



O PENSAR COMPLEXO SOBRE A SAÚDE E ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

Patrícia Fernandes Freitas de BRITO¹(UEG)

Marlene Barbosa de Freitas REIS²(UEG)

Resumo

Este trabalho foi realizado por meio de pesquisa bibliográfica visando compreender a importância da Interdisciplinaridade e da Transdisciplinaridade no pensamento complexo com foco na Saúde e Alimentação Saudável. A ênfase foi sobre teóricos que se dedicaram a resolver os problemas sociais, ambientais, globais, econômico, sustentável, e o resgate a consciência humana. Dentre eles: Paulo Freire (2001), Morin (2002), Rubem Alves (2001), Maria Cândida (2001). O objetivo é de apresentar uma proposta à sociedade de uma consciência planetária que possam refletir analisar, sobre seus atos, hábitos rotineiros de si mesmo levando ao pensamento crítico e reflexivo e, assim, mudando atitudes com o desenvolvimento de ações sobre a qualidade de vida e da vida do planeta.

Palavras-chave: Pensar Complexo. Saúde. Alimentação Saudável.

Introdução

O presente artigo tem como tema *saúde e alimentação saudável* um novo caminho aos direitos à saúde e à alimentação adequada e saudável. Pretende conscientizar os alunos da escola Municipal Alessandro Miguel da rede regular da cidade de Inhumas e a sociedade, em geral, para uma alimentação balanceada através dos produtos *in natura* (BRASIL, 2014) abordando o tema saúde e alimentação saudável na perspectiva de intervir também na economia, sustentabilidade, questões sociais, ecológica e tecnológica. Para tanto, está sendo aplicado um projeto de intervenções na Unidade, no qual terá a duração de sete meses, início no dia 7 de abril, dia Mundial da Saúde e término previsto para o dia dezesseis de outubro, dia da semana da Alimentação. O problema que motivou essa pesquisa foi abordado da seguinte maneira: como proporcionar uma mudança de hábitos e oferecer alternativas na vida das pessoas através dos conceitos da interdisciplinaridade e transdisciplinaridade, sobretudo

¹ Pedagoga (Unopar /2011). Especialista pelo Programa de Pós – Graduação *Lato Sensu* e Interdisciplinaridade e Transdisciplinaridade na Educação. Universidade Estadual de Goiás. Campus Inhumas. E-mail: patriciaffdebrito@gmail.com.

² Professora orientadora. Professora efetiva (UEG/2017). Pós-doutora em Gestão da Informação e Conhecimento (UPP/2015). Doutora em Políticas Públicas, Estratégias e Desenvolvimento (UFRJ/2013). Mestre em Ciências da Educação Superior (ULH-Cuba/2003). Pedagoga (UFG/1989). E-mail: marlenebfreis@hotmail.com.



envolvendo a economia, a sustentabilidade, a ecologia e tecnologia, desenvolvendo o senso analítico, crítico e reflexivo?

O objetivo geral da pesquisa é desenvolver a conscientização dos discentes e comunidade escolar sobre as consequências de maus hábitos alimentares.

Vimos observando que os educandos já chegam à escola com guloseimas e refrigerantes na mão e por isso a maioria não aceita o lanche da escola fazendo com que suscitasse a preocupação com a saúde e a alimentação dessas crianças com a faixa etária de 13 e 14 anos de idade, estando a maioria acima do peso ideal.

Por meio de pesquisa bibliográfica a análise de pesquisa tem como base o Guia Alimentar para a População Brasileira (Brasil, Brasília-DF. 2014), afirma que:

As principais doenças que atualmente acometem os brasileiros deixaram de ser agudas e passaram a ser crônicas. Apesar da intensa redução da desnutrição em crianças, as deficiências de micronutrientes e a desnutrição crônica ainda são prevalentes em grupos vulneráveis da população, como indígenas, quilombolas e crianças e mulheres que vivem em áreas vulneráveis. Simultaneamente, o Brasil vem enfrentando aumento expressivo do sobrepeso e da obesidade em todas as faixas etárias, e as doenças crônicas são as principais causas de morte entre adultos. O excesso de peso acomete um em cada dois adultos e uma em cada três crianças brasileiras.

Como afirma o Novo Guia Alimentar, a maioria das doenças passaram de ser agudas para crônicas, e tudo indica ser por falta de uma alimentação balanceada ou seja, saudável.

O guia é um documento oficial que aborda os princípios e as recomendações apoiados por ações de educação alimentar e nutricional no (SUS) Sistema Único de Saúde e também em outros setores, um compromisso do Ministério da Saúde que desenvolve estratégias para a promoção e a realização do direito humano à alimentação adequada.

