

DE ONDE VEM MEU ALIMENTO? INTERVENÇÃO EDUCATIVA SOBRE CONSUMO RESPONSÁVEL E SUSTENTABILIDADE

WHERE DOES MY FOOD COME FROM? AN EDUCATIONAL INTERVENTION PROMOTING RESPONSIBLE CONSUMPTION AND SUSTAINABILITY

Larissa de Oliveira Morais¹; Jakeliny Rodrigues de Oliveira¹; Keilla Machado Nunes¹; Ana Luiza Gonçalves Marques¹; Leticia da Silva Sousa²; Amanda Martins Moura²; Kelly Cristine Soares de Oliveira³; Ana Karla Alves Barros³; Julyanne Silva Cunha⁴
julyanne.cunha@afya.com.br

1.: Acadêmica do curso de Biomedicina da Faculdade Afya Centro Universitário de Araguaína; 2.: Acadêmica do curso de Estética e Cosmética da Faculdade Afya Centro Universitário de Araguaína; 3.: Acadêmica do curso de Nutrição da Faculdade Afya Centro Universitário de Araguaína; 4. Professora do curso de Engenharia Civil da Faculdade Afya Centro Universitário de Araguaína.

Eixo Temático: Eixo 05 – Sociedade, Meio Ambiente e Desenvolvimento Sustentável

RESUMO

A educação alimentar desempenha papel fundamental na formação de hábitos saudáveis e na construção de uma consciência crítica sobre o consumo e a sustentabilidade. Nesse contexto, o presente relato de experiência tem como objetivo descrever uma intervenção educativa realizada com estudantes do Ensino Fundamental sobre a origem dos alimentos e a importância do consumo responsável. A atividade foi desenvolvida na Escola Municipal William Castelo Branco Martins, localizada em Araguaína-TO, com a participação de 31 alunos do 5º ano do Ensino Fundamental. A intervenção ocorreu em 13 de março de 2026, com duração aproximada de uma hora e trinta minutos. Foram utilizadas metodologias ativas, incluindo apresentação dialogada, jogo da memória educativo, dinâmica de perguntas e respostas e entrega de premiações simbólicas aos participantes. O conteúdo abordou a classificação dos alimentos quanto à sua origem, os diferentes sistemas de produção e a importância da agricultura familiar e do consumo consciente. A avaliação ocorreu por meio da observação do envolvimento dos estudantes, do número de acertos durante o jogo e de perguntas orais realizadas ao final da atividade. Observou-se elevada participação dos alunos, interesse pelo tema e formulação de diversas perguntas relacionadas à produção dos alimentos e seus impactos sociais e ambientais. Conclui-se que estratégias lúdicas constituem ferramentas eficazes para promover a educação alimentar e estimular a reflexão crítica sobre práticas de consumo responsáveis desde a infância.

Palavras-chave: Educação Alimentar. Sustentabilidade. Consumo Responsável. Ensino Fundamental. Extensão Universitária.

ABSTRACT

Food education plays a fundamental role in the development of healthy habits and in building critical awareness regarding consumption and sustainability. In this context, this experience report aims to describe an educational intervention carried out with elementary school students regarding food origins and the importance of responsible consumption. The activity was conducted at Escola Municipal William Castelo Branco Martins, located in Araguaína, Tocantins, Brazil, with the participation of 31 fifth-grade students. The intervention took place on March 13, 2026, lasting approximately one hour and thirty minutes. Active learning methodologies

were employed, including an interactive presentation, an educational memory game, question-and-answer activities, and symbolic awards for participants. The content addressed food classification according to origin, different production systems, and the importance of family farming and conscious consumption. Evaluation was performed through observation of student engagement, the number of correct answers during the game, and oral questions conducted at the end of the activity. High student participation, increased interest in the topic, and numerous questions related to food production and its social and environmental impacts were observed. It is concluded that playful educational strategies are effective tools for promoting food education and encouraging critical reflection on responsible consumption practices from childhood.

Keywords: Food Education. Sustainability. Responsible Consumption. Elementary Education. University Extension.

