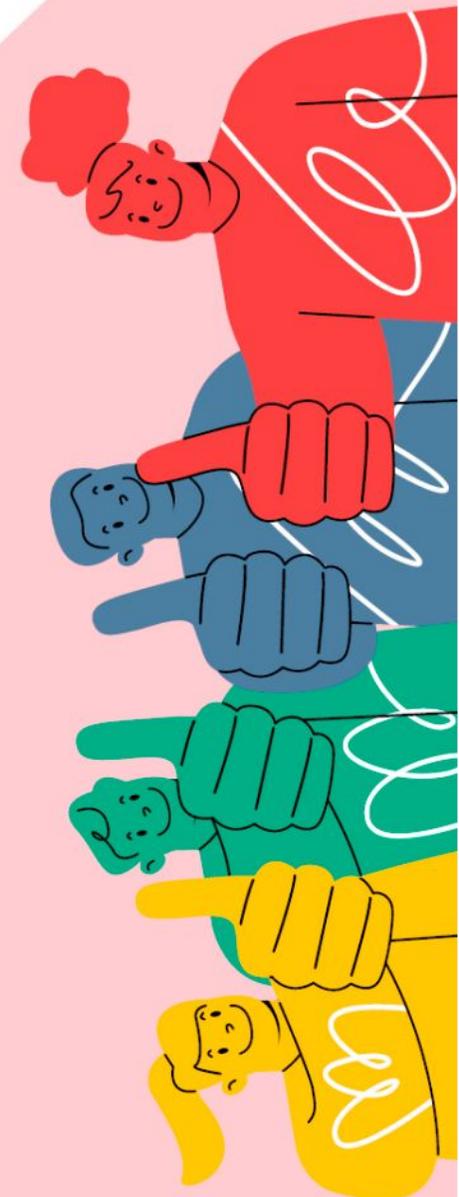




Seminário Estadual de Educação Integral

CAMINHOS PARA A APRENDIZAGEM E O
DESENVOLVIMENTO PLENO DO ESTUDANTE





Construindo Memórias Felizes



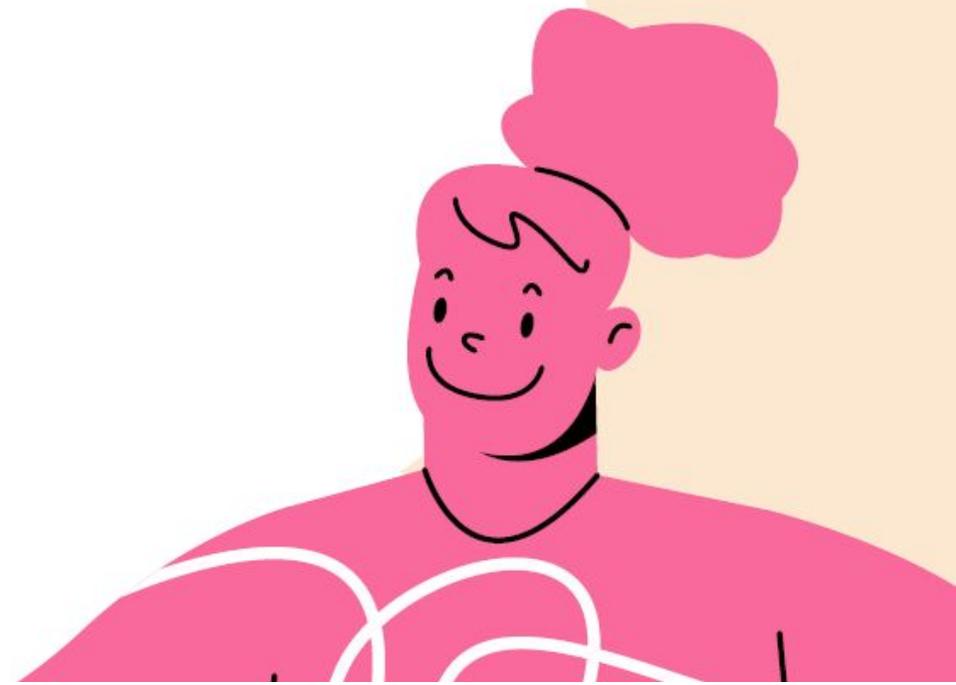
Profa Gislainy Karla Barbosa

EEMTI Profa Telina Barbosa da Costa



Como surgiu a Mesa?