A proposta pedagógica apresentada na escola através de intervenções Interdisciplinaridade/transdisciplinaridade é que amplie o conhecimento e a complexidade das doenças crônicas e obesidade infantil que se estende pelo Brasil. Para tanto, atividades ministradas dentro e fora de sala posiciona a importância da consciência humanística de padrões alimentares é preciso o incentivo a consumir produtos “in natura” (Brasil, 2014) , levando-os também estratégia de sustentabilidade, a partir do reaproveitamento do lixo



orgânico e a economia. Isso tudo vai religar saberes levando o todo à parte. O religar saberes me lembro do sujeito e sua subjetividade relacionando com o outro, então, vou falar um pouco de mim. Sou pedagoga (2011), tenho 43 anos, estudante de pós – graduação em Interdisciplinaridade e Transdisciplinaridade na Educação (2017), atualmente lecionando como professora de apoio da rede Municipal, concursada desde 2001 com o cargo (ASD) Auxiliar de Serviços Diversos, casada e avó de um neto, sou a aluna mais velha da pós-graduação. Minha infância foi de muitas perda e pobreza, perdi minha mãe aos seis meses de idade, filha única, daí fui morar com meus avós maternos no município de Inhumas “Fazenda Água Vermelha”, foi meu primeiro momento em relação dialética da leitura da palavra e a leitura do mundo, “fui alfabetizado no chão do quintal de minha casa, à sombra das mangueiras, com palavras do meu mundo e não do mundo maior dos meus pais”. (FREIRE, 2000, p. 33- 34).

Como a sociedade está em constante transformação, eu, ou seja, nós também temos a necessidade de estarmos em uma formação continuada e um olhar crítico, analítico e reflexivo às novas tecnologias, novas práticas educacionais, novos olhares sobre a Educação, ou seja, em todos os aspectos, para isso buscamos fundamentação teórica embasado nos autores: Paulo Freire (2000, 2001), Morin (2002), Rubem Alves (2001), Maria Cândida de Moraes (2001).

Conscientizar a sociedade escolar das consequências dos maus hábitos alimentares que vem enfrentando e o aumento expressivo do sobrepeso e da obesidade em toda faixas etárias, e as doenças crônicas;

Proporcionar estratégias para o consumo de alimentos *in natura* no seu dia-a-dia.

Ampliar a ação humanística promovendo a sustentabilidade individualmente e coletivamente;

Delimitar as recomendações dos hábitos de consumo aos enlatados e ultra processados, trabalhados no decorrer do projeto;

Conscientizar sobre bons hábitos alimentares tanto os educandos quanto seus familiares para que tenham uma alimentação balanceada.

Observando a saúde da população brasileira na qual se encontra a maioria dos alunados com obesidade e mal hábitos alimentares diferenciados de nossos alunos, pode



sondar a degustação de alguns educandos em relação ao lanche da escola.

Como alguns não se adaptam ao lanche, observei o excesso e exagero das guloseimas e massas como alimentos processados e ultra processados dentro de seu contexto, fazendo com que este projeto de intervenção, através dos conteúdos disciplinares, interdisciplinares e transdisciplinares, consiga intervir nossos alunos e familiares a novos hábitos alimentares.

O novo Guia Alimentar Nutrição do (Ministério da Saúde Guia Alimentar para a População Brasileira) diz que:

A saúde brasileira em obesidade e doenças crônicas no Brasil está comprometida através da má alimentação que os brasileiros se encontra, principalmente de produtos processados e ultra processado e a melhor forma de minimizar as doenças crônicas é alimentação de produtos “In natura” (BRASIL, 2014).

É preocupante como as crianças estão fora do peso hoje no Brasil, os produtos industrializados estão cada vez mais deslumbrantes na mídia, nas vitrines, nas prateleiras dos supermercados, e *Shop Center*. Penso que a correria do dia-a-dia leva os brasileiros a mudar seus hábitos alimentares e passam a esquecer de que a saúde nossa está na nossa alimentação. Se tivermos uma alimentação balanceada, e fugindo dos processados, dos ultra processados, provavelmente viveras mais. Hoje observo não só na escola, mas também nos lugares onde ando, a população em si se alimentando com produtos que não oferece nenhum tipo nutrientes que possam servir para sua saúde e sim levando a um risco de vida. Vejo então, a importância da orientação e da conscientização em adquirir uma alimentação saudável e balanceada a partir de um pensamento complexo, plantando e cultivando sua horta, seu pomar, frutas e verduras sem agrotóxico, através destes podem sair receitas saborosas, sucos deliciosos, bolos e tortas.

Pensando nesta possibilidade este trabalho está sendo desenvolvido com crianças da Inclusão que estão inseridos na Unidade Escolar, com a expectativa de conscientizar o cultivo de produtos alimentícios e reestruturação de maus hábitos alimentares trazendo pra si a ideia de vida prolongada e sem riscos de vida e futuros consumidores de produtos naturais e auto reflexivos de seus atos consumidores.



Sabemos que a correria do dia-a-dia dos familiares de nossa comunidade tem levado a uma vida automaticamente industrializada, sem se preocupar com seu bem estar. Para conscientizá-lo, a preparar uma alimentação “in natura”, e não optando aos industrializados e ultra processados e despertá-los para outro processo de vida e aos riscos de doenças crônicas futuramente que pode estar enfrentando, o Projeto Saúde e Alimentação, propõe aos educandos e seus familiares a plantar, ou seja, cultivar alguns alimentos de seu próprio consumo no seu quintal, seja uma horta ou não. Através das sementinhas colhidas durante o trabalho, eles vão semear, fazendo assim, mudas plantadas em recipientes recicláveis trazidos de casa. Esses recipientes, além de estarem reciclando seu lixo, eles estarão também cuidando de seu lixo orgânico. Percebe-se assim, que devolvendo o lixo de maneira correta ao lixo, o lixo tem seu valor, quando é depositado na terra de maneira correta estará agradando a natureza, cuidando do seu ambiente, ajudando na economia e futuramente consumindo produtos sem agrotóxicos e mais saudáveis.

