

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
CAMPUS BAIXADA SANTISTA
INSTITUTO SAÚDE E SOCIEDADE

ARIANE FELTRIN PASULD

**AÇÕES DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL: COMER
E ESTAR JUNTO COM CRIANÇAS**

Produto vinculado à dissertação de “Educação alimentar e nutricional: construção coletiva de ações para crianças do programa curumim”, apresentado à Universidade Federal de São Paulo *campus Baixada Santista*, como requisito para obtenção de título de Mestre no Programa de Pós-graduação em Ensino em Ciência da Saúde - modalidade profissional.

SANTOS

2022

ARIANE FELTRIN PASULD

**AÇÕES DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL: COMER
E ESTAR JUNTO COM CRIANÇAS**

Produto vinculado à dissertação de “Educação alimentar e nutricional: construção coletiva de ações para crianças do programa curumim”, apresentado à Universidade Federal de São Paulo *campus Baixada Santista*, como requisito para obtenção de título de Mestre no Programa de Pós-graduação em Ensino em Ciência da Saúde - modalidade profissional.

Orientadora: Profa. Dra. Maria Fernanda Petroli Frutuoso

SANTOS

2022

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	08
2. PRODUTO PROPOSTO	10
2.1. Ações educativas para crianças do Programa Curumim do Sesc Santos	10
2.2. Ações educativas envolvendo alimentação	11
Quadro 1. Plano de atividades 1 para crianças do Projeto Curumim do SESC Santos (2022)	11
Quadro 2. Plano de atividade 2 para crianças do Projeto Curumim do SESC Santos (2022)	13
Quadro 3. Plano de atividades 3 para crianças do Projeto Curumim do SESC Santos (2022)	16
3. CONSIDERAÇÕES FINAIS	18
REFERÊNCIAS	20

1. INTRODUÇÃO

O presente documento é fruto da dissertação de mestrado profissional “Educação alimentar e nutricional: construção coletiva de ações para crianças do Programa Curumim”, que teve como objetivo construir coletivamente ações educativas sobre alimentação e nutrição com educadores do Programa. As ações educativas foram construídas em 4 oficinas que aconteceram com os 8 educadores do programa, de forma virtual, e resultaram em planos para três atividades de educação alimentar e nutricional (EAN) para as crianças frequentadoras do Programa Curumim do Sesc Santos.

Para o enfrentamento dos complexos desafios do campo da Alimentação e Nutrição na atualidade faz-se necessário políticas públicas e ações pautadas na promoção de alimentação adequada e saudável e na Segurança Alimentar e Nutricional (SAN), que significa:

A realização do direito de todos ao acesso regular e permanente a alimentos de qualidade, em quantidade suficiente, sem comprometer o acesso a outras necessidades essenciais tendo como base práticas alimentares promotoras da saúde, que respeitam a diversidade cultural e que sejam social, econômica e ambientalmente sustentáveis (BRASIL, 2006, p.1).

Em 2010, por meio da Emenda Constitucional nº64, a alimentação foi inserida no artigo 6º da Constituição Federal como direito (BRASIL, 2010). Posteriormente, em 2011, o Decreto 7272/2010 institui a Política Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (BRASIL, 2012a).

Pensar na alimentação da população brasileira implica em, entre outros aspectos, compreender a complexa rede de fatores que incidem sobre a comida no prato do brasileiro, bem como de criar norteadores para a promoção da alimentação adequada e saudável.

Uma das estratégias norteadora da população brasileira para escolhas alimentares adequadas é o Guia Alimentar para a População Brasileira - GAPB, que apoia e incentiva práticas alimentares saudáveis no âmbito individual e coletivo, bem como subsidia políticas, programas e ações que garantam a SAN da população e a comida como direito (BRASIL, 2014). Neste contexto, crianças

e adolescentes são públicos-alvo importantes para ações de EAN pautadas nas diretrizes do GAPB.

A proposta de ações de EAN para crianças e adolescentes cria espaços para o diálogo sobre o conhecimento científico relacionado à comida e ao comer e para o desenvolvimento do pensamento crítico sobre a alimentação, que podem influenciar tanto os hábitos alimentares das crianças e adolescentes, como das famílias (BRASIL, 2012b).

