sobre a temática escolhida para intervenção. No quadro 2, podem ser verificados alguns temas e perguntas geradoras construídas pelos grupos de graduandos em Nutrição que foram trabalhados nas ações de EAN com adolescentes do IFRN que produziram e compartilharam suas autobiografias alimentares.

A seguir o Quadro 2 apresenta os temas identificados e as perguntas geradoras derivadas, elaborados para o trabalho com questões alimentares e nutricionais junto aos adolescentes do IFRN.

Quadro 2. Temas identificados e perguntas geradoras construídas para trabalhar questões alimentares e nutricionais com adolescentes com base em autobiografias alimentares de estudantes do ensino médio integrado de uma instituição federal do Nordeste brasileiro, RN, 2022-2024.

Tema	Pergunta geradora
1. Afetividade e alimentação	O que esse cheiro te lembra?
2. Alimentação e emoções	Como a emoção afeta nossa alimentação?
3. Alimentação e atividade física.	Qual a importância de uma alimentação adequada para uma boa prática de atividade física?
4. Alimentos que confortam	O que é um alimento que conforta para você?
5. Ambiente tóxico.	Será que existe ambiente tóxico na hora da refeição?
6. Autoconhecimento	A sua alimentação te define?
7. Aversões Alimentares	O que você não come de jeito nenhum?
8. Capitalismo Alimentar	A alimentação do outro te incomoda?
9. Consumo de <i>fast-food</i>	O que são os <i>fast-foods</i> ?
10. Consumo de ultraprocessados	O que são os alimentos ultraprocessados?
11. Diferentes percepções sobre hábitos alimentares saudáveis	O que é um hábito alimentar saudável para você?
12. Dificuldade de realizar o café da manhã	Você sabe a importância de tomar café da manhã?

13. Distúrbio de imagem corporal	Qual a relação dos distúrbios de imagem corporal com a mídia?
14. Diversidade alimentar	Você come sempre as mesmas coisas?
15. Estratégias alimentares inadequadas	Quais estratégias vocês consideram que são inadequadas para uma alimentação saudável?
16. Grupos de alimentos	Como organizar as refeições ao longo do dia?
17. Influências sociais nas escolhas alimentares	Como seu meio social influencia suas escolhas alimentares?
18. Insatisfação Corporal	Como as redes afetam sua satisfação corporal?
19. Jogos eletrônicos e alimentação	O que você consome geralmente enquanto joga?
20. Memórias afetivas com alimentação	Qual comida te remete a afeto?
21. Mudança de hábitos	Por que manter hábitos saudáveis é importante?
22. Neofobia alimentar	Você tem medo de experimentar novos alimentos?
23. Nutricionismo	O que é alimentação saudável para você?
24. O papel feminino na alimentação familiar.	Quem costuma preparar a sua comida favorita?
25. Padrão de beleza	Você mudaria algo no seu corpo?
26. Padrões alimentares	Como é o padrão alimentar da sua região?
27. Padrões corporais	O que seria um corpo normal?
28. Padrões corporais 2	Como os padrões corporais influenciam na <i>sua</i> alimentação?
29. Porções de alimentos	Como escolher alimentos mais saudáveis?
30. Pressão social	Quem determina o que você come?
31. Rotina alimentar	O que você come quando está sem tempo?
32, Saúde mental	Como a alimentação afeta o seu humor?

Fonte: produzido pelos autores com base nos planejamentos de graduandos em Nutrição.

O conjunto de temas e perguntas geradoras para trabalhar ações de promoção da alimentação saudável com adolescentes demonstra o efeito da utilização do método baseado em autobiografias alimentares como método ativo e inovador de EAN. Com base nessa leitura ampliada dos fatores determinantes e condicionantes das realidades de alimentação e nutrição vivenciadas por jovens, é possível expandir e, com isso, diversificar as possibilidades de ação com esse público. Comparada a metodologias de planejamento que não estão baseadas nas realidades biopsicossociais e que ficariam restritos a trabalhar, por exemplo, questões como valor nutricional dos alimentos, a sequência didática apresentada neste artigo se estabelece como uma inovação na formação de futuros nutricionistas que estarão cientes e preparados para ações mais problematizadoras, dialógicas e com potencial para modificação positiva das realidades.

