

Unidade 2

EAN como ferramenta para promoção da saúde no âmbito das políticas públicas

EAN como ferramenta para promoção da saúde no âmbito das políticas públicas

Objetivo de Aprendizagem:

Apresentar as ferramentas e estratégias para efetivação das ações de EAN.

No final da unidade anterior apresentamos alguns aspectos limitantes para efetivação das ações de EAN, certo? Então! Nessa unidade queremos apresentar ferramentas e estratégias para transformar as limitações em potencialidades! Para isso apresentaremos ferramentas educacionais e materiais de referências. Por fim apresentaremos maneiras de colocar em práticas as ações de EAN na educação e na saúde. A responsável pela escrita dessa unidade foi a Professora Doutora Janaina das Neves.

1. FERRAMENTAS EDUCACIONAIS

A base para realização das ações de EAN, assim como para a promoção da saúde, está no tipo de educação que acreditamos. Não é possível, por exemplo, contemplar os princípios do Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas, com um modelo de educação bancária, ou seja, em que os educadores depositam um determinado conteúdo e o aprendiz o recebe passivamente, é preciso pensar diferente! (POZO, 1998)

Para início de conversa, é importante lembrar que as concepções de educação, saúde e alimentação, devem estar interligadas, pois são elas que norteiam nossa atuação profissional. Ao longo do Curso já apresentamos nossas concepções ampliadas de saúde e de alimentação. Agora, cabe trazer a definição de educação de Paulo Freire definida em 1996. Segundo ele, educação é a:

Prática pedagógica participativa que acolhe o outro como sujeito dotado de condições subjetivas (que o fazem viver de determinado modo) e de representações subjetivas (que o fazem interpretar o seu lugar no mundo) (FREIRE, 1996).

Nessa perspectiva, as práticas de EAN extrapolam os aspectos científico-biológicos e passam a ser um “campo de conhecimento e prática contínua e permanente, transdisciplinar, intersetorial e multiprofissional que visa promover a prática autônoma e voluntária de hábitos alimentares saudáveis” (BRASIL, 2012).

Para que isso seja possível é preciso utilizar abordagens problematizadoras e ativas que incentivem o diálogo entre as pessoas e considere todos os aspectos relacionados a alimentação.

Pode parecer simples, mas trabalhar, tendo como base essas concepções, implica em uma mudança de paradigmas. Para facilitar esse processo vamos apresentar algumas ferramentas utilizadas na educação popular em saúde, são elas: a escuta; a valorização do saber do outro; e as metodologias ativas.

Módulo 3 - Unidade 2

Escuta: quando falamos sobre escuta não estamos nos referindo simplesmente ao ato de ouvir ou de ouvir para responder. Estamos falando de ouvir para compreender o outro, para conhecer seu jeito de viver e de interpretar o seu lugar no mundo. Além disso, a escuta é o primeiro passo para construção de uma relação dialógica, que implica falar após a compreensão de uma realidade.

Valorização do saber do outro: a valorização do saber do outro é complementar a escuta, já que você não consegue valorizar o que outro sabe sem ouvi-lo. É preciso ter clareza que todos temos conhecimento e que não há saber maior ou menor, eles são apenas saberes diferentes. Tendo isso em mente você propiciará um ambiente favorável ao diálogo, ao compartilhar de experiências e a construção de conhecimento.

Metodologia Ativa: é um conceito utilizado para se referir a uma variedade de estratégias de ensino (FONSECA e NETO, 2017). Utilizamos esse termo no plural, pois são várias as formas para trabalhar de maneira ativa, as mais comumente utilizadas na educação em saúde e educação alimentar e nutricional são: a) Roda de conversa (aquela em que educador e educando sentam em roda para construir o conhecimento); b) Aprendizagem baseada em problema (aquela realizada com base em um caso real ou fictício); c) Problematização (aquela realizada com base em diagnóstico); e d) o Arco de Magueréz (aquela que exige o desenvolvimento de cinco passos: observação da realidade, pontos-chave, teorização, hipótese de solução e aplicação na realidade).

SAIBA MAIS

Se você quiser saber mais sobre a metodologia do Arco de Magueréz, recomendamos o texto: Arco de Charles Magueréz: Refletindo Estratégias de Metodologia Ativa na Formação de Profissionais de Saúde, disponível em:

<http://www.scielo.br/pdf/ean/v16n1/v16n1a23.pdf>.

