

**SABERES E SABORES: UTILIZAÇÃO DE OFICINAS DE EDUCAÇÃO NUTRICIONAL
EM ALUNOS DO ENSINO FUNDAMENTAL**

**KNOWLEDGE AND TASTES: UTILIZATION OF WORKSHOPS FOR NUTRITION
EDUCATION WITH STUDENTS IN BASIC EDUCATION**

Maria José Da Costa*, Bianca Arnoud Rodrigues**

**Discente da UNI/RN, ** Docente pelo Centro Universitário do Rio Grande do Norte –
UNI/RN*

Resumo

A educação nutricional (EN) deve preocupar-se em apresentar os aspectos biológicos e sócio culturais inerentes a alimentação. O objetivo deste estudo foi desenvolver oficinas (OF) culinárias como ferramenta de ensino de EN com o propósito de conjugar a culinária à disciplinas curriculares. Trata-se de uma pesquisa ação, realizado com 18 crianças de faixa etária entre 9 e 10 anos de idade, no período de outubro de 2013. Cada OF abordou o tema das disciplinas curriculares e sua transversalidade com a alimentação. Como instrumento de avaliação foi usado a Escala de Envolvimento da Criança (EEC). Na oficina 01, apenas o sinal a concentração obteve resultado inferior a 100%. Na Oficina 02, os sinais concentração, persistência e satisfação obtiveram respectivamente 55,5%, 50%, 44,4%. A oficina 03 apresentou 100% em todos sinais integrantes da (EEC). Os achados apontam que inserir o tema da alimentação em contextos curriculares educacionais parece ser uma ferramenta favorável para promoção de hábitos alimentares saudáveis.

Palavras – chave: Educação nutricional, oficinas culinárias e disciplinas curriculares

Abstract

The nutrition education (NE) should to worry about present the biological aspects and socio - cultural aspects inherent feeding. The aim of this study was to obtain workshops (OF) as culinary teaching NE tool with the purpose of conjugate the culinary curriculum subjects. This is an action - research, carried out with 18 children aged between 9 and 10 years old, the period of October 2013. Each (OF) approached the topic of the curricular subjects and with its transversality with feeding. As an evaluation instrument was used to Child Involvement Scale (CES). In the workshop 01, only the signal concentration afforded was bottom than 100% result. Office 02, the signals concentration, persistence and satisfaction were obtained respectively 56%, 50%, 44%. The workshop showed 03, showed 100% of signs in all members of (EEC). The results show that, insert the topic of food in educational curricular contexts seems to be a favorable tool to promotion of healthy eating habits.

Keywords: nutrition education, culinary workshops and the curricular subjects

A alimentação adequada desde o início da vida, é de grande importância para a criança, pois além de ser fator fundamental para seu crescimento e desenvolvimento, previne distúrbios nutricionais e metabólicos de difícil correção em idades posteriores [1].

A faixa etária escolar infantil compreende crianças de 6 a 10 anos de idade. Será nessa faixa que estes tornam-se mais independentes começando a escolher por si só seus próprios alimentos, e posteriormente inseri-los em sua alimentação. Por isso é importante que haja educação nutricional (EN) que favorece a prática de hábitos alimentares saudáveis.

A má influência dentro da escola e no âmbito familiar por alimentos não saudáveis é um dos principais fatores que leva estas crianças a não consumir uma alimentação nutricional, que através destes costumes preferem alimentos pouco nutritivos, tornando-se rotineira essa prática nos dias de hoje, a qual se dá devido à facilidade de alimentos industrializados e da moda. É importante que tenha oficinas educacionais em cada escola e ações em toda a comunidade expondo para estes a importância de uma alimentação equilibrada para que o objetivo proposto seja alcançado. Nas oficinas e ações o intuito é a produção de novos alimentos através de resíduos como casca de vegetais ou frutas dentre outros, os quais seriam descartados, produzindo informação ao grupo da importância de uma alimentação equilibrada de baixo custo e simples, tornando mais fácil a inserção da alimentação aos mesmos, resultando na prevenção de doenças que pode vir a acontecer durante a vida. Portanto, uma educação nutricional dentro das escolas permitiria que os alunos comessem a refletir incentivando os seus colegas e familiares a consumir alimentos saudáveis, fazendo sua casa uma extensão do aprendizado da sala de aula.