A EAN é estratégia para controle e prevenção de problemas alimentares e nutricionais contemporâneos, como as doenças crônicas não transmissíveis e as deficiências nutricionais, assim como é ferramenta para discussão de temas como redução do desperdício de alimentos, fortalecimento de hábitos alimentares locais e promoção do consumo sustentável (BRASIL, 2012c), aspectos que vão compondo a alimentação pensada como direito e a partir da noção de SAN.

O contexto contemporâneo é desafiador para a EAN, na medida em que exige o desenvolvimento de abordagens educativas que permitam falar e pensar sobre a comida e o comer de modo amplo, superando a mera transmissão de informações e enfatizando o papel da criança como protagonista nas escolhas alimentares em processos que geram autonomia e pensamento crítico.

Atualmente, a pauta sobre alimentação e sobre EAN requerem articulação intra e intersetorial e a parceria com diferentes segmentos da sociedade. Neste contexto, o Sistema S (SESC, SESI, SENAI e SENAC), juntamente com entidades, organizações, instituições de ensino e formação, representa e trabalha com a sociedade para a garantia da SAN e do Direito Humano à Alimentação Adequada (DHAA).

O processo de construção de ações de EAN com os educadores do Programa Curumim proporcionou fortalecer a pauta da alimentação na Instituição, ampliando o olhar para a comida a partir da composição heterogênea do grupo de profissionais, com diferentes áreas de formação.

A educabilidade surge do poder de transformarmos a realidade para conseguir intervir e recriá-la. Recordamos as ideias de educar e de educando no

contexto da EAN: educador como sujeito praticante da ação durante o processo também será o sujeito que sofre a ação (FREIRE, 1997).

2. PRODUTO PROPOSTO

2.1. O Programa Curumim do SESC Santos

O público-alvo deste produto são as crianças frequentadoras do Programa Curumim, programa de educação não formal para crianças de 7 a 12 anos apoiado nos pilares do direito à informação, ao lazer, ao autoconhecimento e ao conhecimento do mundo.

O Programa Curumim é um programa permanente que permite o aprendizado por meio de vivências. Toda ação é educativa dentro do contexto do Curumim, incluindo as que envolvem a alimentação e nutrição, e propiciam refletir sobre o comer, a comida, o experimentar, o que somos. O Programa abrange a expressão sensível e física, as relações com o planeta/natureza, ciência/tecnologia, assim como o contato e trocas com a sociedade (PARK, FERNANDES, 2015).

O Programa Curumim oferta experiências e vivências corporais, artísticas e ambientais buscando ampliar o espaço de expressão autônoma de cada criança tendo o respeito, a ética e o senso crítico como pontos de partida e chegada.

O Programa disponibiliza 200 vagas divididas igualmente no período matutino e vespertino. A grade das atividades é planejada coletivamente pelos educadores, apresentando programação similar em ambos os horários.

O SESC e os educadores que compõe uma equipe interprofissional, baseados em princípios freirianos e piagetianos, se preocupam em atender crianças que, muitas vezes, não tem oportunidade de realizar atividades fora da escola, por conta da inserção da mãe no mercado de trabalho, da ausência de espaços públicos para brincar com segurança (com medo da violência e trânsito) e/ou da carência de programas públicos. Esta equipe trabalha com o conceito de criança-cidadã (PARK, FERNANDES, 2015).

A proposta é abrir janelas para novas oportunidades, criando canais de aprendizagem para levar as crianças a emancipação do modo de pensar e agir, gerando autonomia para escolhas em diversos segmentos (GOHN, 2011), incluindo a alimentação.

2.2. As ações educativas envolvendo alimentação

As ações educativas que compõem este produto foram norteadas pelo GAPB.

Esse produto apresenta três planos de atividades (quadros 1, 2 e 3) correspondentes a três capítulos do GAPB. A escolha dos capítulos levou em consideração os temas e as mensagens relativas à alimentação contemporânea que gostaríamos de compartilhar com as crianças, assim como as experiências prévias de discussão da temática no Programa.

Quadro 1. Plano de atividade 1 para crianças do Projeto Curumim do SESC Santos (2022).

