



Tipo de trabalho: RESUMO SIMPLES (MÁXIMO 2 PÁGINAS)

EDUCAÇÃO EM SAÚDE COM PRÉ-ADOLESCENTES SOBRE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL: RELATANDO A EXPERIÊNCIA DE ACADÊMICAS DE ENFERMAGEM¹

**Nadine Both Da Silva², Karen Pietrowski³, Larissa Scheeren Thomas⁴,
Silvia Dos Reis Feller⁵, Carine Amabile Guimarães⁶, Lilian Zielke Hesler⁷**

¹ Pesquisa elaborada na disciplina de Enfermagem em Saúde Coletiva I do Curso de Graduação em Enfermagem - Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai das Missões/URI Campus de Santo Ângelo

² Aluna do Curso de Enfermagem da Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões, campus Santo Ângelo/RS-BR, e-mail: nadine_both@hotmail.com

³ Aluna do Curso de Enfermagem da Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões, campus Santo Ângelo/RS-BR, e-mail: karen.pietrowski@outlook.com

⁴ Aluna do Curso de Enfermagem da Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões, campus Santo Ângelo/RS-BR, e-mail: lari_scheeren_thomas@hotmail.com

⁵ Aluna do Curso de Enfermagem da Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões, campus Santo Ângelo/RS-BR, e-mail: silvia.feller@yahoo.com.br

⁶ Professora orientadora, Mestre em Ciências da Saúde. Docente no curso de Enfermagem da Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões, campus Santo Ângelo/RS-BR, e-mail: carine@san.uri.br

⁷ Professora Orientadora, Doutora em Enfermagem, Docente no Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões campus Santo Ângelo/RS-BR, e-mail: lilianhesler@yahoo.com.br

Introdução: Uma alimentação saudável deve ser estimulada durante todas as fases da infância e adolescência, sendo notória a participação das escolas, impulsionando o desenvolvimento de uma vida adulta mais saudável. O Programa de Saúde do Adolescente (PROSAD/MS) (BRASIL, 1996) tem um dos principais fundamentos a educação e promoção da saúde como principal forma de prevenção de agravos. O enfermeiro é um profissional capacitado para desenvolver ações de educação em saúde na comunidade, em especial nas escolas, promovendo, assim, o empoderamento e autonomia dos escolares e sua família (ELEUTÉRIO et al, 2018). **Objetivo:** Este estudo tem por objetivo relatar a experiência de acadêmicas de enfermagem a cerca de uma atividade de educação em saúde realizada com pré-adolescentes sobre alimentação saudável. **Método:** Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência. A experiência relatada foi vivenciada por quatro discentes e uma docente do Curso de Bacharelado em Enfermagem da Universidade Regional do Alto Uruguai e das Missões (URI), Campus Santo Ângelo, durante a disciplina de Enfermagem em Saúde Coletiva I. A atividade transcorreu em uma Escola Municipal de Ensino Fundamental, de um município do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul. A ação contemplou alunos, devidamente matriculados em duas turmas do sexto ano. As atividades educativas foram pautadas em uma metodologia lúdica. Foram desenvolvidas em cinco etapas, sendo a primeira a apresentação de slides sobre alimentação. A segunda etapa foi a mostra de um



6º CONGRESSO INTERNACIONAL EM SAÚDE CISaúde

Vigilância em Saúde: Ações de Promoção,
Prevenção, Diagnóstico e Tratamento



Tipo de trabalho: RESUMO SIMPLES (MÁXIMO 2 PÁGINAS)

vídeo, “Muito Além do Peso”. Como terceira etapa, foi realizada a construção de dois cartazes. Na quarta etapa jogo da alimentação saudável. Na quinta etapa, foi realizada uma dança da cadeira como forma de avaliação do que foi aprendido pelos adolescentes. **Resultados e discussão:** Primeiramente foi apresentado e discutido slides sobre os alimentos, pirâmide alimentar, vitaminas, minerais, fibras, macro e micronutrientes, porções necessárias e doenças que a alimentação pode causar. Após a apresentação e discussão foi mostrado um pequeno vídeo. Como terceira atividade, a turma foi dividida em dois grupos, onde foram construídos a pirâmide alimentar e o semáforo dos alimentos. A próxima ação foi a realização do jogo da alimentação saudável, com a turma também dividida em dois grupos, com um representante por grupo. Após foi feito a dança da cadeira, com objetivo de buscar conhecimento sobre os assuntos que foram citados durante todas as atividades já mencionadas. Conseguimos uma aderência de metade dos alunos, que foram instruídos sobre o que teriam que fazer. **Considerações finais:** Percebeu-se, de maneira geral, uma boa aceitação dos alunos às atividades, visto que, alguns participaram ativamente da proposta, interagindo e respondendo às perguntas. Por fim, é inegável que os profissionais da saúde, principalmente enfermeiros, tem relevante importância na realização de educação em saúde nas escolas, com os alunos, enfatizando o valor da alimentação saudável, para que estes, possam se tornar adultos empoderados, capazes de decidir sobre sua saúde.

Palavras chaves: Estudantes; Comportamento Alimentar; Promoção da Saúde.