A Mesa surgiu no contexto de pós-pandemia, em 2022, quando a SEDUC solicitou às escolas atividades de apoio socioemocional aos estudantes que estavam retornando às aulas presenciais.



O DESAFIO:

Fragilidades

Os estudantes apresentavam-se fragilizados diante do contexto familiar, financeiro, psicossocial e emocional após a pandemia.

Manifestações de ansiedade

Muitos estudantes apresentavam quadros de depressão, ansiedade e dificuldade de socialização.

Adaptação à Escola Integral

O desafio de se adaptar a uma escola de tempo integral também interferia diretamente no aprendizado e na qualidade de vida desses alunos.

COMO POSSO CONTRIBUIR PARA REVERTER ESSE QUADRO?



Nasce o Projeto MESA



Objetivos da Eletiva de Mesa

Aprendizado

Aprendizado de Anatomia e Fisiologia do Sistema Digestório, Bioquímica dos Alimentos e suas Funções.

Perspectiva de Futuro

Possibilitar uma perspectiva de futuro e poder de escolha do estilo de vida que os adolescentes construirão para si.

1

2

3



Socialização

Oportunizar a socialização, o compartilhamento de vivências e recordações no contexto da alimentação e contribuir para a adaptação ao Tempo Integral.

PLANO DE ENSINO:

Elaborado com base na eletiva de Educação Nutricional (Catálogo da SEDUC), com adaptações;

- O nome MESA causou grande curiosidade entre os alunos.
- Cada item do plano foi sendo construído semana a semana de acordo com a demanda socioemocional da turma.
- E pra minha surpresa as respostas foram surpreendentes.



O que Aprendem na MESA

1

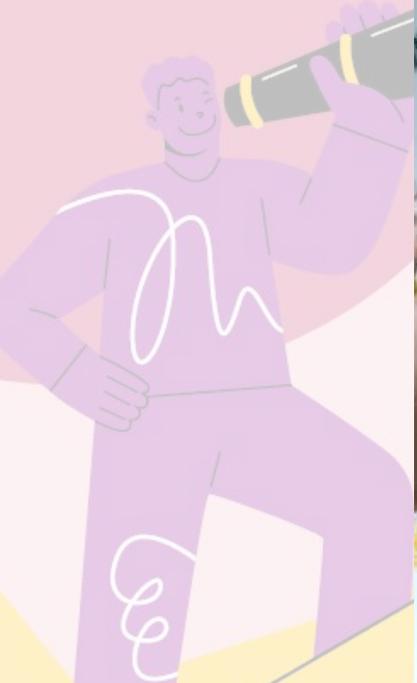
Anatomia e Fisiologia do Sistema Digestório



