

Trabalho apresentado no 15º CBCENF

Título: EDUCAÇÃO EM SAÚDE SOBRE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL PARA CRIANÇAS ESCOLARES: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Relatoria: ARIADNE FREIRE DE AGUIAR MARTINS
Sibéria Teixeira de Almeida Moura

Autores: Samira Teles Fêlix
Dayana Mendonça Dantas
Maria Isis Freire de Aguiar

Modalidade: Pôster

Área: Determinantes de vida e trabalho

Tipo: Relato de experiência

Resumo:

INTRODUÇÃO: As crianças de 7 a 10 anos constituem uma faixa etária em processo de maturação biológica, na qual a alimentação desempenha papel decisivo. Dessa forma, é importante a formação de hábitos alimentares favoráveis à saúde, permitindo o crescimento e o desenvolvimento adequado e prevenindo uma série de doenças crônicas degenerativas na idade adulta. **OBJETIVO:** Relatar a experiência de atividades de educação em saúde sobre alimentação saudável e higiene dos alimentos direcionada para crianças em idade escolar. **METODOLOGIA:** Trata-se de um relato de experiência de atividade educativa, realizada por acadêmicos de enfermagem, na disciplina Educação e Saúde, da qual participaram 21 crianças de 7 a 10 anos de um Colégio do Ensino Fundamental, no município de Fortaleza - CE. A implementação das ações planejadas se desenvolveu em três etapas. Na primeira etapa, foi feita exposição oral sobre a importância da alimentação saudável e higienização dos alimentos e das mãos, utilizando figuras ilustrativas em cartazes. Na segunda etapa, foi realizada a dinâmica da “amarelinha”, na qual as crianças respondiam perguntas sobre o tema. Na terceira etapa, foi realizada a distribuição de frutas e sucos diversos, com entrega de brindes ao final. **RESULTADOS:** As atividades foram realizadas de forma lúdica, por meio da utilização de fantasias de frutas pelos facilitadores, gravuras e brincadeiras, com o intuito de estimular a cognição e memorização sobre os benefícios dos alimentos, além de incentivar as crianças a adotarem hábitos alimentares mais saudáveis. As crianças mostram-se atentas enquanto foram apresentados cartazes sobre a importância da alimentação saudável. Durante a dinâmica da “amarelinha”, as crianças interagiram mais sobre o tema. Após as atividades, foi realizada entrega de brindes (lápiz com gravuras de frutas), buscando resgatar a imagem do que foi ensinado. Em geral, a realização do projeto apresentou ampla aceitação por parte das crianças, educadores e funcionários da escola, que foi de extrema importância para o aproveitamento do projeto. **CONCLUSÃO:** A educação em saúde é uma estratégia que possibilita a ampliação do conhecimento e permite ao indivíduo fazer escolhas mais saudáveis. Atividades educativas sobre a alimentação desde a infância são relevantes, pois os hábitos alimentares geralmente são condicionados nos primeiros anos de vida.