

**FUNDAÇÃO OSWALDO ARANHA  
CENTRO UNIVERSITÁRIO DE VOLTA REDONDA  
CURSO DE GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO  
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO**

**ISABELA CARNAVALE TISSI**

**PROPOSTA DE METODOLOGIA ATIVA PARA CAPACITAÇÃO DE  
PROFESSORES SOBRE O NOVO GUIA ALIMENTAR**

**VOLTA REDONDA - RJ**

**2019**

**FUNDAÇÃO OSWALDO ARANHA  
CENTRO UNIVERSITÁRIO DE VOLTA REDONDA  
CURSO DE GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO  
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO**

**PROPOSTA DE METODOLOGIA ATIVA PARA CAPACITAÇÃO DE  
PROFESSORES SOBRE O NOVO GUIA ALIMENTAR**

Trabalho de Conclusão de Curso  
apresentado ao curso de Nutrição do  
UniFOA, como requisito à obtenção  
do título de Bacharel em Nutrição.

Acadêmica: Isabela Carnavale Tissi  
Orientadora: Prof<sup>a</sup>. Me. Ana Paula Caetano Menezes de Soares

**VOLTA REDONDA – RJ  
2019**

## FICHA CATALOGRÁFICA

Bibliotecária: Alice Tacão Wagner - CRB 7/RJ 4316

T615p Tissi, Isabela Carnavale

Proposta de metodologia ativa para capacitação de professores  
sobre o Novo Guia Alimentar. / Isabela Carnavale Tissi. – Volta  
Redonda: UniFOA, 2019.

29 p. II.

Orientador (a): Ana Paula Caetano de Menezes Soares

Monografia (TCC) – UniFOA / Curso de Nutrição, 2019

1. Nutrição - TCC. 2. Educação nutricional - escola. 3. Guia alimentar.  
4. TBL. I. Soares, Ana Paula Caetano de Menezes. II. Centro  
Universitário de Volta Redonda. III. Título.

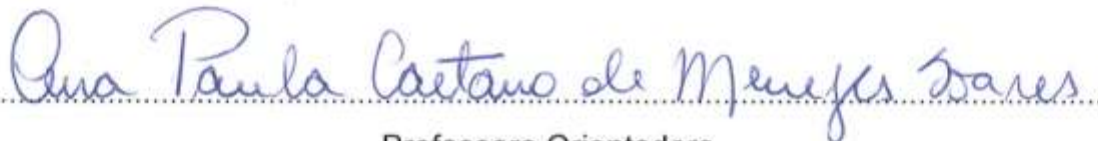
CDD 613

## FOLHA DE APROVAÇÃO

Trabalho de Conclusão de Curso intitulado:  
**ISABELA CARNAVALE TISSI**

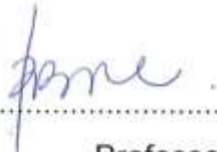
Elaborado por Isabela Carnavale Tissi, apresentado publicamente perante a Banca Avaliadora, como parte dos requisitos para conclusão do Curso de Nutrição.

Aprovada em 29 de Outubro de 2019  
Banca Avaliadora:



Professora Orientadora

Ana Paula Caetano de Menezes Soares, Mestre, Centro Universitário de Volta Redonda



Professora Avaliadora

Paula Balbi de Melo Hollanda Cordeiro, Mestre, Centro Universitário de Volta Redonda



Professora Avaliadora

Paula Alves Leoni, Mestre, Centro Universitário de Volta Redonda

Dedico este trabalho

A Deus, que se mostrou criador, que foi criativo. Seu fôlego de vida em mim me foi sustento e me deu coragem para questionar realidades e propor sempre um novo mundo de possibilidades.

## AGRADECIMENTOS

À Deus por ter me dado saúde e força para superar as dificuldades.

À esta universidade, seu corpo docente, direção e administração que oportunizaram a janela que hoje vislumbro um horizonte superior, eivado pela acendrada confiança no mérito e ética aqui presentes.

À minha orientadora **Ana Paula**, pelo suporte e disponibilidade no pouco tempo que lhe coube, pelas suas correções e incentivos.

À minha filha **Lia** por ser a razão da minha força e perseverança.

Aos meus pais e minha irmã, pelo amor, incentivo e apoio incondicional.

Meus *agradecimentos* as minhas amigas: **Mariana, Ana, Duda, Daniella e Raquel** companheiras de trabalhos que fizeram parte da minha formação e que vão continuar presentes em minha vida com certeza.

À todos que direta ou indiretamente fizeram parte da minha formação, o meu muito obrigado.

“Eles passarão... Eu Passarinho!”