Título: TRAVESSIA: VOCÊ SABE O QUE COME?
Tema do Guia Alimentar: Os grupos dos alimentos e as escolhas alimentares
Duração da atividade: 60 a 75 min
Local: Ginásio/quadras e comedoria do Sesc Santos
Equipe apoio: Estagiária de nutrição e/ou nutricionista
Participantes: Grupo de crianças (20-25) e 2 educadores
Objetivo: -Identificar o conhecimento prévio das crianças sobre os grupos alimentares. -Conhecer os hábitos e cultura alimentar das crianças. -Discutir o conhecimento sobre os alimentos para favorecer a autonomia das crianças nas escolhas alimentares.
Método e estratégia educativa: 1. Levantamento sobre os hábitos alimentares das crianças no café da manhã, usando a pergunta norteadora: “O que vocês estão acostumadas a comer no café da manhã?”

2. Atividade física, por meio da dinâmica das travessias

3. Roda de conversa: as crianças participarão de uma reflexão sobre os alimentos e os respectivos grupos alimentares.

4. Comer junto.

Descrição da atividade:

(1) O grupo de crianças (20-25) apresentará os alimentos presentes no café da manhã, listando os itens consumidos costumeiramente em casa. A lista de alimentos referidos pelas crianças subsidiará a dinâmica da travessia.

Observação: o grupo de crianças será formado no início do dia, quando os educadores oferecem 4 temas e as crianças escolhem o que desejam participar. Essa oficina seria um dos temas do dia.

(2) No ginásio do SESC serão identificados com cones 3 pontos distantes entre si, sendo que cada um corresponde a um grupo de alimentos (in natura, minimamente processado, processado e ultraprocessado). As crianças ficarão em um ponto e serão convidadas a correr para o cone correspondente ao grupo do alimento anunciado pelo educador, entre os que estarão na lista produzida na etapa anterior. O objetivo é acertar o grupo que o alimento pertence.

(3) O educador anota o alimento e a respectiva classificação para subsidiar uma roda de conversa de reflexão coletiva sobre os grupos de alimentos e as escolhas alimentares.

(4) As crianças serão direcionadas para a comedoria para almoçar juntas e serão convidadas a relacionar os itens do cardápio com os grupos alimentares.

Conteúdo:

- Classificação dos alimentos segundo grau de processamento.
- Cultura e hábito alimentar.
- Escolhas alimentares.

Materiais: 3 cones, papel, caneta.

Referencial teórico:

AFONSO, Maria Lucia M. **Oficinas em dinâmica de grupo na área da saúde.** 2ª ed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2015. 389 p.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à fome. **Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas.**

Brasília, DF: MDF, Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, 2012b.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia do oprimido**. 69ª ed. Rio de Janeiro: Paz e terra, 1997.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da autonomia: Saberes necessários a prática educativa**. 58ª ed. Rio de Janeiro: Paz e terra, 1997.

PARK, Margareth Brandini, FERNANDES, Renata Sieiro. **Programa Curumim. Memórias, cotidiano e representações**. São Paulo: Edições Sesc São Paulo, 2015.

A Travessia é uma atividade educativa já utilizada pelo grupo de educadores do Programa. É uma ferramenta que incentiva a prática de atividade física e pode facilmente incorporar diversos temas.

O grupo de crianças do Programa é formado por participantes recém-chegados e antigos. Como o Sesc usa o GAPB como norteador das atividades envolvendo alimentação, a heterogeneidade de tempo de participação no Programa pode contribuir para um espaço de trocas, na medida em que a diferença não aparece como um problema, pois na educação não formal não se busca igualdade (SIMÃO, 2014).

A apropriação do GAPB por parte das crianças é sugerida quando trazemos os alimentos consumidos em suas casas, com seus familiares, criando uma lista com alimentos presentes no cotidiano, permitindo emergir o conhecimento e experiência prévia para o diálogo e reflexão do grupo.

Quadro 2. Plano de atividade 2 para crianças do Projeto Curumim do SESC Santos (2022).