O que Aprendem na MESA

2

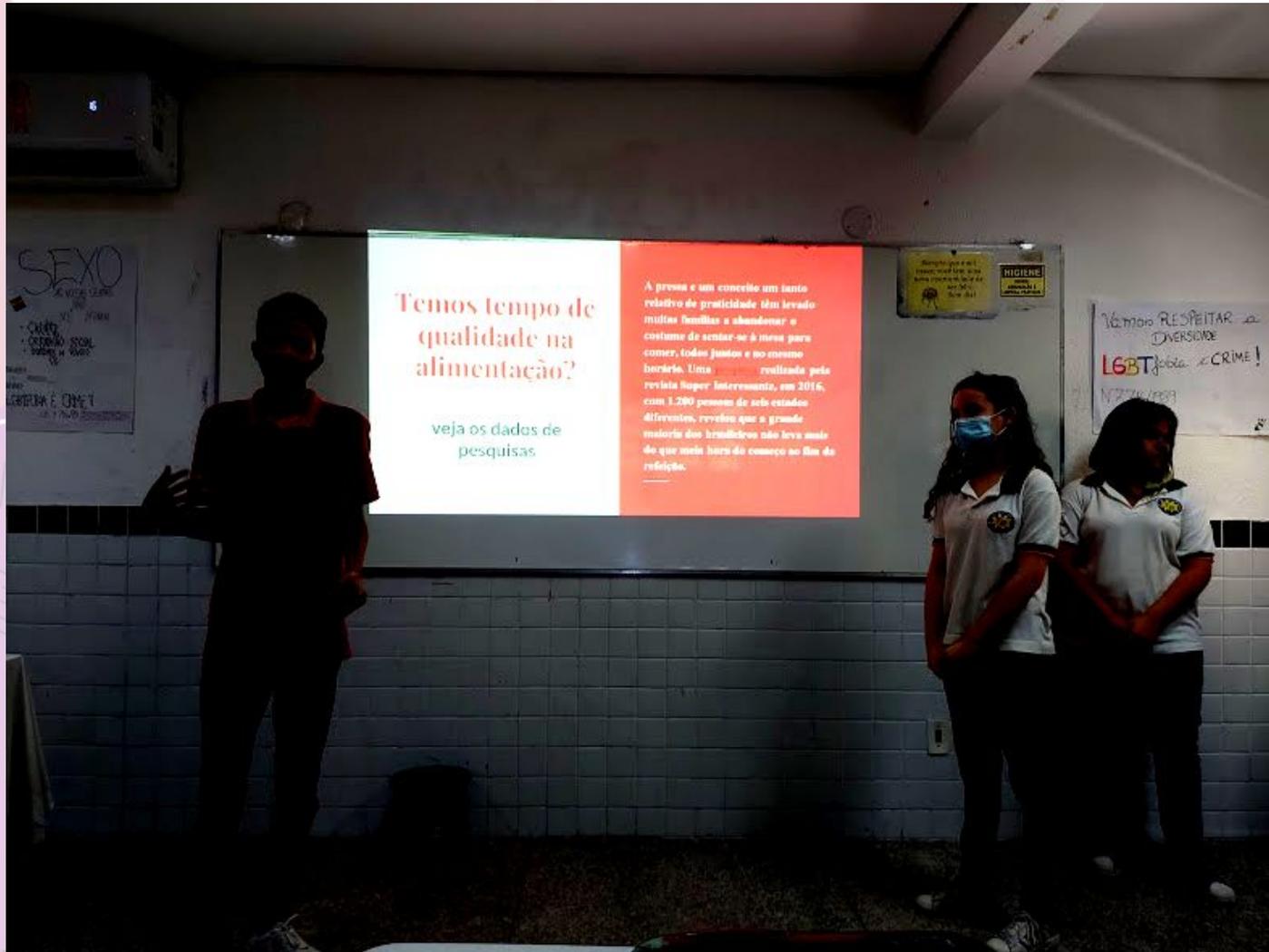
Bioquímica dos Nutrientes e sua funções



O que Aprendem na MESA

3

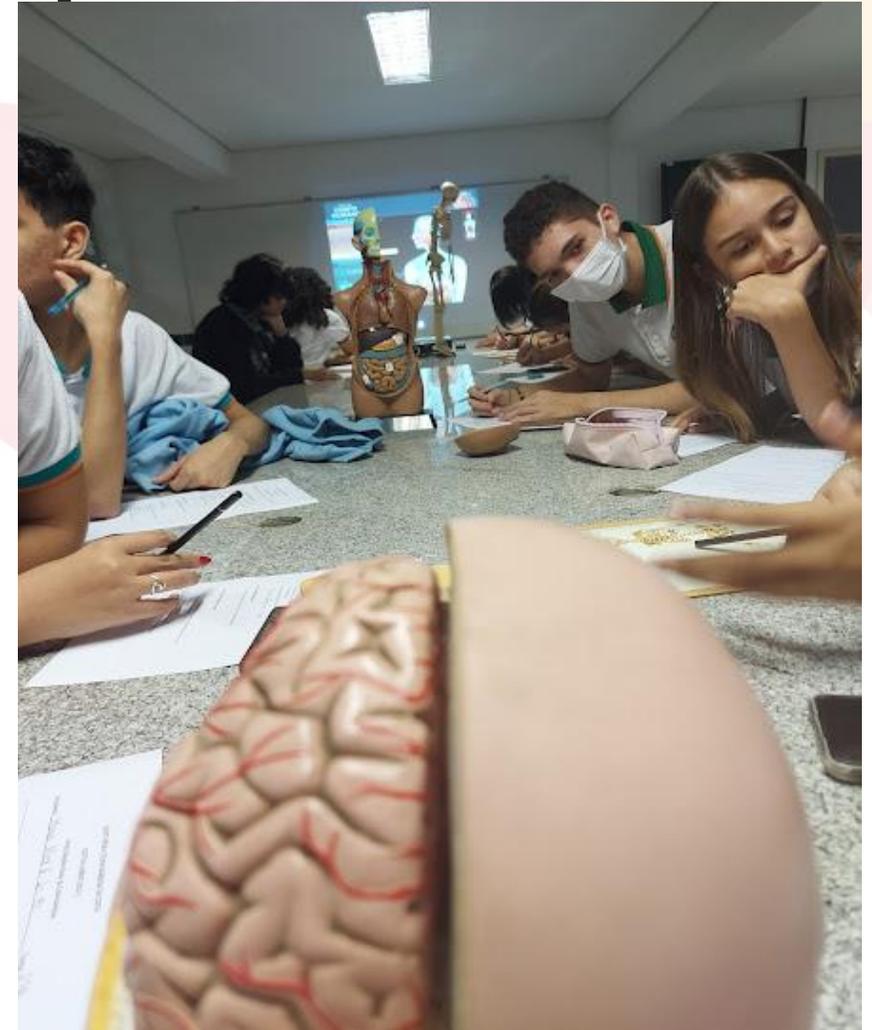
Discussão sobre escolhas alimentares saudáveis e a influência cultural nessas escolhas.