Independentemente de sua escolha, o mais importante é compreender que ao utilizar as metodologias ativas o educador torna-se um moderador, ou seja, a aprendizagem fica centrada nos educandos e é atingida por meio do compartilhamento de saberes e da construção coletiva de conhecimentos.

Somente com escuta, valorização do saber do outro e metodologias ativas conseguiremos promover à autonomia dos indivíduos e da coletividade. Autonomia nesse contexto refere-se a:

[...] capacidade do aluno em autodeterminar-se, escolher, apropriar-se e reconstruir o conhecimento produzido culturalmente em função de suas necessidades e interesses (CARVALHO, 2000).

Promover autonomia consiste, então, em respeitar o momento de cada um, que ao refletir sobre sua realidade, entende suas demandas, percebe suas potencialidades e fragilidades, e tornar-se apto a tomar suas próprias decisões, seja ela querer mudar ou manter seus hábitos e estilo de vida.

Compreender e acreditar nesse modelo de educação lhe permitirá construir estratégias capazes de transformar os determinantes sociais porque como falamos a pouco, a utilização de metodologias ativas torna os indivíduos mais reflexivos, críticos, autônomos e cidadãos, corresponsáveis pelo seu cuidado.

2. MATERIAIS DE REFERÊNCIA

Agora que já entendemos as bases para efetivação da EAN, vamos ver os documentos que subsidiam essas ações no Brasil, especialmente na educação e na saúde. Iremos apresentar os três principais materiais, são eles:

- » “Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional voltado para as Políticas Públicas”;
- » “Guia Alimentar para a População Brasileira” e
- » “Estratégia Intersetorial de Prevenção e Controle da Obesidade”;

» **Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas (BRASIL, 2012):**

Embora já tenhamos falado bastante dele a última unidade, fizemos aqui um resumo do que você pode encontrar neste documento. O marco indica que as ações de EAN podem e devem ser realizadas por diferentes profissionais de saúde, educação e assistência social. Este referencial busca atuar na garantia do Direito Humano à Alimentação Adequada alcançada por meio das políticas públicas de saúde e de Segurança Alimentar e Nutricional. Ao conhecer esse material o leitor será capaz de planejar e desenvolver ações com base no entendimento da cadeia produtiva de alimentos e como princípio para as ações: a sustentabilidade social, ambiental e econômica; o sistema alimentar; a cultura alimentar local e respeito à diversidade de opiniões e perspectivas, considerando a legitimidade dos diferentes saberes; a comida e o alimento como referência e a culinária como prática emancipatória; a promoção do autocuidado da autonomia; a educação como processo permanente e gerador de autonomia e participação ativa e informada dos sujeitos; a diversidade dos cenários de prática; a intersetorialidade e o planejamento, avaliação e monitoramento das ações (BRASIL, 2012).

» **Guia Alimentar para População Brasileira (2014):**

Este material também não é novidade para vocês, já que o citamos nos módulos anteriores. Porém, cabe aqui ressaltar o seu papel para a EAN. Assim como o marco de referência, essa nova edição do Guia Alimentar é fruto de uma construção coletiva, e aborda os princípios e recomendações de uma alimentação saudável e adequada para a população brasileira, caracterizando-se como um instrumento de apoio às ações de Educação Alimentar e Nutricional no SUS e também em outros setores. Se você conhece o Guia sabe que ele é um instrumento pronto para ser utilizado, já que é dinâmico, ilustrativo e aborda os diferentes pontos da cadeia alimentar (BRASIL, 2014a).

» **Estratégia Intersetorial de Prevenção e Controle da Obesidade (2014):**

Este documento foi produzido no âmbito da Câmara Interministerial de Segurança Alimentar e Nutricional (CAISAN), e contou com representantes do Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (CONSEA) e da Organização Pan Americana de Saúde/Organização Mundial de Saúde. Ele tem objetivo propor ações intersetoriais e com participação social, para promover a alimentação adequada e saudável e atividade física nos estados e municípios. Apesar de ser um documento destinado as esferas governamentais, ele traz várias ações que podem ser desenvolvidas e as separa por eixos de atuação. São eles: disponibilidade e acesso a alimentos adequados e saudáveis; ações de educação, comunicação e informação; promoção de modos de vida saudáveis em ambientes específicos; vigilância alimentar e nutricional; atenção integral à saúde do indivíduo com sobrepeso/obesidade na rede de saúde; regulação e controle da qualidade e inocuidade de alimentos (BRASIL, 2014b).