Assim, eles estariam participando de uma vida planetária mais saudável, minimizando os problemas ambientais e a sustentabilidade de nosso Planeta, que é uma responsabilidade de todos, envolvendo pais ou responsáveis para uma consciência colaborativa e reflexiva.

O conceito de resíduo na natureza passou a existir com a sua excessiva geração aliada à crescente produção e uso de materiais sintéticos que não se degradam facilmente, além da utilização de substâncias químicas perigosas, como tintas, solventes e metais pesados utilizados em baterias, entre outras (FIGUEIREDO, 1995).

Pensando em uma consciência planetária, se plantamos o que podemos ingerir a nosso favor e acolhemos nosso lixo caseiro para a agradação do solo em nosso cultivo, estamos também diminuindo os resíduos crescentes no ambiente e na natureza reciclando e reutilizado.

Como trabalho em um ambiente social e integradora do processo educacional *Lato Senso* Intertransdisciplinar/transdisciplinar, tive a oportunidade de desenvolver um projeto de intervenção que possivelmente poderá intervir na consciência humana. Para tanto, este projeto será dividido em períodos, apresentados a seguir:



Primeiro Momento:

Reunião com os pais ou responsáveis da escola envolvendo todo o corpo docente e comunidade. Explicar como o trabalho será desenvolvido e qual a importância de termos uma alimentação balanceada rica em frutas e verduras. Incentivar os pais e alunos na produção e degustação de alimentos sem agrotóxicos.

Segundo Momento:

Neste momento será oportuno as mediações da professora que levará um questionamento de sondagem aos pais para que eles juntos aos seus filhos respondam como devemos ter uma boa saúde através da alimentação saudável e econômica.

Terceiro Momento:

Neste, cumprirá a prática pedagógica através de leituras e atividades do livro didático utilizando o conteúdo do mesmo e intervenções de tarefas xerocopiadas interdisciplinares e aulas transdisciplinares fora de sala de aula priorizando as curiosidades de cada um levando-os também a novas descobertas através da degustação, do plantio, da germinação e outros... Os alunos trarão de casa garrafas pet, saquinhos nos quais estaremos plantando alguns alimentos para seu cultivo próprio.

Quarto Momento:

No quarto momento dará a culminância na qual as crianças participarão de um piquenique no pátio da escola, logo após as apresentações dos trabalhos, visando o “Dia Mundial da Saúde” (7 de abril) e o dia “Mundial da Alimentação” (21 de outubro).

Todo o corpo docente, discente e autoridades competentes participarão da culminância. Nas apresentações será através de músicas, teatros, demonstrações de livros literários, cartazes, distribuição de mudas frutas aos convidados e exposição de fotos.

Avaliação:



A avaliação será feita no decorrer do trabalho observando as atitudes da comunidade escolar a consciência humanística dentro do respeito à saúde e a sustentabilidade.

A importância deste trabalho Interdisciplinar e transdisciplinar são as experiências vivenciadas durante todo processo de eco- formação transmitida aos docentes, discentes e comunidade, tendo a função de contribuir para um pensamento complexo e reflexivo.

Sendo assim o projeto de Intervenção está sendo executado na perspectiva inter/transdisciplinar a fim de articular outros saberes entre as disciplinas e também o envolvimento de todos, principalmente na construção de um novo paradigma que embasam a interdisciplinaridade.

O acatamento da complexidade tem trazido implicações importantes no desenvolvimento das estratégias de ações do grupo de estudo como a percepção dos efeitos da inter-relação indissolúvel entre sujeito-objeto de pesquisa, da não linearidade do conhecimento e da aprendizagem, da certeza e da incerteza como passíveis de negociação e da complementaridade do antagônico. É uma perspectiva que amplia o olhar sobre a realidade, evitando explicações reducionistas e simplificadoras. (MORAES E TORRES, 2006; MORIN, 2007)

Para que nossa consciência tenha significado, partiremos primeiramente do eu e do autoconhecimento. Minhas ações, meu pensamento, minhas atitudes mudaram, tudo isso, foi com o acatamento da complexidade, foram implementação à minha vida pessoal e profissional, “Mudança de Pensamento e atitudes que reformularam minha prática e estratégias de ações diárias”.

Hoje temos que buscar práticas para romper com este currículo fragmentado para uma educação planetária onde há força e poder, devemos ter uma visão crítica sobre as coisas globais, o que está na nossa volta e o que tem a nos oferecer, principalmente as redes de televisão e outras mídias.

Temos um currículo com flexibilidade, mas na hora de cumpri-lo, muita das vezes há uma resistência ao paradigma de formação é preciso refletir sobre a nossa formação profissional e acadêmica para uma ação pedagógica mais humanística, inovadora e reflexiva, é claro não descartando a cultura científica. Este currículo pode ser reformulado dentro da



sala de aula, o professor pode ter autonomia, somos nós que redefinimos a melhor forma de colocá-lo em prática. Por isso, devemos priorizar um currículo mais humanístico a fim de ligar possíveis saberes na educação, na vida e na sociedade. “São inúmeros e variados os problemas e desafios que o planeta está enfrentando, e os conhecimentos já elaborados e experimentados não estão dando conta de responder à complexidade dos tempos atuais” (REIS, 2016, p. 51).

Neste sentido, a metodologia transdisciplinar faz com que uma nova perspectiva de ensino, ou modo de vida, um novo pensar, mudanças e atitudes que possam interagir sobre a natureza, sobre a saúde, a economia, a alimentação saudável, enfim é ter um embasamento na teoria e prática vivenciada não só na escola mas também as mudanças de hábitos rotineiros.

