

01 a 04 de outubro de 2018

Evento: XXVI Seminário de Iniciação Científica

**EDUCAÇÃO NUTRICIONAL PARA PRÉ-ESCOLARES, UM DESAFIO NA
PROMOÇÃO DE HÁBITOS ALIMENTARES SAUDÁVEIS¹
NUTRITIONAL EDUCATION FOR PRESCHOOLERS, A CHALLENGE IN
PROMOTING OF HEALTHY FOOD HABITS**

**Júlia Pess Dos Santos², Maristela Borin Busnello³, Priscila Graciele Ramos
Da Costa⁴, Christine Mendes Bratz⁵**

¹ Trabalho desenvolvido na disciplina Estágio em Saúde Coletiva I

² Aluna do curso de Nutrição Unijuí, julia_pess@hotmail.com

³ Professora Doutora do Departamento de Ciências da Vida, Curso de Nutrição,
marisb@unijui.edu.br

⁴ Aluna do Curso de Nutrição Unijuí, pri.graci@gmail.com

⁵ Aluna do Curso de Nutrição Unijuí, christine.bratz@hotmail.com

INTRODUÇÃO

Desde antes do nascimento o feto já reconhece muitos sabores através da alimentação da mãe durante a gravidez, o paladar do bebê vai se formando a medida que vão lhe oferecendo diferentes sabores, Ramos (2000) afirma que o comportamento alimentar é influenciado primeiramente pela família, e posteriormente pela cultura e a sociedade. Nos dias de hoje, as crianças começam a frequentar as escolas de educação infantil cada vez mais cedo, pela mudança dos hábitos de vida das famílias. Desta forma a escola se torna responsável junto com os familiares na formação do paladar e aceitação de alimentos desse novos alunos.

Surge então a Lei 11.947 de 2009, que dispõe sobre o atendimento a alimentação escolar denominado Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE, este programa visa contribuir o "crescimento e o desenvolvimento biopsicossocial, a aprendizagem, o rendimento escolar e a formação de hábitos alimentares saudáveis dos alunos, por meio de ações de educação alimentar e nutricional e da oferta de refeições que cubram as suas necessidades nutricionais durante o período letivo" (BRASIL, 2009).

Segundo Yokota et.al (2010) a escola é um espaço privilegiado para a construção e a consolidação de práticas alimentares saudáveis em crianças, pois é um ambiente no qual atividades voltadas à educação em saúde podem apresentar grande repercussão. Podendo destacar as palavras de Boog (2010) que a escola é um espaço estratégico de vivência e de formação de hábitos, onde os indivíduos passam parte importante de seu tempo.

Este trabalho tem como objetivo relatar as atividades de educação em nutrição desenvolvidas durante o Estágio em Saúde Coletiva I em um escola infantil do município de Ijuí.

METODOLOGIA

Como descrito no plano de ensino do Estágio em Saúde Coletiva, o estudante deve vivenciar e interagir junto ao Programa Nacional de Alimentação Escolar no âmbito municipal, realizando trabalhos de educação em saúde na escola onde está inserido. As atividades aconteceram em uma

01 a 04 de outubro de 2018

Evento: XXVI Seminário de Iniciação Científica

escola municipal localizado no município de Ijuí- Rio Grande do Sul dos meses de agosto a dezembro de 2017.

Os temas foram escolhidos de acordo com a demanda da escola e datas comemorativas, foram esses: semana do coração, aprendendo a lavar as mãos, alimentação da mãe e do bebê finalizando com espetinho de frutas/lanche colorido.

O primeiro encontro foi realizado no dia 24 de agosto com a direção e coordenação, para que se conhecesse as turmas e o projeto pedagógico da escola, compreendemos que a priorização era feita a partir das experiências e vivências dos alunos com evidências nas brincadeiras, sendo analisados os sentimentos e reações das experimentações sob diferentes modalidades. Deste encontro inicial surgiu a dificuldade na alimentação das crianças das turmas dos maternais, os quais foram escolhidos para realização das diferentes atividades. Na primeira ação, o tema abordado foi “Coração”, pois estávamos comemorando a Semana do Coração, sendo que esta foi desenvolvida atividades com duas turmas, maternal IA e IIA.