O que Aprendem na MESA

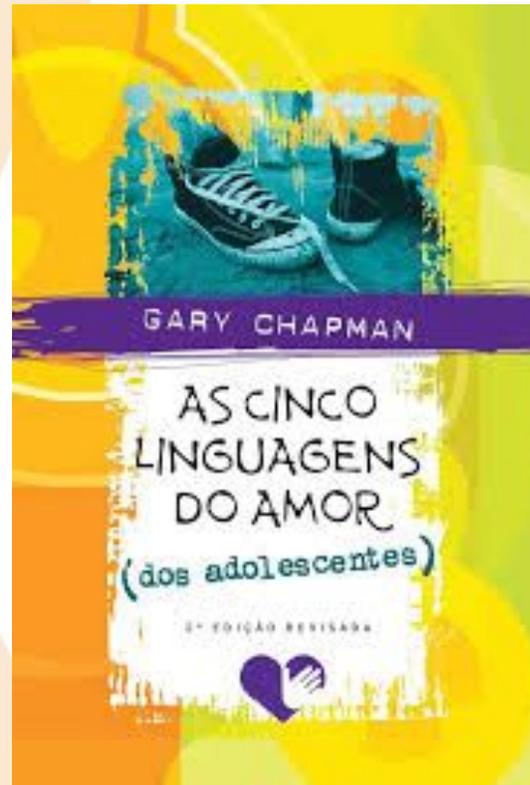
4

Relação entre o Sistema nervoso central e a fome e saciedade: papel da



O que Aprendem na MESA

- Comer é ato Biopsicosocioemocional: Comidas e memórias
- As 5 Linguagens do amor: Preparar a mesa: expressão de amor
- Estratégias de Mesa Posta para adolescentes
- Oficina de Mesa posta