Mario Quintana

## RESUMO

O Guia Alimentar é um instrumento de educação nutricional que ajuda nos problemas de saúde pública, tendo como objetivo prevenir doenças e promoção à saúde, sendo fundamental capacitar os professores como forma de estimular uma boa alimentação no cenário escolar, já que é o lugar onde engloba os jovens, os professores, a comunidade e a família. Desta forma, é objetivo do presente trabalho de pesquisa propor uma metodologia ativa para capacitação de professores de educação infantil sobre o novo guia alimentar, e descrever os procedimentos de aplicação da mesma com o grupo de professores de uma escola particular em Resende-RJ. Foi utilizado o *Team Based Learning* (TBL) com grupo de 10 professores de educação infantil, mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), uma vez que a pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos, sob número CAAE 14332719.1.0000.5237. Foram aplicadas oito questões optativas diretas que proporcionaram discussão nos subgrupos e correção por parte da pesquisadora com conteúdo correto. Tal discussão suscitou o afloramento de uma rede rizomática de saberes, fazeres, valores, crenças e subjetividades; significados e ressignificados com a contextualização oferecida pela pesquisadora. Observou-se que o método aplicado foi pertinente com o perfil do grupo de sujeitos estudados, tendo em vista a necessidade que este grupo apresenta de multiplicar estes conhecimentos na educação infantil.

**Palavras-chaves:** Educação Nutricional; Guia alimentar brasileiro; *Team Based Learning*; Escola.



## ABSTRACT

The food guide is an instrument for the nutritional education, that help us with the problems of public health, your object is prevent sick and promoter the health. Be necessary empower the teachers like form of stimulate a good feeding, because there are a place where children, teachers, community and family lives.

The object of this present research propose a methodology active to capacitated the teachers from the child education about the new food guide and describe the procedures of application in the same group of teachers at an private school from Resende-RJ.

Was used the Team Based Learning (TBL) with a group of ten teachers from the child education, by signature of the “Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE)”, since the research was approved for the “Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos”, about the number CAAE 14332719.1.0000.5237.

They apply eight questions optional direct that provided discussions in the subgroups with correction by the researcher with the correct content. This discussion raised the outgrew of a rhizomatic network by know, do, values, beliefs and subjectivities; meaning and resignified, with the contextualization offered by researcher.

Observed the applied method was relevant with the profile group of studied subjects. Now, the group needs to multiply that knowledge from the child education.

**Keywords:** Nutrition education; Brazilian food guide; *Team Based Learning*; School.

## SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO .....	13
2. MATERIAL E MÉTODOS.....	16
3. RESULTADOS E DISCUSSÃO .....	17

## **LISTA DE SIGLAS**

**TBL** - Team Based Learning

**EAN** - Educação Alimentar e Nutricional

**PAE** - Programa de Alimentação Escolar

**PNAE** - Programa Nacional de Alimentação Escolar

**OMS** - Organização Mundial da Saúde

**CFN** - Conselho Federal de Nutrição

**RJ** - Rio de Janeiro

## 1. INTRODUÇÃO

A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) no Brasil é um campo de conhecimento e de prática contínua e permanente, transdisciplinar, intersetorial e multiprofissional que visa promover a prática autônoma e voluntária de hábitos alimentares saudáveis. No contexto que envolva indivíduos ou grupos com alguma doença ou agravo, as ações de EAN são responsabilidade de profissionais com conhecimento técnico e habilitação em EAN, conforme a Resolução CFN Nº 600, de 25 de fevereiro de 2018.

Compete ao nutricionista, no exercício de atividades profissionais no âmbito do Programa de Alimentação Escolar (PAE), programar, elaborar e avaliar os cardápios; (CFN, 2018) uma vez que, segundo o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) tem como objetivo atender às necessidades nutricionais de estudantes e à formação de hábitos alimentares saudáveis, durante sua permanência no ambiente escolar, contribuindo para o seu crescimento, desenvolvimento, aprendizagem e rendimento escolar.

De acordo com (Pereira, 2003) as ações de saúde não implicam somente a utilização do raciocínio clínico, do diagnóstico, da prescrição de cuidados e da avaliação da terapêutica instituída. Saúde não são apenas processos de intervenção na doença, mas processos de intervenção para que o indivíduo e a coletividade disponham de meios para a manutenção ou recuperação do seu estado de saúde, no qual estão relacionados os fatores orgânicos, psicológicos, socioeconômicos e espirituais.

A elaboração de guias alimentares insere-se no conjunto de diversas ações intersetoriais que têm como objetivo melhorar os padrões de alimentação e nutrição da população e contribuir para a promoção da saúde. Neste sentido, a OMS propõe que os governos forneçam informações à população para facilitar a adoção de escolhas alimentares mais saudáveis em uma linguagem que seja compreendida por todas as pessoas e que leve em conta a cultura local.

O atual Guia Alimentar, lançando neste ano, se mostra com linguagem simples, de fácil compreensão e com um conjunto de informações, análises e orientações sobre escolha, preparo e consumo de alimentos, de modo a promover a

saúde da população em geral, e que também podem ainda servir de referência no tratamento de enfermidades, desde que corretamente adaptado as condições de cada pessoa, por profissional da saúde habilitado.

Achterberg et al. (1994) retratam que a Pirâmide Alimentar é um dispositivo de orientação nutricional aplicado por profissionais com intuito de estimular alteração de hábitos alimentares querendo a saúde global do sujeito e a prevenção de doenças. Suas orientações eram predominantemente fundamentadas no objetivo de igualar a quantidade consumida de nutrientes, assim enfatizando uma ideia errônea de alimentação a população.