Na sequência, os grupos de estudantes de nutrição planejam suas ações usando como modelo um instrumento (figura 2). Esse foi sendo desenvolvido ao longo dos processos formativos da área da EAN no Departamento de Nutrição da UFRN que, atualmente, tem como referência o LEAN, seus componentes curriculares e os projetos associados. Tal instrumento incorpora a práxis pedagógica de estímulo a participação ativa dos sujeitos envolvidos no processo educativo. Destacamos que nesse processo, as ações com adolescentes são diversas com foco no aprender a fazer dos participantes como,

por exemplo: jogos, brincadeiras, murais interativos, teatro, rodas de conversa, degustação de alimentos. Essas não serão detalhadas nesta publicação devido o objetivo geral e limitação do número de páginas.

“Pensar sobre as experiências”

As vivências desde a construção dessa sequência didática permitem reflexões sobre os métodos autobiográficos e de elaboração de perguntas geradoras para intervenções como um processo ativo e inovador centrado nos educandos. Desde o início do curso de EAN I, os graduandos são convidados a experimentarem a atividade chamada “autobiografia alimentar”. Essa decisão metodológica partiu da seguinte hipótese: o exercício da narrativa autobiográfica sensibilizaria o(a) futuro(a) nutricionista a compreender que a redução dos aspectos do comportamento alimentar (visão cientificista e tecnicista) empobreceria a complexidade das relações entre pessoas, culturas e meio ambiente (Pinto, 2006).

A rigor foi com a tese de Vera Pinto (2006) que pela primeira vez veio a lume no campo da Nutrição a possibilidade metodológica de se trabalhar com autobiografias alimentares. Hoje aposentada, professora Vera foi pioneira na EAN por apresentar em sua pesquisa de doutorado os cinco eixos norteadores para a construção de uma educação alimentar e nutricional complexa e reflexiva, a saber:

- 1) tomar o fazer culinário e a comensalidade como elementos significativos para a formação integral dos seres humanos;
- 2) Conceber as manifestações de religiosidade associadas à alimentação como elementos relevantes da cultura alimentar humana;
- 3) Discutir a ruptura da natureza/cultura visando a preservação da vida na Terra;
- 4) Buscar a superação dos conflitos identitários pela consciência de graus de pertencimento abrangentes;
- 5) Enfrentar os limites da formação fragmentadora (Pinto, 2006, p.7).

Contudo, embora a referida tese esteja disponível há quase 20 anos, ainda é incipiente na área da Nutrição trabalhos que se orientam por essa perspectiva metodológica. Como o levantamento bibliográfico em bases de dados científicos da Scientific Electronic Library Online (SciELO) e do Portal de Periódicos da CAPES contendo os descritores “educação alimentar e nutricional” e “autobiografias” resultou em zero artigos publicados em periódicos científicos até junho de 2024. Ao ampliarmos as buscas no Google Acadêmico, encontramos publicações em áreas da Antropologia, Sociologia, Psicologia, História, mas a rigor é na área da Educação que encontramos produções sobre “autobiografias”.

Antes de seguir, convém esclarecer que a abordagem das histórias de vida ou autobiografias surgiram como um dos contrapontos ao modelo tradicional escolar. Esse possui uma lógica de que há um tempo de formar que é distinto do tempo de atuação, desdobrando na noção de que espaços de formação e de ação não podem acontecer de modo simultâneo (Nóvoa, 1988).

Embora a escrita sobre si não seja invenção moderna, já que encontramos textos com narrativas pessoais desde a Antiguidade, temos apenas nos idos de 1800 o surgimento da expressão “autobiografia” (Pinto, 2006, p.155). Todavia, a força desta abordagem viria a acontecer a partir do último quartel do século XX, numa série de autores que desde então vêm contribuindo para uma melhor compreensão das

escritas de si na constituição da subjetividade, e, como processo de formação humana e profissional (Josso, 2004; Nóvoa, 1988; Ferrarotti, 1988; Dominicé, 1988; Pineau, 2006).

No Brasil os trabalhos de Passeggi (2011; 2021) têm destaque como referência que trabalha narrativas autobiográficas e formação docente, evidenciando que a reflexão sobre o percurso profissional desencadeia transformação das representações de si e do outro, e, da forma como essas representações influenciam sobre a ação e interação social do sujeito no mundo. O que ocorre por três movimentos: 1) tomada de consciência de si e do fazer pedagógico; 2) conscientização dos papéis sociais e da sua ação na escola; 3) responsabilização pelo processo permanente de sua autoformação e da formação do outro (Pinto, 2006, p.157).

