



Simpósio de Integração Acadêmica

“Bicentenário da Independência: 200 anos de ciência, tecnologia e inovação no Brasil e 96 anos de contribuição da UFV”

SIA UFV 2022



Atividades de educação alimentar e nutricional em uma escola pública de Viçosa-MG

Jessica Aparecida da Silva*, Sylvia do Carmo Castro Franceschini, Carla Mariely Negrão Farias, Sílvia Oliveira Lopes, Débora Letícia Frizzi Silva, Carina Aparecida Pinto, Elizangela da Silva Miguel, Francilene Maria Azevedo, Núbia de Souza de Moraes, Sheila Nunes

*Mestranda no Programa de Pós-Graduação em Ciência da Nutrição/Universidade Federal de Viçosa. Departamento de Nutrição e Saúde. E-mail: jessica.aparecida@ufv.br
Universidade Federal de Viçosa

Área do conhecimento: Ciências Biológicas e da Saúde; Área temática: Nutrição
Categoria do trabalho: Extensão

Palavras-chave: Educação Alimentar e Nutricional, Alimentação Saudável, Crianças

Introdução

A formação dos hábitos alimentares inicia-se na infância e vai sendo moldada e influenciada durante o desenvolvimento do indivíduo. Assim, nessa fase do desenvolvimento é primordial a promoção de uma alimentação saudável pela família e pela escola, enquanto instituições sociais que perpetuam hábitos e comportamentos (PIASETZKI; BOFF; BATTISTI, 2020).

Objetivo

Incentivar escolhas alimentares saudáveis, de forma lúdica, aos escolares de uma escola pública de Viçosa-MG.

Descrição das principais ações

- Atividades de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) com escolares de seis a dez anos, matriculados em turmas do ensino fundamental de uma escola estadual do município de Viçosa-MG.
- Dinâmicas desenvolvidas de acordo com a faixa etária por mestrandas e doutorandas do Programa de Pós-Graduação em Ciência da Nutrição e do Programa de Pós-Graduação em Agroecologia.
 - ✓ **Turmas de 6 a 7 anos: atividade “O que é? O que é?”**
As crianças, vendadas, eram estimuladas a adivinhar o nome da fruta a partir dos sentidos (olfato, tato).
 - ✓ **Turmas de 7 a 10 anos: Alimentação saudável e classificação dos alimentos segundo seu grau de processamento**
Foi realizada exposição dinamizada sobre o tema, utilizando-se de miniaturas de alimentos. Para fixação do conhecimento foi utilizado um semáforo, no qual as crianças deveriam associar a cor do semáforo ao processamento dos alimentos e consumo, verde=preferir (*in natura* ou minimamente processados), amarelo=moderar (processados) e vermelho=evitar (ultraprocessados). Para tanto, foram apresentadas imagens de alimentos para que os estudantes fizessem a associação.
- Posteriormente, houve a interação lúdico-musical sobre as frutas, em que se cantava uma música e falava nome de frutas ou objetos, sendo permitido bater palmas apenas quando fosse o nome de uma fruta.
- Por fim, as crianças receberam mexericas, produzidas por agricultores familiares locais.

Resultados

As atividades propiciaram integração e socialização entre os escolares de forma divertida e lúdica, havendo adesão e participação de todas. Permitiu o conhecimento acerca das frutas por intermédio da percepção dos sentidos, estimulando o consumo desses alimentos. Além disso, observou-se pensamento crítico acerca da temática, mediante a identificação e relato das crianças sobre os alimentos consumidos pela família, identificando-os como saudáveis ou não, demonstrando o desenvolvimento de autonomia para suas escolhas alimentares.

Conclusões

Atividades lúdicas de EAN são de suma importância para as crianças, pois:

- permitem o aprendizado de forma prazerosa e significativa, facilitando o processo ensino-aprendizagem.
- permitem o compartilhamento de informações acerca da alimentação saudável, uma vez que os escolares expressam aos familiares os conteúdos aprendidos, auxiliando na melhoria de hábitos alimentares no meio familiar de forma efetiva.

Dessa forma, ressalta-se a importância desse trabalho colaborativo com ações de caráter intersetorial e multiprofissional no ambiente escolar, estimulando o desenvolvimento dos escolares.

Bibliografia

PIASETZKI, C. T. R.; BOFF, E. T. B.; BATTISTI, I. D.. Influência da Família na Formação dos Hábitos Alimentares e Estilos de Vida na Infância. **Revista Contexto & Saúde**, v. 20, n. 41, p. 13-24, 2020.

Agradecimentos

À Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), à Fundação de Amparo e Pesquisa do Estado de Minas Gerais (FAPEMIG), ao Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq), ao Programa de Pós-Graduação em Ciência da Nutrição (PPGCN/UFV), ao Programa de Pós-Graduação em Agroecologia (PPGAGC/UFV) e aos gestores da escola na qual ocorreu a atividade.