Na primeira turma (Maternal I), realizou-se uma dinâmica com um balão em formato de coração, para explicitar para os alunos a importância dos batimentos cardíacos. A partir daí conversamos um pouco sobre a alimentação e o que ela pode influenciar na saúde do coração. Na segunda turma realizamos a atividade um pouco diferente, começamos falando sobre a alimentação para o coração e então fizemos a mesma atividade que na turma anterior pois após esse momento iríamos acompanhar o lanche da manhã. Neste dia o lanche foi servido no pátio da escola, abordamos a importância das frutas, morango e bergamota e suas cores.

A segunda atividade de educação em saúde foi realizada com a turma do Maternal I A, o tema proposto foi “Aprendendo a lavar as mãos”, os materiais utilizados foram, primeiramente a fala, música de fundo e música com encenação, papel pardo, tinta guache e sabonete. Em sala de aula nos reunimos em roda para conversarmos sobre a higienização das mãos, fez-se perguntas como “você sabem quando devemos lavar as mãos?” após todos responderem cantamos a música “Lavar as mãos”, reforçamos que as mãos devem ser lavadas antes das refeições, depois de brincar na pracinha, e antes e depois de ir ao banheiro, de uma maneira lúdica para que todos conseguissem acompanhar encenamos a música que ensina a correta higienização das mãos. Com auxílio da professora e auxiliar de sala de aula, pintamos as mãozinhas com tinta guache e “carimbamos” no papel pardo como forma de registro da atividade. Pedimos para que eles observassem as características das mãos, “limpa ou suja”. A seguir os alunos foram direcionados até o banheiro onde cada um lavou as mãos da forma que havíamos encenado juntos anteriormente.

A terceira atividade realizada abordou o tema “Alimentação da mãe e do bebê” finalizando com espetinho de frutas/lanche colorido e contou com a participação do Maternal II B. Utilizamos como material de referência, livro de histórias e as imagens de um bebê dentro da barriga da mãe.

Inicialmente nos apresentamos e pedimos que cada um se apresentasse, foi realizada a contação da história “A Lagartinha Comilona”. Para finalizar a atividade convidamos a todos para montarem o seu próprio espetinho de frutas, que eles tinham trazido de casa (combinado com a direção, professora, estagiárias e pais), incentivando as crianças a experimentarem todas as frutas para conhecerem novos sabores.

01 a 04 de outubro de 2018

Evento: XXVI Seminário de Iniciação Científica

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir da perspectiva de que as atividades na educação infantil devem priorizar ações lúdicas que propiciem a experimentação e vivência dos alunos de acordo com a faixa etária em que se encontram, buscamos na literatura apoio para compreender as vivências experimentadas. Segundo Galisa et. al, (2014) as experiências, além de desenvolverem o físico e o emocional da criança, possibilitam que ela transforme essa experimentação em aprendizagem, conceituando-a. Nos deparamos com o desafio de ensinar e aprender ao mesmo tempo, com muitas angústias e receio do novo. O desafio do planejamento de atividades possibilitou ampliar, modificar e construir conhecimento (GALISA et. al., 2014), nosso e das crianças das diferentes turmas com os quais interagimos.

As atividades lúdicas realizadas também contribuíram para o aproveitamento total do tempo em atividade pois os alunos foram participativos em todos os momentos, para Pinheiro e Gomes (2015) o brincar vem sendo valorizado e utilizado como poderosa ferramenta. Esta perspectiva vem ao encontro com que Ministério da Saúde nos traz em materiais desenvolvido para auxiliar os profissionais da saúde na Promoção da Alimentação Adequada e Saudável (PAAS) dentro das escolas de educação infantil, as brincadeiras e o faz de conta, são fundamentais para o desenvolvimento emocional e social da criança (BRASIL, 2018).

O conhecimento gerado a partir da atividade lúdica pode ser transportado para o campo da realidade, caracterizando a transcendência (COSCRATO, PINA E MELLO, 2010). Desta forma as atividades de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) perpassam o lúdico e tem como objetivo central promover hábitos saudáveis, mas também integração dos temas Direito Humanos à Alimentação Adequada (DHAA) e Segurança Alimentar e Nutricional (SAN), ao processo de ensino aprendizagem desenvolvido na escola (BARBOSA et. al., 2013)

De acordo com Yokota et. al. (2010) a promoção da saúde na escola envolve vários atores sociais, como alunos, professores, coordenadores, donos de cantinas e pais ou responsáveis, permitindo uma abordagem dialógica da produção do conhecimento no ambiente escolar. Pode-se perceber ao longo que as atividades iam acontecendo, as crianças levavam pra casa o que aprendem em sala de aula, enriquecendo mais ainda as ações de educação em nutrição, considerando que as reflexões realizadas em sala de aula podem ser ampliadas para a família.

