

Trabalho apresentado no 25º CBCENF

Título: A ENFERMAGEM E O PSE: UMA DISCUSSÃO SOBRE HÁBITOS ALIMENTARES SAUDÁVEIS.

Relatoria: Lara Livia Vieira Viana
Lilian de Andrade Melo Moraes
Suzana carneiro de Azevedo Fernandes

Autores: Laisa Azevedo de Melo
Cinthia Emanuelle da Silva Costa
Lidia Regina Tavares Silva

Modalidade: Comunicação coordenada

Área: Formação, Educação e Gestão em Enfermagem

Tipo: Relato de experiência

Resumo:

Introdução: Na infância que se começa a desenvolver os hábitos alimentares, fase essencial para apresentar os alimentos ideais para cada idade. O desenvolvimento alimentar na infância é gradual, longo e permanente. Ribeiro e Silva (2014) afirmam que a escola é um excelente local para haver uma intervenção na formação desses hábitos, pois é o lugar em que crianças e adolescentes passam a maior parte do tempo, podendo se reeducar nutricionalmente e levar consigo todas as experiências. O foco central são informações sobre os benefícios e malefícios de determinados alimentos. Desse modo, o projeto de extensão buscou a ampliação e estimulação de práticas de promoção da saúde ao público-alvo. Objetivo: Descrever experiências vividas em ação educativa sobre a importância da alimentação saudável na infância, em escola municipal de Mossoró/RN. Metodologia: Trata-se de uma ação realizada por alunos do Projeto de Extensão "Vigilância e Promoção em Saúde no Contexto Escolar (VPSE)", na Escola Municipal André Luís, localizada em Mossoró/RN, no dia 26 de maio de 2023, tendo como público-alvo adultos responsáveis pelos alunos/as da escola, entre 6 e 11 anos. Para o desenvolvimento da ação, foi proposto o seguinte roteiro: 1º momento: Levantamento dos conhecimentos prévios do público-alvo acerca da alimentação diária, isto é, quais alimentos do cotidiano; 2º momento: Construção de uma Pirâmide Alimentar coletiva a partir dos alimentos mencionados pelo público; 3º momento: Exposição de um banner didático com versão original da Pirâmide Alimentar e explicação dos benefícios e malefícios de cada grupo dos alimentos. Resultados: A atividade contou com a participação de cerca de 200 responsáveis no auditório da escola. A princípio, o público sentiu-se à vontade para responder sobre as refeições diárias, focando principalmente em alimentos regionais. Em seguida, a Pirâmide Alimentar coletiva foi construída através da frequência do consumo dos alimentos, resultando: na base os mais consumidos, no meio os que eram ingeridos moderadamente, e o topo os que não faziam parte das refeições. Ao final, a Pirâmide Alimentar original trouxe propostas de mudanças de hábitos. Conclusão: Deste modo, foi possível realizar práticas promocionais com os responsáveis, para a construção de hábitos alimentares mais saudáveis e, tornando-os mais comprometidos com o processo saúde-doença das crianças, com orientações adequadas.