

VIVENDO NUM AMBIENTE SEM POLUIÇÃO

ANA CECILIA PETTA ROSELLI MARQUES

Doutora em Ciências pela Universidade Federal de São Paulo (Unifesp).
Médica psiquiatra e pesquisadora da Unidade de Álcool e Drogas (Uniad), da Unifesp.
Coordenadora do ambulatório de tratamento para fumantes (Traifumo).
Ex-presidente da Associação Brasileira de Estudos de Álcool e outras Drogas (Abead), 2003-2005.
Membro do Conselho Consultivo da Abead.
Atual Coordenadora do Departamento de Dependência da
Associação Brasileira de Psiquiatria (ABP), 2007-2009.

GILMAR

Cartunista com mais de 20 anos de carreira e premiado nos principais salões de humor do Brasil. Em 2002, recebeu o prêmio HQ MIX de melhor cartunista brasileiro. De 2003 ao início de 2007 colaborou com quadrinhos para o suplemento *Folhateen*, do jornal *Folha de S.Paulo*. Faz também ilustrações de livros para várias editoras e publica seus desenhos em jornais do Brasil e de Portugal.

SUPLEMENTO DIDÁTICO

Elaborado por
Davi Roncoletta Nascimento
(Biólogo, professor do Colégio Atibaia – SP)

A OBRA

O cachorro começa a tossir, a tia não para de fumar (e dentro de casa também!!!), o passarinho anda se coçando muito...

Fabiano também tosse e, ao ligar todos esses acontecimentos, chega a uma conclusão alarmante: o comportamento das pessoas da casa precisa mudar.

A apresentação do texto na forma de história em quadrinhos, além de representar um recurso da maior importância entre os meios de comunicação, tem também o objetivo de criar uma forma bastante agradável de leitura para a criança e, principalmente, transmitir temas tão importantes nos dias atuais, como alimentação saudável, poluição ambiental e tabagismo.

TEMAS ABORDADOS

- Qualidade de vida
- Educação alimentar
- Poluição doméstica
- Tabagismo

POR QUE TRABALHAR COM O LIVRO VIVENDO NUM AMBIENTE SEM POLUIÇÃO?

Fumar é o vício que mais cedo atrai os jovens porque o cigarro é legalizado, relativamente barato, nem sempre recriminado pelos pais que também fumam, e seu consumo sempre foi incentivado pelos meios de comunicação.

Para muitos jovens, fumar é o passaporte para a maioria; outros, entretanto, são contra esse vício, que tanto mal faz à saúde.

O confronto de ideias entre os jovens, provocado pela leitura do livro, é importante para fazer aflorar as opiniões divergentes.

Com ilustrações atraentes, o livro será um bom instrumento para apresentar ou aprofundar, também, os problemas de poluição doméstica e qualidade de alimentação aos alunos do 2º ao 5º ano.

O livro deve ser trabalhado intensificando-se a interpretação do texto, fazendo com que o aluno reconheça no livro as informações que estão sendo transmitidas, sua ordenação e as relações entre essas diferentes informações e seus respectivos graus de importância. Por sua vez, a relevância do aspecto visual é inegável em uma obra que conta com ilustrações tão presentes no cotidiano dos alunos. Assim, o desenvolvimento de exercícios que busquem o refinamento artístico do aluno também deve ser uma constante ao longo do trabalho com a obra.

O aluno, ao término do livro, terá facilidade de identificar assuntos relacionados à qualidade de vida, à qualidade alimentar e aos perigos do tabagismo ativo e passivo. O modo com que tais assuntos são “descobertos” e argumentados pelo protagonista deixa para o aluno a oportunidade de desenvolver, na sua forma de se relacionar com o mundo, uma atitude inquisitiva, questionadora e não passiva diante das situações que devemos enfrentar ao longo de toda a vida.

Aos pais e professores cabe informar e esclarecer os fatos para que os próprios alunos formem sua opinião e tomem sua decisão. Também cabe a eles deixar clara a ideia de que os jovens devem evitar o primeiro cigarro, pois, uma vez no sangue, a nicotina causa a dependência que leva ao vício.

