

UNIVERSIDADE SALGADO DE OLIVEIRA
NUTRIÇÃO

ALINE BÁRBARA DE CARVALHO TEIXEIRA
BRUNA GIOVANNA L. SILVA
HELEN CRISTINA CARVALHO
HILLARY PAMELA
MARINA EDUARDA T. DA SILVA
MEIRE ZULMIRA BRAGA

EDUCAÇÃO NUTRICIONAL E ALIMENTAR INFANTIL NO ÂMBITO ESCOLAR

BELO HORIZONTE
2022

ALINE BÁRBARA DE CARVALHO TEIXEIRA
BRUNA GIOVANNA L. SILVA
HELEN CRISTINA CARVALHO
HILLARY PAMELA
MARINA EDUARDA T. DA SILVA
MEIRE ZULMIRA BRAGA

EDUCAÇÃO NUTRICIONAL E ALIMENTAR INFANTIL NO ÂMBITO ESCOLAR

Trabalho apresentado no curso de graduação da
Universidade Salgado de Oliveira
Orientador : Meire Zulmira

BELO HORIZONTE
2022



UNIVERSIDADE SALGADO DE OLIVEIRA
GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO

TRABALHO DE CONCLUSÃO DE ESTÁGIO– 2022 / 8º PERÍODO

EDUCAÇÃO NUTRICIONAL E ALIMENTAR INFANTIL NO ÂMBITO ESCOLAR

ALINE BÁRBARA DE CARVALHO TEIXEIRA
BRUNA GIOVANNA L. SILVA
HELEN CRISTINA CARVALHO
HILLARY PAMELA
MARINA EDUARDA T. DA SILVA
MEIRE ZULMIRA BRAGA

ORIENTADOR: MEIRE ZULMIRA

INTRODUÇÃO

No panorama mundial, compreende-se que atualmente as crianças e adolescentes possam ser incentivadas ao consumo de alimentos de baixo valor nutricional e ao sedentarismo (MULLER, 2001; SORENSEN, 2000; WANG; MONTEIRO; POPKIN, 2002).

As consequências associadas ao sobrepeso são o aumento no risco de doenças cardiovasculares, hipertensão, diabetes mellitus tipo 2, e, como observado mais recentemente, esteatose hepática e transtornos psicossociais resultantes da estigmatização social. Como crianças com sobrepeso têm maior probabilidade de se tornarem obesas na idade adulta, é essencial que sejam desenvolvidas políticas públicas voltadas para a prevenção da obesidade e a redução dos índices de obesidade na população pediátrica (GUERRA, 2011).

Nessa perspectiva, a escola é um espaço privilegiado para a construção e a consolidação de práticas alimentares saudáveis em crianças, pois é um ambiente no qual atividades voltadas à educação em saúde podem apresentar grande repercussão (RODRIGUES, 2010).

Entende-se, assim, que a implantação de programas de educação nutricional nas escolas e a consequente criação de um ambiente favorável à promoção de práticas alimentares e estilos de vida saudáveis, constituam estratégias importantes para combater [Digite aqui]

a obesidade infantil e as doenças crônicas a ela associadas (BUSS, 1999; JAIME; LOCK, 2009; JULIANO; CERVATO-MANCUSO; GAMBARDELLA, 2009).

OBJETIVO

Realizar ação educativa, como a educação nutricional e alimentar com o intuito de mostrar para as crianças na teoria, com uso de vídeos, desenhos para colorir e contato com os alimentos a importância de uma boa alimentação e a escolha correta dos mesmos.

Estimulando mudanças em seus hábitos alimentares optando por alimentos mais nutritivos para terem uma vida mais saudável.

¹ Discentes de nutrição da Universidade Salgado de Oliveira – Campus Salgado de oliveira/ Belo Horizonte / Brasil – Junho de 2022.