Posso dizer que tenho uma vida diferenciada depois do Programa de Pós-Graduação *Lato Sensu* Transdisciplinaridade e Interdisciplinaridade na Educação, valorizo o educar não só na prática educativa, mas também as minhas ações sobre minha vida e a vida do outro, a sustentabilidade do nosso planeta. “A temática da sustentabilidade tem sido discutida e inserida em vários espaços, em formatos e tempos bem distintos, como nas corporações e instituições de ensino” (GUEVARA, 2014, p. 241).

Para que tenha um planeta sustentável precisamos mover ações transdisciplinares com nossos alunos e familiares.

As ações começam de casa reciclando e reutilizando seu próprio lixo, afinal o lixo também tem seu valor quando ele é bem organizado, ele é valioso como defesa da vida do planeta, como por exemplo:

Um material orgânico, ele pode trazer nutrientes para o solo e a partir daí as pessoas poderá plantar no fundo de seu quintal, frutas, legumes e hortaliças, isso diminuirá a degradação ao solo, mal cheiro, e complementar a renda familiar, na saúde e na sustentabilidade.

O ser humano precisa acordar para uma melhor qualidade de vida e menos consumo de alimentos industrializados, podendo cultivar seu próprio alimento, fugindo de mercadoria de alto custo e que não possui nutrientes para o corpo, só massas e gorduras.

E, neste caso, como desenvolver uma prática educacional alimentar hoje? É um pensamento complexo, que pode ser desenvolvido através projetos



interdisciplinar/transdisciplinar utilizando a “Pedagogia Ambiental” para as gerações futuras, mostrando o lado sensível das coisas, a criatividade, a sensibilidade, com um olhar crítico e reflexivo sobre o cuidado que devemos ter com a natureza.

Na visita a Escola Pirineus no dia 11 de março na cidade de Pirenópolis, com o objetivo de buscar relatos de experiências e uma proposta de vida mais ecológica e sustentável Inter/transdisciplinar. O objetivo desta viagem foi que pudéssemos ter um embasamento da vivência da escola, como por exemplo, o currículo, a proposta pedagógica e sua didática, tivemos também uma questão mobilizadora, que foi, “O que aprendemos com escolas que criam outras vias para a formação do humano? O que caracterizam os relatos de experiências estudados? Pude perceber que é uma instituição que resgata e valoriza em primeira mão a consciência ecológica, entrosamento com as famílias, valorizam as tradições da região e também a ideia de sustentabilidade da comunidade onde está inserida. Eles unem lazer e aprendizagem, a criança aprende a usar sua criatividade através da elaboração de seus próprios brinquedos. Os alunos separam materiais recicláveis em suas casas e levam para a escola, e também o lixo da escola é reutilizado. Isso não acontece nas escolas tradicionais diariamente, há não ser como projetos, que, passando o período de execução, acaba não trazendo nenhuma mudança de comportamento ao sujeito.

As experiências vividas nos mostraram a importância de uma Educação voltada para a sustentabilidade da vida a partir do enfoque de questões sociais, políticas, ecológicas e tecnológicas, propondo mudanças e alternativas, desenvolvendo assim, o senso crítico dos alunos.

Agregando saberes é que entendemos o que vivemos ecologicamente hoje, o preço do arroz, do feijão, a falta de água em várias regiões, o efeito estufa, o derretimento das geleiras. Então o currículo transdisciplinar interliga o fazer, o sentir e o pensar, voltados para uma formação de um sujeito seguro, sensível e capaz de exercer sua cidadania de forma consciente e responsável.

Podemos neste sentido, incluir atividades como música, teatro, artesanato, artes plásticas, além de estudos e vivências construídas através de projetos sustentáveis com objetivo de transcender a sala de aula.

As experiências abordadas neste curso me fez refletir ainda sobre a minha prática



como docente. Este cotidiano fragmentado, automatizado e rotulado de costumes diários, sem um olhar ao redor seguido de uma linha linear, sem mudanças. E às vezes hoje em nossas vidas acontece isso, percebi também que o educador deve estar sempre ligado ao todo e não só à parte, ele deve estar com novas ideias, preparado para lidar com temas geradores e a partir do diálogo haja um conhecimento, um conceito no contexto que está inserido mudando sua percepção de pensamento sobre tal problema, um pensamento de renovam, reflexivo, analítico, crítico e planetário.

Leciono em uma escola municipal e atuo como professora de apoio do ensino fundamental II. Tenho quatro alunos, cada um com um transtorno diferenciado, síndrome de Down, dislexia, Anemia Falciforme e Déficit mental moderado. Com a leveza depois de estar inserida na formação continuada pude apresentar uma proposta pedagógica aos meus alunos com um outro olhar, onde busco ultrapassar o conceito do currículo fechado, buscando experiências facilitadoras, relações do indivíduo com ele mesmo, buscando a espiritualidade e a sensibilidade para consigo mesmo. Afinal, “devem reconhecer-se em sua humanidade comum e ao mesmo tempo reconhecer a diversidade cultural inerente a tudo o que é humano” (MORIN, 2001, p, 15).

Sabemos que é um desafio grande ser professor nesta perspectiva. Vejo que a diferença do professor tradicional e do ser professor transdisciplinar é uma tarefa comprometidora para com as sociedades futuras. Tenho lembrança de algumas professoras de minha infância, o aluno se espelha muito no profissional que ali rege principalmente na área da inclusão, onde os alunos são mais afetivos.