SUGESTÃO DE PROJETO PEDAGÓGICO PARA TURMAS DO 2º AO 5º ANO DO ENSINO FUNDAMENTAL

Temas transversais: Saúde, Meio Ambiente, Ética
Trabalho interdisciplinar: Ciências, Arte, Língua Portuguesa

ATIVIDADES PARA ANTES DA LEITURA

1. Peça aos alunos que façam uma lista do que costumam comer nas refeições (café da manhã, almoço e jantar). Depois, reúna-os em círculo e inicie um bate-papo. Quais os alimentos que mais aparecem na lista? E os que menos aparecem? De que alimentos eles mais gostam? E os de que menos gostam, mas são “obrigados” a comer? Eles acham que se alimentam bem?

2. Peça aos alunos que façam uma lista contendo as formas de poluição com as quais se defrontam no dia-a-dia. Esse exercício servirá para identificar quais são as noções pré-concebidas que cada um tem a respeito do tema. Depois, diga quais são os tipos de poluição existentes, dando exemplos, e peça a eles que, novamente, atentem para os tipos de poluição com os quais entram em contato cotidianamente. Analise os resultados e identifique se existe a resistência de algum aluno ou do grupo quanto à definição de algum tipo de poluição ou à clareza para identificar as fontes poluidoras.

3. Separe os alunos em grupos e peça que discutam o significado de *alimentação saudável*, *poluição doméstica* e *qualidade de vida*.

Peça a eles que, a partir das listas feitas nas atividades 1 e 2, reflitam sobre os temas centrais da obra. Oriente essa conversa.

Embora a explanação de tais termos deva ser retomada e aprofundada ao longo do livro, é interessante que, de início, fique claro para o aluno o que ele encontrará durante a leitura.

ATIVIDADES PARA DURANTE A LEITURA

1. Ainda utilizando os dados levantados pelos alunos, monte com eles um quadro com os alimentos mais consumidos e que poderiam ser substituídos por alimentos integrais.

Levante as questões seguintes para um bate-papo com a classe:

a) Que ganhos nutricionais e fisiológicos podemos obter quando substituímos alimentos de grãos refinados por alimentos de grãos integrais?

b) Que alimentos integrais podemos preparar em casa? (Alguns exemplos são o pão integral e o arroz integral.)

2. Peça aos alunos que digam quais são os legumes e as verduras mais comuns no cardápio em suas casas.

Na casa dos alunos é consumido algum legume ou verdura não tão comum? Se houver na sala crianças de ascendência japonesa ou árabe, para citar dois exemplos, essa será uma boa oportunidade para discutir as diferenças entre culturas.

3. Pesquisa e debate. Por que recomendamos o uso moderado de macarrão, pão branco, arroz branco e doces?

As questões anteriores trabalham as características qualitativas dos alimentos. Mas ainda falta uma parte muito importante do processo nutricional que é a quantidade dos alimentos que ingerimos. Cada vez mais a obesidade assombra crianças e adolescentes, em parte por carga genética e em parte por má conduta social-nutricional, como o excesso de alimentação aliado à ausência de exercícios físicos e sedentarismo, por vezes, extremo.

4. Numa conversa em círculo com os alunos, pergunte a eles se sabem do que o ar é composto, antes de entrar na questão a seguir.

Fabiano, o garoto-personagem da história, encontrou poluição no ar de sua residência. Quais foram os poluentes e quais as fontes poluidoras? Como ele resolveu o problema?

Algum aluno passa por experiência parecida em casa?

Essa atividade será mais bem desenvolvida após o final da leitura do livro.

5. Sugira uma atividade com toda a classe, incentivando os alunos a um trabalho em equipe no qual elaborem um guia de como manter um ambiente saudável tanto em casa como na escola. Coordene o trabalho para que cada grupo fique responsável por uma etapa (pesquisa de textos, imagens, ilustrações etc.)

ATIVIDADES PARA DEPOIS DA LEITURA

1. Com o final do livro, será possível identificar qual é a relação de cada aluno com a poluição doméstica.

A questão, trabalhada durante a leitura do livro, quando da conversa em círculo com os alunos, será encerrada com a proposta de uma redação: “Como posso modificar as fontes de poluição doméstica que me afetam?”.