SAIBA MAIS

Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas:

http://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2017/03/marco_EAN.pdf

Guia Alimentar para População Brasileira:

http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf

Estratégia Intersetorial de Prevenção e Controle da Obesidade:

http://www.mds.gov.br/webarquivos/publicacao/seguranca_alimentar/estrategiaobesiddade.pdf

Há ainda outros três materiais que podem ser utilizados na perspectiva de um referencial teórico complementar para a realização das ações de EAN, são eles:

- » Instrutivo: Metodologia de trabalho em grupo para ações de alimentação e nutrição na atenção básica;
- » Desmistificando dúvidas sobre alimentação e nutrição;
- » Na cozinha com as frutas, legumes e verduras.

Todos esses materiais foram lançados em 2016 tendo como público alvo os profissionais de saúde que atuam na atenção básica. Eles fazem parte de uma estratégia de fortalecimento da Política Nacional de Alimentação e Nutrição, sendo um desdobramento do Guia Alimentar da População Brasileira. Então, como você deve imaginar, são excelentes materiais para a realização de ações de EAN e de promoção da saúde!

SAIBA MAIS

Caso seja do seu interesse, você também pode acessar os documentos completos nos links a seguir:

- **Instrutivo: Metodologia de trabalho em grupo para ações de alimentação e nutrição na atenção básica:**

<https://cutt.ly/4hGMWx>

- **Desmistificando dúvidas sobre alimentação e nutrição:**

http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/desmistificando_duvidas_alimentacao.pdf

- **Na cozinha com as frutas, legumes e verduras:**

http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/na_cozinha_frutas_legumes_verduras.pdf

3. EAN na prática

Muito bem! Já falamos sobre os aspectos educativos e sobre as bases teóricas brasileiras de EAN. Agora finalmente falaremos da prática! Quais as estratégias, ou seja, as ações que podemos realizar com base no que falamos? Se você pensou em grupos, rodas de conversa, oficinas culinárias, jogos educativos, horta ou qualquer outra metodologia ativa, compreendeu exatamente o que queremos dizer!

Para facilitar o entendimento, dividiremos as ações no campo da educação e da saúde, enfatizando os atores sociais e as metodologias que podem ser utilizadas com cada um deles.

3.1 EAN na Educação

Na educação, a alimentação adequada e saudável precisa estar presente nas discussões e práticas vivenciadas dentro e fora da sala de aula e ainda extrapolar os limites do espaço escolar. Para isso é preciso um bom planejamento intersetorial!

É muito importante que antes do planejamento de qualquer ação seja criado um vínculo de confiança entre o nutricionista e escola. Quanto mais os professores, diretores e merendeiras acreditarem no seu trabalho, mais abertas estarão as portas da escola para o desenvolvimento das ações de EAN.

Outro ponto a se considerar é a necessidade de envolver todos os atores da comunidade escolar nas ações de EAN. Daremos alguns exemplos práticos que podem ser replicados no seu município!

Inserindo a EAN no Projeto Político Pedagógico

A inclusão da EAN no projeto político pedagógico está pautada na Lei nº 13.666 de 16 de maio de 2018, que incluiu o tema transversal da educação alimentar e nutricional no currículo escolar. Para que a lei se efetive será preciso que os professores recebam educação permanente sobre o tema, e os nutricionistas são os profissionais capacitados para essa função.

Módulo 3 - Unidade 2

Apesar da inserção da EAN no projeto político pedagógico ser uma discussão antiga, agora é um momento bastante oportuno para concretizarmos esse sonho! Assim como qualquer mudança ela gerará resistência, porém com as ferramentas supracitadas: escuta, valorização do saber do outro e metodologias ativas, temos certeza que vocês estão prontas para esse desafio!

Você pode começar participando das reuniões pedagógicas e de planejamento, sugerindo ações e colocando-se à disposição para compartilhar seus conhecimentos e construir coletivamente. Leve sempre os referenciais teóricos com você, eles ajudarão a exemplificar e a ilustrar as possíveis ações, além de respaldarem seus princípios.

