Redução do consumo de açúcar durante a infância.

Autor(res)

Gloria Maria Guizellini
Vitória Pinheiro Dos Santos
Crisnanda Santos Alves
Raiane Miqueli Jardim Sousa
Ana Clara Attianeze
Maria Jôvanna Batista Da Silva

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

CENTRO UNIVERSITÁRIO ANHANGUERA DE SÃO PAULO

Resumo

Este trabalho propõe a implementação de estratégias de aconselhamento alimentar e nutricional com o objetivo de reduzir o consumo de açúcar durante a infância. O foco principal é avaliar a quantidade de açúcar consumido por crianças de até 6 anos e promover uma reflexão sobre os malefícios do consumo excessivo. Para alcançar esses objetivos, são propostas atividades interativas e lúdicas, como uma adivinhação sobre a quantidade de açúcar em alimentos mais consumidos pelas crianças nessa faixa etária e uma oficina culinária para mostrar uma opção saudável de lanche. Os materiais utilizados incluem cartazes educativos e ingredientes para a preparação de um brigadeiro de banana com baixa quantidade em açúcar adicionado. Espera-se enfrentar desafios como a falta de atenção das crianças e a falta de participação dos pais na educação alimentar em casa, mas pretende-se superá-los por meio de estratégias de engajamento, como brincadeiras lúdicas e materiais informativos também para os pais. Este trabalho visa contribuir para a conscientização sobre a importância de uma alimentação saudável desde a infância, visando prevenir a obesidade infantil e promover hábitos alimentares positivos.