Título: PIQUENIQUE AFETIVO
Tema do Guia Alimentar: O ato de comer e a comensalidade
Duração da atividade: 1h30
Local: Passeio externo em local a ser sugerido pelas crianças
Equipe apoio: Não será necessário

<p>Participantes: O grupo da manhã ou tarde (100 crianças cada) juntos ou separados de acordo com a estrutura e quantidade de educadores disponíveis para atividade externa.</p>
<p>Objetivo:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Identificar comidas afetivas para as crianças. -Vivenciar e discutir o comer em companhia e com atenção.
<p>Método e estratégia educativa:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Levantamento das expectativas das crianças. 2. Prática culinária em casa com a família. 3. Atividade física: piquenique em espaço aberto. 4. Comer junto.
<p>Descrição:</p> <p>(1) As crianças receberão um convite em branco para o piquenique afetivo, para levantar as expectativas do local onde gostariam de comer? Com quem? O que gostariam de levar (celular, máquina fotográfica, roupa de banho, etc..). As crianças ficarão livres para sugerir e o coletivo elaborará um convite oficial tentando contemplar os desejos das crianças, com data e local.</p> <p>(2) Para o dia do piquenique, as crianças serão convidadas a trazer 1 prato de café da manhã/tarde, elaborado em casa pela família e, de preferência, que tenha alguma relação afetiva com a criança/família.</p> <p>(3) No dia do encontro, no local escolhido pelas crianças, o grupo vivenciará a comensalidade e os voluntários participarão de uma degustação às escuras, tentando descobrir os ingredientes utilizados nas receitas e aguçando a percepção da atenção no momento de comer.</p>
<p>Conteúdo:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Comensalidade. - Comer com regularidade e atenção. - Comer em ambientes apropriados e em companhia. - Comidas afetivas.
<p>Materiais: toalhas para o chão e venda</p>
<p>Referencial teórico:</p>

AFONSO, Maria Lucia M. **Oficinas em dinâmica de grupo na área da saúde.** 2ª ed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2015. 389 p.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. **Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas.** Brasília, DF: MDF, Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, 2012b.

BROTO, Fabio Otuzzi. **Jogos cooperativos: o jogo e o esporte como um exercício de convivência.** 4ª ed. São Paulo: Palas Athena, 2013.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia do oprimido.** 69ª ed. Rio de Janeiro: Paz e terra, 1997.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da autonomia: Saberes necessários a prática educativa.** 58ª ed. Rio de Janeiro: Paz e terra, 1997.

PARK, Margareth Brandini w FERNANDES, Renata Sieiro. **Programa Curumim. Memórias, cotidiano e representações.** São Paulo: Edições Sesc São Paulo, 2015.

UNICEF. **Comer bem e melhor, juntos.** Cardápio de ferramentas para promover a alimentação saudável entre adolescentes, junto às suas famílias e comunidade. Brasília, DF, 2019.

A atividade 2 resgatará o piquenique, hábito antigo e tradicional em passeios em locais abertos, fora de casa, onde a oferta de alimentos e geralmente acompanhada por atividades de lazer. Pensar nessa ação resgatou a infância de muitos educadores envolvidos no processo de elaboração das ações educativas. O objetivo era, também, resgatar e incluir a diversão nos processos educativos, porque junto à alegria, na prática educativa, está a esperança. Essa é fundamental para gerar confiança nas relações de ensino-aprendizagem, pois com ela nascem as inquietações da busca, do saber, do querer mais, da alegria nas descobertas e na felicidade do processo educativo (FREIRE, 1997).

A proposta do convite em branco é de envolver a criança no processo de construção da atividade e tentar considerar os desejos, entendendo assim que a criança produz material, faz parte do mundo, produz cultura (PARK, FERNANDES, 2015).

Esse plano permitiu a junção de várias dinâmicas, algumas prévias ao encontro como o convite em branco e outras que serão descobertas durante a ação: quais alimentos serão levados pelas crianças? Quais as histórias dos pratos escolhidos por seus familiares? Como agir com aquelas crianças que não conseguirão elaborar um prato com a família? Como serão as relações do grupo com o ambiente proposto?