Caso contrário, a criança terá hábitos alimentares inadequados, causando prejuízos à saúde, entre eles, a obesidade, que é hoje a maior responsável pelo aumento de hipertensão em crianças, cujo índice tem crescido nas últimas décadas, tendo no consumo alimentar como principal vilão a alta densidade calórica e redução na atividade física.

Além disso, é importante que as matérias curriculares sejam realmente conjugadas com a realidade. Que as crianças percebam o quanto é importante cada matéria em toda a sua experiência de vida. E que sem uma boa leitura, interpretação e aqueles cálculos de soma aliado a uma boa história torna-se quase impossível a formação de um profissional tão qualificado que toda criança quer ser quando crescer.

Assim, ancoramo-nos na ideia defendida por Castro *et al* [2] que entende que as práticas alimentares devem ser reflexivas e para tanto deve-se facilitar o acesso à informação sobre alimentação e saúde; na perspectiva da promoção da saúde e qualidade de vida, superando a abordagem focada na prevenção e tratamento de doenças.

Buscaremos promover um resgate da culinária como algo prazeroso e promotor da saúde em detrimento ao caráter estritamente biológico que marca o discurso sobre alimentação saudável o qual valoriza estritamente as características nutricionais de cada alimento.

Diante do exposto, justifica-se a realização de oficinas culinárias (OF) que abordem o tema da alimentação conjugado a outros temas curriculares, apresentando a alimentação para além de um elemento capaz de prevenir doenças, mas como uma ação permeada de cultura. Deste modo, este estudo tem como objetivo desenvolver OF como ferramenta de ensino de EN.

Material e métodos

Trata-se de um estudo pesquisa ação realizado numa escola municipal localizada no município de São José de Mipibu/RN. As OF educativas ocorreram em outubro de 2013 no turno vespertino. Os critérios de inclusão foram alunos regularmente matriculados no 4º ano do ensino fundamental, de ambos os sexos. O instrumento utilizado para investigar a presença dos sinais nas atividades realizadas foi baseado na Escala de Envolvimento da Criança (EEC), que fora traduzida e adaptada da escala original "The Leuven Involvement Scale For Young Children" (LIS-YC) [3].

A referida escala é constituída por uma lista de sinais característicos de um comportamento de envolvimento, que compreende concentração, complexidade e criatividade, persistência, precisão, comentários verbais e satisfação. Para identificar tais sinais no decorrer das OF de EN, o observador, que neste estudo foi a professora da turma onde os dados foram coletados, dispunha de um caderno de anotações, no qual registrava quais os sinais de envolvimento foram presenciados, bem como qualquer observação que fosse conveniente relatar. Assim, este foi o material usado para análise dos dados.

As crianças em geral, por terem menos conhecimento e experiências, são menos capazes de avaliar o que pode significar a sua participação na pesquisa. Assim sendo, em respeito à Resolução 196 do Conselho Nacional de Saúde [4], que rege a pesquisa envolvendo seres humanos participaram da pesquisa crianças cujos pais e/ou responsáveis assinaram o termo de Consentimento Livre e Esclarecido – TCLE, o qual explicitava que a participação delas era voluntária e que poderiam desistir no momento que desejassem sem prejuízo algum para as mesmas. Por meio dele ficou garantido o sigilo em relação à privacidade do participante quanto aos dados coletados. A permanência da pesquisadora na escola foi autorizada mediante a Carta de Anuência, a qual manifestava ciência e permissão para uso do estabelecimento para realização da pesquisa.

Os componentes didáticos das OF foram o pesquisador, a professora da turma (observadora) e o conteúdo que se deteve a conjugar o tema da alimentação a quatro disciplinas curriculares a matemática (medidas, cálculos), história (comidas típicas), geografia (mapas), português (verbalização, leitura das receitas).

