01 a 03 de Novembro de 2021

A EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL COMO ESTRATÉGIA PARA A FORMAÇÃO DE HÁBITOS ALIMENTARES SAUDÁVEIS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA COM PRÉ-ESCOLARES

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

PANTOJA; Marilia Alves Reis [1], PEREIRA; Isabelle Joubert [2], FALCÃO; Lorena Furtado [3]

RESUMO

INTRODUÇÃO: A educação nutricional refere-se a um conjunto de estratégias, acompanhas de suporte ambiental, voltadas para a promoção da cultura e da valorização da alimentação, respeitando e contribuindo para a alteração voluntária de crenças, valores, atitudes, representações, práticas, comportamentos e relações sociais que são estabelecidas em torno da alimentação, com intuito de alcançar a saúde e o bem estar dos indivíduos (BOOG, 2013). Assim sendo a EAN tem por finalidade contribuir para a promoção e a proteção de saúde, através da alimentação adequada e saudável (TEIXEIRA, 2019). Nesse contexto, a escola possui papel fundamental na formação de crianças e adolescentes bem como o vinculo à possibilidade de ampliação de conhecimentos para as famílias e comunidades, tornando-se um espaço favorável à promoção da saúde e, mais especificamente, da promoção da alimentação saudável (BRASIL, 2008a). **OBJETIVO:** Descrever relato de experiência com pré-escolares acerca da EAN e a formação de hábitos alimentares saudáveis. **METODOLOGIA:** A ação relatada integra uma dinâmica de EAN, em um centro educacional de ensino fundamental em Belém/PA, no qual foi abordado o eixo educação nutricional com pré-escolares a partir de atividades lúdicas. Participaram da dinâmica 4 alunos acadêmicos de nutrição e a professora responsável pela orientação dos alunos do estabelecimento de vínculos entre a universidade e a atividade de EAN com a escola. A experiência consistiu no seguinte modo: houve a participação de 50 crianças, de ambos os sexos, com a faixa etária entre 4 a 9 anos de idade. No encontro, foi ministrada uma atividade expositiva e, posteriormente, foram realizadas atividades lúdicas correspondentes a alimentação saudável, composto por um semáforo de alimentos saudáveis e um jogo da memória relacionado a abordagem proposta no semáforo. Para tal, foram utilizados imagens, jogos e atividades de pintura, como material de apoio. As imagens foram cuidadosamente selecionadas da internet e os jogos e atividades de pintura foram confeccionados pelos acadêmicos, com o uso de materiais para pintura. Logo, buscou-se resgatar conceitos anteriormente abordados sobre alimentação saudável e surgidos ao longo do encontro, mediante a interação dos escolares com os acadêmicos. **RESULTADOS:** Foi observado grande participação e interesse dos escolares com o tema e a estratégia utilizadas na ação. Todavia, é importante ressaltar que a adoção permanente desses hábitos é uma missão complexa, em que há a necessidade de capacitação de professores, merendeiras, dirigentes

[1] Universidade Da Amazônia (UNAMA), mariliareis20@hotmail.com
[2] Universidade Da Amazônia (UNAMA), isabelle.joubert@outlook.com
[3] Universidade Da Amazônia (UNAMA), lorena.falcao@unama.br

escolares e de outros profissionais da escola, a fim de ampliar a realização dessas atividades, que contribuem para o processo de educação nutricional. **CONCLUSÃO:** A partir da prática realizada no âmbito escolar, nota-se que esse ambiente é favorável para atividades de educação alimentar e nutricional, uma vez que dispõe de um grupo exposto diariamente ao aprendizado. Logo, a experiência foi fundamental para compreender o papel do profissional de nutrição na promoção da EAN. Além disso, é importante ressaltar que ampliar a realização dessas atividades, contribui para o processo de educação nutricional, proporcionado, assim, conhecimento e sensibilização acerca da adoção de hábitos alimentares saudáveis.

PALAVRAS-CHAVE: Ambiente Escolar, Dinâmicas Educativas, Educação Alimentar.

[1] Universidade Da Amazônia (UNAMA), mariliareis20@hotmail.com
[2] Universidade Da Amazônia (UNAMA), isabelle.joubert@outlook.com
[3] Universidade Da Amazônia (UNAMA), lorena.falcao@unama.br