

O PAPEL DA EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NA ADOÇÃO DE HÁBITOS ALIMENTARES SAUDÁVEIS NA INFÂNCIA: REVISÃO INTEGRATIVA

Congresso Brasileiro On-line de Comportamento Alimentar, Alimentação e Saúde, 3ª edição, de 26/04/2021 a 29/04/2021
ISBN dos Anais: 978-65-86861-99-0

LIBÂNIO; Jorgiana Araújo ¹, SILVA; Eziel Cardoso da ²

RESUMO

Introdução: A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) constitui uma estratégia preconizada pelas políticas públicas em alimentação e nutrição, sendo considerada uma importante ferramenta para a promoção de hábitos alimentares saudáveis, portanto, recomenda-se uma educação alimentar e nutricional servidas por estratégias de bons hábitos, de forma que a EAN seja vista como um instrumento para se conquistar uma vida mais saudável. Por sua vez, a infância se constitui como a fase da vida que apresenta importantes aspectos para a formação de hábitos e práticas comportamentais em geral, especificamente alimentares; **Objetivo:** Por esse motivo, objetivou-se realizar uma análise reflexiva quanto ao papel da educação alimentar e nutricional na adoção de hábitos alimentares saudáveis na infância; **Métodos:** Trata-se de uma revisão integrativa baseada na coleta de artigos e dissertações publicados e indexados nos bancos de dados eletrônicos Scielo, Biblioteca Virtual de Saúde (BVS) e Google Acadêmico, entre os anos 2009 e 2019, que possuam referência sobre o assunto, os quais foram selecionados, e ao final, 07 publicações foram relacionadas ao tema; **Resultados:** A pesquisa mostrou que o papel da EAN seja na perspectiva da sua incorporação aos hábitos de vida saudáveis das crianças, seja como sendo uma intervenção nutricional nas escolas e com a comunidade envolvida, vêm apresentando resultados positivos. Em todos os trabalhos coletados foi observado um aumento do conhecimento em nutrição após intervenções realizadas nas escolas com as crianças, assim como um aumento da frequência de consumo das porções de cereais, frutas, hortaliças, carnes, ovos, leguminosas e leite. Verificou-se em um dos estudos analisados nessa pesquisa, o qual analisou a efetividade de um programa de EAN visando à prevenção da obesidade e melhorias no perfil de consumo alimentar de escolares da 2ª série do ensino fundamental de duas escolas do município de Florianópolis, a necessidade de um programa mais longo e contínuo, o qual possa integrar toda a comunidade escolar e a família, a fim de propiciar à criança a formação de hábitos de vida saudáveis. Observou-se que as estratégias mais comuns aplicadas para a conscientização dos alunos sobre a importância da adoção de hábitos alimentares e nutricionais saudáveis, aderem-se às propostas educativas inovadoras que as escolas promovem, tais como as práticas educativas que estimulam a participação e o envolvimento dos alunos nas práticas como na apresentação de palestras, oficinas e implantação de horta na escola; **Conclusão:** Assim, o presente estudo concluiu que o papel da educação

¹ UNIPÓS - UNIDADES INTEGRADAS DE PÓS-GRADUAÇÃO, PESQUISA E EXTENSÃO, UNIPÓS, Brasil, jorgiana29@hotmail.com

² UNIPÓS - UNIDADES INTEGRADAS DE PÓS-GRADUAÇÃO, PESQUISA E EXTENSÃO, UNIPÓS, Brasil, ezielcardoso@gmail.com

alimentar e nutricional na adoção de hábitos alimentares saudáveis na infância é comprovado e executado de diversas maneiras, apresentando resultados positivos e satisfatórios com relação ao objetivo proposto; Eixo temático: Educação Alimentar e Nutricional.

PALAVRAS-CHAVE: Educação alimentar e nutricional na infância, Hábitos alimentares saudáveis, Nutrição na infância