A primeira oficina denominada *A matemática e a alimentação*. Através do álbum seriado foram abordados os seguintes itens: Como surgiu a matemática e como esta participa hoje no nosso dia-a-dia? Onde usamos a matemática na área da alimentação? Logo em seguida a pesquisadora apresentou para a turma fotos de medidas caseiras usados na culinária. No final, as crianças foram convidadas a colocar seus paramentos e higienizar as mãos para irem para a cozinha preparar o molho de melancia integrante da macarronada.

Já a segunda oficina foi denominada *Comidas Típicas das Regiões Brasileiras*. O tema foi apresentado através de um material audiovisual que explicou para a turma a parte histórica da região Norte, Nordeste, Centro-Oeste, Sul e Sudeste com as respectivas cidades: Amazonas, Rio Grande Do Norte, Bahia, Distrito Federal, Rio Grande do Sul e Minas Gerais. No final houve a degustação do bolo de macaxeira com o suco de acerola levado pela pesquisadora e neste momento esta perguntou para a turma: “O bolo de macaxeira é comida típica de qual região?” explorando numa roda de conversa com os alunos o assunto abordado na oficina.

Brincando com as letras e os números foi o nome da terceira oficina a qual consistiu primeiramente na entrega da receita do Suco da casca de mamão com laranja para a turma fazer uma leitura silenciosa e individual e depois foi uma leitura coletiva, onde cada um fez a leitura da receita em voz alta. Depois da leitura a pesquisadora perguntou para a turma: Vocês acham que a matéria português tem alguma coisa haver com a alimentação? Sem saber ler vocês conseguiriam interpretar essa receita que foi lida agorinha? Com essas perguntas começou a acontecer uma roda de conversar e depois foi realizado uma dinâmica onde as crianças foram instigadas a pensar sobre as medidas caseiras. Na dinâmica a turma foi dividida em 2 grupos e cada grupo tinha um líder, aos quais tinham a tarefa de colocar as plaquinhas das medidas caseiras correspondentes aos objetos que estavam sobrepostos em cima da mesa.

Após a dinâmica eles foram convidados para ir a cozinha para acompanhar o preparo do suco da casca de mamão com laranja. Ao fazer a degustação, o mesmo grupo que foi dividido na dinâmica anterior permaneceu para ser realizado outra dinâmica. Nesta dinâmica ocorreu uma “corrida dos saberes” onde quando a pesquisadora apitava, os 2 líderes tinham que correr para sentar numa cadeira que estava lá na frente, na linha de chegada. O primeiro que sentar respondia a pergunta onde a diretora da escola era a responsável pelas plaquinhas vermelha/verde para responder se a resposta tava certa ou errada. Todas as perguntas referiram-se aos assuntos abordados nas três oficinas ministradas pela pesquisadora, em cada casa tinha uma surpresa e isso despertou o interesse da turma proporcionando um aprendizado lúdico da alimentação e sua relação com as disciplinas curriculares.

Resultados

Participaram do estudo 18 alunos, com faixa etária entre 9 e 10 anos. O tempo de duração das oficinas variou entre 2h20min e o máximo 3h30min.