O trabalho dos alunos em trabalho em grupos, juntos fazendo com que eles se sintam importantes e interessados ao conteúdo proposto. Fiz um trabalho de história onde a turma era os protagonista e eles sendo os personagens principais. Era um seminário, com o tema “As revoltas coloniais”. No primeiro instante, pensei, é um conteúdo bastante complexo para a inquietude e compreensão deles. Com um pensamento interdisciplinar e transdisciplinar, o trabalho foi excelente e elogiado por todos. Percebemos que a minha prática pedagógica melhorou com relação aos meus conhecimentos e minhas atitudes. São relatos de minha vivência como profissional mediante as orientações durante ao curso de especialização *Lato Sensu*.



Recordo-me bem as falas dos professores do curso que todos nós sairíamos do curso com algum aprendizado satisfatório e com outra visão, outros olhares para nossas práticas.

Viver experiências é protagonizar a vida, é viver momentos de aprofundamento de saberes, é reencontrar as raízes, é romper horizontes norteadores. Estamos em uma época, onde as pessoas não se conscientizam de seus atos, a correria do dia-a-dia, leva o cidadão esquecer-se de seus valores, de suas crenças, preocupados em ganhar, ganhar, mais e mais, sem ter tempo para seus filhos se preocupando em adquirir bens materiais, é um iphone de lançamento, é uma TV digital, enquanto o mundo está acabando, o homem está matando a natureza, sendo que se matar a natureza, todos nós morremos com ela.

É difícil trabalhar os conteúdos curriculares alinhados aos projetos transdisciplinares em uma escola que não esteja quadriculada à perspectiva transdisciplinar. Os livros sempre trazem conteúdos descontextualizados, sem interligação com as mudanças contemporâneas. As escolas onde o ensino-aprendizagem é integral podem estar oferecendo um maior objetivo interdisciplinar e possivelmente a transdisciplinar.

Nas Escolas da pedagogia ecológica, ou seja, construtivista como a Escola Vila /SP e a Escola de Pirineus/GO possibilita um ensino/aprendizado com o material didático, inovador, uma aprendizagem significativa por meio da transdisciplinaridade, eles possuem coleções de livros que são trabalhados os conteúdos de forma contextualizada, utilizando a metodologia com projetos que levam a formação de seres íntegros para a formação de uma sociedade menos fragmentada, mecanicista, mais tolerante e aberta, por meio de experiências, pesquisas e discussões.

Conviver com a diversidade é o grande aprendizado que se faz necessário na construção de uma nova sociedade. Esperamos que a partir do desenvolvimento de habilidades de convivência, desde a idade escolar um novo ser humano possa surgir.

A diferença entre estas escolas inovadoras com as escolas tradicionais é bastante perceptível, pois além do contexto, eles vivenciam a prática, pois eles propõem sua própria aprendizagem e com isso os resultados são bem positivos. O resultado final da atividade não é mais importante que a representação do processo pelo qual o aluno chegou a sua conclusão. Passando a um processo de vivência, a criança ou um ser ganha firmeza, clareza e habilidades naquilo que está vivenciando.



Essas habilidades vão surgindo a partir da tolerância à compaixão e a solidariedade, aprender a solicitar ajuda, admitir a precisão que temos um do outro para viver, exercitar o diálogo, a capacidade de argumentar e negociar. É desenvolver habilidades de planejar em conjunto e estabelecer metas comuns e individuais.

Uma característica marcante desta Educação Inovadora é fazer com que os alunos se conheçam, ou conheçam-se suas famílias, seus bairros, sua cidade, seu estado, sua região, nosso país e nosso planeta, nos aspectos históricos, culturais e geográficos e mais ainda proporciona descobertas e que somos todos agentes transformadores da sociedade.

Sendo assim, penso que para realizar tal educação, é necessário desenvolvermos reflexões diárias de nossas próprias atitudes enquanto educadores, na busca de transformá-las.

O global é mais que o contexto, é o conjunto das diversas partes ligadas a ele de modo inter-retroativo ou organizacional. Dessa maneira, uma sociedade é mais que um contexto: é o todo ao mesmo tempo organizador e desorganizador de que fazemos parte. O todo tem qualidades ou propriedades que não são encontradas nas partes, se estas estiverem isoladas umas das outras, e certas qualidades ou propriedades das partes podem ser inibidas pelas restrições provenientes do todo. (MORIN, 2000, p. 37)

Pensando nas palavras da palestrante de Paraúna-Go no final do curso de pós-graduação, não me lembro o nome, mas lembro bem de suas palavras ela disse assim: se estamos cozinhando em um fogão, conseguimos fazer vários tipos de pratos ao mesmo tempo, em panelas separadas e a comida fica gostosa, mas não experimentamos juntar todos os ingredientes para em uma só panela para criar novas receitas, talvez a mistura seja uma criação para um novo surgir. Ela quis dizer que o todo possui qualidades e propriedade, assim é a sociedade em que vivemos, um contexto das partes, há várias ligações que deixamos isoladas, não vivemos só com as partes e sim com o todo ligados às partes. E para compreendê-las devemos nos organizar, reorganizar, planejar, refletir, analisar, em fim, precisamos ter um olhar crítico/analítico/auto reflexivo contemplando o pensamento de complexidade.

