Trabalho apresentado no 26º CBCENF

Título: NUTRINDO O FUTURO PROMOVENDO ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E EDUCAÇÃO NUTRICIONAL: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Relatoria: Matheus Guilherme Duarte Rocha

Autores: Yattha Anderson Pereira Maciel
Ludmilla Sales da Silva
Sabrina Conceição Almeida Pereira
Cianny Ximenes Rodrigues Silva

Modalidade: Comunicação coordenada

Área: Eixo 1: Assistência, gestão, ensino e pesquisa em Enfermagem

Tipo: Relato de experiência

Resumo:

INTRODUÇÃO: A alimentação saudável durante a primeira infância é essencial para promover um crescimento e desenvolvimento adequados, especialmente entre crianças de 3 a 5 anos de idade. Nesse período, as crianças passam por fases intensas de crescimento físico e desenvolvimento cognitivo, onde a nutrição desempenha um papel crucial. OBJETIVO: Relatar a experiência da execução de um projeto de extensão sobre alimentação saudável em uma escola municipal do Tocantins. METODOLOGIA: Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, acerca da ação educativa sobre alimentação saudável, realizado pelos alunos do 7º período de enfermagem sob orientação do professor da disciplina extensionista que participaram de uma rápida reunião de planejamento antes da prática. RESULTADOS: A ação foi realizada pelos próprios alunos, em forma de palestra. Foram utilizados recursos como: materiais impressos com alimentos saudáveis e não saudáveis e 2 caixas que imitavam uma boca que seria nossa dinâmica. Após a exposição do assunto, foi realizada uma dinâmica que permitiu tirar dúvidas e ver a absorção dos alunos da explicação. A atividade permitiu transmitir, informações atuais sobre a importância da alimentação saudável nessa fase da vida. CONSIDERAÇÕES FINAIS: Realizar esse projeto de extensão possibilitou aos estudantes o desenvolvimento de habilidades com a comunicação, como utilizar metodologias ativas na educação em saúde, aprofundar o conhecimento sobre alimentação saudável e, principalmente, refletir sobre como uma prática tão simples, impacta diretamente a vida daquelas crianças. Nós, futuros enfermeiros, precisamos dessa possibilidade de reflexão que o projeto de extensão promoveu como o desenvolvimento do senso crítico e reflexivo em relação aos problemas de saúde, além de fortalecer a capacidade de aprender continuamente.