Desenvolvimento de Competências

Trabalho em Equipe

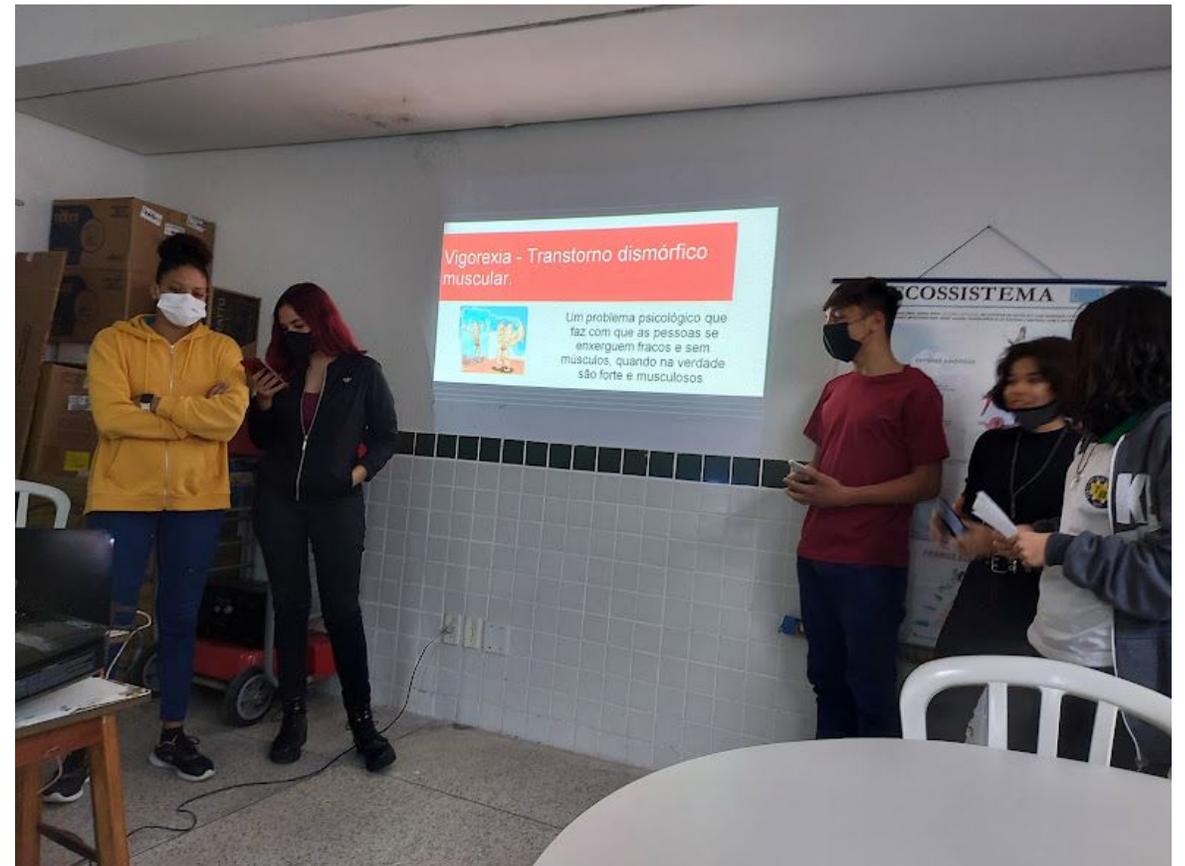
Desenvolvimento de habilidades de liderança e trabalho em equipe para a realização dos momentos de Mesa.



Desenvolvimento de Competências

Debate e Argumentação

Desenvolvimento de habilidades de debate e argumentação com respeito e empatia, além de conversas sobre temáticas



Desenvolvimento de Competências

Planejamento e Execução

Oportunidade de conhecer habilidades gastronômicas e desenvolver competências de planejamento e execução de tarefas.



