



AÇÃO DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL (EAN) EM UM SUPERMERCADO DE RECIFE-PE.

II Congresso Online Nutricionistas de Excelência, 2ª edição, de 12/04/2021 a 16/04/2021

ISBN dos Anais: 978-65-86861-95-2

OLIVEIRA; Naomi Shede Rangel de ¹, SANTOS; Maria Eduarda Anulino dos ², MELO; Alyne Mariana de Souza Oliveira ³, DUARTE; Marcia Adriana de Souza ⁴, SIQUEIRA; Thays Andrade de ⁵

RESUMO

Introdução: Observa-se que grande parte da população não tem o hábito de ler os rótulos dos alimentos antes de comprar e/ou consumir, e muitas vezes por falta de informação, e por estímulo da mídia acaba optando por escolhas inadequadas. E, por isso, muitas vezes acreditam estar fazendo escolhas mais saudáveis e não estão. A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) tem o objetivo de promover a conscientização para a melhora dos hábitos alimentares, sendo o supermercado um local propício para o desenvolvimento dessa atividade. Objetivos: O presente trabalho tem por objetivo relatar a atividade de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) desenvolvida por alunas do Centro Universitário Maurício de Nassau – Recife/PE, em um supermercado localizado na bairro da Boa Vista – Recife/PE. Métodos: Foi realizada uma atividade de conscientização a respeito da importância da leitura de rótulos dos alimentos, com a entrega de material elaborado pela equipe com conteúdo explicativo informando os seguintes aspectos: significado de cada item contido na rotulagem dos produtos exigido pela Anvisa, e informações de como diferenciar os produtos light, diet e zero. Resultados: Com a realização do trabalho foi observado que grandes partes dos indivíduos entrevistados não sabiam fazer a leitura do rótulo dos alimentos e não conseguiam definir e diferenciar os produtos e, como consequência não faziam escolhas saudáveis em relação aos alimentos. Conclusão: A oportunidade dessa ação educativa proporcionou ajudar os indivíduos daquele local a fazerem escolhas conscientes na hora de comprar e consumir algum alimento, dando-lhes autonomia alimentar perante suas escolhas.

PALAVRAS-CHAVE: Educação Nutricional, Nutrição, Rotulagem.

¹ Centro Universitário Maurício de Nassau- Recife/PE, naomi.shede@hotmail.com

² Centro Universitário Maurício de Nassau- Recife/PE, madusantos30@gmail.com

³ Centro Universitário Maurício de Nassau- Recife/PE, alynemariana00@hotmail.com

⁴ Centro Universitário Maurício de Nassau- Recife/PE, adrianaduartemkt@hotmail.com

⁵ Centro Universitário Maurício de Nassau- Recife/PE, thays-96andrade@outlook.com