Mas, afinal de contas, o que vem a ser “autobiografia” e como o adjetivo “alimentar” qualifica essa abordagem? Primeiro precisamos compreender que há na autobiografia uma coincidência entre autor, narrador e personagem. De acordo com o dicionário, autobiografia é uma “narração (v.) sobre a vida de um indivíduo, escrita por ele próprio, sob a forma documental, ou seja, é uma prosa, que uma pessoa real faz de sua própria existência, acentuando a vida individual, em particular, sobre a história de sua personalidade” (Costa, 2009, p.38). Essa narrativa pode ser ou não literária.

E, quando se incorpora o adjetivo “alimentar”, temos uma narrativa elaborada pelo próprio indivíduo, no qual são escolhidos momentos em que práticas alimentares são centrais na trajetória do sujeito. Assim, temos autobiografias como um tipo de gênero textual marcado por uma narrativa pessoal, mas, não limitada à visão individual, já que a própria análise permite traçar elementos do sujeito com o coletivo na construção de sua história, permitindo que o relato autobiográfico inscreva o papel da alimentação na vida íntima e pessoal, entrelaçando-a com a vida em sociedade (Oliveira, Silva, Pereira-Castro, 2020).

Diante dessas reflexões, apresentamos a seguir nossas considerações sobre três momentos do processo das autobiografias alimentares realizados no espaço do LEAN, inseridos como parte da sequência didática (Quadro 1), que a nosso ver constituem fundamentos para a emergência do educador em alimentação e nutrição.

Momento de sensibilização para a importância do trabalho. De acordo com a sequência didática n.4: Apresentação da proposta de produção de autobiografias alimentares a estudantes da graduação em nutrição (Quadro 1). O primeiro passo constituiu em apresentar as autobiografias alimentares enquanto gênero textual no qual a pessoa irá reservar tempos distintos e necessários para o exercício do trabalho de memória. Esses tempos são distintos na medida em que inicialmente temos o acionamento da memória voluntária a partir da intencionalidade de se lembrar um fato, ou acontecimento, ocorrido no passado da pessoa. Mas apenas esse momento não é suficiente, pois, uma vez provocada, passa a atuar a memória involuntária. Diante dessas naturezas de memória, distintas e complementares, os estudantes foram convidados a utilizarem mais de um momento revisitando, acessando e relatando cenas do vivido.

Seguimos para o Momento de produção das escritas autobiográficas. De acordo com a sequência didática n.5: Produção de autobiografias alimentares por estudantes da graduação em nutrição (Quadro 1), tinha como objetivo que os acadêmicos pudessem refletir sobre as memórias alimentares, e, escolher fatos para serem socializados, os acadêmicos deveriam elaborar textos com base no gênero das autobiografias. Para essa etapa os acadêmicos tiveram um dia inteiro disponível, equivalente a 200 minutos de aula.

Momento de apresentação das autobiografias alimentares. O último ato da Cena desta jornada dos acadêmicos da Nutrição ocorreu a partir das apresentações de todas as autobiografias alimentares, objetivando compartilhar os relatos, mas também os discutir. Em virtude do número de estudantes (entre 33 a 45 por semestre), a apresentação ocorria em dois dias de aula. Assim, temos um tempo total de 400 minutos de aula, dedicados apenas para este momento.

Conforme a sequência didática (Quadro 1), ao final da etapa 9, os grupos de graduandos da Nutrição poderiam seguir para os planejamentos visando elaborar, executar e avaliar a EAN com os escolares do IFRN, compreendida nas etapas 10 a 15: (10) Oficina de planejamento EAN no IFRN; (11) Produção de material para ação de EAN com adolescentes; (12) Oficina de planejamento final de atividade com adolescentes; (13) Produção final de material para ação de EAN com adolescentes; (14) Execução de ação de EAN com adolescentes; e (15) Avaliação geral do processo de EAN com adolescentes.

Levando em conta os limites de espaço tendo como foco deste relato apresentar e discutir método ativo na formação de nutricionistas, a partir do desenvolvimento da escuta e leitura ativas, priorizamos as etapas anteriores. No entanto, convém destacar que o processo como um todo se alinha ao pressuposto de que há uma progressiva aproximação do educador em formação para com as realidades dos educandos. Fundamental para o educador em alimentação e nutrição comprometido, sensível, atento, presente, generoso e tecnicamente competente.