Oficina de Mesa Posta

Profa Leila Bilhar



Confecção de jogo americano com material de baixo custo

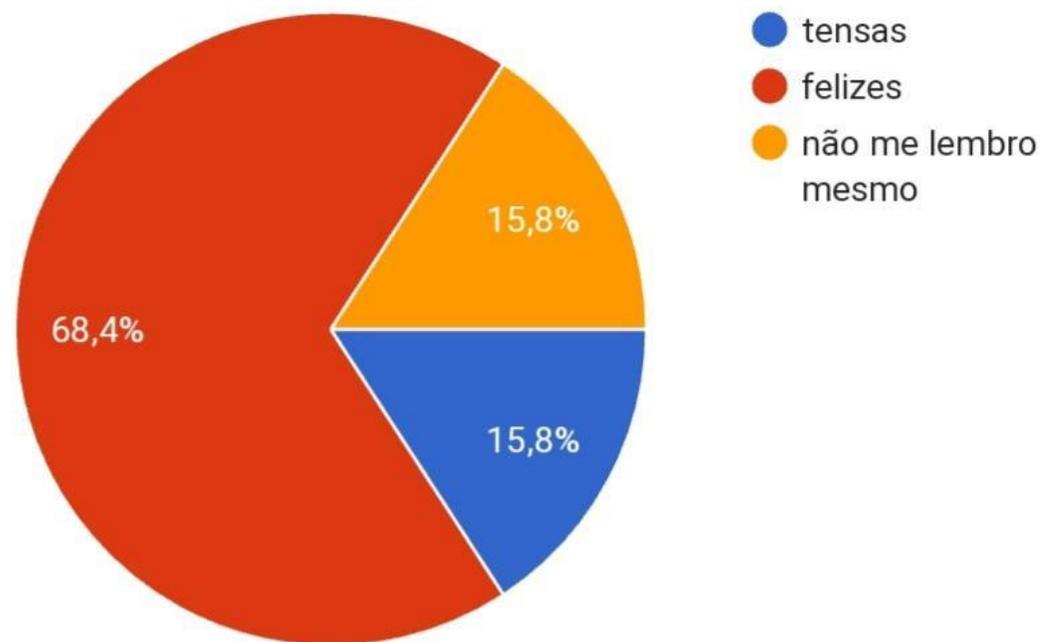


Produtos e Vivências geradas

As memórias afetivas das refeições
na sua infância são na maioria



19 respostas



Iniciação Científica

A Mesa proporcionou aprendizado de pesquisa de dados do perfil do momento de mesa dos professores, gerando um trabalho de Iniciação Científica.

Pesquisa sobre a qualidade de mesa dos professores, via formulário Google.

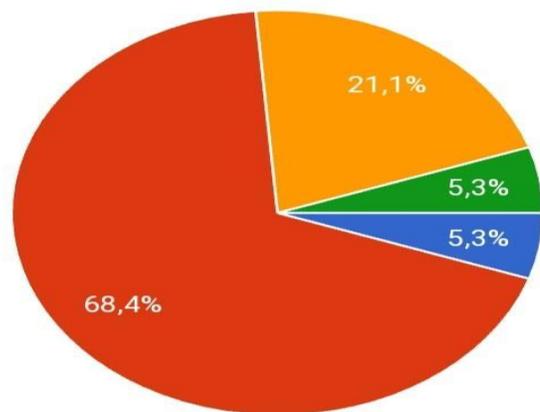
Produtos e Vivências geradas

Considerando que no momento de alimentação nosso cérebro recebe estímulos muito positivos advindos não só do alimento como de todas as circunstâncias relacionadas (tempo, lugar, companhia, concentração, bem-estar, etc), você mudaria algo na rotina de refeição da sua família?



Copiar

19 respostas



- sim. Há muito o que mudar.
- sim. Algumas coisas precisam mudar.
- não. Acho tudo perfeito.
- não. Porque não depende de mim.

Iniciação Científica

A Mesa proporcionou aprendizado de pesquisa de dados do perfil do momento de mesa dos professores, gerando um trabalho de Iniciação Científica.

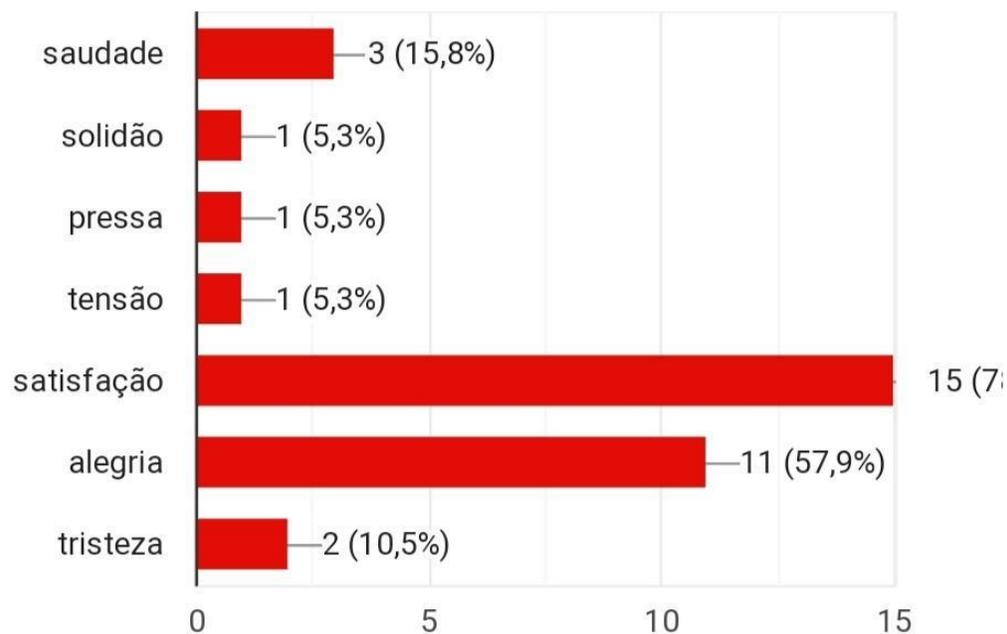
Pesquisa sobre a qualidade de mesa dos professores, via formulário Google.