A partir da discussão desses documentos os professores podem planejar como trabalhar de maneira contínua e permanente o tema alimentação e nutrição, considerando as distintas faixas etárias e, caso seja possível, as diversas disciplinas envolvidas. Como exemplos para iniciar a inclusão podemos citar:

- O professor de geografia abordando o clima, o relevo, na produção de alimentos.
- O professor de história pode contar sobre a cultura alimentar dos brasileiros.
- O professor de matemática pode utilizar as receitas da alimentação escolar para exercícios de multiplicação e fração.
- O professor de português pode pedir uma produção textual abordando a cadeia produtiva do alimento e os atores envolvidos nela.
- O professor de inglês pode ensinar o nome dos alimentos na língua inglesa.
- O professor de biologia pode falar sobre o desenvolvimento e partes dos diversos tipos de plantas.
- O professor de informática pode auxiliar a elaboração de um vídeo sobre a alimentação escolar para apresentar na festa de encerramento da escola.

A inserção no plano político pedagógico traz como vantagem a garantia do tempo adequado para o desenvolvimento das atividades. Também permite a articulação com outros atores como merendeiras, agricultores e comerciantes que complementarão o aprendizado sobre o sistema alimentar.

Como resultado teremos a formação de estudantes críticos e empoderados sobre o tema alimentação e nutrição, capazes de fazerem suas próprias escolhas alimentares e de questionarem o que a mídia lhes impõe. Poderão ainda compreender que comer é um ato político e que a alimentação é um direito humano e deve ser assegurado pelo Estado.

Práticas Culinárias

As práticas culinárias são entendidas como estratégia para alcançar bons resultados, afinal, quem não se encanta em conhecer receitas, prepara-las ou no mínimo experimentá-las?

O ator chave nessas práticas será a merendeira/cozinheira, que antes de mais nada precisa ser valorizada e se perceber enquanto agente promotor da saúde. Mais do que falar do alimento servido, ela pode contar sobre de onde eles vêm, como são armazenados, como ela faz o cálculo para não faltar nem sobrar alimentos, e ainda sobre o que é feito com os resíduos gerados na produção.

Módulo 3 - Unidade 2

Outros atores podem ser envolvidos, como as famílias que podem compartilhar com os estudantes as receitas de família, os agricultores que podem auxiliar contando um pouco sobre a produção dos alimentos, e o nutricionista é claro!

Como resultado dessa ação teremos merendeiras motivadas e valorizadas e estudantes conscientes e apropriados de mais um pedacinho do nosso sistema alimentar. Essas ações também servem para melhorar a aceitação de alimentos e preparações e reduzir o desperdício de alimentos!

Eu aprendi eu ensinei

Essa é uma metodologia que precisará um pouquinho mais de tempo para ser implantada, já que tem como principal ator o próprio estudante, ou seja, serão os estudantes mais velhos ensinando os estudantes mais novos! Você estranhou essa afirmação? Pois é! Mas é isso mesmo!

Contando que a EAN esteja inserida nos projetos políticos pedagógicos e que os professores estejam desenvolvendo ações de EAN contínua e permanente, ao longo dos anos os estudantes vão ter contato com o tema alimentação adequada e saudável em diversas disciplinas, com diferentes abordagens e em distintos espaços.

Essa formação os tornará atores capazes de desenvolver ações de EAN! Ainda com a vantagem de já terem passado pelas disciplinas e terem uma linguagem mais próxima dos outros estudantes. E como eles fariam isso?

Que tal ter um projeto na escola que possibilite a participação de monitores da alimentação? Sim, esses monitores teriam a orientação de um ou mais professores. Esse poderia ser um projeto de contra turno, por exemplo. As ações a serem desenvolvidas por esses monitores poderiam ser rodas de conversa com outros estudantes, ou o desenvolvimento de textos e ilustrações para contação de histórias para os escolares do ensino fundamental I. Da mesma forma, os monitores poderiam elaborar de jogos educativos, ou auxiliar na implementação de horta escolar. Esses monitores poderiam ainda desenvolver ações de compartilhamento de saberes utilizando o laboratório de informática, jornais ou rádio da escola.