Com base em todo este contexto, destacamos que a EAN com adolescentes deve pautar-se na complexidade inerente a essa fase da vida. Assim, as práticas de promoção da alimentação saudável com esse público devem sempre almejar o desenvolvimento da autonomia necessária à adoção de práticas alimentares mais saudáveis e conscientes. Além disso, o desenvolvimento de atitudes resilientes para que esses sujeitos em transformação biopsicossocial possam conviver nos modernos ambientes alimentares reduzindo fatores de vulnerabilidades à nutrição e à saúde. Dessa forma, para que adolescentes e sociedades possam transformar essas realidades positivamente e tenham seu direito humano à alimentação saudável e adequada garantido (Vale, 2020).

Nesse sentido, a EAN de adolescentes demanda metodologias que permitam que cada adolescente presente no processo educativo desenvolva, mesmo que inicialmente, uma leitura de mundo “que vai possibilitando a decifração cada vez mais crítica da ou das situações-limites” (Freire, 2009). Esses

tipos de situações são descritos por Paulo Freire como as dificuldades/barreiras para o exercício da cidadania que são encontradas pelos sujeitos em seu percurso de vida.

Segundo esse importante educador que é referência para o atual conceito de EAN (Brasil, 2012), é diante desses desafios, que cada pessoa pode acabar seguindo duas vias diferentes: se submeter ou assumir atitudes para rompimento dessas situações injustas. Porém, adotar atitudes transformadoras demanda a tomada de consciência dessas situações-limites. Apenas, com isso, os sujeitos poderão gerar atos-limites – ações concretas – que serão fundamentais à construção do “inédito-viável” – algo novo que pode transformar as realidades (Freire, 2006).

Adolescentes que vivem no Brasil enfrentam diversas e diferentes situações-limites, como: insegurança alimentar, influências negativas das mídias, que disseminam padrões corporais irreais gerando insatisfação corporal e comportamentos de risco para transtornos alimentares, e ambientes alimentares promotores do consumo de ultraprocessados. Diante dessas e de outras questões que se desenham de maneiras diferentes nos territórios onde essas pessoas vivem, é preciso pensar uma EAN com adolescentes que esteja implicada no reconhecimento das situações-limites associadas à alimentação e à nutrição e, por isso, no desenvolvimento de uma consciência de mundo (Freire, 1990). Esses foram pontos que poderiam ser trabalhados a partir das ações desenvolvidas com adolescentes no instituto federal com base em nossa sequência didática.

Destarte, é fundamental que EAN com esse grupo etário se construa a partir do “uso de abordagens e recursos educacionais problematizadores e ativos que favoreçam o diálogo” (Brasil, 2012, p.23) efetivo e comprometido. Para tanto, cada momento educativo deve partir do reconhecimento das realidades e dos enfrentamentos vivenciados pelos adolescentes os quais devem delinear os objetivos de cada ação educativa como foi realizando em nossos planejamentos. Com isso, é importante que as práticas educativas gerem diálogos e mais reflexões sobre a alimentação, a nutrição e o corpo entre os adolescentes participantes considerando sempre as intersecções com os contextos e desafios políticos, socioeconômicos e culturais. Isso se materializa em nossa sequência didática que partiu das autobiografias alimentares de estudantes e desenvolveu suas ações com base em perguntas geradoras.

Sabemos, que na prática, a aproximação dos educadores em alimentação e nutrição com as situações vivenciadas pelos adolescentes podem ocorrer a partir de diferentes estratégias, como entrevistas individuais, aplicação de formulários com as coletividades, observação participante, grupos focais. Em nosso contexto de componente curricular com limitação de tempo, optamos pelas leituras de autobiografias alimentares considerando a viabilidade e a dupla ação. Tais produções desenvolvidas por cada adolescente permite ao educador acessar questões alimentares individuais que algumas vezes não conseguem ser compartilhadas em conversas e ações coletivas. Isso foi o que aconteceu com os graduandos em Nutrição. Além disso, a ação de produzir suas autobiografias com foco em reflexões sobre a alimentação e o corpo parece desenvolver um efeito de preparação para as melhorias das práticas de alimentares e de saúde entre aqueles jovens que as escrevem.

