

Uma reflexão sobre o género textual rótulo: numa perspetiva de vida saudável

Juraci Soares da Silva

Universidade Federal de Mato Grosso (Brasil)

1. Introdução

A informação é um veículo que leva o ser humano adquirir conhecimentos e entender a realidade que o rodeia, pois a leitura possibilita o aluno opinar, criticar, sugerir e posicionar contra ou a favor, diante de determinadas situações, isso acontece através dos variados tipos de textos, que pode ser desde um pequeno texto ao maior, pois a diversidade textual é um leque que oferece caminhos concretos para que o aluno conheça o valor do texto dentro de cada gênero. Sendo que, todos os gêneros têm seus valores, intencionalidades, informações e interatividades, na qual o aluno relaciona com suas necessidades.

Mas infelizmente, o ensino de leitura nas escolas predomina em textos literários ou informativos de caráter mais extensos, como se eles tivessem maior valor aos demais tipos de textos, tornando-se uma mera decodificação de sinais gráficos de forma robotizada e mecânica, distorcidas da realidade, como pretexto para ensinar gramática.

Por essa razão, o texto de qualidade é aquele que atende as necessidades do leitor e contribuem com informações precisas, que levará o aluno a ter uma visão diferente, após a leitura do mesmo. Neste sentido, percebe-se que muitos docentes não atribuem valores a textos, como gráfico, tabela, slogan, rótulos e outros.

Isso tornou em desejo de tomá-lo como objeto de pesquisa para uma reflexão sobre, como deveria ser explorado em sala de aula o gênero textual, em específico os rótulos das bolachas recheadas que são consumidas pelos alunos, com o objetivo de mostrar que o processo de leitura pode ser trabalhado em outra dimensão, mesmos em textos pequenos e simples, que muitas vezes não são reconhecidos com textos, por parte dos alunos e professores, pois, esse tipo de texto proporciona uma grande oportunidade de adquirir conhecimentos, para que os alunos saibam o que contém no produto que estão comprando, e com isso possam fazer

escolas de uma alimentação balanceada.

Por isso, é importante salientar que, conhecer o gênero rótulo é essencial para o desenvolvimento da linguagem, possibilita e amplia a competência discursiva diante das práticas sociais. Eles são mediadores na construção de conhecimentos que contribuem para uma melhor qualidade de vida.

2. Contextualizando os gêneros textuais e leitura

Na sociedade atual há uma grande quantidade de gênero quase ilimitado, pois os gêneros “caracterizam-se como eventos textuais altamente maleáveis, dinâmicos e plásticos. Surgem emparelhados as necessidades e atividades socioculturais, bem como na relação com inovações tecnológicas” (Marcuschi 2002:19), sendo que, eles surgem para suprir as necessidades de uso nas quais as pessoas se encontram diante da sociedade, principalmente nos meios tecnológicos, podendo ser oral ou escrito.

A escola como instituição de ensino é um dos locais responsáveis pelo desenvolvimento da criança, considerando a como um espaço onde o aluno reestrutura seus pensamentos e desenvolve sua linguagem através da interação, como parte integrante deste processo, o ensino dos gêneros textuais são ferramentas indispensáveis nas aulas de Língua Portuguesa, pois eles contribuem para o aprendizado da criança e faz com que o aluno desenvolve a leitura e escrita.

A riqueza e a variedade dos gêneros do discurso são infinitas, pois a variedade virtual da atividade humana é inesgotável, e cada esfera dessa atividade comporta um repertório de gêneros do discurso que vai diferenciando-se e ampliando-se à medida que a própria esfera se desenvolve e fica mais complexa. (Bakhtin 2003: 279)

Os gêneros são eventos significantes que oferece condições infinitas para o leitor/ aluno fazer escolhas dentro de uma variedade discursiva em qualquer atividade comunicativa, seja, escrita ou oral, no qual o discurso desenvolve dentro de uma realidade complexa e inesgotável.

Conforme Bazerman:

Os gêneros textuais são frames para a ação social, e moldam os pensamentos que formamos e as comunicações através das quais interagimos. Constituem os lugares familiares para onde nos dirigimos com o intuito de criar ações comunicativas inteligíveis uns com os outros. Os gêneros são os modelos que utilizamos para explorar o não familiar (Bazerman 2006: 23).