A sociologia da infância proclama por ferramentas metodológicas que se conectam aos imprevistos trazidos pelos públicos-alvo, no caso, as crianças, que rompem com o conhecido e naturalizado (PARK, FERNANDES, 2015) e que colocam os educadores em constante atenção para o imprevisível das relações entre pessoas.

A atividade em local aberto dialoga com a noção de liberdade, categoria essencial em ações de educação não formal e com a criação de uma ambiência para que as crianças possam construir leituras próprias do mundo em que vivem, entendendo e questionando os fatos sociais que as circundam (GHON, 2011).

Quadro 3. Plano de atividade 3 para crianças do Projeto Curumim do SESC Santos (2022).

Título: MÃO NA MASSA CURUMIM
Tema do Guia Alimentar: A compreensão e a superação de obstáculos.
Duração da atividade: 3h30
Local: Auditório e Comedoria do Sesc Santos
Equipe apoio: Alimentação, Mesa Brasil e Almoxarifado de gêneros.
Participantes: Todas as crianças (divididas em 4 grupos)
Objetivo: - Exercitar habilidades culinárias. - Compreender a publicidade dos alimentos e sua influência na alimentação.
Método e estratégia educativa: 1. Levantamento das expectativas das crianças. 2. Atividade física: cozinhar junto. 3. Comer junto.
Descrição:

(1) Na primeira oficina, as crianças serão convidadas a escolher 4 receitas da lista proposta pelo Sesc (visando o planejamento para aquisição dos gêneros alimentícios).

(2) No dia da atividade serão lembrados os grupos de alimentos e haverá uma roda de conversa sobre a publicidade dos alimentos: O que as crianças trazem sobre esse assunto?

(3) Cada grupo será convidado a preparar uma receita e a desenvolver a publicidade do seu produto/alimento.

(4) Ao final haverá degustação das receitas, apresentação e discussão da publicidade criada.

Conteúdo:

- Classificação dos alimentos.
- Habilidades culinárias.
- Publicidade de alimentos e influências nas escolhas alimentares.
- Técnicas de divulgação/publicidade de produtos.

Materiais: Utensílios de cozinha, gêneros alimentícios, equipamentos de cozinha (fogão, forno) e pia.

Referencial teórico:

AFONSO, Maria Lucia M. **Oficinas em dinâmica de grupo na área da saúde.** 2ª ed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2015. 389 p.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. **Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas.** Brasília, DF: MDF, Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, 2012b.

BROTO, Fabio Otuzzi. **Jogos cooperativos: o jogo e o esporte como um exercício de convivência.** 4ª ed. São Paulo: Palas Athena, 2013.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia do oprimido.** 69ª ed. Rio de Janeiro: Paz e terra, 1997.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da autonomia: Saberes necessários a prática educativa.** 58ª ed. Rio de Janeiro: Paz e terra, 1997.

PARK, Margareth Brandini; FERNANDES, Renata Sieiro. **Programa Curumim. Memórias, cotidiano e representações.** São Paulo: Edições Sesc São Paulo, 2015.

Na terceira atividade proposta, o grupo de educadores enxergou a necessidade de as crianças manipularem os alimentos e vivenciarem a transformação dos ingredientes em uma receita, com degustação ao final.

A busca por didáticas diferenciadas cria um elo entre o saber popular e o saber científico, transformando o processo educativo em um espaço de curiosidade e troca de experiências que favorecem a busca por soluções coletivas (SOARES, 2011).

A necessidade de envolver todas as crianças do Programa nessa última ação trouxe algumas questões importantes para o grupo de educadores, relacionados à segurança no uso dos equipamentos e utensílios de cozinha e na organização de todas as crianças no manuseio dos alimentos e no uso compartilhado dos equipamentos. Independente dos desafios, tocar, cheirar, sentir os alimentos foi um consenso no processo de criação das oficinas.

O planejamento da atividade deve colocar a criança como o sujeito lúdico, mas as questões ao seu redor devem fazer parte do contexto e dar sentido à ação, como a segurança por exemplo. Compartilhar essas questões com as crianças também pode ajudar a desenvolver responsabilidades individuais e com o grupo. A oficina culinária aponta as crianças como protagonistas do preparar, responsáveis por rumos e metas, incluindo-as na discussão e criação de ferramentas de divulgação do seu fazer, da sua receita, do seu produto. Esse percurso facilita a expressão do que eles são e querem (PARK, FERNANDES, 2015).