Em contrapartida, de acordo com Welsh et al., 1992b, procurou-se um formato de distribuição de alimentos para um melhor entendimento por parte da população, isto é, causar o consumo de diversos alimentos em quantidades satisfatórias para que constitua uma dieta adequada nutricionalmente. Assim o Guia alimentar foi criado voltado para a industrialização, para o retorno de preparações culinárias tradicionais, assim proporcionando um contexto ambiental mais saudável, de maneira oposta a pirâmide na qual o foco era principalmente nutrientes e porções.

Os alimentos *in natura* ou minimamente processados, em grande variedade e predominantemente de origem vegetal, são a base para uma alimentação nutricionalmente balanceada, saborosa, culturalmente apropriada e promotora de um sistema alimentar socialmente e ambientalmente sustentável.

Os ingredientes e métodos usados na fabricação de alimentos processados – como conservas de legumes, compotas de frutas, queijos e pães – alteram de modo desfavorável à composição nutricional dos alimentos dos quais derivam.

Devido a seus ingredientes, alimentos ultraprocessados – como biscoitos recheados, “salgadinhos de pacote”, refrigerantes e “macarrão instantâneo” – são nutricionalmente desbalanceados. Por conta de sua formulação e apresentação, tendem a ser consumidos em excesso e a substituir alimentos *in natura* ou minimamente processados. Suas formas de produção, distribuição, comercialização e consumo afetam de modo desfavorável a cultura, a vida social e o meio ambiente.

E, finalmente, ressalte-se de outra parte que, a [Lei 13.666/2018](#) estabelece que os currículos dos ensinos fundamental e médio deverão incluir o assunto educação alimentar e nutricional nas disciplinas de ciências e biologia, respectivamente (Brasil, 2018). O que abre diversas discussões no ponto de vista

das atribuições do nutricionista neste cenário sobre os conhecimentos, concepções e percepções dos professores acerca desta gama de conteúdo.

O presente trabalho tem como objetivo propor uma metodologia ativa para capacitação de professores sobre o novo guia alimentar, e descrever os procedimentos de aplicação da mesma com o grupo de professores de uma escola particular em Resende-RJ.

## 2. MATERIAL E MÉTODOS

Foi realizado um grupo com professores de educação infantil de escola particular do município de Resende/ RJ, quais sejam do maternal ao 1 ano do ensino fundamental, prezando o recorte de dez professoras, sem qualquer critério de exclusão observado. A pesquisadora e capacitadora participou de treinamento sobre TBL no dia 27 de junho de 2019 ministrado pelo núcleo de apoio docente e discente do Unifoa.

O grupo consistiu em um primeiro momento em que foi apresentado aos sujeitos parcimonioso conteúdo do Novo Guia Alimentar da população brasileira. Utilizando-se metodologia ativa baseada no método *Team Based Learning* (TBL), conforme proposto por Boella et al. (2014) e Larry, Michaelson et al. (2008). Que consiste em uma aula na qual os alunos formaram três grupos, dois grupos com três professores e um grupo formado por 4 professores, os quais receberam oito questões no total retiradas do Novo Guia Alimentar, que foi aplicado no formato de múltipla escolha direta, foram projetados utilizando Microsoft data show, filmado e gravado em áudio MP3 afim de não perder nenhum pormenor que vinha enriquecer a análise dos discursos dos sujeitos estudados. Logo após o desempenho e entrega das respostas individuais, as mesmas perguntas foram debatidas na equipe e respondidas por meio de placas confeccionadas pela pesquisadora na qual obtinha letras correspondentes às questões (A, B, C, D), onde ocorre a discussão em relação às respostas individuais assim possibilitando ocorrer o surgimento de novas respostas, fruto do consenso, construindo conhecimentos a partir das opiniões, argumentos e valores apresentados pelas participantes.

O grupo de professoras leram e assinaram o Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE) pois o trabalho foi submetido e aprovado pelo Comitê de ética sob o número da CAE 14332719.1.0000.5237.

### 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

O estudo foi realizado com grupo de professores a fim de impulsionar conhecimentos sobre o Novo Guia Alimentar para população brasileira utilizando-se metodologia ativa baseada no método *Team Based Learning* (TBL).

O método foi utilizado por meio de oito perguntas. A pesquisadora começou com a primeira pergunta principal: **“O Guia Alimentar para a População Brasileira de 2014, divide os alimentos nas seguintes categorias: *in natura*, minimamente processados, processados e ultraprocessados. A definição deste Guia para alimentos ultraprocessados é:”** respectivamente vieram as opções de respostas.

**“Letra A – Alimentos *in natura* submetidos a pequenas alterações antes de sua aquisição, como processos de limpeza.**

**Letra B – Alimentos fabricados pela indústria com adição de ingredientes como sal ou açúcar ou outras substâncias culinárias em alimentos *in natura* para aumentar sua duração e sabor mais agradável.**

**Letra C – Alimentos compostos totalmente ou em grande parte de substâncias extraídas de alimentos, derivadas de constituintes de alimentos, sintetizadas em laboratório, realçadores de sabor e aditivos.**

**Letra D – Alimentos obtidos diretamente de animais ou plantas. São adquiridos para o consumo e não sofreram qualquer alteração após deixar a natureza.”**

Em seguida a pesquisadora pediu para que as participantes levantassem a placa correspondente com a letra que cada grupo escolheu.