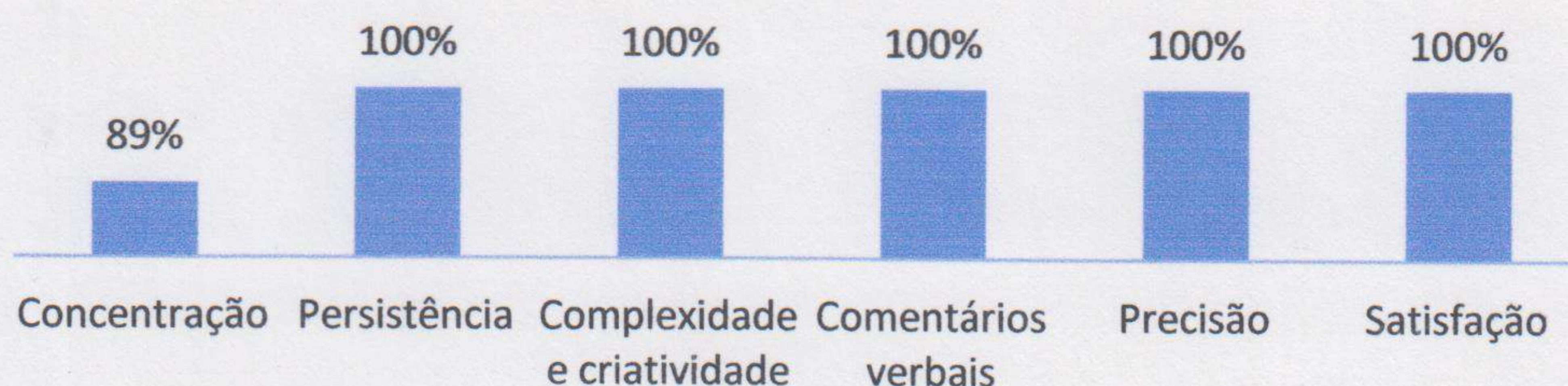
Na primeira oficina só 2 alunos estavam desconcentrados, e permaneceram distraídos durante a apresentação do álbum seriado. Os demais sinais de envolvimento apresentaram resultados brilhantes, eles eram bastante criativos e interessados em conhecer as medidas caseiras e no preparo do molho de melancia. Demonstraram não conhecer todos os modelos de medidas caseiras apresentadas, porém não paravam de tentar compará-las. Ficaram ansiosos no preparo do molho, expressaram em voz alta o nome de cada ingrediente a ser usado, auxiliaram a pesquisadora aproximando cada ingrediente mais próximo à panela. As expressões verbais marcantes foram: “Hum! Tá bom viu esse cheirinho!”; Outro falava: “Tomara que termine logo, para comermos.

Ao finalizar esta oficina a pesquisadora perguntou para a turma qual a importância que a matemática tem na alimentação, algumas pessoas da turma

prontamente responderam “Fazer os cálculos de divisão e soma na receitinha”, “A importância que as medidas caseiras têm numa receita”.

A seguir apresentamos na Figura 1 a distribuição percentual dos sinais de envolvimento avaliados na oficina culinária que abordou a transversalidade entre a matemática e a alimentação.

