ISSN: 2358-8829

PRATO LIMPO, CONSCIÊNCIA LEVE! ESTRATÉGIAS DE REDUÇÃO DE RESÍDUOS NO REFEITÓRIO ESCOLAR.

Luan Pedro Cardoso de Souza Lucas [1]
Estefânia Cardoso Gonçalves [2]
Francisca Helen Cardoso Gonçalves [3]

INTRODUÇÃO

Com a transição da rotina escolar de um turno para o período integral, os estudantes matriculados nesta modalidade passaram a fazer 3 refeições diárias na escola, sendo dois lanches e um almoço cuidadosamente balanceados por nutricionistas. No entanto, logo no primeiro mês de aulas, notou-se grande volume de restos orgânicos descartados no lixo após a principal refeição do dia: o almoço.

Este trabalho apresenta uma atividade realizada com os estudantes do 1º ano do Ensino Médio da EEMTI[4] Dr. César Cals, cujo objetivo foi estimular o consumo de alimentos minimamente processados, garantindo as necessidades diárias para o desenvolvimento físico e cognitivo e reduzir em 50% o desperdício nos três primeiros meses letivos. A coordenação propôs a inclusão da atividade "Prato limpo, Consciência leve" na rotina escolar com o Projeto de Monitoria - Agente Educacional, a equipe de merendeiras e as lideranças das turmas.

A metodologia envolveu três etapas: a coleta dos resíduos em recipiente próprio e pesagem com auxílio de balança calibrada; conscientização dos estudantes por meio de informes e debates em sala de aula; divisão e pesagem dos recipientes de descarte por turma.

[1] Graduando do Curso de Educação Física da Universidade Estadual do Ceará - CE, luanpedropedro008@gmail.com;
[2] Mestre em Educação pela UNESA/RJ, Professora de Educação Física da Secretaria de Educação do Estado do Ceará - SEDUC/CE, tiaestezinha@gmail.com;
[3] Mestre em Gestão e Avaliação da Educação Pública pela Universidade Federal de Juiz de Fora- UFJF, Professora de Física da Secretaria de Educação do Estado do Ceará - SEDUC/CE, helengoncalves.hcs@gmail.com.
[4] Escola de Ensino Médio em Tempo Integral.

ISSN: 2358-8829

Após a aplicação da atividade observou-se a diminuição no descarte de resíduos orgânicos durante o almoço em até 90% bem como a separação dos materiais orgânicos excedentes das cascas de frutas. Foi possível notar também uma modificação no hábito alimentar dos estudantes, uma vez que passaram a adotar o consumo consciente. Por conta da adesão dos estudantes, a proposta foi que a atividade fosse convertida em pontuação de uma das notas que compõem a média dos períodos letivos.

REFERENCIAL TEÓRICO

Ao iniciar as atividades em tempo integral, os estudantes chegam à escola carregados de costumes e práticas de suas casas, que acarretam muitas vezes em comportamentos como os apresentados, do desperdício de alimento, que podem estar relacionados a fatores fisiológicos dos estudantes, a falta de conhecimento e acesso a informação sobre o consumo consciente. Por isto, reconhecendo que estas poderiam ser algumas das práticas relacionadas ao desperdício, foram utilizadas algumas fontes para dar embasamento a este relato, estas serão apresentadas a seguir.

Projeto de Vida para Formação do Aluno

O projeto de vida é um importante instrumento que possibilita a formação integral dos alunos, pois vai contribuir para que eles venham conhecer a si mesmo, desenvolver metas, descobrir seus objetivos para que consigam alcançar suas metas pessoais e acadêmicas. Dessa maneira, a escola desempenha um papel fundamental nesse processo ao possibilitar aos alunos, experiências que vão além dos conhecimentos escolares, mas viabilizando, autoconhecimento, participação social e responsabilidade.

A obra *Projeto de vida: construindo o futuro*, de Danza e Silva (2020), evidência atividades, que podem auxiliar no desenvolvimento desses alunos, que abordam questionamentos relacionados à elaboração de perspectivas futuras que farão parte da vida desses indivíduos. Partindo desse princípio, aplicar o projeto de vida na escola, é proporcionar aos estudantes oportunidades de compreender sua realidade, reconhecer interesses e identificar a relevância de decisões conscientes e planejamento do futuro.