**“Todos responderam letra C e acertaram. Os alimentos ultraprocessados são aqueles alimentos que mais levam aditivos em sua fabricação.”**

Logo, uma participante do grupo 2 perguntou: *“você pode dar exemplos?”*

Em seguida a pesquisadora respondeu: **“Claro. Suco de caixinha, biscoito recheado, sorvete.”**

Uma outra participante do grupo 1 afirmou e perguntou: *“só coisa gostosa né?! Chocolate também?”*

A pesquisadora respondeu: **“sim, os chocolates também entram nos alimentos ultraprocessados.”** Em seguida uma participante do grupo 2 perguntou: *“Ele faz muito mal?”* A pesquisadora respondeu: **“Eu costumo falar que a gente**

não faz uma dieta, a gente faz uma reeducação alimentar. Não privando o paciente de comer tudo, assim ele tem um equilíbrio e também ingere alimentos que o satisfaçam. Então você pode comer o chocolate, porém, sem exageros.” A participante do grupo 3 afirmou: *“eu estava lendo uma reportagem de um outro país, não estava comprovado, mas eles estavam relacionando esses alimentos ultraprocessados ao câncer.”* A pesquisadora continuou: **“Sim, tem muitos estudos sobre isso, porque esses alimentos levam basicamente ingredientes como: o açúcar, sal, gorduras e aditivos. Trazendo várias doenças, assim como a obesidade, que está vindo desde muito cedo.”**

A participante do grupo 1 prosseguiu: *“Sabe o que eu penso? A nossa geração tá sendo a pior geração de histórico Alimentar, os nossos pais comem mal, mas quando eles eram mais novos eles não tinham muita opção, não tinha dinheiro pra comprar. Eu cresci tomando coca cola e comendo pizza do dia anterior. Eu acredito que essa geração dos nossos filhos, dê para melhorar, porque já estamos com essa cabeça de uma alimentação melhor. Então, acho que dê para guiar nossos filhos.”* A pesquisadora continuou com as perguntas.

**“Vamos para a número dois. O Guia Alimentar para a População Brasileira apresenta um conjunto de informações e recomendações sobre alimentação que objetivam promover a saúde de pessoas, famílias e comunidades e da sociedade brasileira como um todo, hoje e no futuro. O Guia foi publicado em 2014 e traz as recomendações de forma sintetizada em “Dez Passos para uma Alimentação Adequada e Saudável”. Fazem partes desses dez passos os itens abaixo, EXCETO:**

**Letra A – Fazer de alimentos in natura ou minimamente processados a base da alimentação.**

**Letra B – Utilizar óleos, gorduras, sal e açúcar em pequenas quantidades ao temperar e cozinhar alimentos e criar preparações culinárias.**

**Letra C – Realizar atividade física regularmente, associada com uma alimentação equilibrada.**

**Letra D – Comer com regularidade e atenção, em ambientes apropriados, e, sempre que possível, com companhia.**

**Podem responder”**

A primeira a se manifestar foi a participante do grupo 3 que respondeu: *“Nós respondemos letra B porque a gente até quer comer com alguma companhia, mas nem sempre dá.”*

Em seguida uma participante do grupo 2 falou: *“Mas está escrito exceto, por isso marcamos letra D.”*

Conseqüentemente a participante do grupo 1 afirmou: *“tínhamos colocado letra A, mas agora que vi o exceto, utilizar óleos, gorduras, sal e açúcar em maiores quantidades, é isso?”*

Imediatamente outra participante do grupo 3 falou: *“Fiquei em dúvida desse exceto, nem sempre a gente pode comer com alguém, pode ter refluxo, é isso? Essa daí causou polêmica.”*

A pergunta número dois causou discussão entre os grupos, que tentavam esclarecer e responder de modo correto. Em seguida a pesquisadora deu a resposta correta: **“A resposta correta é a letra C. Nós estamos nos baseando dentro do guia alimentar, sendo assim, não é nossa função como nutricionista falar em atividade física.”**

Logo a participante do grupo 1 questionou: *“E qual é o ambiente apropriado?”* A pesquisadora respondeu: **“O ambiente apropriado seria um ambiente calmo, que você possa comer sem pressa, com pessoas que você gosta e etc.”** A participante do grupo 3 afirmou: *“Então a letra C tá errada, mas é certa.”*

A pesquisadora prosseguiu para a pergunta número 3. **“De acordo com o Guia Alimentar para a População Brasileira, são exemplos de alimentos processados:**

**Letra A – Carne seca e queijos,**

**Letra B – Biscoitos e bebidas energéticas,**

**Letra C – Pescado congelado e fruta cristalizadas,**

**Letra D – Extrato de tomate e pão de forma.**

**Podem levantar a placa.”**

A professora do grupo 1 respondeu: *“Nós marcamos letra A porque a carne seca e os queijos eu penso que são embutidos, por isso nos processados. Mas depois que você falou, acho que é a B, biscoito e bebidas energéticas, não sei.”*

A professora do grupo 2 respondeu: *“Nós marcamos a D, porque o biscoito é ultraprocessado e bebidas energéticas também.”*