Durante o processo, as informações que emergiram das autobiografias alimentares permitiram aos educadores identificarem temas geradores. Esses são defendidos por Paulo Freire em suas diversas práticas e publicações e se relacionam às pretensões, ao conhecimento, às vivências, à visão do mundo que tenham os educandos (Freire, 1992). Portanto, servem de base para traçar conteúdos e estratégias visando a educação dialógica, que é fundamental no processo de EAN com adolescentes, os quais se caracterizam como grupo etário que se desenvolve em suas identidades e autonomias.

Para ações de promoção da alimentação saudável com adolescentes, as autobiografias alimentares são estratégia de reconhecimento dos sujeitos e de suas reais demandas, sendo, por isso, um caminho possível que adotamos e experimentamos em nossa prática formativa em saúde. A partir disso, percebe-se a importância de planejar ações que facilitem a comunicação e o diálogo entre graduandos e adolescentes. Para Freire, “na comunicação, não há sujeitos passivos” e a comunicação se dá “em torno de um significado significativo”, por isso, “o diálogo é comunicativo” (Freire, 1992).

Na busca por ações brasileiras que trabalhassem esse diálogo efetivo a partir da EAN com adolescentes e jovens e atendessem esses preceitos de comunicação em torno da alimentação como direito humano, identifica-se o movimento “Comer pra quê?”. Em informações disponíveis na página oficial desse movimento, a iniciativa foi lançada em 2014 com o propósito de despertar na juventude brasileira uma consciência crítica sobre suas práticas e escolhas alimentares. Com base em temas mobilizadores, as ações desenvolvidas por esse movimento possibilitavam reflexões sobre a considerando o conceito de comida de verdade como aquela que vai além dos seus aspectos nutricionais, englobando as dimensões ambiental, psicossocial, cultural, econômica e biológica do alimento (Comer pra quê, 2023).

O nome do movimento e os temas mobilizadores, como “de onde vem?” e “come-se propaganda?” demonstram o alinhamento dessa iniciativa ao conceito de EAN para as políticas públicas. Além disso, mostram possibilidades metodológicas de trabalhar a EAN com adolescentes a partir de uma “pedagogia da pergunta” que possui potencial transformador para sensibilização sobre situações-limites presentes em diferentes realidades (Freire, 2017).

Finalmente, nossa sequência didática apresentada aqui foi uma primeira “costura” dessas ideias e estratégias. Assim, desde 2022, iniciamos o “traçado de uma rota” possível para a formação de nutricionistas com foco no desenvolvimento de ações educativas junto com adolescentes “no contexto da realização do Direito Humano à Alimentação Adequada e da garantia da Segurança Alimentar e Nutricional” visando “promover a prática autônoma e voluntária de hábitos alimentares saudáveis” (Brasil, 2012, p.23).

Considerações finais

O presente trabalho apresenta o relato de experiências de vivências da área da Nutrição a partir do desenvolvimento de um percurso didático iniciado com as autobiografias alimentares de adolescentes

estudantes do Ensino Médio, levantamento de temas geradores e ações educativas de alimentação e nutrição junto a esse público. Consideramos que o envolvimento de graduandos da Nutrição e desses adolescentes se deu por meio das autobiografias alimentares, cuja centralidade nos educandos, envolvendo-os em todas as etapas do processo potencializa para uma aprendizagem mais significativa em seu processo educativo.

Experiências como as apresentadas podem ser divulgadas para contribuir no ensino em saúde, alimentação e nutrição, em especial, voltado para adolescentes e jovens a partir do fomento de atividades que desenvolvam a autonomia necessária à adoção de práticas alimentares mais saudáveis e conscientes, contribuindo, por sua vez, com atitudes resilientes para que estes sujeitos em transformação biopsicossocial possam conviver nos modernos ambientes alimentares.

Por isso, destacamos a utilização de autobiografias alimentares como possibilidades de método ativo que pode ser adotado por docentes de Língua Portuguesa e Nutrição buscando, assim, a construção de uma teorização da prática para promoção a alimentação saudável com adolescentes.

Ademais, do ponto de vista do ensino em saúde na graduação, consideramos a potência dessa abordagem metodológica para formação de profissionais comprometidos e atuantes, pois, ao serem desenvolvidas habilidades para uma escuta e leitura ativas, amplia-se uma visão da Nutrição integrada e significativa na vida dos sujeitos, fundamental na tarefa de se tornar educador alimentar e nutricional junto a adolescentes.