Desenvolvimento Sustentável e Responsabilidade Social

ISSN: 2358-8829

A educação dispõe de um papel de suma importância na formação de cidadãos conscientes de seus direitos e deveres, que possuem capacidade de assimilar problemas econômicos, sociais e ambientais da sociedade atual. Nessa perspectiva, a Agenda 2030 para o Desenvolvimento Sustentável, estabelecida pelas Nações Unidas (2015), expõe intenções e propósitos para a criação de um mundo mais inclusivo, sustentável e justo.

Entre os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS), destaca-se a ODS 4, que está voltada para a educação de qualidade, a ODS 12, que está ligada ao consumo consciente e produção responsável, e a ODS 13, que vem falando sobre a ação contra a mudança global do clima. Estes objetivos, demonstram dimensões fundamentais para a promoção da dignidade humana e melhoria da qualidade de vida do mundo inteiro.

Alimentação Escolar como Direito e Condição para a Aprendizagem

A alimentação escolar desempenha um papel importante para a garantia da educação, à saúde, à segurança alimentar e nutricional dos estudantes. A alimentação adequada, proporciona o bem-estar do estudante, onde favorecem condições para a participação das atividades escolares. Por isto, no ambiente educacional a oferta da alimentação não deve ser compreendida como uma ação assistencial, mas como uma das políticas públicas, que estão voltadas para proteção social, e o desenvolvimento integral de crianças e adolescentes.

No Brasil, a Lei nº 11.947, de 16 de junho de 2009, consolida disposições acerca da distribuição e atendimento à alimentação escolar e o Programa Dinheiro Direto na Escola aos estudantes da educação básica. A legislação apresenta uma importante referência para a organização das políticas de alimentação escolar, regulamenta especialmente o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) e estabelece diretrizes para o atendimento de todos os estudantes da rede pública de educação básica (BRASIL, 2009).

Além disso, a alimentação escolar pode assumir um papel educativo, que contribui para a formação de hábitos alimentares saudáveis e para a conscientização sobre a importância de uma alimentação adequada. Dessa forma, a escola vai estar por meio de atividades pedagógicas, ações de educação nutricional e estimular o

ISSN: 2358-8829

aproveitamento dos alimentos estará colaborando para redução do desperdício e valorizando a cultura alimentar local.

MÉTODO E MATERIAIS

A ação planejada possui caráter prático-reflexivo e foi constituída por duas fases: A primeira, destinada ao planejamento, à fundamentação teórica e à coleta de dados; a segunda, voltada para a reavaliação dos hábitos e a elaboração da Nota Formativa.

A Primeira fase foi destinada ao planejamento da ação pedagógica de combate ao desperdício dos alimentos e o consumo consciente das refeições. Para efeito didático, as ações desta fase foram distribuídas em três etapas. A etapa 1 contou com a observação do cotidiano escolar dos estudantes da 1ª turma de tempo integral durante o horário de almoço, onde foi possível notar que os estudantes apresentavam rejeição a alguns alimentos oferecidos, além de se servirem de porções desproporcionais ao seu consumo.

Nessa condição e guiados pelo planejamento coletivo dos professores, a coordenação escolar, o monitor do Projeto Agente Educacional, as merendeiras e as lideranças de turma organizaram as três atividades, conforme apresentado no Quadro 1.

Quadro 1. Representação da Fundamentação e Aplicação dos Assuntos pelos Agentes Executores da ação.

Disciplinas	**Aporte Teórico (Conceitos)**	**Aplicação Prática (Ações)**
Projeto de Vida	•Estudo da unidade temática - Quais são seus valores?; Parte I - bloco I - SER	• Reconhecimento de Valores Identitários. • Relação entre os valores Identitários e as práticas cotidianas.
Projeto de Monitoria - Agente Educacional	• Orientações para o desenvolvimento sustentável: ODS 4 – Educação de qualidade. ODS 12 – Consumo e produção responsáveis. ODS 13 – Ação contra a mudança global do clima.	• Apresentação de três orientações para o desenvolvimento sustentável (ODS). • Na ODS 4 - item 4.7 • Na ODS 12 - item 12.3 e 12.5 • Na ODS 13 - item 13.3
Merendeiras	•Oferta de refeições preparadas diariamente. •Auxílio na educação alimentar e nutricional.	• Atendimento dos estudantes matriculados. • Preparação do cardápio.