O importante é que a redação sirva de justificativa diante dos familiares, a ponto de levar à construção de um ambiente doméstico mais saudável.

2. O guia do ambiente saudável, proposto anteriormente, pode ser utilizado em uma ação de educação de todos os alunos e professores da escola.

Podemos propor que os alunos e professores façam cartazes e socializem a informação mostrando quais eram os agentes poluentes presentes na escola, como esse problema foi sanado e quais foram os benefícios alcançados com essa melhoria na qualidade do ambiente.

3. Junto com os alunos, monte cardápios para café da manhã, almoço e jantar que estejam de acordo com a alimentação proposta na pirâmide de alimentos da página 10 do livro.

Proponha, também, a confecção de um cardápio com as três principais refeições e os lanches entre elas para um mês inteiro. Incrementar essa atividade com recortes, fotos, desenhos etc.

4. Na base da pirâmide alimentar da página 10, encontramos a frase “Exercícios físicos e cuidado com o peso”.

Com “cuidado com o peso” podemos entender que devemos nos alimentar com a quantidade ideal de alimentos, ou seja, sem excesso. Todo alimento ingerido que não for utilizado por atividade física ou mental nas quatro horas seguintes irá se transformar em gordura, que é a forma que nosso metabolismo encontra para armazenar energia. Peça aos estudantes que escrevam uma redação com o seguinte

tema: "Quais são os alimentos que eu como em demasia? Por quais alimentos mais saudáveis esses alimentos poderiam ser substituídos?"

Peça aos alunos que façam, também, uma lista com as atividades físicas que praticam, quais gostariam de praticar e por quê.

Por fim, as redações e as listas poderão ser lidas na sala para que sejam socializadas por todos.

5. Peça aos alunos que descrevam o que acontece quando uma pessoa fuma em um ambiente onde se encontram outras pessoas que não fumam (fumantes passivos). Depois, peça que pesquisem a lei que proíbe que se fume em determinados lugares. Após a pesquisa, é hora de outro bate-papo com toda a classe. Será que essa lei é cumprida, respeitada?

6. Distribua quadrados de papel vegetal para os alunos. Eles devem copiar sobre ele o desenho de um personagem do livro. Dê a eles um bom tempo para realizar a tarefa.

O trabalho de copiar demanda um grande esforço de atenção e, principalmente, de concentração. É um bom exercício para treinar essas habilidades em seus alunos. Por fim, na análise do trabalho produzido com cada aluno, realce os pontos que devem ser melhorados e elogie claramente os pontos positivos.

O próximo passo é pedir aos alunos uma cópia do personagem não mais decalcada no papel vegetal, mas desenhado em uma folha de papel branca, com o original ao lado para ser observado. Só que, agora, devem escolher o personagem em uma outra posição.

Atente que, nesse momento, o exercício desenvolverá não apenas a parte de concentração, mas também o lado

artístico do aluno. Alguns deles, que estavam se destacando nas cópias com papel vegetal, podem ter dificuldade nessa nova etapa da atividade, ou vice-versa. Gaste algum tempo para identificar nessa situação cotidiana, vivida pela classe, as diferenças existentes entre as habilidades dos indivíduos e que diferentes pessoas apresentam diferentes aptidões. Aptidões essas que devem ser descobertas, desenvolvidas e potencializadas.

Quando as etapas anteriores estiverem bem desenvolvidas, poderemos pedir que os alunos criem novos personagens.

Por fim, podemos partir para um projeto mais ambicioso, que seria a criação e ilustração de histórias em quadrinhos feitas pelos alunos.

Sugerimos dividir a classe em grupos para que cada um crie uma história. Dentro do grupo, as tarefas devem ser divididas entre aqueles que criarão o roteiro, os que ilustrarão (as imagens podem ou não ser colorizadas) e os que farão os balões de fala e/ou pensamento. Explique aos alunos que cada um terá uma função, de acordo com sua habilidade. É um trabalho em equipe e isso deve ficar muito claro.

Diga aos alunos que, como mostra o livro, as histórias em quadrinhos possuem características próprias, como as cenas retratadas em retângulos, incluindo cenário e personagem, e os diálogos escritos em balões, com letra bastão. Veja os exemplos abaixo:

