01 a 03 de Novembro de 2021

A LUDICIDADE COMO FERRAMENTA DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL PARA A PROMOÇÃO DE UMA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E ADEQUADA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Congresso Online de Educação Alimentar e Nutricional, 1ª edição, de 14/12/2020 a 17/12/2020
ISBN dos Anais: 978-65-86861-66-2

MELO; Laryssa Rebeca de Souza [1], OLIVEIRA; Juliana Souza [2]

RESUMO

A prevalência de sobrepeso e obesidade vem aumentando na maioria dos países, em todas as idades, sendo considerado um dos problemas nutricionais mais significativos da atualidade. Na infância, sabe-se que esse problema pode acarretar o aparecimento de outras patologias, como dislipidemias, hipertensão e diabetes *mellitus*, as quais anteriormente eram evidenciadas apenas em adultos. Ainda mais, acredita-se que a obesidade pode interferir na habilidade cognitiva das crianças, dificultando alguns mecanismos envolvidos no processo de aprendizagem. Diante dessa conjuntura, a educação alimentar e nutricional (EAN) é uma essencial estratégia a ser utilizada, sendo a sua materialização dada a partir da singularidade do lúdico, onde há uma possibilidade de entrega que é perpassada pelos símbolos, sonhos, desejos, dores e alegrias; há uma troca significativa e não declarada, mas percebida pelas entrelinhas. Nesse contexto, o presente estudo objetivou demonstrar a importância da ludicidade como estratégia de EAN para a potencialização do aprendizado sobre alimentação saudável e adequada no público infantil. Trata-se de um estudo pesquisa-ação realizado com crianças de faixa etária de 5 a 7 anos, pertencentes ao primeiro ano do Ensino Fundamental I do Instituto Santo Inácio de Loiola da rede de ensino de Vitória de Santo Antão - PE, no período de março a abril de 2019. A pesquisa foi dividida em três momentos principais: o primeiro – o diagnóstico, com objetivo de analisar o perfil alimentar dessas crianças a partir da aplicação do questionário de frequência alimentar (QFA) aos pais/responsáveis, e o conhecimento delas sobre alimentação, nutrição e hábitos que compõe um estilo de vida saudável, o segundo – as atividades de EAN, as quais foram mediadas pela natureza contínua da estória do personagem principal de um boneco nomeado Noah, e o terceiro – oficina de conclusão e avaliação final. Ao analisar a frequência alimentar das crianças que participaram do estudo, foi possível observar que havia um baixo consumo de tubérculos, verduras, legumes e frutas, e uma elevada ingestão de alimentos industrializados. Além disso, as crianças apresentaram ações que levam a comportamentos alimentares inadequados, como a utilização de aparelhos tecnológicos ou a ausência da família à mesa no momento das refeições. Quanto ao efeito da intervenção nutricional com o uso da ludicidade, notou-se que as crianças apresentaram uma boa interação e envolvimento, e que estas tiveram uma influência satisfatória para a construção do conhecimento sobre nutrição e alimentação adequada. Utilizar de um enredo construído a partir de uma estória de um boneco e

[1] Universidade Federal de Pernambuco, laryssarebeca18@gmail.com
[2] Universidade Federal de Pernambuco, juliana.souzao@ufpe.br

fazer com que as crianças se envolvessem a cada atividade, foi a materialização do lúdico em sua singularidade. A partir dessa ferramenta de metodologia ativa, os alunos aprenderam com mais prazer e alegria, o que potencializou o desenvolvimento cognitivo, afetivo e social, visto que envolveu a emoção ao processo de aprendizagem. Concluiu-se que esse trabalho contribuiu para o empoderamento das crianças no tocante a alimentação adequada e saudável, além de possibilitar uma reflexão sobre a forma da materialização das atividades de EAN, destacando a ludicidade, a partir dos atributos da pedagogia construtivista e freireana, uma importante ferramenta.

PALAVRAS-CHAVE: Criança, Educação Alimentar e Nutricional, Jogos e Brinquedos, Ludicidade.

[1] Universidade Federal de Pernambuco, laryssarebeca18@gmail.com
[2] Universidade Federal de Pernambuco, juliana.souzao@ufpe.br