² Docente do Departamento de Nutrição da Universidade Salgado de Oliveira - Campus Belo Horizonte/MG/ Brasil - Nutricionista, Mestra e Doutoranda no Curso de Pós Graduação em Saúde Pública na Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG)

DESENVOLVIMENTO

O trabalho de educação nutricional e alimentar foi elaborado de acordo com a faixa etária dos alunos da EMEI Cachoeirinha de 1 a 6 anos e aplicado para as salas separadamente. Foram ministradas varias atividades 2 vezes na semana, as segundas e sextas feiras, uma sala por dia, contendo em média de 10 a 15 alunos.

As atividades tiveram em média duração de 4 horas, desenvolvidas através de videos educativos, desenhos para colorir, apresentação dos alimentos para conhecimento dos alunos e rodas de conversas para melhor desenvolvimento dos projetos, finalizando com dúvidas sanadas.

O conteúdo abordado foi baseado na demonstração de legumes, verduras e frutas, como lava-los, os benefícios de seus nutrientes para a saúde, a importância de uma boa alimentação, os malefícios de uma alimentação rica em açúcares, produtos industrializados e ultraprocessados e a higiene das mãos.

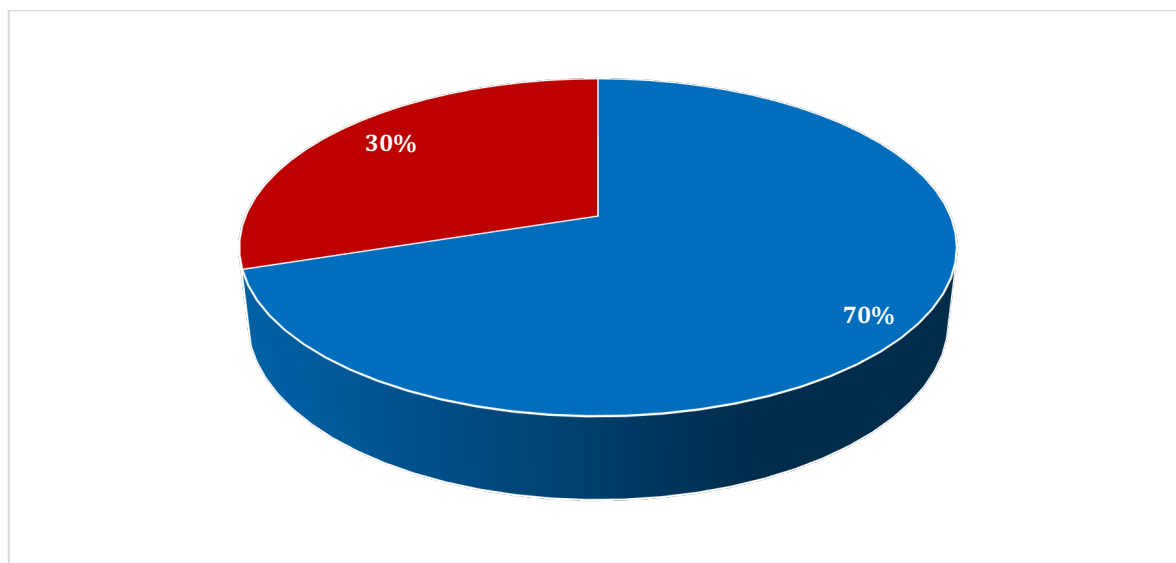
APÊNDICE A – Fotos das atividades desenvolvidas.