Logo em seguida a participante do grupo 3 afirmou: *“O pescado passa por vários processos também, depois para na mesa branquinho e limpinho para a gente comer.”*

A pesquisadora logo respondeu a dúvida dos grupos: **“A resposta correta é letra A carne seca e queijo.”** A professora do grupo 3 brincou: *“Nossa! Amanhã vou até encomendar um peixe para comer”*

Em seguida a pesquisadora explicou o porquê de a resposta certa ter sido a letra A. **“Vamos lá, o extrato de tomate é ultraprocessado, o pescado é minimamente processado, as frutas cristalizadas são minimamente processadas, os biscoitos e bebidas energéticas são ultraprocessadas. Quanto mais processos eles passam, mais aditivos eles recebem, até chegar nos ultraprocessados.** Em seguida ela emendou na quarta pergunta:

**“A saúde é reconhecida como um direito humano fundamental e essencial para o desenvolvimento social e econômico. A alimentação e nutrição são requisitos básicos para a promoção e proteção à saúde das pessoas e os guias alimentares são importante instrumento de promoção de modo de vida saudável. Nesse contexto, é correto afirmar que:**

**Letra A - Os indivíduos recebem informações sobre alimentos e dietas de revistas, TV e internet, que ajudam na formação de hábitos saudáveis, levando em consideração a individualidade;**

**Letra B - As informações apresentadas pelos veículos de comunicação levam em consideração o conjunto de fatores relacionados com o consumo dos componentes pesquisados;**

**Letra C - As informações contidas nos veículos de comunicação sobre alimentação adequada e saudável tem como base estudos populacionais representativos de toda a população;**

**Letra D – Os guias alimentares na prática da educação alimentar e nutricional devem superar a fragmentação do o conhecimento imposto pela mídia. Podem levantar a placa.”**

A professora do grupo 3 respondeu: *“Marquei a letra A. Porque o lugar que a gente mais escuta falar de alimentação é a na internet, na mídia, essas blogueiras, esse povo que fica falando, que tem corpo bonito.”* Outra participante do grupo 2 afirmou: *“os nutricionistas têm concorrência com as blogueiras.”*

A pesquisadora respondeu: **“Olha, aqui fala assim: A alimentação e nutrição são requisitos básicos para a promoção e proteção à saúde das pessoas e os guias alimentares são importante instrumento de promoção de modo de vida saudável. Aí você marcou a letra A que fala que a TV e internet ajudam na formação de hábitos saudáveis e na verdade não, eles fazem propaganda, eles usam o marketing pra te convencer a comer o produto, independente se é saudável ou não. E vocês do grupo 2 marcaram a D que é a resposta certa, onde fala que os guias alimentares ajudam a desfragmentar o conhecimento imposto pela mídia.”** Em seguida a participante do grupo 1 argumentou: *“Eu vejo muita dieta, quando a nutricionista passa para uma pessoa e outra pessoa fez a mesma dieta e acabou desmaiando na rua, ou ocorreu algum problema. As vezes funciona com um e com outro não.”* A pesquisadora concluiu: **“Sim, acaba acontecendo isso porque cada corpo funciona de um jeito, cada pessoa tem um metabolismo, tem um estilo de vida.** A pesquisadora continuou: **“Agora, nós temos mais quatro perguntinhas onde eu quero que vocês façam a mesma coisa depois desse feedback, primeiro a resposta individual e depois a resposta em grupo. Número 1: O Guia Alimentar da População Brasileira baseia-se em cinco princípios. Com relação a esses princípios, assinale a opção correta.**

**Letra A – A alimentação é mais que ingestão de nutrientes, ou seja, deve englobar todos os fatores que podem influenciar na saúde e no bem-estar dos indivíduos.**

**Letra B – As recomendações sobre a alimentação devem estar em sintonia com as características individuais e as patologias específicas de cada um.**

**Letra C – As recomendações sobre alimentação devem considerar, prioritária e expressamente, a justiça social e a dignidade da pessoa humana.**

**Letra D – O Guia Alimentar e esses princípios devem se basear em uma única dimensão da alimentação. Podem responder”** logo em seguida a participante do grupo 1 respondeu *“nós escolhemos a letra B, porque explica a patologia né, cada um com a sua dieta.”* Consequentemente a participante do grupo 3 respondeu: *“nós escolhemos a letra A porque acho que engloba todos os fatores que podem influenciar na saúde do indivíduo.”* A pesquisadora concluiu: **“Então, sobre o guia alimentar e seus cinco princípios, a letra A está correta, alimentação é mais do**

que ingestão de nutrientes, ele engloba todos os fatores que podem influenciar na saúde e o bem-estar dos indivíduos.” Em seguida a participante do grupo 3 trouxe uma dúvida: *“O meu raciocínio está correto? O guia alimentar da população brasileira, é um guia geral então e cada um vai procurar sua situação específica.”* Em seguida, a pesquisadora respondeu: **“O guia alimentar possui várias informações para melhorar o padrão alimentar e nutricional, ele auxilia na escolha de alimentos saudáveis, ele fala no geral de fatores prejudiciais à saúde, não em casos específicos de doenças.”** E em sequência a pesquisadora fez a pergunta número 2: **“Alimentos que incluem em sua composição substâncias obtidas com o processo adicional de óleos, gorduras, carboidratos e proteínas.**