Claro que há muitas outras ações que podem ser desenvolvidas, basta iniciar esse projeto. Uma vantagem desse projeto é a possibilidade de desenvolver ações com adolescentes, um público super difícil de ser abordado nas ações de EAN, mas que, quando apoderado, podem ter a linguagem certa para trabalhar com as crianças.

Como uma possibilidade de apoio no planejamento das ações de EAN vocês podem contar com os Centros Colaboradores em Alimentação e Nutrição do Escolar (CECANEs) que surgiram há dez anos para apoiar ações de promoção à saúde e à segurança alimentar e nutricional, por meio de formação permanente.

3.2 EAN na Saúde

Quando pensamos em EAN na saúde devemos lembrar dos múltiplos campos da prática da atenção primária, os quais ultrapassam os portões das unidades básicas e permeiam todos os equipamentos sociais presentes do território.

Módulo 3 - Unidade 2

Como já exposto no módulo anterior, os nutricionistas que atuam nos Núcleos Ampliados de Saúde da Família na Atenção Básica (Nasf-AB) irão trabalhar em duas frentes: a assistencial e a técnica pedagógica, e esses serão os pontos de partida para o planejamento das ações de EAN.

Em conjunto com as equipes da estratégia saúde da família, o nutricionista poderá planejar ações diretas com a comunidade, ações em equipamentos sociais e ações com os profissionais de saúde. Todas são importantes e necessárias e para que funcionem dependerão de alguns fatores como: o vínculo estabelecido entre o nutricionista e os demais profissionais e a comunidade; o conhecimento das reais demandas de cada público ou local; e as ferramentas educacionais que serão utilizadas.

Para facilitar, explicaremos melhor as características das ações que podem ser desenvolvidas com cada um dos públicos alvos supracitados.

Ações diretas com a comunidade

As principais ações realizadas diretamente com a comunidade são os grupos. As atividades em grupos propiciam o compartilhar de saberes entre os participantes e a construção coletiva de conhecimento. Também promove a autonomia e autocuidado.

Você pode criar um grupo a partir da demanda levantada pelas equipes, por exemplo, o alto número de pacientes com sobrepeso e obesidade; ou pode também participar de grupos que já estão consolidados na unidade como Hiperdia (grupo de hipertensos e diabéticos); e/ou ainda propor um grupo com temas que você, a partir do conhecimento do território, julgou importante, como por exemplo um grupo para troca de mudas e sementes.

Independente do tema escolhido, a abordagem integral da alimentação e o conceito ampliado de saúde devem nortear as ações. Por exemplo: em um grupo de alimentação saudável cujo público alvo sejam os pacientes com sobrepeso e obesidade, a ação não deve ser centrada na redução de peso, e sim nos diferentes determinantes que levam ao aumento de peso.

Percebem o quanto isso fará diferença na condução do grupo? Um grupo centrado unicamente na redução de peso falará de diminuição de calorias diárias e muito provavelmente cairá na culpabilização do paciente sobre sua situação. Isso é EAN?

Não, as ações de EAN devem promover a prática autônoma e voluntária de hábitos alimentares saudáveis e para que haja empoderamento é preciso conhecer e entender todos os condicionantes que o colocam naquela posição. Ou seja, será preciso falar do sistema alimentar, da produção, do processamento, do comércio e da publicidade de alimentos, resgatar e/ou incentivar o hábito de cozinhar, estimular o consumo de “comida de verdade”, trabalhar as emoções e sua relação com a alimentação.

Ao passo que os usuários se sintam acolhidos e não culpabilizados, compartilhem seus sentimentos, dificuldades e vitórias, serão capazes de identificar as ações que levam ao aumento de peso e com autonomia decidirão sobre o melhor caminho para cuidarem do seu corpo.

Módulo 3 - Unidade 2

O nutricionista deve conduzir e apoiar os pacientes em suas escolhas e apontar os melhores caminhos, pois ele tem conhecimento técnico científico sobre alimentação e nutrição e mais ainda porque tem empatia, escuta, respeita e valoriza o saber o outro.

Ações em equipamentos sociais

A escolha do equipamento social para o desenvolvimento das ações de EAN deve levar em consideração a demanda da unidade de saúde, do equipamento social e também o vínculo que o profissional tem com o local. Dentre as opções podemos citar: escolas, Centro de Referência de Assistência Social (CRAS), Centro de Atendimento Psicossocial (CAPS), associação de moradores, academias da saúde.