Repensar na ação de transformar atitude perante os outros, a transdisciplinaridade pode ser uma pulsão religadora, por buscar pensar complexo, multidimensional,



multireferencial, articulando razão, emoção, corporeidade e atitudes transformadoras, trabalhando com uma razão sensível e uma práxis complexa, aquela que não espanta, mas religa saberes pensando na família e comunidade.



A metodologia do professor é muito importante, pois é a partir dela é que a aprendizagem do aluno é despertada, a compreensão do mundo ao seu redor. O convívio com o meio, ele precisa do meio, e ao mesmo tempo limpo, agradável, daí há uma norma de conduta sobre ele. Sabemos que não dá pra transformar o homem, mas dá pra transformar parte dele. O que eu posso fazer aqui, agora? São atitudes, temos que ter consciência planetária, pensar em cuidar do nosso Planeta, “uma educação viável só pode ser uma Educação Integral do ser humano” (NICOLESCO, 2005, p. 206).

A transdisciplinaridade são métodos interligados a uma prática vivenciada, aos diversos metatemas e aos temas que agregam as disciplinas na perspectiva de ampliar os conhecimentos e também de uma reflexão mais clara e humanística. Dessa forma, a intervenção que está sendo aplicada na escola procura aproximar o pensamento complexo e religar saberes. Através do metatema: saúde e alimentação saudável; pensar complexo sob luz da transdisciplinaridade, abordada nos Setes saberes de Morin. Foram organizadas de acordo com o projeto Interdisciplinar e trabalho que envolvesse todo corpo docente, discente, família e comunidade, com o período de três meses, dando início agosto a outubro.

Esta organização e proposta inicial foi apresentada principalmente à Educação Inclusiva, e repassada ao corpo docente e os discentes comunidades estiveram presentes. Dando a continuidade, foi apresentado também na reunião os relatos de vida da saúde das crianças que se encontra o Brasil hoje, apresentado na quadra da escola. Os vídeos foram criados pelo repórter Gustavo TV e o outro com a repórter Érica Villarinho mostrando a obesidade infantil e doenças crônicas entre jovens e adolescentes levando-os a morte devido a má alimentação e o exagero aos alimentos quem contém muita gordura, enlatados e ultra processados e também *fast-food*.

Educação alimentar e Nutricional é um campo de conhecimento e de prática continua e permanente, transdisciplinar, intersetorial e multiprofissional que visa promover a prática voluntária de hábitos alimentares e saudáveis (BRASIL, 2012) e (BRASIL, 2014).

Todos nós precisamos de uma educação Alimentar e Nutricional, mas nem sempre as pessoas possui esta prática continua e permanente na perspectiva a transdisciplinaridade, Inter



setorial, e multiprofissional. Vejo que as ações começa da autoformação para depois as ações voluntárias mobilizando grupos sociais em prol a saúde e novos hábitos alimentares.



O objetivo desta apresentação inicial foi sondar a rotina alimentícia das crianças como o costume ou hábitos de sacolinhas composta de panificados, sucos de caixinha e refri na mão tendo a sua primeira refeição. Esta análise foi holística e presenciada todos os dias.

A maneira com que as pessoas estão vivendo hoje e quais cuidados que elas estão tendo sobre sua saúde, esta sondagem foi feita visualmente e também dias em observações dos lanches trazidos de casa nas mãos dos educandos. “a compreensão do outro requer a consciência da complexidade humana” (MORIN, 2000, p. 101).

Percebe-se que os envolvidos deram um recuo na consciência de si sobre sua saúde e sobre sua rotina alimentícia. “Buscar em nossas práticas pedagógicas a construção de trocas e interações que sejam criativas, solidárias e pacíficas com a diversidade” (REIS, 2016, p. 156).

De acordo com a autora, procurei estratégias de interações que possam servir e e ações pedagógicas interagindo principalmente as famílias para uma reeducação transdisciplinar e também a consciência de seus atos ou hábitos rotineiros para uma reflexão mais complexa. “A consciência coletiva se forma em decorrência da consciência pessoal” (GALVÃO, 2014, p. 61)

Sendo assim, o primeiro trabalho dirigido foi proposto um relatório aos alunos responderem juntos com seus responsáveis. Depois no decorrer do trabalho foi ministrado através de “sabores e cores”, cada aluno de uma determinada sala incumbirá de trazer de casa uma fruta ou legumes, sendo que este metatema proposto uma vez por semana, deste modo, cada sala neste dia, também se comprometerá de trazer para a escola uma garrafa pet com terra, para que depois possam levar para suas casas a semente plantada e no decorrer da germinação, eles vão observar e relatar como correu este fenômeno.

A alimentação engloba não só o hábito de comer, mas também cultura e importantes noções de nutrição, autocuidado, respeito às lembranças, às emoções, enfim, à própria história de vida. Em muitos lugares, o sabor do pão simboliza o lar e a família. Em alguns países do Leste europeu, a noiva é saudada à entrada de sua nova casa com pão e sal (TOMAZONI, 2014, p. 221).

Na certeza de uma educação Interdisciplinar/transdisciplinar a alimentação saudável pôde envolver e relacionar o contexto nas diversas áreas disciplinar articulando o saber, o lazer, a cultura, os símbolos, as emoções, os prazeres como a afetividade. Percebe-se que os alunos da escola e comunidade escolar, estão adquirindo o gosto e os sabores referentes à



cultura, neste caso, o resgate as nossas lembranças.

