

Atividade de educação alimentar e nutricional realizada no Consórcio Intermunicipal para Assistência à Criança e ao Adolescente (CIACA) em Viçosa, Minas Gerais

Livia Morato Nicoli, Ceres Mattos Della Lucia, Karoline Freitas Lopes, Julia Casagrande Varelas e Cleonice dos Santos Mendes

ODS 3 – Saúde e Bem-Estar

Extensão

Introdução

As práticas de educação alimentar e nutricional entre crianças e adolescentes são métodos que buscam a promoção da saúde e a construção de hábitos alimentares, desde a primeira infância. Promover o acesso a uma alimentação nutricionalmente equilibrada nessa fase é primordial para o crescimento e desenvolvimento, principalmente para indivíduos em situação de vulnerabilidade social. Os indivíduos atendidos pelo Consórcio Intermunicipal para Assistência à Criança e ao Adolescente (CIACA) encontram-se em situação de vulnerabilidade social, afastados de suas famílias por diferentes circunstâncias. Por meio das atividades propostas, buscou-se não apenas promover conhecimento, mas também fortalecer vínculos afetivos e proporcionar momentos de cuidado e escuta.

Objetivos

Realizar uma atividade de educação alimentar e nutricional, por meio de estratégias lúdicas que ensinassem sobre autonomia alimentar, voltada a crianças e adolescentes do CIACA.

Metodologia

A atividade ocorreu no dia 27 de abril de 2025 e foi organizada pelos alunos do Programa de Educação Tutorial em Nutrição (PET NUT), da Universidade Federal de Viçosa. Inicialmente, foi realizada uma roda de conversa para promover interação entre os grupos. Em seguida, as crianças entre 2 e 8 anos de idade e os adolescentes de 12 a 17 anos realizaram o plantio de orégano e alecrim em uma horta improvisada e o plantio de sementes de feijão em algodão, sendo orientadas sobre os cuidados necessários para cada plantio. As crianças e os adolescentes foram estimulados a cuidar e acompanhar o desenvolvimento das plantas, sendo instruídos sobre como utilizá-las em futuras preparações culinárias. O desenvolvimento de toda a atividade foi pautada no uso de abordagens didáticas, possibilitando que os integrantes desenvolvessem maior autonomia e liberdade ao realizar o plantio.

Resultados e/ou Ações Desenvolvidas

Pode-se observar que as crianças e os adolescentes tiveram participação ativa, mostrando espontaneidade no envolvimento. Alguns participantes apresentaram maior necessidade de atenção e acolhimento. Tal demanda reflete não apenas a individualidade, mas também o contexto social, afetivo e familiar em que estão inseridos, caracterizado pelo afastamento da família, insegurança emocional e ausência de políticas públicas efetivas. Pode-se evidenciar a importância e necessidade de abordagens mais sensíveis e acolhedoras com as crianças e os adolescentes, que envolvem não só o aspecto educativo, mas também o vínculo afetivo.



Conclusões

A construção da horta com as crianças e adolescentes proporcionou uma vivência de educação nutricional na prática. A atividade foi responsável por estimular o trabalho em equipe, promover hábitos alimentares mais saudáveis, além de intensificar o vínculo entre os participantes e o alimento.

Bibliografia

RAMOS, F.P; SANTOS, L.A.S; REIS, A.B.C. **Educação alimentar e nutricional em escolares: uma revisão de literatura.** Cadernos de Saúde Pública, v. 29, n. 11, 2013.

Apoio Financeiro