Produtos e Vivências geradas

Quando lembro das refeições na minha casa me vem o sentimento de: Marque no máximo 2 itens



19 respostas



Iniciação Científica

A Mesa proporcionou aprendizado de pesquisa de dados do perfil do momento de mesa dos professores, gerando um trabalho de Iniciação Científica.

Pesquisa sobre a qualidade de mesa dos professores, via formulário Google.

Produtos e Vivências geradas



Conferência das eletivas

Mostra dos
resultados
obtidos ao longo
da eletiva para a
comunidade
escolar



Produtos e Vivências geradas



Momentos de Mesa

A Mesa já foi posta para os funcionários da Escola.

Produtos e Vivências geradas



Momentos de Mesa

A Mesa já foi posta para os funcionários da Escola.

Produtos e Vivências geradas

Momentos de Mesa

A Mesa já foi posta para outros grupos de alunos



Produtos e Vivências geradas

Oficina na Comunidade

A Mesa já foi posta para um grupo de 17 mulheres da comunidade de Messejana num trabalho em parceria com o CFIS.



Produtos e Vivências

Oficina na Comunidade

A Mesa já foi posta para um grupo de 17 mulheres da comunidade de Messejana num trabalho em parceria com o CFIS.



Produtos e Vivências geradas

Oficina na Comunidade

A Mesa já foi posta para um grupo de 17 mulheres da comunidade de Messejana num trabalho em parceria com o CFIS.







**TUDO
CAPRICHADO
PARA
CONSTRUIRMOS
JUNTOS
MEMÓRIAS
FELIZES QUE
POSSAM
INSPIRAR
ATITUDES NO
FUTURO**

Embasamento Científico

☆ Guia Alimentar

As ações do Projeto Mesa estão pautadas nas diretrizes do Guia Alimentar para a População Brasileira².



👤 Diretriz para uma Alimentação Adequada e Saudável

Compreende as estratégias que objetivam proporcionar aos indivíduos e coletividades a realização de práticas alimentares apropriadas. É uma prioridade na Política Nacional de Promoção da Saúde e, como tal, deve ser implementada pelos gestores e profissionais do SUS em parceria com atores de outros setores, privilegiando a participação popular²

☆ Momentos de Mesa

Estes sugerem que a frequência das refeições em conjunto está associada ao maior consumo de alimentos saudáveis, além de afetarem positivamente as emoções, as atitudes e os comportamentos dos indivíduos, a repercussão na satisfação de vida, o conforto psicológico e a união familiar positiva^{3,4}.

Agradecimentos

1

Parceria da Profa
Leila Bilhar

2

Núcleo Gestor da
EEMTI Profa Telina
Barbosa da Costa

3

Aos Alunos



Referencial Teórico:

1. Chapman, Gary, 1938- As 5 linguagens do amor dos adolescentes: como expressar um compromisso de amor a seu filho adolescente / Gary Chapman; tradução Susana Klassen. – [3. ed.]. – São Paulo: Mundo Cristão, 2018.
2. Guia Alimentar para a População Brasileira / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde Departamento de Atenção Básica. – 2.ed. – Brasília: Ministério da Saúde, 2014.
3. Oliveira, Mayara Sanay da Silva e Santos, Ligia Amparo da Silva. Guias alimentares para a população brasileira: uma análise a partir das dimensões culturais e sociais da alimentação. *Ciência & Saúde Coletiva* [online]. 2020, v. 25, n. 7 [Acessado 3 Abril 2024], pp. 2519-2528. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1413-81232020257.22322018>>. Epub 08 Jul 2020. ISSN 1678-4561. <https://doi.org/10.1590/1413-81232020257.22322018>.
4. Pearson N, Biddle SJ, Gorely T. Family correlates of fruit and vegetable consumption in children and adolescents: a systematic review. *Public Health Nutr* 2009; 12(2):267-283.

PARCEIROS