Por fim, o relato apresentado com foco no ensino em Nutrição pode ser extrapolado para área da Saúde na medida em que visa superação de abordagem fragmentada, biologicista e tecnicista. Educação em saúde, alimentação e nutrição lida com pessoas, suas histórias de vida e situações limites que inibem a alimentação adequada, saudável e sustentável devem ser consideradas para se fazer sentido a todos os envolvidos.

REFERÊNCIAS

- ALVES, R. Escutatória. In: ALVES, R. **O Amor que Acende a Lua**. 8ª Ed. Campinas: Papirus, 2003.
- ANTUNES, I. **Aula de Português: encontro e interação**. São Paulo: Parábola Editorial, 2003.
- BRASIL. Presidência da República. Casa Civil. **Lei 8.234, de 17 de setembro de 1991. Regulamenta a profissão de Nutricionista e dá outras providências**. Diário Oficial da União. 1991.
- BRASIL. **Lei nº 9394, de 20 de dezembro de 1996. Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional**. Diário Oficial da União, Brasília, p. 27833, 23 dez. 1996.

BRASIL. Presidência da República. Casa Civil. Subsecretaria para Assuntos Jurídicos. **Lei nº 9.610, de fevereiro de 1998. Altera atualiza e consolida a legislação sobre direitos autorais e dá outras providências.** Brasília: Casa Civil, 1998.

BRASIL. **Parâmetros Curriculares Nacionais.** Bases Legais. Brasília: MEC, 2000.

BRASIL. Ministério do desenvolvimento social e combate à fome. **Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas.** MDS. 2012.

BRASIL. Conselho Nacional de Saúde. Comissão Nacional de Ética em Pesquisa. **Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012.** Brasília: CNS, 2013.

BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular.** Brasília, 2018.

CERVATO-MANCUSO, A.M; VINCHA, K.R.R; SANTIAGO, D.A. Educação Alimentar e Nutricional como prática de intervenção: reflexão e possibilidades de fortalecimento. **Physis - Revista de Saúde Coletiva** 26 (1), Jan-Mar, 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/physis/a/cFCwkTrh6KxsDnDvSHDYy7m/?format=html&lang=pt>. Acesso em: 20 de out. 2025.

COMER PRA QUÊ?. **Quem somos.** [2023]. Disponível em: <<https://comerpraque.org/quem-somos/>>. Acesso em: 14 nov. 2025.

COSTA, S.R. **Dicionário de Gêneros Textuais.** 2 ed. versão ampliada. Belo Horizonte: Autêntica, 2009.

DOMINICÉ, P. A biografia educativa. In: NÓVOA, A; FINGER, M. **O método (auto)biográfico e a formação.** Lisboa, Ministério da Saúde, Departamento de recursos humanos, 1988.

FERRAROTTI, F. Sobre a autonomia do método autobiográfico. In: NÓVOA, A; FINGER, M. **O método (auto)biográfico e a formação.** Lisboa, Ministério da Saúde, Departamento de recursos humanos, 1988.

FREIRE, P. **Educação como prática da liberdade.** 17ª edição. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1983.

FREIRE, P; MACEDO, D. **Alfabetização: leitura do mundo, leitura da palavra.** São Paulo: Paz e Terra, 1990.

FREIRE, P. **Extensão ou Comunicação?** Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1992.

FREIRE, P. **Pedagogia da esperança: um reencontro com a Pedagogia do oprimido.** Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2006.

FREIRE, P. **Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa.** 35ªed. São Paulo: Paz e Terra, 2007.

FREIRE, P. **Pedagogia do oprimido.** 48ª Reimpressão. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2009.

FREIRE, P; FAUNDEZ, A. **Por uma pedagogia da pergunta.** 8. Ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2017.

INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO RIO GRANDE DO NORTE (IFRN). **Organização didática do IFRN.** Natal, 2024.

JORGE, T.P; SEABRA, L.M.J; SANTOS, H.B.C; MEDEIROS, M.F.A; OLIVEIRA, T.R.M.

Despertando paixões em ensinar e aprender Nutrição. Experiências Pedagógicas remotas com crianças e graduandos. 1. ed. -- Brasília, DF: G3 Comunicação; 2022.