Na visão teórica de Bazerman, os gêneros são molduras que ocorrem dentro de um contexto, que facilita a interação e a compreensão entre interlocutores do discurso, seja em uma prática comunicativa social ou familiar. Os gêneros além de promover a interação, enriquece a vida do sujeito tornando-se o ambiente

propício para interlocutor expressar o que já conhece e aproximar-se daquilo que objetiva descobrir. De acordo com Paulo Freire:

A leitura do mundo procede à leitura da palavra, dai que a posterior leitura desta não possa prescindir da continuidade da leitura daquele. Linguagem e realidade se prendem dinamicamente. A compreensão do texto a ser alcançada por sua leitura crítica implica a percepção das relações entre o texto e o contexto. (Freire 2001: 11)

Neste sentido, o texto é o veículo de comunicação que está interligado entre a palavra e o leitor, pelo qual ele pode relacionar com o seu conhecimento de mundo, podendo interferir de forma crítica na busca das soluções dos seus problemas. Os gêneros são utilizados dentro de um contexto, que estabelece uma relação de satisfação diante de cada situação de necessidade do aluno.

A leitura e a escrita é uma forma de intervir no mundo e resolver problemas, diante das situações cotidianas, pois quando somos capazes de ler e escrever qualquer coisa, estamos efetivamente procedendo ao ato de leitores e escritores atuante na sociedade. Conforme Maria Helena Martins:

Aprender a ler significa também aprender a ler o mundo, dar sentido a ele e a nós próprios, o que mal ou bem, fazemos mesmos sem ser ensinados. A função do educador não seria precisamente a de ensinar a ler, mas de criar condições para o educando realizar a sua própria aprendizagem, conforme seus interesses, necessidades (...), segundo as dúvidas e exigências que a realidade lhe apresenta. Assim, criar condições de leituras não implica apenas alfabetizar ou propiciar acesso aos livros. Trata-se antes, de dialogar com o leitor sobre a leitura, isto é, sobre o sentido que ela dá. (Martins 2002: 34)

Diante do pensamento da autora, a leitura está relacionada com o conhecimento de mundo que a criança possui, mas além do ato de ensinar a ler, é preciso o educador criar momentos propícios para que a criança desenvolva a sua leitura, dentro de situações que vem de encontro com a necessidade e produção de conhecimentos. Diante das diversas leituras, elas tornam-se mediadora de reconstrução de conhecimentos, pelas quais o aluno pode relacionar com os fatos reais vivenciados por ele; isso, evidência que os textos são fontes essências para o aluno desenvolver um pensamento crítico diante da realidade.

Os gêneros são ferramentas muito importantes para explorar a linguagem, eles são marcados pelo processo histórico e está relacionado à vida cultural e social, diante das atividades comunicativas do cotidiano.

A história revela que, os surgimentos dos gêneros eram restritos apenas a oralidade e com um pequeno conjunto limitado. Somente após a invenção da escrita por volta do século VII A.C, é que esses gêneros tiveram uma multiplicação. Sendo que, a partir do século XV, devido à cultura impressa, eles expandiram de forma significativa. Nos dias atuais, com os recursos tecnológicos os gêneros

expandiram, tanto na oralidade quanto na escrita. Diante deste contexto histórico Marcuschi mostra que:

Isto é revelador do fato de que os gêneros textuais surgem, situam-se e integram-se funcionalmente nas culturas em que se desenvolvem. Caracterizam-se muito mais por suas funções comunicativas, cognitivas e institucionais do que por suas peculiaridades linguísticas e estruturais. São de difícil definição formal, devendo ser contempladas em seus usos e condicionamentos sociopragmáticos caracterizados como práticas sócio discursiva. Quase inúmeros em diversidades de formas, obtêm denominações nem sempre unívocas e, assim como surgem podem desaparecer. (Marcuschi 2002: 20)

Neste sentido, os gêneros são ilimitados e surgem de acordo com as necessidades e atividades sócias comunicativas em que os interlocutores estão envolvidos, sendo que, os gêneros sofrem mudanças no decorrer da história, devido os novos gêneros que vão aparecendo principalmente com a nova cultura eletrônica, mais especificamente a internet.