Ficou claro durante as ações desenvolvidas na escola a crescente oferta pela família de alimentos ultraprocessados, o que se caracteriza um desafio à mudança de hábitos na vida das pessoas, porém, a intervenção na promoção de hábitos ali-mentares saudáveis deve ser enfatizada durante a infância para que permaneçam ao longo da vida (Bertin et. al. 2010). Assim podendo ser trabalhado em outras ocasiões, ações pontuais com a comunidade escolar, para que se direcione o olhar a alimentação nas fases iniciais de aprendizado e formação de opiniões.

Podemos observar que as percepções acerca da educação em saúde e nutrição voltada para pré-escolares e escolares, vem ao encontro do que exposto na literatura, é da infância que os hábitos saudáveis são formados, da mesma maneira as políticas públicas demonstram a preocupação com a saúde e alimentação principalmente nesta fase da vida, considerando por exemplo, a Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN), a qual abrange dentro das escolas o Programa Saúde na Escola (PSE) como norteador para processo de desenvolvimento e aprendizado em saúde.

01 a 04 de outubro de 2018

Evento: XXVI Seminário de Iniciação Científica

CONCLUSÃO

Toda a discussão acerca da alimentação e hábitos de vida saudáveis teve um impacto positivo na vivência das crianças e professores envolvidos no projeto, onde observou-se que a escola é sim um local onde as ações de educação em saúde acontecem. Desta maneira, a experiência foi satisfatória também as estagiárias que aplicaram, mediarão e analisaram o acontecimento das atividades, pois reconheceram a importância das ações em educação tendo assim ampliado o olhar às diferentes fases da vida. Portanto, as atividades de educação em saúde não devem ser realizadas apenas em momentos distintos, devem-se agregar ao currículo escolar de forma que os alunos tenham constantemente a educação em saúde no cotidiano escolar.

PALAVRAS CHAVES: Alimentação escolar; Crianças; Educação em saúde.

KEYWORDS: school feeding; children; Health education.

REFERÊNCIAS

Barbosa, Najla Veloso Sampaio et.al. Alimentação na escola e autonomia - desafios e possibilidades. *Ciência & Saúde Coletiva*, 18(4): p. 937-945, 2013

Bertin, Renata Labronici et.al. Estado nutricional, hábitos alimentares e conhecimentos de nutrição em escolares. *Revista Paulista de Pediatria*, vol.28 no.3 p. 303-308 São Paulo, 2010.

Boog, Maria Cristina Faber. Programa de educação nutricional em escola de ensino fundamental de zona rural. *Revista de Nutrição*, v.23, n.6, p. 1005-1017, 2010.

Brasil, Lei nº 11.947. Brasília, 16 de junho de 2009; Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2009/Lei/L11947.htm> acesso em julho de 2018.

Brasil. Ministério da Saúde. Caderno de atividades: Promoção da Alimentação Adequada e Saudável : Educação Infantil / Ministério da Saúde, Universidade do Estado do Rio de Janeiro. - Brasília: Ministério da Saúde, 2018. 92 p. : il.

Coscrato, Gisele; Pina, Juliana Coelho; Mello, Débora Falleiros de. Utilização de atividades lúdicas na educação em saúde: uma revisão integrativa da literatura. *Acta Paulista de Enfermagem*, v.23, n.2, p.257-263, 2010.

Galisa, Monica Santiago et. al. Educação Alimentar e Nutricional: da teoria à prática. 1ª edição [reimpressão 2016]. Vila Mariana, SP: Roca, 2014.

01 a 04 de outubro de 2018

Evento: XXVI Seminário de Iniciação Científica

Pinheiro, Marcos Filipe Guimarães; Gomes, Christianne Luce. Abordagens Do Brincar Em Cursos De Graduação Na Área Da Saúde: Educação Física, Fisioterapia E Terapia Ocupacional. Movimento, vol. 22, núm. 2, pp. 555-565, 2016

Ramos, Maurem; Stein Lilian M. Desenvolvimento do comportamento alimentar infantil. Jornal de Pediatria, vol. 76, p. S229 a S237, 2000.

Yokota, Renata Tiene de Carvalho. Et. al. Projeto "a escola promovendo hábitos alimentares saudáveis": comparação de duas estratégias de educação nutricional no Distrito Federal, Brasil. Revista de nutrição, v.23, n.1, p. 37-47, 2010.