INTRODUÇÃO

A alimentação está diretamente relacionada à saúde, ao meio ambiente, à economia e à qualidade de vida da população. Compreender a origem dos alimentos e os processos envolvidos em sua produção contribui para a formação de consumidores mais conscientes, capazes de realizar escolhas alimentares responsáveis e sustentáveis. Nesse sentido, a educação alimentar e nutricional constitui uma importante estratégia para promover hábitos alimentares adequados e saudáveis, além de favorecer a autonomia dos indivíduos em suas escolhas alimentares.¹

A discussão sobre alimentação e sustentabilidade também está relacionada aos desafios dos sistemas alimentares contemporâneos. A produção, distribuição e o consumo de alimentos apresentam impactos ambientais, sociais e econômicos, tornando necessário estimular práticas que contribuam para sistemas alimentares mais sustentáveis.² Nesse contexto, a Agenda 2030 estabelece objetivos relacionados ao consumo e à produção responsáveis, destacando a necessidade de promover padrões sustentáveis de produção e consumo.³

No ambiente escolar, atividades educativas e metodologias lúdicas podem favorecer a aprendizagem significativa e estimular a participação ativa dos estudantes. Estratégias como jogos educativos, dinâmicas interativas e recursos visuais possibilitam maior envolvimento dos alunos e podem facilitar a construção do conhecimento sobre temas relacionados à alimentação, sustentabilidade, produção de alimentos e consumo consciente. As metodologias ativas valorizam a participação do estudante no processo de aprendizagem, favorecendo maior autonomia e envolvimento com os conteúdos trabalhados.⁴

Além disso, compreender as diferentes formas de produção de alimentos permite aos estudantes reconhecer a importância da agricultura familiar e sua contribuição para a produção de alimentos e para o desenvolvimento do meio rural. Dados do Censo

Agropecuário evidenciam a relevância da agricultura familiar no contexto da produção agropecuária brasileira, reforçando a importância de abordar esse tema em ações educativas voltadas à formação de consumidores mais conscientes.⁵

Considerando a necessidade de fortalecer a educação alimentar entre crianças em idade escolar, foi desenvolvida uma intervenção educativa fundamentada na utilização de estratégias pedagógicas participativas para abordar a origem dos alimentos, os sistemas de produção alimentar e sua relação com a sustentabilidade.

Dessa forma, o objetivo deste relato é descrever a experiência de uma intervenção educativa realizada com estudantes do Ensino Fundamental, visando ampliar seus conhecimentos sobre a origem dos alimentos e promover a reflexão acerca do consumo responsável.

DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA

O presente relato descreve uma atividade extensionista realizada na Escola Municipal William Castelo Branco Martins, localizada no município de Araguaína, estado do Tocantins. A intervenção teve como público-alvo 31 alunos do 5º ano do Ensino Fundamental e foi realizada em 13 de março de 2026, com duração aproximada de uma hora e trinta minutos.

O planejamento e a execução da atividade foram realizados previamente pela equipe extensionista, composta por acadêmicas dos cursos de Biomedicina, Estética e Cosmética e Nutrição, sob orientação docente. A proposta foi elaborada com o objetivo de ampliar o conhecimento dos estudantes acerca da origem dos alimentos, das formas de produção alimentar e da importância do consumo consciente e sustentável.

Inicialmente, realizou-se uma apresentação dialogada com auxílio de slides educativos, abordando a classificação dos alimentos quanto à sua origem vegetal, animal e mineral, bem como diferentes formas de produção, incluindo agricultura familiar, produção indígena e produção industrial. Durante a apresentação, buscou-se estimular a participação dos estudantes por meio de perguntas e exemplos relacionados ao cotidiano alimentar.

Em seguida, os alunos participaram de um jogo da memória educativo desenvolvido especificamente para o projeto. A atividade consistia em associar corretamente os alimentos às suas respectivas origens e formas de produção. As cartas utilizadas na dinâmica foram elaboradas com imagens e informações relacionadas ao conteúdo trabalhado (Figura 1). A dinâmica foi realizada de maneira coletiva e proporcionou um ambiente de interação entre os estudantes e a equipe extensionista como mostrado na Figura 2.

