

# 6ª SEMANA DE CONHECIMENTO



## Redução do consumo de açúcar durante a infância.

### **Autor(res)**

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

### **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.