Figura 1: Distribuição dos sinais de envolvimento obtidos na 1ª oficina

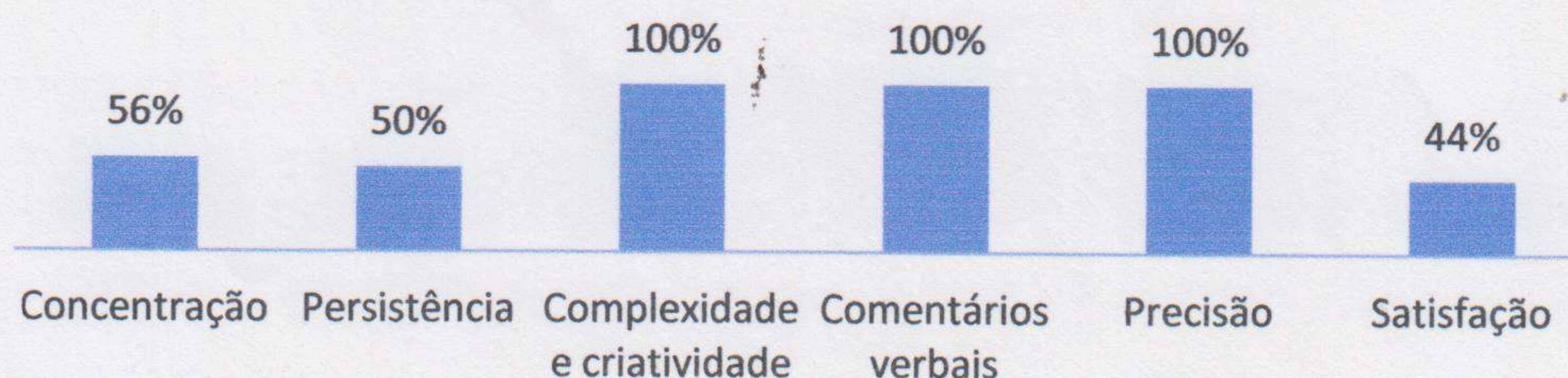


Na segunda notou-se que a turma encontrava-se com os sinais de envolvimento concentração e satisfação baixos, uma vez que estavam dispersas e qualquer estímulo externo distraía a turma. A apresentação do assunto foi extensa, pois era muito conteúdo para ser esclarecido em pouco tempo, o que pode ter contribuído para tornar o momento desgastante. As crianças não persistiram tanto nessa atividade, elas não deram o máximo de si e demonstraram pressa. Porém, quando chegou no tópico das comidas típicas de cada região mostradas em fotos começou a aumentar o sinal de envolvimento de comentários verbais, complexidade e criatividade. Estes dois sinais foram positivos quando as crianças viram o pãozinho de queijo e o camarão em uma das fotos apresentadas pela pesquisadora e algumas crianças comentaram: “Delícia de pãozinho!”; “Eu gosto muito do camarão!”.

A degustação do bolo de macaxeira com o suco de acerola despertou senso de participação entre os alunos, sendo alguns voluntários a separar os copos, outros a servi-los e os demais ajudaram permanecendo em seus lugares aguardando serem servidos. Quando a pesquisadora perguntou para a turma numa roda de conversa qual região é a comida típica do bolo de macaxeira e o que eles aprenderam com a oficina, todos responderam automaticamente: “É da região Nordeste o bolo de macaxeira!”; Outros falaram: “É através da cultura da gente que veio nossas comidinhas”.

Abaixo apresentamos na Figura 2 a distribuição percentual dos sinais de envolvimento avaliados na oficina culinária que abordou a transversalidade entre a geografia/história e a alimentação.

Figura 2: Distribuição dos sinais de envolvimento obtidos na 2ª oficina



Na terceira oficina identificamos que todos os sinais de envolvimento foram alcançados ao máximo. No decorrer das dinâmicas as crianças estavam bem focadas e

os estímulos externos não despertaram atenção dos participantes. Os alunos estavam bem comportados e muito criativos ao colocar as plaquinhas das medidas caseiras correspondentes a cada objeto sobreposto na mesa. O tempo reservado para esta atividade e interatividade pode ter contribuído para o êxito da oficina. Em cada dinâmica a turma vibrava, e se mostrava interessada em responder as perguntas feitas no decorrer das dinâmicas, foram persistentes e muito prestativas, tendo isso sido identificado em toda a turma.

Quando a turma foi para a cozinha, a pesquisadora ficou surpresa ao ver que eles estavam ansiosos e se prontificaram em fazer com as próprias mãos o suco da casca de mamão com laranja, com a supervisão desta. Os comentários verbais foram bastante marcantes, onde observou - se que a turma toda estava interessada em responder as perguntas e fazer comentários a respeito da oficina, a pesquisadora sentiu-se animada e instigada ao escutar de toda a turma expressões do tipo “Nossa que dinâmicas legais, tem mais?”.

A satisfação foi visível na fisionomia de cada criança presente no dia, pelos aplausos e gestos. A turma esboçavam contentamento em toda a oficina e a pesquisadora sentiu-se satisfeita nesse momento, fazendo com que o objetivo seja alcançado. E por ultimo, a pesquisadora perguntou para a turma o que tinha aprendido com a atividade, a turma logo respondeu: “Eu aprendi o quanto é importante ler a receitinha e a diferença de uma colher de chá para a de café.”

Na Figura 3 apresentamos a distribuição percentual dos sinais de envolvimento avaliados na oficina culinária que abordou a transversalidade entre o português/matemática/história/geografia e a alimentação.

Figura 3: Distribuição dos sinais de envolvimento obtidos na 3ª oficina



Discussão

A metodologia lúdica foi determinante para o envolvimento com os conteúdos, e no decorrer das oficinas pôde-se notar o aprendizado de formas distintas [11].