A linguagem do homem modifica no decorrer da história, tem uma finalidade específica, através de um processo de interlocução que se realiza nas práticas sociais existentes nos diferentes grupos de uma sociedade. Nesta perspectiva:

Os homens e mulheres interagem pela linguagem tanto numa conversa informal, entre amigos, ou na redação de uma carta pessoal, quanto na produção de uma crônica, uma novela, um poema, um relatório profissional. Cada uma dessas práticas se diferencia historicamente e dependem das condições da situação comunicativa, nestas incluídas as características sociais dos envolvidos na interlocução. Hoje, por exemplo, a conversa informal não é a que se ouvia há um século, tanto em relação ao assunto quanto à forma de dizer, propriamente características específicas do momento histórico. Além disso, uma conversa informal que ocorre entre economistas, pode diferenciar-se daquela que ocorre entre professores ou operários de uma construção, tanto em função de registro e do conhecimento linguístico quanto em relação ao assunto em pauta. O mesmo pode se dizer o conteúdo e a forma dos gêneros de texto escrito. (Brasil 1998: 20)

A linguagem acontece de forma diferente nos distintos momentos de sua história, dentro do contexto em que a sociedade está inserida, na qual o homem possa expressar os seus sentimentos, pensamentos e intenções que pode influenciar o outro na procura de respostas e soluções para seus problemas existentes.

Na medida em que, os gêneros vão surgindo cabe à escola possibilitar ao estudante a conhecer a especificidade e a finalidade de cada gênero, considerando as atividades que ele irá utilizar no dia a dia. Nas aulas de Língua portuguesa, os professores deverão propor aos alunos o desenvolvimento da linguagem através de situações que abrangem as categorias de narração, argumentação, exposição, descrição, injunção; com o propósito de que essas modalidades discursivas sejam parte integrante e indispensável no processo de ensino dos gêneros.

Dentre os vários gêneros textuais podemos destacar: aviso, comunicado, digital, informação, informe, memorial, requerimento, abaixo-assinado, propaganda, cordel, crônica, poema, artigo, notícia, charge, carta, relatório, entrevista, rótulos/

embalagem de alimentos e outros. Podendo o professor fazer a escolha do gênero e trabalhar no momento situacional que está planejada a aula, que pode ser na linguagem oral ou escrita.

Os gêneros promovem a interação e enriquecem a vida do sujeito, que se apropria dessa atividade comunicativa constituindo-se no espaço familiar e remete ao social, e a escola também é o espaço responsável, tornando o ambiente propício para a aprendizagem e desenvolvimento desta atividade discursiva, além disso, permite ao interlocutor expressar o que já conhece e aproximar-se daquilo que objetiva descobrir.

Autor e leitor são indivíduos socialmente determinados, o que confere a cada um deles, com suas crenças, conhecimentos, opiniões, o lugar de construtores do sentido é um ato social, entre dois sujeitos – leitor e autor – que interagem, obedecendo a objetivos e necessidades socialmente determinados. (Soares 2003:10)

Assim, saber utilizar diferentes gêneros, significa dominar diversas situações comunicativas, e a escola e quem deverá oferecer aos alunos um tipo de leitura variada para que ele interaja com os diversos tipos de leituras e torne-se um ser ativo, capaz de interagir com o mundo de forma autônoma. Para o ensino de Língua Portuguesa alcançar um resultado satisfatório, faz-se necessário um trabalho dinâmico que realmente explore a linguagem através de:

Uma leitura diversificada – Tal como acontece na vida fora da escola, às oportunidades de leitura devem variar, no sentido de que os textos propostos sejam de gêneros diferentes (contos, fábulas, poemas, editoriais, notícias, comentários, cartas, avisos, propagandas, etc.) e no sentido de que os objetivos propostos para a leitura sejam diferentes, alternando-se, para tanto, as estratégias de leitura e de interpretação. (Antunes 2003: 82)

A diversificação da leitura amplia o conhecimento do aluno, faz com que ele diferencia um texto do outro, estabelecendo uma relação de diferença e semelhanças que pode acontecer por meio da intertextualidade. Além disso, ele comprehende a sua cultura, a sua história, o outro e a si mesmo.

Diante deste panorâmico teórico, a leitura e a escrita é um sistema de signos, específicos, histórico e social, que possibilita homens e mulheres a significar o mundo e a sociedade. Aprendem a conhecer a sua própria cultura, o mundo em que vive com suas realidades e a si mesmos.

Um dos aspectos importante de se trabalhar os gêneros textuais nas aulas de Língua portuguesa é estimular o aluno para que se utilize a língua de modos variados diante de cada texto, seja ele oral ou escrito. Isso faz com que os alunos desenvolvam a competência linguística, imaginária e real.

