01 a 03 de Novembro de 2021

PROMOVENDO ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL COM CRIANÇAS EM UMA CRECHE PÚBLICA DO DISTRITO FEDERAL: 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

SOUZA; Ana Paula Silva de [1], SABINO; Sharla Crisllany Rodrigues [2], GOMES; Barbara Monique Sousa [3], SOUSA; Daniele Cristina Campos de [4], COSTA; Júlia Nayane Sousa da [5], KUBO; Stefanie Eugenia Coelho [6]

RESUMO

Introdução: A infância é a fase em que se desenvolve uma visão crítica e prudente relacionada a valores, ações e modos de vida, sendo uma etapa importante para criação de práticas e hábitos alimentares saudáveis. Objetivo: Relatar a experiência de promover conhecimento e autonomia para escolhas alimentares saudáveis em crianças de 4 anos de uma creche pública do Distrito Federal. Métodos: Realizou-se oficinas de Educação Alimentar e Nutricional em uma creche pública do Distrito Federal, mediante autorização da diretora, sob o consentimento dos pais ou responsáveis dos alunos e com acompanhamento da nutricionista do local. As atividades foram feitas em três etapas (diagnóstico, intervenção e avaliação). No diagnóstico foram usadas três estratégias com o objetivo de identificar preferências alimentares, conhecimento sobre alimentação adequada e hábitos alimentares em casa. Em seguida, foram desenvolvidas oficinas para incentivar o consumo de alimentos in natura e ensinar a importância da alimentação saudável. Nessa fase foram usadas duas brincadeiras: 1- Cartaz com boneco feliz e triste, em que os alunos teriam que colocar alimentos saudáveis no boneco feliz e não saudáveis no triste; 2- Jogo com a caixa, em que os alunos vendados teriam que descobrir o alimento dentro da caixa utilizando os sentidos tato e olfato. Após as oficinas foi feita a Avaliação do aprendizado com a brincadeira ¨Comida Quente¨. Colocou-se alimentos de diferentes níveis de processamento dentro de uma caixa, que passava pelos alunos ao som de uma música, ao interrompê-la o aluno teria que abrir a caixa e responder se o alimento era saudável ou não. Resultados: Na Oficina 1 os alunos distribuíram os alimentos corretamente em cada boneco, sinalizando dificuldade apenas em três alimentos: cuscuz, tapioca e iogurte sabor morango. Na Oficina 2 houve dificuldade de reconhecer a batata doce, berinjela, pêssego e abobrinha. Os resultados da Avaliação também foram satisfatórios uma vez que os alunos responderam corretamente o que foi proposto. Conclusão: Com os resultados observa-se que as oficinas alcançaram os objetivos com êxito, reforçando assim a importância de trabalhos de educação alimentar na infância.

PALAVRAS-CHAVE: ALIMENTAÇÃO ESCOLAR, CRIANÇA, EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL.

[1] Faculdade LS educacional, ana.souza36@lseducacional.com
[2] Faculdade LS educacional, sharla.sabino82@lseducacional.com
[3] Faculdade LS educacional, barbara.gomes21@lseducacional.com
[4] Faculdade LS educacional, daniele.sousa51@lseducacional.com
[5] Faculdade LS educacional, anapaulasilvadesouza52@gmail.com
[6] Faculdade LS educacional, stefanie.kubo@ls.edu.br

[1] Faculdade LS educacional, ana.souza36@lseducacional.com
[2] Faculdade LS educacional, sharla.sabino82@lseducacional.com
[3] Faculdade LS educacional, barbara.gomes21@lseducacional.com
[4] Faculdade LS educacional, daniele.sousa51@lseducacional.com
[5] Faculdade LS educacional, anapaulasilvadesouza52@gmail.com
[6] Faculdade LS educacional, stefanie.kubo@ls.edu.br