**Letra A – in natura,**

**Letra B – Ultraprocessados,**

**Letra C – processados e**

**Letra D – Transgênicos. Podem levar a plaquinha.”**

Em sequência a professora do grupo 3 afirmou: *“A gente fica até com medo de levantar a placa. Nós escolhemos a letra B por que tem tanta coisa né? Óleo, gordura, carboidrato, proteína. Muita coisa.”* Em seguida a professora do grupo 2 respondeu: *“nós escolhemos a C porque acho que o ultraprocessado é o que leva mais coisa.”* Logo a professora do grupo 1 perguntou: *“E os alimentos transgênicos? O que tem neles? O que faz eles serem tão ruins?”* A pesquisadora respondeu: **“Os alimentos transgênicos são alimentos geneticamente modificados, então ele não ocorre de modo natural, eles são feitos em laboratórios.”** A participante do grupo 1 afirmou: *“Tem até ração de cachorro transgênica agora.”* Ela participante do grupo 3 continuou: *“Aí meu Deus, meu filho de 10 meses está comendo biscoito maisena transgênico. E o pior que nem sou eu que dou.”* A pesquisadora em seguida fez a pergunta número 3: **“Dois lanches foram planejados para a oferta em diferentes escolas de ensino fundamental:**

**Lanche A: biscoito recheado e suco de fruta pasteurizado sem adição de açúcar ou outra substância.**

**Lanche B: banana, iogurte sem açúcar e biscoito de aveia integral.**

**Em relação à avaliação nutricional e sensorial dos lanches A e B, assinale a opção correta.**

**Letra A – Todos os alimentos do lanche B são minimamente processados.**

**Letra B – O lanche A deve ser evitado por ser nutricionalmente inadequado.**

**Letra C – O suco do lanche A é um alimento processado e o seu consumo não é recomendado.**

**Letra D – O lanche A contém uma fonte de proteína. Podem levantar a placa.”**

Logo em seguida, a pesquisadora observou que todos os grupos tinham respondido letra B e acertaram a resposta. Uma professora do grupo 3 concluiu: *“Não é que não pode né, deve ser evitado. Porque a gente vê biscoito recheado e já fica tensa. Até esses sucos de caixinha, não tem nem cor direito, igual aquele kapo. A pesquisadora concordou: **“Exatamente, como são alimentos ultraprocessados, nós aconselhamos que sejam alimentos pouco ingeridos.”** A pesquisadora prosseguiu para a quarta e última pergunta: **“O Guia Alimentar para a População Brasileira apresenta um conjunto de informações e recomendações sobre alimentação com o objetivo de promover a saúde da sociedade brasileira hoje e no futuro. Faz parte das orientações contidas na edição atualizada (2014) desse Guia:***

**Letra A - A não adição de sal e açúcar refinados às preparações culinárias.**

**Letra B - O consumo máximo de duas porções diárias de alimentos ultraprocessados, como biscoitos recheados e refrigerantes.**

**Letra C - O consumo diário de cinco porções de frutas e quatro porções de verduras cruas.**

**Letra D - A ingestão de pequenas quantidades de alimentos processados, consumidos como ingredientes de preparações culinárias ou como parte de refeições baseadas em alimentos in natura ou minimamente processados.**

**Podem responder.** A participante do grupo 1, em seguida, respondeu: *“Eu respondi letra C porque acho que li isso em algum lugar.”* A pesquisadora logo respondeu: **“A resposta correta é letra D, no guia alimentar atualizado são cinco porções de frutas e cinco porções de legumes e verduras.”** E concluiu agradecendo a disponibilidade e participação das professoras: **“Então gente, esse é o método TBL que tá sendo aplicado agora nas faculdades, tanto com os professores, quanto com alunos, no qual formamos os grupos e discutimos as respostas, além de ser dinâmico, foi comprovado na prática hoje, que depois do *feedback* vocês acertaram mais questões, conseqüentemente acabaram aprendendo e**

**esclarecendo algumas dúvidas. Queria agradecer a presença e paciência. Muito obrigada.”**

A aprendizagem baseada em equipes (TBL) consiste na aplicação de grupos no desenvolvimento de aprendizagem e é uma metodologia que contribui para uma aprendizagem ativa e desenvolve a troca de conhecimentos entre os participantes. Esta metodologia visa, para além da aquisição de material cognitivo, expor capacidades relacionais de análise crítica, de obrigação, de tomada de decisões, de trabalho em grupo e de solução de problemas. (Michaelson; Knight; Fink, 2002).