Como um conjunto de prática básica de ensino, o professor deverá dar prioridade a textos variados, desde os mais simples aos mais modernos, desde os menores aos maiores, que estimula o aluno a gostar de ler e, consequentemente desenvolver a escrita, dentro das especificidades que ele está inserido, para que suas necessidades sociais sejam resolvidas em diversas situações do dia a dia. No entanto, é preciso o educador priorizar os gêneros mais relevantes que irão contribuir para a vida pessoal e social do educando.

3. Rótulo: uma questão textual

Texto é um conjunto de signos linguístico que produz sentido dentro de um contexto, que podem ser verbais ou não verbais, os textos não são simples amontoados de palavras ou frases, eles precisam fazer sentido, relacionado ao contexto e ao conhecimento de mundo.

Cereja (2003:106) define texto como “uma unidade linguística concreta, percebida pela (na fala) ou pela visão (na escrita), que tem uma unidade de sentido e intencionalidade comunicativa”.

Ampliando este conceito, Koch corrobora enfatizando que:

Um texto se constitui no momento em que os parceiros de uma atividade comunicativa global, diante de uma manifestação linguística, pela atuação conjunta de uma complexa rede de fatores de ordem situacional, cognitiva, sociocultural e interacional, são capazes de construir, para ela, determinado sentido. Portanto, à concepção de texto aqui apresentada subjaz o postulado básico de que o sentido não está no texto, mas se constrói a partir dele, num curso de interação. (Koch 2001: 25)

Entre o leitor e o texto, é que acontece a produção de conhecimento, através de um jogo da linguagem que se realiza de ambas as partes, através dos signos que estão ali como representações linguísticas e, é na interação do leitor que acontece a produção de sentido, dentro de um contexto relacionado às suas habilidades cognitiva, sociocultural e de conhecimento de mundo.

Por menor que seja o enunciado linguístico, ele constitui em texto, desde que haja a produção de sentido, dentro de um processo que depende dos conhecimentos construídos pelo aluno no decorrer da sua trajetória de produção linguística e discursiva, que vão de encontro com os sentidos intencionados pelo autor, ou também outros sentidos não previstos ou desejados pelo produtor. Conforme Lajolo:

Ler não é decifrar, como num jogo de adivinhações, o sentido de um texto. É a partir de um texto, ser capaz de atribuir lhe significação, conseguir relacioná-lo a todos os outros textos significativos, para cada um, reconhecer o tipo de leitura que seu autor pretendia e, dono da própria vontade, entregar-se a esta leitura, ou rebelar-se contra ela, propondo outra não prevista. (Lajolo apud Geraldi 2003: 59).

Dentro de uma dinâmica que dialoga com o interior e exterior do texto, mas sem perder de vista o propósito do autor e do contexto situacional, que pretende abordar a temática da leitura, podendo o leitor relacionar as ideias ou se opor contra ela de forma ampla ou pontual.

A aprendizagem é construída na interação de sujeitos cooperativos que tem objetivos comuns. Como no caso, trate-se de ler no sentido cabal da palavra (em que ler não é equivalente a decifrar ou decodificar) a aprendizagem que dará nesta interação consiste na leitura com compreensão. Isto implica que é na interação, isto é, na prática comunicativa em pequenos grupos, com o professor ou com seus pares, que é criado o contexto para que aquela criança que não entendeu o texto entenda. (Kleiman 2002: 10)

Paulo Freire corrobora com Kleiman, ao enfocar que:

O ato de ler não se esgota na decodificação pura da palavra escrita ou da linguagem escrita, mas que se antecipa e se alonga na inteligência do mundo, isso implica que a leitura estabelece uma relação muito forte entre o texto e o contexto em que o aluno está inserido, ou seja, em qual objetivo contextual que está acontecendo a referida leitura, dentro de um propósito real. O sentido da leitura não está preso ali nas palavras, elas são signos linguísticos que sozinhas não representam nada, pois é o conhecimento de mundo e o contexto que vão determinar os seus significados. (Freire 2001: 9)

Diante desta visão teórica, Martins (2003:73) sublinha que “enquanto mais termos de modo abrangente, mais estaremos favorecendo nossa capacidade de leitura do texto escrito”. É através da leitura que ampliamos os nossos horizontes de conhecimentos, no qual podemos conhecer o desconhecido e ampliar os conhecimentos existentes. Isso ocorre através de uma ferramenta que temos disponível em nosso meio, pois:

Usar a linguagem é uma forma de agir socialmente, de interagir com os outros e essas coisas só acontecem em textos [...] falamos ou escrevemos, sempre em textos. Isso é de uma obviedade tremenda. Mas algumas distorções do fenômeno linguístico, sobretudo aquelas acontecidas dentro das salas de aula, impediram que essa evidência fosse percebida. Por essas distorções, chegou-se a crer que textos são aqueles escritos, ou aqueles literários, ou aqueles mais extensos (Antunes 2009: 49-50).