A atividade do álbum seriado apresentou como sinal de desenvolvimento máximo em persistência, comentários verbais, precisão, satisfação, complexidade e criatividade. Isso se explica devido a turma conhecer as medidas caseiras e acabou levando para seu mundo real nas receitas, esse aspecto foi destacado pelo fato de iniciar o processo educativo com uma vivência lúdica e participativa, que proporcionou liberdade de criação e interação com o outro, e que permitiu que o contato com o tema alimentação se desse de forma concreta, relacionando ao seu cotidiano, e não de uma forma teórica e normativa [2].

Nesta oficina os objetivos propostos na pesquisa em questão não foram alcançados no início, pois não foi obtido a participação da turma nos quesitos já relatados acima. Com este encontro percebeu-se que quando mostrou a importância das medidas caseiras e a influência da matemática no nosso dia-a-dia o sinal de envolvimento começou a melhorar, fazendo com que a atividade começasse a se tornar positiva.

Na 2ª oficina, os sinais de envolvimento concentração, precisão e satisfação apresentaram baixo nível, possivelmente porque a apresentação "*Comidas Típicas das Regiões Brasileiras*" tornou-se muito cansativa, fazendo que a turma ficasse dispersa em alguns momentos da apresentação. Porém, no período da apresentação de fotos de preparações típicas de cada região os sinais comentários verbais, complexidade e criatividade sobressaíram, e as crianças começaram a fazer a ligação das comidas típicas com a cultura de cada região.

Lody [5] afirma que o sentido de pertencimento a uma cultura tem início no falar o idioma e no incluir receitas, pratos, criar hábitos cotidianos de comida. O comer é uma linguagem que "fala" de outras coisas como gênero, religião, inclusão ou exclusão social. Para muitos grupos, o ato de transmitir uma receita é um ato cerimonial que reúne utensílios, gestualidade, escolha de ingredientes, significado da receita para o cotidiano e para os dias de festa. O patrimônio culinário expresso nos pratos, nas receitas tradicionais, faz parte da memória efetiva, do registro, da transmissão oral de nossa herança cultural que convive com a modernidade [6].

Por meio da comida são transmitidos os valores, são rememoradas nossas raízes, reforçadas as relações afetivas, podendo ter vários significados como comida da lembrança, do trabalho, da sobrevivência. No curso da história podem ser observadas as permanências e as mudanças nas práticas alimentares ora como forma de preservar ora de criar novas relações e identidades estabelecidas pelos diversos grupos sociais [7].

Como salienta Castro *et al* [2], a vivência culinária possibilita a problematização sobre a relação de cada participante com a alimentação, a comida, a culinária, a saúde e o prazer nos âmbitos pessoal, comunitário e profissional. Essa problematização propicia uma releitura da realidade, gerando uma consciência e uma análise crítica que envolvem os processos de ação – reflexão - ação [12]. Possibilita ao sujeito que aprende refletir sobre sua realidade, buscar soluções e, nesse processo, construir um conhecimento significativo.

A produção coletiva de preparações com degustação favorece também o contato com novos alimentos, com antigas e novas receitas, contribuindo para a desmistificação de crenças e tabus. Nessa prática, a experiência em grupo dá a cada participante a liberdade para ousar, superar barreiras e preconceitos em relação ao ato de cozinhar. Muitos relatam não saber ou não gostar de cozinhar. Assim, nas oficinas há uma negociação de tarefas: uns higienizam os alimentos, outros escrevem a receita, outros misturam os ingredientes com o seu "tempero e sabedoria" [10].

O *Brincando com as letras e os números* foi uma atividade que despertou um alto sinal de envolvimento da turma. Onde estes atualizaram seus conhecimentos, além de ampliá-los de uma forma divertida, sendo esse momento marcado pela descontração e participação coletiva. Este momento foi brilhante, com a utilização de jogos

educativos no processo ensino-aprendizagem, onde foi bem aceita e proveitosa. Observou-se também uma considerável evolução na assimilação do assunto abordado após a aplicação do método educativo aplicado.