...os sábios são aqueles que degusta e descobre o verdadeiro sabor de cada alimento e se não descobre, fica curioso e faz perguntas. Entretanto, não podemos deixar de mencionar também as formas poéticas do sabor, que se apresentam com as sensações que o sabor nos proporciona, o sabor da vida, o sabor de infância, o sabor da avó...O sabor! (TOMAZONI, 2014, p. 224).

Pensando no sabor da vida, procurei resgatar a sensibilidade de cada um, ouvindo histórias contadas por eles mesmos, relatos que marcaram ou marcam sua história de vida, Depois de ouvi-los, montei um livrinho literário pra cada um, para que eles pudesse ouvir sua própria história e poder também pintar as ilustrações de seu conto e tendo também como autores principais. Este trabalho ainda está em desenvolvimento com as pinturas depois da culminância do projeto será composto junto aos outros livros literários à biblioteca da escola.

Na quarta proposta, os alunos apresentarão trabalhos de seu próprio cultivo, dando-lhe a autonomia de sua criatividade cartazes, rimas, paródia, culinária, e várias outras formas de apresentações, conceituando-os sobre o sentido da vida, a sua origem, o cultivo, a má alimentação, a saúde, a economia, os problemas sociais e ambientais.

O aprofundamento do conhecimento do professor sobre o universo do aluno vai acontecendo por meio do processo de desenvolvimento. Pelo abraço se vê o olho interior do aluno. Algo que vem de dentro, de muito profundo, de essencial, mas que ainda não se mostra com nitidez. Somente após o desselar do primeiro véu na vida do aluno se é possível a aproximação de outros fatores na vida do aluno que expõem nas produções de seus textos e na sua fala... (FAZENDA e PESSOA, 2013, p. 18).

É de suma importância que primeiramente o professor conheça seu aluno, para depois relacionar, articular o seu mundo com o contexto inserido e assim realizar um desenvolvimento significativo.

Estas questões problematizadas são criadas por nós, à medida que a população cresce as transformações sociais, pessoais, e ambientais vão surgindo e os problemas aumentando. Então, há necessidade de buscarmos novas estratégias, novos horizontes, um novo olhar educacional, um olhar movido a razão e emoção começando pelas atitudes, a consciência humana. A educação por intermédio de suas práticas pedagógicas e metodológicas possibilitará



mudanças na vida de dada um. São mudanças espiritual, emocional movido a complexidade.

Nova consciência começa a surgir: o homem, confrontado de todos os lados às incertezas, é levado em nova aventura. É preciso aprender a enfrentar a incerteza, já que vivemos em uma época de mudanças em que os valores são ambivalentes, em que tudo é ligado. É por isso que a educação do futuro deve se voltar para as incertezas ligadas ao conhecimento. (MORIN, 2000, p. 84).

Quando há um confronto surge também a curiosidade de aprender o novo, o que está certo ou errado, o que foi transformado e o que pode ser reformulado, reorganizado. O mundo é de incertezas e nada é pronto e acabado, o mundo muda, as mudam, mudam de comportamento, mudam suas atitudes e também seus conceitos através de um conhecimento/autoreflexivo/analítico/critico.

Para tanto, que as metodologias para este fim serão contempladas aos olhos da Inter/transdisciplinaridade, todas as atividades estarão relacionadas ao todo e não somente a uma parte, envolvendo também todas as disciplinas.

Considerações finais

Após vários meses de estudos e pesquisas, pude perceber a importância de um pensamento complexo, sobretudo o que está em nossa volta, observar o todo e não só a parte. “A interdisciplinaridade requer a responsabilidade como farol diretivo que representa o contexto das coisas, tendo como relevância o sentido do pensamento complexo, a ação e transformação” (ANJOS, 2015, p.38). A partir de um pensamento complexo, mudamos de atitudes para transformar, vivemos em uma sociedade evolucionista e tecnicista, e que está em constante transformações onde a ambição é maior, sem se preocupar consigo mesmo.

A escolha pelo o tema “Alimentação saudável”, veio de uma observação aos alunos e seus pais que apresentam atitudes de que não estão preocupados com a saúde de seus filhos, pelo fato das crianças chegarem na escola com um lanche na mão que não é nada saudável (massas, guloseimas, refrigerantes). “Não gostamos de determinado alimento, mas comemos do mesmo na comida da avó” (FONSECA, SILVA e FROZI, 2015, p. 57).

Observando o contexto que se encontra a comunidade escolar em relação a saúde



alimentar, como mediadora e aluna da pós-graduação Interdisciplinar e Transdisciplinar na Educação do Campus de Inhumas, pude intervir na vida dessas pessoas através do projeto acima mencionado. Apesar de que as ações do mesmo só terão início, de forma mais efetiva a partir do mês de agosto de 2017, desde que estou na formação continuada as minhas atitudes mudaram, para um pensamento mais complexo, uma consciência múltipla.

As atividades propostas aos alunos estão sendo realizadas na perspectiva transdisciplinar fazendo com que os alunos relacionem os conteúdos ao contexto através da prática vivenciada. Percebe-se que as crianças não reconhecem a natureza ou a origem das coisas globais que o cercam, são crianças atendidas na escola pelo o programa da Educação Inclusiva, e trabalhando assim a compreensão está sendo gratificante fazer com elas percebam o sentido da vida através de uma reflexão analítica para uma transformação planetária.