Diante desta afirmação podemos perceber que, por menor que seja um texto, até mesmo uma embalagem de alimento, deve ser vista como um texto, os signos linguísticos expressos nela, produz sentido e traz informações ao leitor, que pode tomar um posicionamento diante das informações sobre o produto e, com isso fazer as escolhas de uma alimentação saudável.

A Anvisa (2005), órgão responsável pelas rotulagens de alimentos, determinou a presença de algumas informações no rótulo como obrigatória, como o objetivo de ajudar os consumidores a fazerem as escolhas dos alimentos de forma correta. Os componentes obrigatórios dos rótulos são: lista de ingredientes, origem, prazo de validade, conteúdo líquido, lote e informação nutricional obrigatória.

Os produtos alimentícios são fontes essenciais para o desenvolvimento do corpo do ser humano, traz benefícios para as células, cérebro e músculos, pois uma alimentação saudável é fundamental, principalmente às crianças e adolescentes, uma vez que, essa é a fase em que o corpo necessita de nutrientes para o desenvolvimento.

Neste sentido, é de grande importância a pessoa ter uma alimentação balanceada com vitaminas, minerais, fibras, carboidratos, proteínas e gorduras, mas infelizmente dados recentes mostram que muitas pessoas estão tendo problemas de saúde, em decorrência ao consumo de alimentos industrializados com alta quantidade de gorduras, açucares e sal. A má alimentação pode desencadear a obesidade, diabetes, aumento do nível de colesterol, triglicerídeos, doenças cardíacas, cárie dental, hipertensão e problemas nos ossos.

De acordo com o Ministério da Saúde:

No Brasil, é possível notar que a população tem reduzido o consumo de alimentos básicos ao mesmo tempo em que aumenta o consumo de processados. Segundo a Pesquisa Nacional de Saúde (2013), mais da metade dos brasileiros está com excesso de peso. A incidência é maior em mulheres (59,8%) do que em homens (57,3%). A obesidade também segue o mesmo padrão. 25,2% das mulheres adultas do país estão obesas contra 17,5% dos homens. (Rocha 2017)

Fica evidente que muitos brasileiros possuem maus hábitos alimentares, devido a vários fatores, como por exemplo, a realização de refeições rápidas, o distanciamento entre o trabalho e a residência, a falta de tempo, principalmente nos grandes centros urbanos, e até mesmo por falta de condições financeiras, para comprar uma alimentação saudável. Outro grande fator que contribui muito para o ganho de peso é o sedentarismo que atinge pessoas de todas as idades.

Ainda segundo, informações do Ministério da Saúde.

Na infância ingestão de alimentos ultraprocessados começa já nos primeiros anos de vida. A Pesquisa Nacional de Demografia e Saúde (2006) sinaliza que 40,5% das crianças menores de cinco anos consomem refrigerante com frequência. Enquanto dados da Pesquisa Nacional de Saúde (2013) apontam que 60,8% das crianças menores de 2 anos comem biscoitos ou bolachas recheadas. O resultado do mau的习惯 alimentar é que uma em cada três crianças brasileiras apresenta excesso de peso (POF 2008/2009) (Rocha 2017).

Conforme os dados acima, as crianças iniciam um hábito alimentar inadequado desde os primeiros anos de vida, pois bolachas e refrigerantes possuem pouco valores nutricionais e isso desenvolve o excesso de peso, torna o organismo da criança carente de nutrientes que pode levar a desnutrição. “Na desnutrição, o organismo fica debilitado e para de produzir energia e manter as reações necessárias para a manutenção da vida, começa a consumir as reservas de nutrientes acumuladas no próprio corpo. A desnutrição pode levar o indivíduo a morte”

(Usberco 2012: 32) Nesta perspectiva, novos hábitos alimentares terão que ser desenvolvidos com o incentivo dos pais, para que os filhos aprendam a consumir frutas, verduras, legumes e cereais.

