A EDUCAÇÃO ALIMENTAR COMO PRÁTICA EDUCATIVA

Autor(res)

Bernadete Lema Mazzafera
Gabrielli Tomé
Maria Clara De Oliveira Santos
Ezevaldo Aquino Dos Santos

Categoria do Trabalho

Iniciação Científica

Instituição

UNOPAR / ANHANGUERA - PIZA

Introdução

Como a alimentação é essencial para todos desde o início da vida, é justo que a educação alimentar tenha sua importância reconhecida desde os primeiros anos de ensino (Maldonado et al., 2021).
Atualmente, tem crescido a disponibilidade de aplicativos gratuitos voltados para a educação alimentar, tanto na Apple Store quanto na Play Store. Essas ferramentas digitais oferecem recursos práticos, como acompanhamento de refeições, dicas de escolhas mais saudáveis, calculadoras nutricionais e até jogos interativos que estimulam o aprendizado sobre alimentação equilibrada. O uso dessas tecnologias digitais voltadas à saúde representa um recurso importante, pois além de auxiliar no processo educativo, também favorece o registro detalhado da alimentação diária e possibilita a organização e análise de dados que podem ser aplicados em estudos nutricionais. (Alcântara et al., 2019). Desta forma, os aplicativos contribuem tanto para o desenvolvimento de hábitos saudáveis quanto para a produção de conhecimento científico na área alimentar.

Objetivo

Descrever algumas possibilidades de utilização de aplicativos digitais como ferramentas de apoio e incentivo à promoção da educação alimentar, contribuindo para hábitos saudáveis e conscientes.

Material e Métodos

O método adotado para este estudo foi a pesquisa bibliográfica, fundamentada em fontes secundárias, com foco na análise de artigos científicos disponíveis no Google Acadêmico. A seleção do material foi orientada pelo uso de palavras-chave específicas, tais como ‘educação’, ‘ensino’ e ‘educação alimentar’, permitindo identificar produções relevantes que contribuam para a compreensão e discussão do tema proposto.” Os dados foram analisados qualitativamente a partir da leitura dos artigos eleitos.

Resultados e Discussão

Dentre os diversos aplicativos que podem ajudar a promover a educação alimentar e nutricional, destaca-se o aplicativo “Desrotulando”, que visa capacitar o consumidor a identificar o conteúdo dos ingredientes que compõem os produtos alimentícios. O aplicativo traduz a informação dos rótulos de forma simples e acessível, fazendo com

que o aplicativo possa ser mais uma ferramenta de apoio no Programa Saúde na Escola (PSE), já que hoje em dia, a internet faz parte da vida de todos os jovens (Andrade et. al., 2024). O professor ou professores responsáveis por promover a educação alimentar podem utilizá-los em suas práticas pedagógicas para estimular escolhas saudáveis dos estudantes.

Conclusão

Neste breve estudo foi possível identificar que o uso da tecnologia é um ótimo recurso para educação alimentar, pois eles são práticos, cheios de possibilidades e ainda ajudam a gerar a promover hábitos saudáveis. O aplicativo “Desrotulando” é um ótimo exemplo, simplificando os rótulos para que as pessoas possam fazer escolhas mais conscientes.

Agência de Fomento

FUNADESP-Fundação Nacional de Desenvolvimento do Ensino Superior Particular

Referências

ALCÂNTARA, Caroline Magalhães de; SILVA, Amanda Newle Sousa; PINHEIRO, Patrícia Neyva da Costa; QUEIROZ, Maria Veraci Oliveira. Tecnologias digitais para promoção de hábitos alimentares saudáveis dos adolescentes. Revista Brasileira de Enfermagem, Brasília, v. 72, n. 2, 2019. DOI: https://doi.org/10.1590/0034-7167-2018-0352

ANDRADE, Michele et al. “DESROTULANDO” APPLICATION: BRAZILIAN CONSUMER SUPPORT TOOL FOR HEALTHY FOOD CHOICES. Ciência e Saúde Coletiva, 2024 Disponível em: https://cienciaesaudecoletiva.com.br/artigos/desrotulando-application-brazilian-consumer-support-tool-for-healthy-food-choices/19450?id=19450&id=19450&id=19450. Acesso em: 30 set. 2025.

MALDONADO, L. et al. Proposta de educação alimentar e nutricional integrada ao currículo de Educação Infantil e Ensino Fundamental. Cadernos de Saúde Pública, v. 37, n. suppl 1, 2021.