Estou tentando trabalhar essa transformação planetária através da consciência e ações que possam vir do próprio sujeito, de cada um, começando de casa. Toda vez que a escola oferece frutas no lanche, eles levam para suas casas as sementes, o cultivo das frutas está sendo feita com a ajuda dos pais, a orientação orgânica partiu desde a apresentação do projeto para os responsáveis. O desperdício nesta época de crise também foi mencionado, se diminuirmos o desperdício estamos contribuindo na diminuição da quantidade de nossos lixos, reciclando e reaproveitando/reutilizando.

Um pensamento complexo é refletir sobre a vida, com amor ao próximo, a natureza sem ela não sobrevivemos, o homem não está preocupado com ela, e ela sobreviverá sem o homem, mas a sociedade está adormecida por isso a Intertransdisciplinaridade/transdisciplinaridade traz uma consciência mais clara sobre o mundo em sua volta devolvendo a razão sensível e mais humanística neste mundo tão tecnicista, globalizado, mecânico e tecnológico.

Este curso me fez refletir sobretudo, nas minhas ações, atitudes, práticas, na minha família, nos meus amigos, nos meus hábitos alimentares. Aprendi que devemos ser solidários e repensar sobre as nossas ações e ter atitudes sobre elas com um olhar mais sensível, analítico, crítico. A minha vida mudou, depois do curso. Hoje, planejo meu projeto de vida, a todo instante estou analisando minhas práticas pedagógicas para aproximar meus alunos do contexto a sua realidade, tentando sempre também resgatar sua origem, “o bolinho de chuva da vovó”



está sumindo da mesa porque? “A cultura de um envolve seus modos de viver, seus sistemas de valores e crenças” (MORAES, 2001, p. 121).

A interação do grupo familiar é muito importante na vida do sujeito e isso está perdendo gradualmente. Com o projeto de intervenção que está sendo trabalhado na escola também proporcionando a interação por meio do fazer juntos. A sementinha que eles levam para casa tem o objetivo de aproximação sujeito/sujeito e sujeito/objeto. A efeito das experiências entre a criança de seus responsáveis proporciona uma expectativa aprendizagem através do cruzamento de saberes, afetivos fazendo assim, uma dialética mais prazerosa.

Sabemos que a consciência vem do sujeito, e juntos eles podem dialogar sobre várias coisas importantes do seu contexto, como a conscientização da importância do valor que o lixo bem aproveitado fazendo a graduação do solo, e transformando em terra orgânica para o plantio, assim também a reciclagem e o reaproveitamento diminuindo a quantidade do lixo, o desperdício poderá contribuir na economia da casa, lembrando que o desperdício, não é fartura, e sim a má educação ambiental. “A gente pensa porque as coisas não vão bem – alguma coisa incomoda. Quando tudo vai bem, a gente não pensa, mas simplesmente goza e usufrui...” (RUBEM ALVES, 2001, p. 24).

Contudo, as expectativas estão sendo avaliadas, analisadas e superadas na medida em que as propostas vão surgindo, mesmo porque o projeto ainda está em andamento. O tema escolhido que estou movimentando na expectativa da Inter/transdisciplinaridade, com o olhar dos Sete Saberes de Edgar Morin pretendendo chegar a um desenvolvimento de conscientização planetária que futuramente contribuirá com uma aprendizagem significativa.

Referências

ALVES, Rubem. Filosofia da Ciência. **O senso comum e a ciência**. 3ª Ed. 2001, p. 24.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à saúde. Departamento de Atenção Básica. 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. p. 5, 9.

FREIRE, Ana Maria Araújo (2006). Paulo Freire: **uma história de vida**. São Paulo: Villa das Letras. FREIRE, Ana Maria Araújo (org.) (2000). A pedagogia da libertação em Paulo Freire.



São Paulo: Unesp.

FREIRE, Paulo (2001). **Pedagogia dos sonhos possíveis**. Organização por Ana Maria Araújo Freire. São Paulo: Unesp. (2001).

FIGUEIREDO, P.J.M. **A sociedade do lixo**: os resíduos, a questão energética e a crise ambiental. 2 ed. Piracicaba: Editora Unicamp, 1995. Acessado em: 10/04/2017.

MORAES, Maria Cândida. **O paradigma educacional emergente** / Maria Cândida Moraes. – Campinas, SP: Papirus, 1997, - (Coleção Práxis) 7ª Ed. 2001. **Mudanças culturais e mudanças no saber**. Ano, 2001, p. 121.

MORIN, Edgar. **A cabeça bem feita**: reformar a reforma/reformar o pensamento. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2002.

REIS, Marlene Barbosa de Freitas; LOPES, Cristiane R. Educação e Diversidade: uma relação de alteridade nas práticas escolares. In: SUANNO, Marilza V. R.; FREITAS, Carla C. de. (Orgs.) **Razão Sensível e Complexidade na Formação de Professores**: desafios transdisciplinares. Anápolis: Editora UEG, 2016. p. 151-165.

SUANNO, Marilza Vaneza (org): **RAZÃO SENSÍVEL E COMPLEXIDADE NA FORMAÇÃO DE PROFESSORES**. Desafios transdisciplinares. **Sobre o Curso de Pós-Graduação Lato Sensu Transdisciplinaridade e Interdisciplinaridade na Educação e o Trabalho de Conclusão de Curso – TCC com abordagem de história de vida em formação**. p. 32-46 ano: (2014).