

Trabalho apresentado no 15º CBCENF

Título: CONHECIMENTO DE CRIANÇAS E JOVENS SOBRE HÁBITOS ALIMENTARES SAUDÁVEIS: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Relatoria: JAINARA GOMES DA SILVA
LAYANA PACHECO DE ARAUJO

Autores: ELIEL DOS SANTOS PEREIRA
PAULO KATIANA DA SILVA CARREIRO
LIVIA MARIA NUNES DE ALMEIDA

Modalidade: Pôster

Área: Vulnerabilidade social

Tipo: Relato de experiência

Resumo:

A segurança alimentar se constitui um problema de saúde pública, observada pela constante presença de doenças de origem alimentar. A infância é um período de intenso desenvolvimento da criança, e uma alimentação inadequada ocasiona déficits físico e cerebral, afetando todo seu crescimento, dificultando o aprendizado na escola e diminuindo o potencial intelectual. A escola como incentivadora no papel de educação alimentar, deve desenvolver ações educativas sobre alimentos saudáveis, a fim de diminuir o índice das doenças ocasionadas por má alimentação. As principais consequências de uma alimentação inadequada são as deficiências crônicas de vitaminas e minerais, obesidade que reflete em sedentarismo, aumento do colesterol, diabetes, hipertensão arterial e doenças coronarianas. O objetivo deste trabalho é incentivar crianças e jovens de uma escola no município de Caxias - MA a adoção de hábitos alimentares saudáveis voltadas à promoção da saúde e prevenção de doenças associadas a este grupo. Este estudo trata-se de um relato de experiência, onde foram desenvolvidas ações de educação em saúde por enfermeiras e monitoras do Programa de Educação pelo Trabalho para Saúde. Realizado no período de 16 a 20 de maio de 2011, na Unidade Escolar Municipal Vereador Teodomiro Carneiro dos Santos Neto, zona urbana do Município de Caxias/MA. O público foram crianças com faixa etária entre 5 a 8 anos de idade e jovens com faixa etária entre 11 a 15 anos. O trabalho foi realizado através de apresentação de uma peça teatral sobre alimentação saudável, questionamentos e esclarecimento de dúvidas de forma a analisar o entendimento dos participantes sobre as doenças que a má alimentação ocasiona. Observou-se que a apresentação serviu como uma forma de aprendizado mais fácil e divertida. Foi relatado pelas crianças a dificuldade em consumirem verduras e frutas e pelos jovens o consumismo elevado de produtos enlatados, refrigerantes e frituras. A educação em saúde visa acrescentar informações acerca de conhecimentos, melhorar a qualidade de vida, atuar de forma preventiva e evitar a ocorrência de problemas futuros. Ressalta - se que transformar os hábitos alimentares de uma população em geral não é fácil, pois às culturas e crenças influenciam de forma significativa, visando também o contexto social em que cada indivíduo está inserido. Portanto, com o desenvolvimento de atividade como essa, é possível aos poucos que a população se conscientize e modifique seus hábitos alimentares.