Nas dinâmicas, o dialogo adotado na construção da etapa de aprofundamento teórico reflexivo sobre o tema, que se expressou na valorização das falas dos participantes, marcadas por sua realidade e sua cultura, e na adoção de estratégias pedagógicas baseadas em dinâmicas de grupo que propiciaram o encontro do saber técnico científico com o saber popular, rompendo-se com o modelo tradicional de transmissão e recepção de informações [2]. Como afirma Castro *et al* [2] a construção compartilhada implica um processo comunicacional e pedagógico entre sujeitos de saberes, experiências, interesses, desejos e motivações diversos convivendo em situações de interação e cooperação.

Para Giard [11], entrar na cozinha e manejar coisas comuns é pôr a sabedoria e a inteligência para funcionar. Cada refeição exige a capacidade inventiva para fazer mudanças, para improvisar. Dessa forma, as oficinas culinárias promovem a possibilidade de transformação e movimento dos participantes, mudanças na sua relação com a alimentação, bem como na relação com o outro.

Na presente pesquisa, utilizar a oficina como ferramenta de ensino de educação nutricional possibilitou ir além das atividades dadas em sala de aula e de modo mais dinâmico, fazendo a conjugação das matérias curriculares com a alimentação, além de constituir-se em um atividade viável economicamente. Resultados satisfatórios sobre tal proposta metodológica também foram encontradas na pesquisa desenvolvida por Sá (2012) a possibilidade de uma intervenção mais dinâmica entre pesquisador e pesquisado.

Contudo, mais eventos relacionados à educação nutricional devem ser estimulados no ambiente escolar, na tentativa de contribuir para redução na progressão da transição nutricional que atinge o Brasil, possibilitando o aprendizado a respeito de saúde e alimentação saudável entre crianças e adolescentes, grupo em formação de hábitos de vida, possibilitando suas escolhas por alimentos e estilo de vida saudáveis [13].

A transição nutricional foi acompanhada pelo aumento da disponibilidade média de calorias para consumo. Em 2009 o consumo energético diário médio da população foi superior ao recomendado de 2000 kcal, o que é mais um fator contributivo para o aumento do excesso de peso. Essa média se assemelha às encontradas em países desenvolvidos, como os Estados Unidos, com as maiores médias entre os adolescentes do sexo masculino e as menores entre os idosos. O padrão de consumo varia de acordo com os grupos etários. Entre os mais novos, é maior o consumo de alimentos ultra-processados, que tendem a diminuir com o aumento da idade, enquanto o inverso é observado entre as frutas e hortaliças. Os adolescentes são o grupo com pior perfil da dieta, com as menores frequências de consumo de feijão, saladas e verduras em geral, apontando para um prognóstico de aumento do excesso de peso e doenças crônicas [14].

Conclusão

No decorrer das oficinas do “Saberes e Sabores” pode-se observar que a inclusão de novos métodos educativos em sala de aula, fez com que os educandos fixassem mais o conteúdo abordado, participando das aulas e mostrando mais interesse o assunto.

Os objetivos da primeira oficina não foram alcançados com tanto sucesso, no início da apresentação do álbum seriado a turma estava dispersa, apresentando aí sinal de envolvimento baixo no início, mas, quando começaram a conhecer as medidas caseiras eles começaram a levar para seu mundo tornando desse momento algo especial e prazeroso e fazendo a relação da matemática no dia-a-dia.

A segunda oficina foi preocupante, as crianças estavam sem foco no assunto abordado pela pesquisadora e fazendo com que esse momento torna-se "chato", tirando a parte da degustação e das fotos das comidas típicas de cada região que foi positivo e os sinais de envolvimento começou a melhorar.

O último momento foi brilhante, com a utilização de jogos educativos no processo ensino-aprendizagem, onde foi bem aceita e proveitosa. Observou-se também uma considerável evolução na assimilação do assunto abordado após a aplicação do método educativo aplicado. As dinâmicas foram bem aceitas pelas crianças, fazendo com que elas fossem motivadas a pensar bem mais sobre os assuntos das três oficinas e ampliar seu conhecimento para sua vida real.