Outro fator que contribui para ter uma alimentação saudável é a informação, que pode ser adquirida através da leitura dos rótulos das embalagens dos alimentos, pois escolher o que iremos comer é fundamental para ter uma alimentação balanceada e consequentemente uma vida mais saudável.

Nesta perspectiva, como parte integrante deste trabalho foi realizada uma pesquisa com questionário aberto com 22 alunos do 8º ano sobre os seguintes questionamentos:

- 1 - O que são gêneros textuais? Exemplifique
- 2 - Vocês sabem que o rótulo de embalagem é um gênero textual? Por quê?
- 3 - Quais são as funções do rótulo expresso na embalagem?
- 4 - Você tem o hábito de ler o rótulo na embalagem antes de comprar um alimento, principalmente a tabela nutricional?
- 5 - Quais são os alimentos industrializados que você compra e consome com frequência?

De acordo com a pergunta sobre o que são gêneros textuais, referente ao número 1 do questionário, 10% dos alunos entrevistados demonstraram conhecer o que são os gêneros, pois responderam que caracterizaram como textos que fazem parte do nosso cotidiano e circulam na sociedade como: poemas, bilhetes, carta, mensagem e contos, mas 90% responderam que são textos, não souberam especificar que tipos de textos são esses. Diante disso, percebe-se que, a maioria limita o seu conhecimento sobre os gêneros, evidenciando que não conhece a riqueza e a variedade dos gêneros que estão presente em nosso cotidiano, e que é uma fonte riquíssima para explorar a leitura e a escrita e adquirir informações.

Ao questionar se sabiam que o rótulo das embalagens é um gênero, 95% responderam que não, porque não é texto, só tem um pouquinho de letras e alguns números, números esses, que eles referem provavelmente é a tabela nutricional que vem expressa no rótulo. Apenas a minoria, ou seja, 5% responderam que sim, porque apesar de ter poucas palavras, ele é um texto, porque produz sentido e traz informações sobre o produto.

Sobre as funções do rótulo expresso na embalagem, 70% dos alunos responderam que eles têm a função de identificar a marca do alimento; já a figura é para mostrar o produto que tem dentro da embalagem, com isso dá para a gente saber se o produto é bom ou não. Os restantes dos alunos que correspondem a 30%,

disseram que o rótulo serve para identificar o alimento, trazer informações sobre as vitaminas do alimento.

Ao ser questionado se eles leem o rótulo antes de comprar o alimento, foi quase unânime, pois 97% disseram que nunca leem o rótulo, porque geralmente é alimento que eles estão acostumados a comprar, somente 3% disserem que às vezes leem, mas não importa com o que está escrito ali. As informações não são relevantes para esses alunos, pois este tipo de texto não produz sentido, ou melhor, esses alunos não foram estimulados a conhecer esse tipo de gêneros e saber a importância deste tipo de leitura que pode trazer benefícios significantes para sua saúde.

A informação é o caminho para a produção de conhecimento, que leva o aluno ser ativo e crítico diante do consumismo que ideologicamente desenvolve postura e hábitos nas pessoas e, consequentemente provoca danos à saúde do ser humano.

90% dos alunos afirmaram que compram e consomem com frequência, salgadinhos, batatas, refrigerante e bolacha recheada; 10% disseram que não consomem esses produtos com frequência, mas consomem salgadinhos, doces e bolachas recheadas.

Os dois grupos de alunos afirmam que comem bolachas recheadas, uma pequena porcentagem com pouca frequência, mas a maioria consome com frequência, isso evidência que eles ainda não têm informações suficientes sobre os nutrientes desses alimentos, uma vez que, possivelmente não foi feito um trabalho de orientação para que esses alunos pudessem ter a sensibilidade de saber que o consumo desses alimentos em excesso pode trazer malefícios a própria saúde.

4. Prática Pedagógica

Para uma reflexão em sala de aula, junto aos alunos foi analisada a tabela nutricional dos rótulos de cinco tipos de bolachas recheadas das marcas: Bela Vista, Prodasa, Belma, Amanda e Saborelle, e foram encontradas quantidades de carboidratos, proteínas, gorduras totais, gorduras saturadas, fibra alimentar, sódio e gordura trans.