Durante a intervenção, também foi realizada uma dinâmica de perguntas e respostas, mostrada na Figura 2, com o objetivo de estimular a participação dos estudantes e reforçar os conteúdos trabalhados. As perguntas abordaram aspectos relacionados à origem dos alimentos, aos sistemas de produção, à agricultura familiar, ao consumo consciente e à sustentabilidade.

Como estratégia de incentivo à participação, foram oferecidas premiações simbólicas aos grupos com melhor desempenho durante o jogo. Entre os materiais distribuídos, destacaram-se sementes de espécies vegetais, mostradas na Figura 3, utilizadas como forma de aproximar os estudantes do tema da produção de alimentos e estimular reflexões sobre sustentabilidade e cultivo alimentar. A proposta teve caráter educativo e motivacional, buscando valorizar o envolvimento dos estudantes nas atividades desenvolvidas.

A avaliação da intervenção ocorreu por meio da observação direta do envolvimento dos participantes, do número de acertos obtidos durante o jogo e da realização de perguntas orais ao final da atividade. Observou-se elevada participação dos estudantes, interesse pelo conteúdo apresentado e interação constante durante as dinâmicas propostas.

Os alunos demonstraram curiosidade em relação aos processos de produção dos alimentos, formularam perguntas pertinentes e apresentaram compreensão dos conteúdos relacionados à agricultura familiar, ao consumo consciente e à sustentabilidade. A utilização de recursos lúdicos mostrou-se adequada para facilitar a abordagem do tema e tornar o processo educativo mais atrativo e participativo. Ao final da atividade, foi realizado um registro coletivo com os participantes e a equipe extensionista, ilustrado na Figura 4.



Figura 1 – Cartas usadas no jogo da memória;
Fonte: Elaborado pelos autores, 2026.



Figura 2 – Momento de execução da proposta.;
Fonte: Elaborado pelos autores, 2026.



Figura 3 – Grupo de alunos envolvidos na ação.
Fonte: Elaborado pelos autores, 2026.



Figura 4 – Aplicação do projeto de extensão;
Fonte: Elaborado pelos autores, 2026.

Para as acadêmicas envolvidas, a experiência também possibilitou o desenvolvimento de competências relacionadas ao planejamento, à comunicação, ao trabalho em equipe e à execução de ações educativas no ambiente escolar. A atuação conjunta entre diferentes áreas de formação contribuiu para uma abordagem interdisciplinar do tema, aproximando conhecimentos relacionados à saúde, alimentação, educação e sustentabilidade.

CONCLUSÃO

A experiência demonstrou que metodologias lúdicas e participativas podem contribuir para a promoção da educação alimentar e da conscientização sobre sustentabilidade no ambiente escolar. O uso de apresentação dialogada, jogo educativo e dinâmica de perguntas e respostas favoreceu o interesse dos estudantes, estimulou a participação ativa e facilitou a compreensão dos conteúdos relacionados à origem dos alimentos e ao consumo responsável.

A intervenção também possibilitou que os estudantes refletissem sobre a relação entre os alimentos consumidos diariamente, sua origem e os diferentes sistemas de produção, contribuindo para a construção de uma visão mais consciente sobre as escolhas alimentares e seus impactos sociais e ambientais.

A atividade também proporcionou uma experiência interdisciplinar relevante para a formação acadêmica, fortalecendo competências relacionadas à comunicação, ao trabalho em equipe, ao planejamento e à execução de ações de educação em saúde.

Dessa forma, recomenda-se a realização e ampliação de iniciativas semelhantes em outras instituições de ensino, considerando o potencial das atividades educativas e lúdicas para promover conhecimentos sobre alimentação, sustentabilidade, consumo responsável e cidadania desde os anos iniciais da educação básica.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Brasil. Ministério da Saúde. Guia alimentar para a população brasileira. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde; 2014.
2. Food and Agriculture Organization of the United Nations. Sustainable food systems: concept and framework. Rome: FAO; 2018.
3. Organização das Nações Unidas. Transformando nosso mundo: a Agenda 2030 para o Desenvolvimento Sustentável. Nova York: ONU; 2015.
4. Moran J. Metodologias ativas para uma aprendizagem mais profunda. Porto Alegre: Penso; 2015.
5. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Censo Agropecuário 2017: resultados definitivos. Rio de Janeiro: IBGE; 2019.