JORGE, T.P; VALE, D; SOUSA, J.M. **Educação alimentar e nutricional nas infâncias para além de um tema transversal:** esboço de uma teoria da prática. *Demetra*. 2024, 19: e77425.

JOSSO, M-C. **Experiências de Vida e Formação.** São Paulo: Cortez, 2004.

MALTA, M; CARMO, E.D. **A escuta ativa condição de emergência da empatia no contexto do cuidado em saúde.** *Atas de Ciências da Saúde*. 2020, 9, 41-51.

MINAYO, M.C.S. **Pesquisa social: teoria, método e criatividade.** 16. ed. Petrópolis: Vozes, 2000.

NÓVOA, A. histórias de vida no Projecto Prosalus. In: NÓVOA A, FINGER M. **O método (auto)biográfico e a formação.** Lisboa, Ministério da Saúde, Departamento de recursos humanos, 1988.

OLIVEIRA, A.R; SILVA, P.O; PEREIRA-CASTRO, M.R. **Autobiografia alimentar: um recurso para ressignificar a alimentação em sociedade.** In: 32ª Reunião Brasileira de Antropologia. Rio de Janeiro, 30 out – 06 nov. 2020.

PASSEGGI, M.C; LIRA, A.A.D. Aprendizagens do “tornar-se”, das experiências formadoras e da visibilidade: aproximações entre autobiografias e educação. **Educar em Revista.** Curitiba, v.37, e75688, p.1-19, 2021. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/er/a/5VYWN6BvgZcC5FWPgcT8jC/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em 20 jun. 2024.

PASSEGGI, M.C; SOUZA, E.C; VICENTINI, P.P. Entre a vida e a formação: pesquisa (auto)biográfica, docência e profissionalização. **Educação em Revista.** Belo Horizonte, v.27, p.369-386, 2011. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0102-46982011000100017>. Acesso em 14 nov. 2025.

PINEAU, G. As histórias de vida em formação: gênese de uma corrente de pesquisa-ação-formação existencial. Tradução de Maria Teresa Van Acker e Helena Chamilan. **Educação e Pesquisa.** São Paulo, v.32, n.2, p.329-343, 2006. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/ep/a/vBbLxwHQHLFnrS48HYbhw/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em 20 jun. 2024.

PINTO, V.L.X. **As coisas estão no (meu) mundo, só que eu preciso aprender:** Autobiografia, Reflexividade e Formação em Educação Nutricional. Tese de Educação (Programa de Pós-Graduação em Educação). Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Natal, 2006, 279p. Disponível em: <https://repositorio.ufrn.br/items/55d8afc2-8c82-486a-bdb3-87e39c91e25c>. Acesso em 20 jun. 2024.

SANTOS, L.A.S. O fazer educação alimentar e nutricional: algumas contribuições para reflexão. **Ciência & Saúde Coletiva.** Revista da Associação Brasileira de Saúde Coletiva, v.17, n.2, p. 453-462, 2012. Disponível em: <https://www.scielosp.org/pdf/csc/2012.v17n2/455-462>. Acesso em 20 jun. 2022.

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO NORTE. Departamento de Nutrição. **Projeto Pedagógico do Curso de Graduação em Nutrição.** Natal, RN: [s.l], 2020. Disponível em: https://sigaa.ufrn.br/sigaa/public/curso/ppp.jsf?lc=pt_BR&id=2000058. Acesso em 20 jun. 2024.

VALE, D. Da vivência à experiência: o lugar das merendeiras na promoção da alimentação saudável nas escolas. In: Pinto VLX, Medeiros M, Bezerra IWL. **Promoção da alimentação saudável nas escolas**: ideias e ações que conjugam educação, saúde e justiça social. Natal, RN: EDUFRN, 2019, p.132-168. Disponível em: <https://repositorio.ufrn.br/items/f012d7c4-a3e4-4136-96af-a813cdd7d94c>. Acesso em 20 jun. 2024.

VALE, D. (org.) **Educação alimentar e nutricional de adolescentes**: complexidade, resiliência e autonomia. Natal: Editora IFRN, 2020. Disponível em: <https://memoria.ifrn.edu.br/handle/1044/2089>. Acesso em 10 ago. 2021.

*Recebido em: 23 de outubro de 2025.
Aprovado em: 13 de novembro de 2025.*