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os planos de atividades propõem um espaço de vivências lúdicas, permitindo a expressão, envolvimento e vontades das crianças durante o processo educativo. Dessa forma, cada criança pode realizar trocas com seus pares e educadores.

Os planos de atividades contemplam os pilares do Programa: o incentivo a participação das crianças na construção das atividades, a valorização das experiências pessoais e o processo de construção de dinâmicas abertas (sem fim definido e único), visando o estímulo ao desenvolvimento intelectual, psíquico, físico e social da criança e possibilitando um desenvolvimento integral por meio do brincar.

Após a realização de cada uma das atividades, haverá um momento com crianças e educadores para avaliação das ações, com registro da avaliação em um modelo construído pela pesquisadora com os educadores. Após a execução das 3 oficinas, haverá uma roda de conversa da pesquisadora com o grupo de educadores para avaliação e reflexão, incluindo a discussão sobre a aplicabilidade e continuidade das ações.

Nesta proposta avaliativa, espera-se fortalecer momentos de reflexão com as crianças, enfatizando a participação deste público em todo o processo educativo, a partir das questões: o que acharam? O que gostariam que fosse abordado? Vocês sentiram falta de algum tema?

Cabe pontuar que já faz parte dos processos de trabalho do Programa as avaliações cotidianas dos educadores, após realização das atividades, bem como da nutricionista.

Pensando no desenvolvimento integral das crianças pontuamos a importância do envolvimento das famílias das crianças nestes processos. Nos planos propostos, a participação das famílias surge de forma indireta quando as crianças relatam os hábitos familiares do café da manhã. Essa estratégia pode provocar o diálogo sobre os alimentos consumidos em casa, na medida em que as crianças podem – e serão provocadas a – conversar sobre o tema em seus lares. Da mesma forma, espera-se interação na atividade do piquenique, quando as crianças serão convidadas a elaborar um prato em família para ser compartilhado.

Fica, ainda, o desafio de incluir diretamente as famílias em atividades nos espaços do SESC, considerando o papel das famílias nas múltiplas dimensões da alimentação infanto-juvenil e o caráter processual da EAN no Sesc.

REFERENCIAS

BRASIL. **Lei nº 11.346 de 15 de setembro de 2006**. Cria o Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional – SISAN com vistas a assegurar o direito humano à alimentação adequada e dá outras providências. Diário Oficial da União 2006; 18 set.

BRASIL. **Emenda Constitucional nº 64**, de 4 de fevereiro de 2010. Altera o art. 6º da Constituição Federal para introduzir a alimentação como direito social. Diário Oficial da União 2010; 4 fev.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política Nacional de Alimentação e Nutrição**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2012a.

BRASIL. Ministério da Educação. **Manual de orientação para a alimentação escolar na educação infantil, ensino fundamental, ensino médio e na educação de jovens e adultos**. Fundo Nacional de Desenvolvimento de Educação (FNDE). Brasília, DF, 2012b.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à fome. **Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas**. Brasília, DF: MDF, Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, 2012c.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira**. Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. Brasília, DF, 2014.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da autonomia: Saberes necessários a prática educativa**. 58ª ed. Rio de Janeiro: Paz e terra, 1997.

GOHN, Maria da Glória. **Educação não formal e cultura política: impactos sobre o associativismo do terceiro setor**. 5ª ed. São Paulo: Cortez, 2011.

PARK, Margareth Brandini e FERNANDES, Renata Sieiro. **Programa Curumim**. Memórias, cotidiano e representações. São Paulo: Edições Sesc São Paulo, 2015.

SIMAO, Selma Machado. **Eu, meu bairro, nosso mundo**. Educação não formal: saberes e prazeres. Holambra, São Paulo: 2014.

SOARES, Sonia Maria, SILVA, Liliam Barbosa Silva, SILVA, Patricia Aparecida Barbosa. O teatro em foco: Estratégia Lúdica para o trabalho educativo na saúde da família. **Escola Anna Nery**, v.15, n.4, p.818-824, 2011.