Fonte: Elaborado pelos autores (2026).

ISSN: 2358-8829

A primeira atividade realizada foi a coleta dos resíduos em recipiente próprio e a pesagem com auxílio de uma balança calibrada. Durante as aulas da disciplina projeto de vida, os estudantes foram informados dos valores observados durante as pesagens realizadas em datas estratégicas ou quando a quantidade desperdiçada ocupava mais do que o recipiente disponibilizado para a coleta.

Em continuidade, os estudantes realizaram a atividade 'Valores humanos no cotidiano' que buscou integrar à rotina escolar valores humanos fundamentais - como a responsabilidade, o autocuidado, a cooperação, a liderança e o valor social do trabalho -, discutidos nas aulas da disciplina de projeto de vida e formação cidadã que se relacionam.

A terceira atividade cujo tema foi 'ODS na prática' apresentou aos estudantes as ODS (incluir o que são ODS) 4, 12 e 13 e seu propósito de "acabar com a pobreza, proteger o meio ambiente e o clima e garantir que as pessoas, em todos os lugares, possam desfrutar de paz e de prosperidade". O PNAE foi apresentado aos estudantes no sentido de informar por meio de campanha informativa a existência de uma política pública que assegura ações de educação alimentar nas escolas públicas, provocando reflexões sobre o usufruto dos direitos dos estudantes.

Após a leitura e discussões sobre o consumo consciente dos alimentos e o combate ao desperdício junto à ação das merendeiras e das lideranças, procedeu-se à segunda fase da atividade. Nesta fase, a atividade de pesagem dos resíduos gerados no almoço aconteceu diariamente durante dois meses, com ênfase na observação da turma que modificaria seus hábitos alimentares e por consequência o consumo e o desperdício nas refeições. A coleta e a pesagem dos resíduos ocorreu em recipiente próprio com a identificação de cada turma cujos valores desperdiçados foram informados aos estudantes durante as aulas do projeto de vida. Essa atividade aconteceu durante dois meses com ênfase nas datas de maior pesagem.

Para finalizar a atividade, durante a última semana de aulas do 1º semestre letivo, durante a refeição do almoço, os dados coletados na pesagem diária foram apresentados. A partir de reflexões acerca da temática, os estudantes realizaram sua autoavaliação quanto aos hábitos alimentares, o consumo e desperdício de cada turma no bimestre e o papel individual dentro do coletivo. Essa autoavaliação gerou parte da Nota Formativa.

ISSN: 2358-8829

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A pesagem dos resíduos alimentares produzidos no almoço revelou um quadro de grave desperdício de alimentos, como ilustrado na tabela 1.

Tabela 1. Representação da pesagem dos resíduos alimentares oriundos do almoço dos estudantes do 1º ano por turma.

EQUIPE / ATIVIDADE	PRATO LIMPO, CONSCIÊNCIA LEVE									
	1ª col.	2ª col.	1ª col.	2ª col.	1ª col.	2ª col.	3ª col.	4ª col.	1ª col.	2ª col.
	MARÇO		ABRIL		MAIO				JUNHO	
Turma 1	973	621	436	196	147	35	197	0	98	8
Turma 2	762	486	307	178	171	0	0	140	0	23
Turma 3	875	574	428	301	140	0	0	28	0	0
Turma 4	985	873	898	716	0	323	118	0	24	85
Turma 5	745	493	388	157	0	0	0	0	0	0
Total em Kg	4,340	3,047	2,457	1,548	0,458	0,358	0,315	0,168	0,122	0,116

Fonte: Elaborado pelos autores (2026).

O panorama inicial apresentou o desperdício superior a 4Kg e indicou a existência de questões relacionadas a maus hábitos alimentares, adaptação às refeições e a falta de conhecimento acerca do consumo consciente. A partir do segundo mês de aplicação da atividade, pode-se observar uma redução na quantidade de comida desperdiçada pelos estudantes, que está ligado provavelmente ao acesso à informação por meio das intervenções que foram desempenhadas e orientações cedidas pela equipe executora.

