



“JOGANDO COM A NOVA”: um jogo de cartas sobre a classificação dos alimentos

INSTRUÇÕES

- O jogo é composto por um conjunto de 57 cartas, sendo:
 - 18 Cartas Verdes – alimentos in natura ou minimamente processada;
 - 18 Cartas Amarelas – alimentos processados;
 - 18 Cartas Vermelhas – alimentos ultraprocessados;
 - 03 Cartas Azuis – ingredientes culinários.
- As cartas contêm somente a imagem dos alimentos e cabe ao jogador formar as trincas correspondentes. Assim, pode-se lembrar e exercitar a classificação dos alimentos de acordo com o nível de processamento destes.
- As cartas dos elementos são divididas em cores com o objetivo de auxiliar os alunos a identificar os grupos a que pertencem: alimentos in natura são representados em cartas com elementos verdes; alimentos processados, em cor amarela; ultraprocessados e ingredientes culinários com elementos vermelhos.
- O objetivo de cada jogador é se livrar de todas as suas cartas, encontrando as trincas que combinam os alimentos em suas versões in natura ou minimamente processada, processada e ultraprocessada, ou os ingredientes culinários (sal, açúcar e óleo) entre si. O jogador que fica sem cartas primeiro é o ganhador.
- Preparação:
 1. A cada rodada, podem participar de 3 a 5 jogadores;

2. Os jogadores jogam um dado, aquele que tirar o número mais alto faz a distribuição;
3. O jogador que estiver distribuindo as cartas embaralha e distribui 5 cartas para cada um. As cartas restantes devem ser colocadas viradas para baixo, formando a pilha de Compras.

- Descrição do jogo:

1. O jogador à esquerda de quem estiver distribuindo as cartas começa o jogo, que seguirá em sentido horário;
2. Cada jogador deve comprar uma carta e descartar outra;
3. Ao longo das jogadas, deve-se formar as trincas que combinem corretamente os níveis de processamento dos alimentos ou os ingredientes culinários.
4. O vencedor será aquele que ficar sem cartas primeiro.

Exemplo: Se a carta na pilha de Compras for um morango, o jogador terá como objetivo encontrar a geleia de morango e a jujuba de morango. Se o jogador não tiver uma carta que combine, deve descartá-la. Se tiver, deverá descartar outra carta. Na sequência, deve passar a vez para o próximo jogador.

- Observação: A ideia principal do jogo é fazer com que os alunos utilizem os conceitos da classificação NOVA para identificar aqueles alimentos que devem, preferencialmente, estar mais ou menos presentes na alimentação. Por este motivo, é necessário que seja realizada antes do início do jogo uma breve explanação sobre o Guia Alimentar para a população Brasileira e a classificação NOVA dos alimentos. Após o fim das rodadas, outras questões podem ser aprofundadas e discutidas baseado nas dúvidas e curiosidades dos participantes.

Equipe elaboradora: Virgínia Campos Machado, Jailma Costa Brito, Gabriela Brito de Lima Silva, Amanda Santos Bispo

Projeto: “Saúde e nutrição na escola: análises a partir dos livros didáticos e das falas de professores dos anos iniciais do ensino fundamental”. Tal projeto foi aprovado no Edital da Pró-reitoria de Assistência Estudantil 02/2017 - Programa Permanecer, Universidade Federal da Bahia