Fizemos uma abordagem sobre cada um desses componentes encontrados na bolacha, para que o aluno conhecesse a função e a importância de cada um deles no nosso organismo. E o principal foco de reflexão foi sobre a gordura trans, uma vez que, esse tipo de gordura estava presente no rótulo das cinco marcas de bolachas em análise, que somando a quantidade de gordura, chegou a 21 gramas, que dá uma média de 0,84 gramas (por porção de três bolachas recheadas). Sendo que, essas embalagens foram de bolachas compradas e consumidas pelos alunos.

Conforme o manual de Orientação aos Consumidores da Anvisa (2005) os

carboidratos são componentes cuja principal função é fornecer energia para as células do corpo, principalmente do cérebro. As proteínas são componentes dos alimentos necessários para a construção e manutenção dos nossos órgãos, tecidos e células. As gorduras totais são as principais fontes de energia do corpo e ajudam na absorção das vitaminas A, D, E e K. As gorduras totais referem a todos os tipos de gorduras encontradas em um alimento, tanto de origem animal, quanto de origem vegetal. Em relação ao consumo desse tipo de gordura saturada é advertido que o consumo deve ser moderado, porque quando consumido em grande quantidade pode aumentar os riscos de doenças do coração.

Já consumo dessa gordura trans deve ser muito reduzido, considerando que o nosso organismo não necessita desse tipo de gordura e quando consumimos em grandes quantidades pode aumentar o risco de desenvolver doenças do coração. Portanto, não devemos consumir mais que dois gramas de gordura trans por dia.

Outro aspecto que é ressaltado são as fibras alimentares, que são essências para o nosso corpo, pois auxilia no funcionamento do intestino. Em relação ao sódio é advertido que deve ser consumido com moderação, uma vez que, seu consumo em excesso pode levar ao aumento de pressão arterial.

Diante das informações mencionadas pela Anvisa, podemos perceber que a gordura mais prejudicial à saúde é a gordura trans, uma vez que, nosso corpo não necessita desse tipo de gordura e, ao consumi-la em grandes quantidades, consequentemente teremos o risco de desenvolver doenças cardíacas e outros tipos de doenças.

Os ácidos graxos têm sido associados ao desenvolvimento de doenças crônicas, como diabetes mellitus, câncer e doenças cardiovasculares (Vaz et al. 2006), pois o uso de gordura vegetal hidrogenada na fabricação de alimentos tem contribuído muito para o aumento de doenças, tanto em crianças, adolescentes e adultos.

A gordura trans presente em vários produtos alimentícios pode trazer outros malefícios a saúde. Para Chiara et al. (2002) eleva o colesterol total e a lipoproteína de baixa densidade (LDC), reduzindo a lipoproteína de alta intensidade (HDL) e resultando em significativo aumento na relação da LDL/HDL, que contribui para o aumento de doenças do coração; já na fase gestacional os trans podem ser transferidos ao feto através da placenta, que pode acarretar impacto na saúde da criança desde a fase fetal, crescimento e desenvolvimento da criança e; outro efeito verificado entre os ácidos trans e a gestação, refere ao risco de pré-eclampsia.

Conforme (Martin, Matshushita, Souza 2004) os ácidos graxos vem sendo associados ao aumento dos níveis de triglicerídeos no plasma sanguíneo. Este efeito

tem sido observado através da substituição de ácidos graxos com a configuração cis por AGT em uma mesma dieta.

Assim, diante das afirmações dos autores, fica evidente o risco que essa gordura proporciona ao ser humano, e uma das formas de orientação às crianças, é a informação sobre os produtos alimentícios que contém esse tipo de gordura.

A escola como transformadora social é um espaço propício para desenvolver um trabalho informativo, para que os alunos sejam conscientes e adquiriram novos hábitos alimentares, que pode começar simplesmente pela leitura dos rótulos dos alimentos industrializados.

O conhecimento se dá a partir da interação dos textos independentes do seu tamanho, seja ele, pequeno ou grande, pois cabe ao professor transformá-los em veículos de conhecimentos. Nesta perspectiva:

O professor precisa também se transformar em um analista de símbolos e linguagens, um descobridor de sentidos nas informações e, ainda o profissional do despertar das relações interpessoais. Com uma profunda e sensível reflexão sobre sua prática pedagógica, poderá encontrá-la como uma ferramenta essencial da sabedoria e descobrir-se como um artesão que inventa soluções para os desafios impostos pela massificação da informação. (Antunes 2012: 28)

Apesar dos rótulos serem uma prática pouco usada em sala de aula, cabe ao professor ser um mediador entre o aluno e esse tipo de texto, para que ele compreenda esses signos linguísticos e descubra as informações necessárias, que trarão benefícios para a sua saúde e, com isso torne o seu fazer pedagógico de forma criativa e sábia.