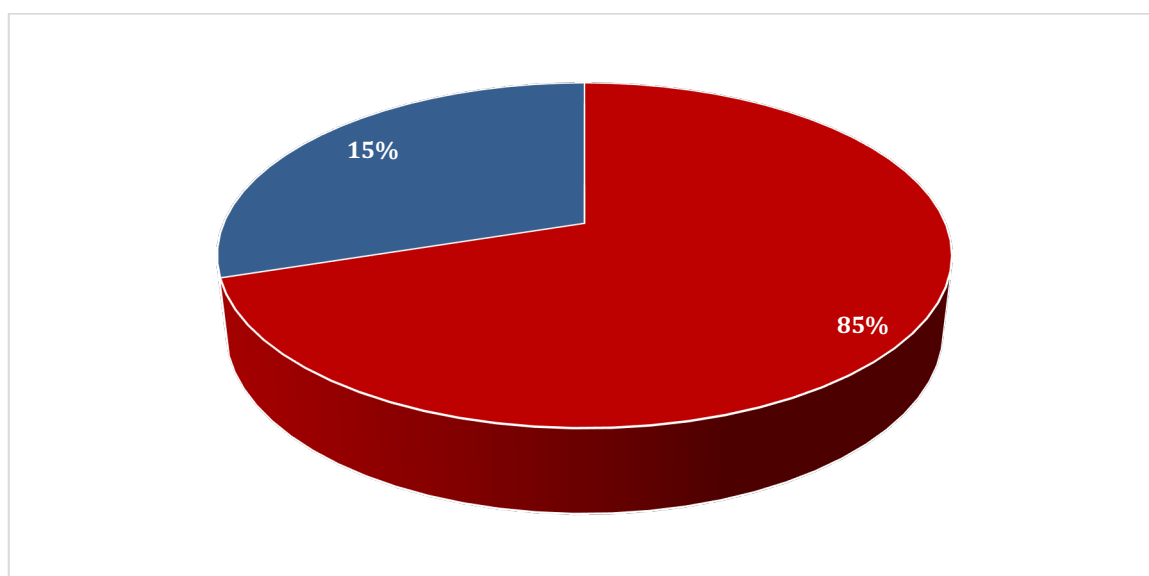


APÊNDICE B – Gráfico antes da aplicação das atividades



- Erros 70%
- Acertos 30%

APÊNDICE C – Gráfico depois da aplicação das atividades



- Acertos 85%
- Erros 15%

Pôde-se observar que após as atividades ministradas houve um aumento de 55% de acertos de acordo com os temas desenvolvidos, visto que antes das atividades os alunos desconheciam alguns alimentos e a importância dos mesmos para uma alimentação saudável.

CONCLUSÃO

Constatou-se que, após a educação nutricional e alimentar foram constituídas consideráveis mudanças, em relação a escolha e higiene dos alimentos.

As atividades devem ser aplicadas sempre que possível seguindo as necessidades dos alunos, para que haja sequência no processo de conscientização e para que repercuta na alimentação e saúde dos mesmos.

REFERENCIAS

1. SILVA. M. H. R, NEVES. S. F, NETTO. P. M. (2016). **Artigo:** Saúde do pré-escolar: uma experiência de educação alimentar e nutricional como método de intervenção. Disponível em: <https://periodicos.ufjf.br/index.php/aps/article/view/15678/8210>. Acessado em: 17/11/2022.
2. YOKOTA¹. R. T. C.; VASCONCELOS. T. F.; PINHEIRO. A. R.; SCHMITZ², B. S. **Artigo:** Projeto “a escola promovendo hábitos alimentares saudáveis”: comparação de duas estratégias de educação nutricional no distrito federal, brasil . Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rn/a/XYZh57nF56X5P5bC47tXFch/?format=pdf&lang=pt>. Acessado em: 17/11/2022.
3. PEREIRA, P. R.; SCAGLIUSI, F. B.; BATISTA, S. H. S. S. **Artigo:** Educação nutricional nas escolas: um estudo de revisão sistemática. Disponível em: http://sban.cloudpainel.com.br/files/revistas_publicacoes/344.pdf. Acessado em: 17/11/2022.
4. SILVEIRA. J. A.; TADDEI. J. A.; GUERRA. P. H.; , NOBRE. M. R. C.. **Artigo:** A efetividade de intervenções de educação nutricional nas escolas para prevenção e redução do ganho excessivo de peso em crianças e adolescentes: uma revisão sistemática. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jped/a/VgwRLzsrjGZnYpQ6vKHGMMf/?format=pdf&lang=pt>. Acessado em: 17/11/2022.