

ACÇÃO DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL PARA O PÚBLICO INFANTIL: RELATO DE EXPERIÊNCIA

**Luana Rodrigues Pompeu¹; Sofia Yurie Ribeiro Ishigaki²; Ariane Gonçalves De Borborema³;
Leila Aleixo Oeiras⁴.**

¹Graduanda em Nutrição, Centro Universitário da Amazônia (UNIESAMAZ), Belém, Pará.

²Graduanda em Nutrição, Centro Universitário da Amazônia (UNIESAMAZ), Belém, Pará.

³Nutricionista, Centro Universitário da Amazônia (UNIESAMAZ), Belém, Pará,

⁴Nutricionista, Centro Universitário da Amazônia (UNIESAMAZ), Belém, Pará.

DOI: 10.47094/IICOLUBRAIS2022/89

PALAVRAS-CHAVE: Alimentação escolar. Educação em Saúde. Nutrição da criança.

ÁREA TEMÁTICA: Saúde Coletiva

INTRODUÇÃO

A Alfabetização Alimentar e Nutricional é um termo relacionado à alimentação durante a fase escolar infantil, apresenta como objetivo transferir conhecimento ao público infantil sobre a importância de uma alimentação saudável e seus benefícios ao longo da vida. Além disso, a promoção de alimentação e nutrição oferecem autonomia nas escolhas da alimentação saudável sendo essencial na primeira infância. Nesse contexto, é importante destacar a transição alimentar que se dá por meio da substituição de alimentos in natura e minimamente processados por produtos ricos em sódio, açúcares adicionados e gordura. Com isso, as taxas de mortalidade referente às doenças crônicas não transmissíveis, visto que, foi relatado que as tornaram responsáveis por 70% de mortes no mundo, ou seja, a má alimentação e ausência da prática de exercício físico estão ligadas diretamente a fatores de risco acerca de prevalência dessas enfermidades. Sendo de suma importância as ações educativas nas escolas de nível fundamental, no qual resulta em conhecimentos, atitudes e práticas relacionados à nutrição a fim de orientar pais e responsáveis sobre a importância do estado nutricional de seus filhos, visto que, os pais possuem um papel crucial na construção de preferências alimentares, e a ausência desses conhecimentos podem acarretar riscos à saúde das crianças. Diante do exposto o relato de experiência tem como objetivo descrever o desenvolvimento da ação de educação alimentar e nutricional para o público infantil.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo do tipo relato de experiência, visando a Educação Alimentar e Nutricional, realizado no período de estágio supervisionado social I em outubro de 2022, em parceria com o Projeto de Extensão Universitária Ação Nutrir, na Escola Estadual do Ensino Fundamental Preventório Santa Terezinha (Belém-PA), esta instituição promove um auxílio aos estudantes e familiares por meio da prestação de saúde, educação e empreendedorismo.

A ação foi realizada com público alvo de 120 crianças do primeiro ano do ensino fundamental

no turno da manhã e da tarde. A elaboração da atividade foi dividida em duas etapas, a primeira refere-se à produção de materiais para a realização da atividade lúdica. A segunda etapa, foi a realização da dinâmica, orientando alunos a pegarem peças dentro de uma caixa surpresa e após isso, acharem seus respectivos pares em uma piscina de bolinhas, havendo intuito de expor frutas e legumes e ressaltar a importância do devido consumo. Em seguida, foi realizada uma análise qualitativa se houve ou não modificações nos hábitos alimentares das crianças através da nutricionista responsável pela instituição.

FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA OU RESULTADOS E DISCUSSÕES

Existem diversos fatores que podem induzir o comportamento alimentar infantil, como por exemplo o ambiente escolar, pois apresenta um imenso papel na propagação de informação sobre a alimentação saudável. Dessa forma, essa ação realizada com 120 crianças do primeiro grau no auditório do Preventório Santa Terezinha se faz imprescindível, uma vez que teve como intuito apresentar os benefícios e a importância de uma alimentação saudável.