Percebe-se com as oficinas que não adianta ter uma educação nutricional para os alunos, se a merenda destes tem um alto valor calórico e um aumento exacerbado no teor de sódio e açúcar criando assim a uma predisposição a futuros hipertensos e/ou diabéticos. Que é importante a educação nutricional dentro do âmbito escolar, onde as práticas de alimentação conjugada tornem-se rotineiras proporcionando assim a possibilidade do aluno crescer com hábitos saudáveis adquiridos através do conhecimento por elas deixadas.

Portanto inserir o tema da alimentação em contextos curriculares educacionais, e usar a culinária para mostrar que além de sabor o ato de alimentar-se é permeado de cultura, parece ser uma ferramenta favorável para promoção de hábitos alimentares saudáveis, dissociando a educação nutricional focada na prevenção e tratamento de doenças.

Referências

1. MONTE, C.M.G; GIUGLIANI, E.R.J. Recomendações para alimentação complementar da criança em aleitamento materno. *Jornal de Pediatria*. Rio de Janeiro, v.80,p.S131-S141,2004.
2. Castro IRR *et al.* A culinária na promoção da alimentação saudável:delineamento e experimentação de método educativo dirigido a adolescentes e a profissionais das redes de saúde e de educação.*Rev. Nutri.*2007 nov/dez.20(6):571-588.
3. LAEVERS, Ferre The Leuven Involvement Scale for Young Children, LIS-YC, Leuven, Centre for Experiential Education.1994.
4. BRASIL. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde.Brasília: Ministério da Saúde,1996. Disponível em:<http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:ekmUxYwzhjsJ:conselho.saude.gov.br/resolucoes/1996/reso196.doc+&cd=1&hl=pt-BR&ct=clnk&gl=br>. Acesso 23 out.13.

5. LODY R. Comer é pertencer. In: Araújo WMC&Tenser CMR(orgs.). Gastronomia: Cortes e recortes. Brasília: Editora Senac,2005.p.144-156.
6. BERLLUZZO R. A valorização da cozinha regional. Araújo WMC&Tenser CMR(orgs.).Gastronomia:cortes e recortes. Brasília:Editora Senac. Distrito Federal,2005;p181-188.
7. DIEZ-GARCIA, R.W. A culinária subvertida pela ordem terapêutica: um modo de se relacionar com a comida. Anais do Simpósio Sul Brasileiro de Alimentação, Nutrição, História, Ciência e Arte; Florianópolis, p.3-16. 2000.
8. ROTENBERG, S.; MARCOLAN, S; TAVARES, E; CASTRO, I.R.R. Oficinas culinárias na promoção da saúde. In: GARCIA, R.W.D. & CERVATO-MANCUSO, A.M (Orgs). Mudanças Alimentares e educação Nutricional. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2011.p.327-339.
9. Bucher-Maluschke JSN.Como passar da teoria á experiência ou da experiência à teoria: uma lição aprendida.In:Reis A& Paz A (orgs). Caderno de educação e saúde/ Série B: Textos Básicos:1aed.Brasília: Editora do Ministério da Saúde,2007,v.1,p.87-90.
10. Sheila R *et al*.Oficinas Culinárias: Articulando alimentação, cultura e arte. Transinf [Internet]. 2011[acesso em 2013 nov 15];12 p. Disponível em: http://www.xiconlab.eventos.dype.com.br/resources/anais/3/1307483737_ARQ_UIVO_Txt_completo_Oficinas_Culinarias_articulando_alimentacao_cultura_art_e.pdf.
11. Giard L. Artes de nutrir. In: Certau M,Giard L, Mayol P.(orgs.) A invenção do cotidiano 2: morar, cozinhar. Rio de Janeiro: Editora: Vozes,1998.p.211-233.
12. Sá Raquel Stela. Brincando de comer: oficinas de educação nutricional para crianças. Rev. Nutri.Bra.2012 set./out; 11(5).
13. BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Política Nacional de Alimentação e Nutrição / Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. – Brasília : Ministério da Saúde, 2012.