Nesses casos o planejamento intersetorial e multiprofissional das ações é ainda mais importante. Pois trata-se de um outro ambiente com demandas diferentes habituais. Será preciso, mais uma vez, ampliar a visão sobre a saúde e a sua empatia. Quer um exemplo?

Em uma associação de moradores, que tenha por exemplo um curso de panificação, você pode propor uma oficina sobre boas práticas para manipulação de alimentos, sobre rotulagem e ainda trabalhar o enriquecimento dos pães com fibras e sementes. Nesse caso, além de estar melhorando a qualidade nutricional dos alimentos produzidos, você estará colaborando com aumento de renda dessas famílias. Por mais que possam ser ações pontuais, as mesmas ferramentas educacionais podem e devem ser utilizadas. As atividades devem ser planejadas em conjunto e o nutricionista novamente assumirá o papel de conduzir e empoderar as pessoas sobre alimentação adequada e saudável, de forma empática e libertadora.

Ações com os profissionais de saúde

Por fim, as ações com os profissionais de saúde, serão de educação permanente, ou de formação de multiplicadores como explicamos no módulo anterior. Elas podem acontecer individualmente na forma de matriciamento ou então em grupo, quando forem temas em comum.

Os temas geralmente partirão dos próprios profissionais e responderão as demandas da comunidade. É importante que as ações sejam planejadas durante as reuniões de equipe e que todos os profissionais se sintam à vontade para construí-la.

Outro fator importante é a formação de parcerias e a divisão de tarefas, ou seja, identifique potenciais e valorize o saber do outro, dessa maneira a construção será coletiva a aceitação muito melhor.

Você pode, por exemplo, fazer um grupo com os agentes comunitários de saúde para levantar as principais dúvidas relacionadas a alimentação e nutrição no território. Em conjunto estabeleçam a melhor metodologia e horários para realizarem a formação. Feito isso traga o embasamento teórico sobre as questões levantadas e discuta com eles como essas informações poderiam ser passadas a comunidade. Divida as responsabilidades, esclareça todas as dúvidas e construa com eles um novo olhar sobre os problemas apresentados. Não esqueça de incluir a avaliação das ações, tanto da sua formação com eles, quanto da ação deles com a comunidade.

CONCLUSÃO

Nesse módulo apresentamos ferramentas, materiais e formas de trabalhar EAN com diferentes públicos. Nossa intenção não era apenas dar exemplo do que já foi feito e sim te empoderar para realizar ações de EAN tendo como base a realidade do seu local de trabalho.

Na próxima unidade falaremos especificamente da horta enquanto instrumento para efetivação da EAN, e na quarta e última unidade construiremos um passo a passo de como planejar, executar e avaliar as ações de EAN!

Referências Bibliográficas

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2a Edição, 1a reimpressão. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2014a. 156p.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Câmara Interministerial de Segurança Alimentar e Nutricional (CAISAN). **Estratégia Intersetorial de Prevenção e Controle da Obesidade: recomendações para estados e municípios**. Brasília: CAISAN, 2014b. 70 p. Disponível em: <http://www.mds.gov.br/webarquivos/publicacao/seguranca_alimentar/estrategiaobesidade.pdf>. Acesso em: 04 fev. 2019.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. **Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas**. Brasília: MDS, 2012. 68 p.

CARVALHO, M. A. P. **Análise de um ambiente construtivista de aprendizagem à distância: estudo da interatividade, da cooperação e da autonomia no curso de gestão descentralizada de recursos humanos em saúde**. 2000. 175 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de mestrado em Tecnologia Educacional nas Ciências da Saúde, Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2000.

FONSECA, S. M.; MATTAR NETO, J. A. **Metodologias ativas aplicadas à educação a distância: revisão de literatura**. Revista Edapeci, São Cristóvão, v. 17, n. 2, p.185-197, maio/ago. 2017.

FREIRE, P. *Pedagogia da Autonomia: Saberes necessários à prática educativa*. São Paulo: Paz e Terra, 1996.

POZO, J. I. **Teorias cognitivas da aprendizagem**. 3. ed. Porto Alegre: Artes Médicas, 1998.