

Trabalho apresentado no 26º CBCENF

Título: EDUCAÇÃO EM SAÚDE: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA SOBRE PRÁTICAS DE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

Relatoria: Geyssy Nayra de Macêdo Silva
Siriane Jeyse dos Santos Martins

Autores: William Ryan Alves de Sousa
Helayne Cristina Rodrigues
Gizelia Araújo Cunha Porto

Modalidade: Pôster

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

Tipo: Relato de experiência

Resumo:

INTRODUÇÃO: O ambiente escolar é caracterizado como um espaço fundamental de oferta de conhecimentos e promoção da saúde. A boa alimentação deve tornar-se um hábito desde a infância, pois essa fase se constitui como um marco no desenvolvimento dos aspectos cognitivo, motor e afetivo da criança, fazendo-se necessário a conscientização sobre os benefícios da alimentação saudável desde a primeira infância. **OBJETIVOS:** Relatar a experiência de educação em saúde realizada por estagiários do curso de enfermagem da Universidade Estadual do Maranhão, campus Caxias. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo descritivo, de abordagem qualitativa, do tipo relato de experiência elaborado durante o Estágio Supervisionado em Saúde Coletiva. Realizou-se uma atividade educativa sobre alimentação saudável na primeira infância tendo como público-alvo os alunos de uma escola pública de Caxias, na faixa etária entre 3 a 5 anos. A atividade ocorreu na data de 23 de abril de 2024, no turno matutino e compreendeu em quatro etapas: primeiramente foi realizado a leitura e encenação de história lúdica sobre alimentação equilibrada, em seguida a realização de brincadeiras com imagens de alimentos para verificar a compreensão da mensagem da história, posteriormente uma sessão de degustação de frutas variadas (banana, melancia, uva, goiaba, maçã, tangerina, entre outras) e a inclusão de músicas educativas como parte do processo de aprendizagem. **RESULTADOS:** A experiência em promoção de alimentação saudável na primeira infância mostra resistência por parte de algumas crianças ao consumir novos alimentos no dia a dia. Os obstáculos enfrentados destacaram a importância de uma abordagem holística na promoção da alimentação saudável, envolvendo não só a oferta de alimentos, mas também a educação nutricional e a participação das crianças na escolha de sua alimentação. Em suma, a experiência ressaltou a necessidade de um trabalho contínuo e integrado entre família, escola e comunidade para garantir hábitos alimentares saudáveis desde a infância. **CONCLUSÃO:** Os resultados favoráveis, evidenciados pela aceitação dos alimentos pelas crianças e pela sensibilização sobre a importância da alimentação equilibrada, corroboram com a importância dessa intervenção na promoção da saúde infantil. A realização da experiência permitiu constatar que o objetivo proposto foi atingido, reiterando a importância da promoção de uma alimentação saudável desde os primeiros anos de vida.