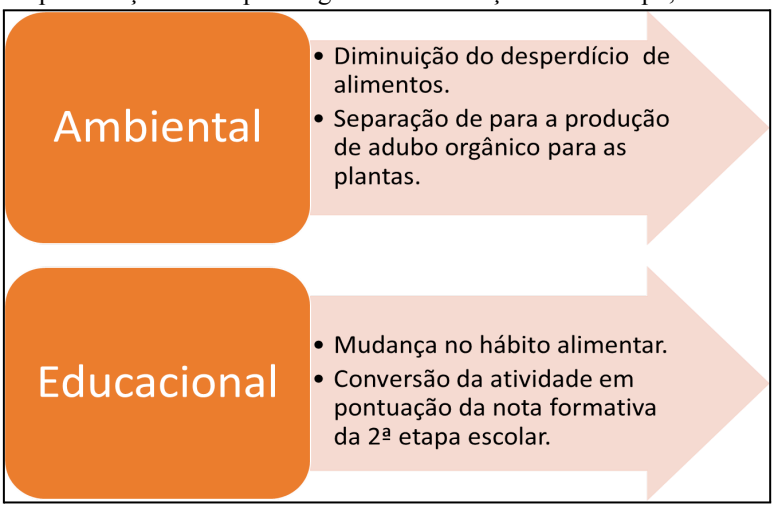
Observa-se na tabela 1, que tiveram turmas que desperdiçaram muito mais que outras. Sobre essa ação, não há evidência de fatores que venham a explicar o porquê destas turmas desperdiçarem este quantitativo de comida. Contudo, nota-se que as atividades geraram grande impacto em outras turmas, podendo ser observado pela redução explícita dos resíduos gerados por estas, além de observar a mudança nos hábitos alimentares e a redução do consumo de alimentos processados.

É importante destacar que os impactos desta ação alcançam o campo ambiental ao incentivar a separação dos restos orgânicos para a produção de material que atenda a outros projetos desenvolvidos na escola e o consumo consciente. Além disso, o alcance chega ao campo educacional por meio da adoção de novos hábitos alimentares e a

ISSN: 2358-8829

conversão da atividade em pontuação para a Nota Formativa conforme ilustrado na figura 1.

Figura 1. Representação dos impactos gerados com a ação 'Prato limpo, consciência leve!'



Fonte: Elaborado pelos autores (2026).

Apesar do êxito da atividade, ações complementares devem ser desenvolvidas no sentido de identificar as causas do desperdício em cada turma, agregar saberes e promover o engajamento dos estudantes.

Em conclusão, as mudanças provocadas vieram favorecer a alimentação de cada aluno, trazendo para eles novos princípios e conhecimento acerca do desperdício, o consumo consciente e o descarte correto dos resíduos, além de colaborar para que não haja mais desperdícios na escola.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com esta atividade observou-se que toda a escola e as turmas de primeiro ano da EEMTI Dr. César Cals conseguiram se engajar na atividade, merendeiras, lideranças de sala e auxiliares, mas mesmo com toda a repercussão positiva da atividade, apareceu um ponto de atenção, pois mesmo após a atividade conscientização algumas turmas continuaram desperdiçando muito alimento, cabendo à escola, dar prosseguimento com a manutenção da atividade, acompanhando, aprofundando os debates e a

conscientização acerca do consumo consciente e hábitos alimentares, principalmente nas turmas que obtiveram os maiores índices de desperdícios.

A atividade fortaleceu a disciplina de projeto de vida e formação cidadã proporcionando momentos reflexivos e interativos que impulsionam o desenvolvimento da criticidade dos estudantes. Outra consideração é a validação do Projeto Monitoria Voluntária - Agente Educacional que por meio do protagonismo estudantil estimula práticas criativas e inovadoras.

Palavras-chave: Alimentação escolar; Resíduos orgânicos; Consumo consciente; Saúde.

REFERÊNCIAS

DANZA, Hanna Cebel; SILVA, Marco Antonio Morgado da. **Projeto de vida**: construindo o futuro: volume único. 1. ed. São Paulo: Ática, 2020

NAÇÕES UNIDAS. **Transformando o nosso mundo: a Agenda 2030 para o Desenvolvimento Sustentável**. New York: Nações Unidas, 2015. Disponível em: https://brasil.un.org/pt-br/sdgs.

BRASIL. **Lei nº 11.947, de 16 de junho de 2009**. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar e do Programa Dinheiro Direto na Escola aos alunos da educação básica... Brasília, DF, 2009. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2009/lei/l11947.htm.