5. Considerações finais

A proposta deste trabalho foi fazer uma abordagem reflexiva a cerca da leitura do gênero textual rótulo, a partir de algumas embalagens das bolachas recheadas que são compradas e consumidas pelos alunos do 8º ano do ensino fundamental da escola Municipal de Educação Básica Professora Nair Barbosa de Souza, para que eles pudessem conhecer um pouco sobre a tabela nutricional e a função de cada nutriente contido no alimento; os efeitos benéficos e maléficos que eles podem causar ao nosso organismo. E a partir disso, saber fazer as escolhas de uma alimentação saudável, a fim de prevenir doenças futuras. Tendo a leitura como fonte indispensável para a informação, que pode levar os alunos a terem uma olhar diferenciado sobre os tipos de gorduras, principalmente a gordura trans hidrogenada, uma vez que, elas não trazem nenhum benefício ao nosso corpo.

Referências

- Agência Nacional de Vigilância Sanitária: Universidade de Brasília. 2005. Ministério da Saúde. Rotulagem nacional Obrigatória; Manual de orientações aos consumidores. Brasília.
- Antunes, Celso. 2012. Na sala de aula. Petrópolis, RJ: Vozes.
- Antunes, Irandé. 2003. Aula de Português: encontro & interação. São Paulo: Parábola Editorial.
- Antunes, Irandé. 2009. Língua, texto e ensino. Outra escola possível. São Paulo: Parábola Editorial.
- Bakhtin, Mikhail. 2003. Estética da Criação Verbal. São Paulo: Martins Fontes.
- Bazerman, Charles. 2006. Gênero, agência e escrita. HOFFNAGEL, Judit Chambliss e DIONÍSIO, Ângela Paiva (Organizadoras). Tradução e Adaptação: HOFFNAGEL, Judit Chambliss. São Paulo: Cortez.
- Brasil. 1998. Parâmetros Curriculares Nacionais. Língua Portuguesa. Terceiro e Quarto Ciclo do Ensino Fundamental. Secretaria de Educação Básica. Brasília: MEC.
- Cereja, William Roberto. 2003. William Roberto: linguagens, volume único. São Paulo: Atual.
- Chiara, V. L. et al. 2002. Ácidos graxos trans: doenças cardiovasculares e saúde materno-infantil. *Revista de Nutrição*. Campinas, SP, set.-dez. 15 (3): 341-349.
- Freire, Paulo. 2001. A importância do ato de ler; em três artigos que se completam. 41^a ed. São Paulo: Cortez.
- Geraldi, João Wanderley. 2003. Unidades básicas do ensino do português. 3^a ed. São Paulo. http://www.anvisa.gov.br/alimentos/rotulos/manual_consumidor.pdf. Acesso em: 25 mar. 2017.
- Koch, Ingedore Villaça. 2001. O texto e a construção dos sentidos. 5^a ed. São Paulo: Contexto.
- Kleiman, Ângela. 2002. Oficina de Leitura e Prática. 9^a ed. Campinas. São Paulo: Pontes.
- Marcuschi, Luiz Antônio. 2002. Gêneros Textuais: definições e funcionalidade. Gêneros Textuais e Ensino. Dionísio. A. P.(org.) 2^a ed. Rio de Janeiro: Lucerna.
- Martins, Maria Helena. 2002. O que é leitura. 1^a ed. São Paulo: Braziliense.
- Martin, C.A., M. Matshushita, e N.E. Souza. 2004. Ácidos graxos trans: implicações nutricionais e fontes na dieta. *Revista de Nutrição*, Campinas: SP, jul.-set., 17 (3): 361-368
- Rocha, Gabriela. 2017. Em evento internacional, Brasil assume metas para frear o crescimento da obesidade, março. Disponível em: <http://portalsaude.saude.gov.br>. Acesso em: 30 mar. 2017.
- Soares, Magda. 2003. Alfabetização e letramento. São Paulo: Contexto.
- Usberco, João. 2012. Companhia das Ciências, 8º ano. 2^a ed. São Paulo: Saraiva.
- Vaz, J. dos S. et al. 2006. Ácidos graxos como marcadores biológicos da ingestão de gorduras. *Revista de Nutrição*, Campinas, SP, p. 489-500.