

II MOVAN

MOSTRA DE VIVÊNCIAS ACADÊMICAS EM NUTRIÇÃO

EAN sobre alimentação saudável com crianças de 5 a 9 anos

Autor(res)

Ana Cássia Lira De Amorim Cobra
Larissa Carolina Barros Fonseca
Esthefany Carvalho De Almeida
Flaviane Bruna Caceres Lima
Giovanna Da Silva Ribeiro
Anna Beatriz Pinheiro Moreira

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

UNIC BEIRA RIO

Introdução

A alimentação infantil é um tema que nos últimos anos tem despertado grande interesse em várias áreas do conhecimento por envolver diferentes aspectos além dos nutricionais. O conhecimento das repercussões imediatas e de longo prazo de uma alimentação inadequada tem contribuído para a busca de melhor entendimento de como o hábito alimentar é formado e chamado a atenção para a importância das práticas alimentares nos primeiros anos de vida.

Objetivo

Este trabalho apresenta o objetivo de relatar a experiência acadêmica com alunos do ensino fundamental onde foram realizadas orientações sobre hábitos saudáveis em alimentação e nutrição, procurando atrair a atenção dos alunos para abordar de forma esclarecedora e objetiva quais os alimentos auxiliam e prejudicam o desenvolvimento saudável das crianças.

Material e Métodos

Para o desenvolvimento do projeto de EAN da nutrição na E.M.E.B Glauca Maria Borges Garcia, foi montada uma mesa com alimentos saudáveis e não saudáveis de pelúcia juntamente com os desenhos para colorir e panfletos orientativos sobre os 25 mandamentos da alimentação infantil, que foram anexados nas cadernetas dos alunos para serem entregues aos pais. Foram afixados na parede tnt azul e juntamente a ele frutas artificiais para atrair os alunos. Foram utilizados também balões, toalha de mesa, pranchetas e tesoura.

Resultados e Discussão

Foram analisadas 191 crianças divididas em 10 turmas do período da manhã. Houve boa receptividade de toda equipe escolar, inclusive dos alunos, que apesar da pouca idade se mostraram interessados no assunto abordado e principalmente nos materiais para colorir que foram entregues, onde havia também caça palavras, minhas preferências em relação aos alimentos e descrever os nomes dos alimentos.

II MOVAN

MOSTRA DE VIVÊNCIAS ACADÊMICAS EM NUTRIÇÃO

Conclusão

Este trabalho permitiu perceber a importância da conscientização dos alunos em relação aos riscos do consumo excessivo de ultra processados nas refeições diárias. Percebeu-se que a EAN contribuiu para promoção da saúde e melhores escolhas dos alimentos, com os recursos simples de ilustrações, informativos, com exemplos acessíveis de alimentos para promoção de hábitos saudáveis e escuta ativa. Por fim, conclui-se que a ação foi enriquecedora por gerar reflexão sobre o assunto abordado.

Referências

HART, CN, Raynor HA, Jelalian E, Drotar D. The association of maternal food intake and infants' and toddlers' food intake. Child Care Health Dev. 2010; 36:396---403