Ao acompanhar as discussões, é importante ressaltar as dificuldades da pesquisadora em alguns momentos para aprofundar determinados temas para as participantes, como observado neste recorte:

*“E qual é o ambiente apropriado?”*

A pesquisadora respondeu: **“O ambiente apropriado seria um ambiente calmo, que você possa comer sem pressa, com pessoas que você gosta e etc.”**

Aqui, a pesquisadora poderia ter aprofundado mais discussões sobre os significados do “comer na rua” *versus* “comer em casa” tão explorados por (Garcia 1994) em estudo qualitativo sobre comportamento alimentar no meio urbano. Entretanto, isso foi suprimido da abordagem da pesquisadora, o que delineou-se como uma falha, visto que aplicar metodologias ativas exige experiência, treino e tempo. Deste modo deixando passar informações que poderiam esclarecer melhor as dúvidas das participantes. Assim como Anastasio e Alves (2012) expressam que um dos componentes básicos de debate da ação docente se diz respeito ao ensinar, ao aprender. Constante desempenho esse que são oferecidos de forma apartada. O conhecimento do que seja ensinar é um componente necessário nessa ação.

Não obstante estas análises de autocrítica observa-se que o TBL é uma forma eficaz de aperfeiçoar a capacidade de pensamento crítico (Walton, 1997), e isso foi observado na ação educativa estudada quando a participante do grupo 3 afirma: *“Então a letra C tá errada, mas é certa.”* Referindo-se ao senso comum de que exercícios físicos são benéficos a saúde, no entanto não são assuntos que devam ser abordados pelo Guia Alimentar ou por nutricionistas, porque são competências de educadores físicos. Ou ainda, quando discutem conceitos ancorados a conhecimentos anteriores e geram novos questionamentos e aprendizados, como podemos observar neste trecho: *“(…) nós escolhemos a letra B*

*por que tem tanta coisa né? Óleo, gordura, carboidrato, proteína. Muita coisa.” Em seguida a professora do grupo 2 respondeu: “nós escolhemos a C porque acho que o ultraprocessado é o que leva mais coisa.” Logo a professora do grupo 1 perguntou: “E os alimentos transgênicos? O que tem neles? O que faz eles serem tão ruins?”*

As metodologias ativas, segundo (Moran, 2015) são pontos de partida para arremeter processos mais avançados de atenção e interação cognitiva, de disseminação, de reelaboração de novas aplicações. A pesquisadora permite que as participantes deixem de ser meras espectadoras para ser as principais responsáveis pelo aprendizado, desenvolvendo aptidão que serão muito proveitosos em sua vida profissional.

Para (Masseto, 2010), são contextos de conhecimentos elaborados pelo professor com a cooperação dos alunos pressupondo maior e mais realista comunicação entre alunos e professores em que sucede troca de ideias e análises de ambos os lados, assim podendo ser notado nessa troca de informações entre a pesquisadora e as participantes: **“Eu costumo falar que a gente não faz uma dieta, a gente faz uma reeducação alimentar. Não privando o paciente de comer tudo, assim ele tem um equilíbrio e também ingere alimentos que o satisfaçam. Então você pode comer o chocolate, porém, sem exageros.”** A participante do grupo 3 afirmou: *“eu estava lendo uma reportagem de um outro país, não estava comprovado, mas eles estavam relacionando esses alimentos ultraprocessados ao câncer.”* À vista disso, podemos notar que a proposta da metodologia ativa distribui a responsabilidade pela busca de aprendizagem e, com isso, torna os aprendizes mais autônomos neste processo.

A tática TBL confirma que os alunos recebam *feedback* sobre os testes de garantia de preparo, sejam levados a um acordo em equipe sobre a atividade de aplicação, e incentivado a informarem e a defenderem as escolhas da equipe. Para uma boa atuação de todo o grupo, é essencial a intercomunicação e cooperação entre todos os participantes (Borges et al.,2012). O que infelizmente não foi possível registrar em transcrições no presente estudo, uma vez que teria enriquecido ainda mais os resultados com as discussões internas de cada equipe.

Assim sendo, de acordo com Fatmi *et al.* (2013), outros benefícios potenciais do TBL, é o reconhecimento dos alunos na habilidade de trabalhar em equipe, a tomada do comando do aprendizado pelo aluno é uma diminuição no tempo do

docente quando conferido a outras técnicas. Compreende-se então que o TBL incentiva o verdadeiro trabalho em grupo, em direção a um propósito em comum, cada aluno contribuindo para um objetivo e compartilhando uma nota em equipe (Morrison *et al.*, 2010).

Também deve ser assinalado que o TBL é um exemplo de ensino mais estimulador do que palestras ou outras ferramentas tradicionais de ensino para os alunos (Wilson delfosse, 2012), deste modo, analisando a fala da participante “*O meu raciocínio está correto? O guia alimentar da população brasileira, é um guia geral então e cada um vai procurar sua situação específica.*”, faz parte do método TBL o processo de ensino, no qual os participantes buscam pelas informações detalhadas e aprofundadas de conhecimento.

Há vários benefícios em usar a abordagem interativa, baseada em equipes, no setor dos profissionais de saúde, como por exemplo: melhora na compreensão, satisfação e conhecimento pelos alunos (Borges *et al.*, 2012) desta maneira, analisando a fala desta participante: “*Nós marcamos letra A porque a carne seca e os queijos eu penso que são embutidos, por isso nos processados. Mas depois que você falou, acho que é a B, biscoito e bebidas energéticas, não sei.*” Fica claro o interesse nas respostas da pesquisadora para determinar outra opção de resposta devido a informações antecedentes.

