

## Trabalho apresentado no 26º CBCENF

**Título:** ATIVIDADE EDUCATIVA SOBRE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL COM ESCOLARES: RELATO DE EXPERIÊNCIA

**Relatoria:** Victor Hugo da Silva  
Weverly Victória Moreira dos Santos  
Bruna Milena de Andrade Moraes

**Autores:** Shaiane Maria Amorim de Oliveira  
Samya Vanessa Moraes de Mendonça Lopes Soares  
Nathalia Lima da Silva

**Modalidade:** Comunicação coordenada

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

**Tipo:** Relato de experiência

**Resumo:**

Introdução: A alimentação saudável transcende a mera seleção de alimentos benéficos para o corpo humano, envolve também aspectos socioeconômicos, tornando-se um processo complexo e multifacetado. Durante a adolescência, ocorrem mudanças fisiológicas e sociais significativas, tornando essencial o desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis. O enfermeiro desempenha um papel crucial na promoção da saúde e no bem-estar dos alunos e professores. Objetivo: Relatar a experiência de roda de conversa entre os graduandos de enfermagem com os alunos de uma escola pública de Alagoas, sobre alimentação saudável. Metodologia: Trata-se de um relato de experiência, sobre uma ação educativa realizada em uma escola pública de Maceió - AL, por graduandos de enfermagem onde foi realizada uma discussão sobre alimentação saudável e seus desafios. Durante a roda de conversa, proporcionamos um ambiente onde os estudantes pudessem partilhar suas experiências relacionadas ao tema. Durante a roda de conversa, foram abordados métodos eficazes para promover as melhores escolhas alimentares, considerando os desafios enfrentados no cotidiano. Resultados e discussão: Durante a roda de conversa, ocorreu uma partilha entre os participantes, onde foram interagindo a respeito das práticas alimentares e suas preferências. Com embasamento científico dos graduandos, realizamos um estudo prévio da temática abordada e elaboramos um material de apoio para discutimos à importância de escolhas alimentares conscientes e seus impactos positivos no bem-estar geral. A alimentação saudável refere-se a um padrão de consumo alimentar que fornece ao corpo todos os nutrientes necessários para manter a saúde e o bem-estar. Além disso, uma alimentação envolve equilíbrio, moderação e evitar o consumo excessivo de alimentos processados e açúcares adicionados. Considerações finais: É essencial integrar o trabalho da enfermagem nos setores educacionais, especialmente em escolas públicas, onde há necessidade do enfermeiro de acompanhar a implementação do Programa Saúde na Escola (PSE), e garantir a integração entre políticas de Educação e Saúde.