

## Trabalho apresentado no 24º CBCENF

**Título:** INTERVENÇÃO EDUCATIVA EM SAÚDE SOBRE ALIMENTAÇÃO INFANTIL EQUILIBRADA

**Relatoria:** Maria Victória Pereira Veloso

Michele Cabral Lima

Maria Eduarda Soares Frota

**Autores:** Fabiana Batista Ribeiro

Domício Lima da Silveira Júnior

Adriana Sousa Carvalho de Aguiar

**Modalidade:** Pôster

**Área:** Tecnologias e comunicação na formação de enfermagem

**Tipo:** Relato de experiência

**Resumo:**

Introdução: A educação alimentar deve ser iniciada durante a infância, visto que os hábitos adquiridos nessa fase refletirão na vida adulta. A implementação de atividades educativas em saúde nas escolas tem demonstrado efeitos positivos, sendo o enfermeiro um importante agente educador em saúde. Objetivos: Relatar a experiência de uma intervenção educativa sobre alimentação equilibrada. Metodologia: Trata-se de um relato de experiência da realização de uma intervenção educativa sobre alimentação infantil equilibrada. A experiência foi pautada na vivência teórico-prática da disciplina de Trabalho em Campo III, do curso de Enfermagem da Universidade Estadual do Piauí, em junho de 2022. Participaram crianças do ensino fundamental na faixa etária de 9 a 10 anos de uma escola pública em Teresina-PI. A intervenção foi dividida em dois momentos, sendo o primeiro, uma exposição teórica sobre alimentação equilibrada - amparada por recursos audiovisuais - e o segundo, uma dinâmica, na qual as crianças identificaram opções de alimentos como saudáveis ou não saudáveis, colocando-os em uma caixa com espaços destinados para cada grupo da classificação. Resultados: A intervenção educativa teve como foco estimular nas crianças um comportamento alimentar equilibrado livre de medidas radicais, uma vez que não adianta proibir o consumo de algo que a criança já conhece, gosta e que faz parte da rotina familiar. No lugar da proibição deve existir uma educação alimentar, pois a restrição de alimentos potencialmente causadores de sobrepeso pode estimular as crianças a procurá-los em locais e horários fora do controle dos pais ou fazer, inclusive, com que estas passem a ter aversão pelos "bons alimentos". Por isso, orientar o porquê e quais alimentos devem ser consumidos com maior frequência e aqueles cujo consumo deve ser moderado ou evitado, ajudará a criança a ter o hábito de uma alimentação equilibrada e a selecionar os alimentos com mais facilidade. A intervenção obteve resultados satisfatórios, pois houve interação ativa dos participantes, que apresentaram suas dúvidas e compartilharam vivências pessoais cotidianas. Conclusão: A experiência possibilitou a consolidação de conhecimentos teórico-práticos sobre educação em saúde e o desenvolvimento de competências pedagógicas e didáticas para os acadêmicos. Além disso, colaborou para a complementação do conhecimento das crianças sobre alimentação equilibrada, mediante a participação ativa nas atividades desenvolvidas.