Com isso, a ação teve como fundamento o Guia Alimentar Para População Brasileira que promove a prevenção, proteção e promoção à saúde. Desse modo, foi proposto uma caixa surpresa para a criança sortear e buscar o par da imagem do alimento na piscina de bolinhas levando informações sobre a importância do consumo de alimentos in natura como legumes, frutas e verduras. No quadro abaixo apresentam-se as etapas de execução da atividade (BRASIL, 2014).

Quadro 1: Ordem de execução da atividade. Belém - Pará, 2022.

Tema: Caixa Misteriosa		
Público alvo: Crianças do 1º ano	Duração: 9h às 12h	Duração: 14h às 17h
Atividade desenvolvida	Recursos:	Responsáveis:
1º momento: auditório Foi organizado uma fileira com as crianças		Acadêmicas de Nutrição
2º momento: retirada da imagem e perguntas As crianças foram convidadas a retirar as imagens da caixa Misteriosa	Imagens e caixa misteriosa	
3º momento: perguntas e achar os pares de bolinha Foi perguntado se conheciam os alimento e após isso as crianças tinham que achar os pares dos alimentos	Imagens e caixa misteriosa e piscina	

Fonte: Autoria própria (2022).

É indispensável a vigilância das preferências alimentares no período infantil, uma vez que, uma alimentação variada e balanceada contribui para a oferta de energia, crescimento e desenvolvimento dessa criança. Além disso, os fatores ambientais e a influência da mídia têm atuando gradativamente nos hábitos alimentares dos mesmos, literaturas vem expondo que jovens e crianças passam em média mais de 7 horas dos seus dias em mídias eletrônicas, ou seja 20 a 25% da sua ingestão diária localiza-se em frente a meios de comunicação, portanto os responsáveis devem examinar o conteúdo

e o tempo de exposição das crianças, em consequência de que o ambiente pode tornar o acesso à inserção desses alimentos saudáveis difíceis (SCAGLIONI. et al 2018).

Desse modo, os hábitos alimentares interferem diretamente no estado nutricional das crianças, influenciando no acometimento de diversas doenças crônicas decorrentes do sobrepeso e obesidade. De acordo com o Plano de Ações Estratégicas para o Enfrentamento das Doenças Crônicas e Agravos Não Transmissíveis No Brasil essas patologias são responsáveis por mais da metade das mortes ocorridas. Além disso, existem alguns fatores que influenciam na incidência da doença, como baixa renda, nível de escolaridade e falta de informações. Tendo em vista isso, é visível a importância de ofertar conhecimento às crianças da instituição (BRASIL, 2021-2030).

Figura 1: Busca na piscina de bolinha.



Fonte: Autoria própria (2022).

Figura 2: Caixa misteriosa.



Fonte: Autoria própria (2022).

CONCLUSÃO

Conclui-se que durante essa ação o público infantil demonstrou interesse ao aprendizado sobre uma alimentação adequada, ou seja, dessa forma o conhecimento adquirido irá refletir positivamente em seus hábitos alimentares, evitando doenças crônicas e seletividade alimentar. Diante do exposto, é de suma importância ações educativas sobre alimentação saudável em escolas, em virtude de que é um ambiente favorável para aprendizado dos alunos de forma lúdica.

PRINCIPAIS REFERÊNCIAS

AHMADPOUR, Mohammad *et al.* **Children Food and Nutrition Literacy - a New Challenge in Daily Health and Life, the New Solution: Using Intervention Mapping Model Through a Mixed Methods Protocol.** J Med Life, 2020.

ANGELES-AGDEPPA, imelda *et al.* **Integrated school based nutrition programme improved the knowledge of mother and schoolchildren.** Matern Child Nutr. 2019.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira: promovendo a alimentação saudável.** 2014.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Plano de Ações Estratégicas para o Enfrentamento das Doenças Crônicas e Agravos não Transmissíveis no Brasil 2021-2030.** 2021.

DOUSTMOHAMMADIAN, Azam *et al.* **Low food and nutrition literacy (FNLIT): a barrier to dietary diversity and nutrient adequacy in school age children.** BMC Research Notes, 2020.

SCAGLIONI, Silvia *et al.* **Factors Influencing Children's Eating Behaviours.** Nutrients, 2018.