Toda esta discussão suscitou o afloramento de uma rede interligada de saberes, fazeres, valores, crenças e subjetividades; significados e ressignificados com a contextualização oferecida pela pesquisadora no método proposto.

#### 4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se que o uso do método TBL na capacitação de professores sobre o Novo Guia Alimentar tornou possível ensinar e aprender de forma dinâmica, articulada e colaborativa por meio de atividades desafiadoras, fazendo com que a pesquisadora se envolva em técnicas mais criativas, a fim de comprometer-se com a elaboração de aprendizagens significativas, satisfatórias e competentes, com plena aceitabilidade das participantes.

A influência da TBL mostrou-se satisfatória, de acordo com os resultados as participantes demonstraram que a utilização da ferramenta contribui na operação da construção do conhecimento apontando habilidades e senso crítico, tornando a aula um meio propício para argumentação e debate do conteúdo.

Como limitação deste estudo, destaca-se a dificuldade da pesquisadora em aprofundar as questões pela falta de experiência e tempo sobre a metodologia aplicada.

E, finalmente, recomenda-se que mais estudos correlacionando o método TBL com educação nutricional sejam realizados, não somente pela dificuldade em encontrar referências para discussão dos resultados, mas também a fim de enriquecer tais atividades tão cotidianas, quanto fundamentais na práxis do nutricionista.

## REFERÊNCIAS

ACHTERBERG, G, McDONNELL, E., BAGBY, R. How to put the food guide into practice. **Journal of American Dietetic Association**, Chicago, v.94, n.9, p.1030-1035, 1994.

ANASTASIOU, Léa das Graças Camargos; ALVES, Leonir Pessate (Org.). **Processos de ensinagem na universidade**: pressupostos para as estratégias de trabalho em aula. 10. ed. Joinville: Univille, 2012.

BOLLELA, SENGER, TOURINHO, AMARAL. **Aprendizagem Baseada em equipes**: da teoria à prática, 2014.

BORGES, N. J.; KIRKHAM, K.; DEARDORFF, A. S.; MOORE, J. A. Development of emotional intelligence in a team-based learning internal medicine clerkship. **Med Teach**, v. 34, n. 10, p. 802-6, 2012.

BRASIL. Ministério da Saúde. Guia alimentar para a população brasileira. 2. ed. Disponível em: [pop-brasiliera-Miolo-PDF-Internet.pdf](#). Acesso em: 12 de Fevereiro de 2019.

BRASIL. Senado federal, Lei 13.666/2018. Disponível em: <https://www12.senado.leg.br/noticias/materias/2018/05/17/lei-inclui-tema-da-educacao-alimentar-e-nutricional-no-curriculo-escolar>. Acesso em: 12 de Fevereiro de 2019.

CFN - Conselho Federal de Nutricionistas [internet]. Brasília (DF); [s.d.]. Disponível em: <http://www.cfn.org.br/>. Acesso em 12 de Fevereiro de 2019.

FATMI, M.; HARTLING, L.; HILLIER, T.; CAMPBELL, S.; OSWALD, A. E. The effectiveness of team-based learning on learning outcomes in health professions education: BEME Guide No. 30. **Med Teach**, v. 35, n. 12, p. e1608-24, Dec 2013.

LARRY K. MICHAELSEN, MICHAEL SWEET. The Essential Elements of Team-Based Learning. **New Directions Teaching and Learning**, no.116, Winter 2008.

GARCIA, Rosa Wanda Diez. **Representações Sociais da Comida no Meio Urbano: algumas considerações para o estudo dos aspectos simbólicos da alimentação.** Cadernos de debate, v.2, p.12-40, 1994.

MASETTO, Marcos. **Metodologias Ativas e o Processo de Aprendizagem na Perspectiva da Inovação.** São Paulo: Congresso Internacional PBL. São Paulo: 2010.

MORAN, José. Mudando a educação com metodologias ativas. Coleção Mídias Contemporâneas. Convergências Midiáticas, Educação e Cidadania: aproximações jovens. Vol. II. Carlos Alberto de Souza e Ofelia Elisa Torres Morales (Orgs.). PG: Foca Foto-PROEX/UEPG, 2010.

Morrison G, Goldfarb S, Lanken PN. Team training of medical students in the 21st century: Would Flexner approve? **Acad Med**, v.85, p. 254- 259, 2010.

PEREIRA, Adriana. **As tendências pedagógicas e a prática educativa nas ciências da saúde.** Disponível em: [file:///C:/Users/Thiago/Downloads/As%20tend%C3%Aancias%20pedag%C3%B3gicas%20e%20a%20pr%C3%A1tica%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Thiago/Downloads/As%20tend%C3%Aancias%20pedag%C3%B3gicas%20e%20a%20pr%C3%A1tica%20(1).pdf). Acesso em: 13 de Setembro de 2019.

Walton H. Small group methods in medical teaching. **Med Educ** v. 31, p.459 -464, 1997.

WELSH, S., DAVIS, C., SHAW, A. Development of the food guide pyramid. **Nutrition Today**, Annapolis, v.27, n.6, p.12-23, 1992b.

WILSON-DELFOSSSE, A. L. Team-based learning: from educational theory to emotional intelligence. **Med Teach**, v. 34, n. 10, p. 781-2, 2012.

