

ATIVIDADES EDUCATIVAS DESTINADAS À PROMOÇÃO DE BONS HÁBITOS ALIMENTARES APLICADAS NAS ESCOLAS DE ENSINO FUNDAMENTAL NO MACIÇO DE BATURITÉ

Maria Vitória Oliveira Brasil ¹, Tacila Araújo dos Santos ², Márcia Barbosa de Sousa ³

RESUMO

A ciência da Nutrição modificou decisivamente o perfil de uma alimentação saudável, especialmente quanto à diversificação dos modelos alimentares. A promoção de uma alimentação saudável é uma ação prioritária em vários documentos públicos. No Brasil, estudos apontam uma ascensão da obesidade da população, como reflexo das transformações ocorridas nos âmbitos da economia, condições de vida, saúde e nutrição da população nas últimas décadas. Este trabalho teve como objetivos avaliar hábitos alimentares dos alunos e da comunidade escolar, identificando o conceito de alimentação saudável, as barreiras encontradas para adotá-la e proporcionar atividades educacionais voltadas à promoção de bons hábitos alimentares aplicadas nas escolas. Metodologicamente foi estabelecida uma pesquisa de caráter descritivo exploratório (pesquisa-ação). Foram realizadas visitas técnicas e reunião de planejamento nas escolas para ciência e execução do projeto. Num segundo momento foi aplicado um questionário semiestruturado sobre práticas alimentares saudáveis e nutricionalmente adequadas. Após a análise da pesquisa foram programadas palestras explicativas sobre práticas alimentares saudáveis para estudantes das turmas de 8º e 6º ano, nas escolas de ensino fundamental II nas cidades de Redenção e Barreira, usando como material de trabalho folders e jogo de perguntas e respostas. As atividades foram planejadas no Laboratório de Biologia Geral no Campus das Auroras da UNILAB. Ao final foram obtidos relatos de experiência dos alunos das turmas trabalhadas. Solicitou-se que descrevessem o que aprenderam com desenhos, relatos e frases. Tivemos resultados bastante positivos e percebeu-se que a promoção de práticas alimentares saudáveis propiciam à integração de saberes científicos e populares proporcionando maior conhecimento e sensibilização em ações prioritárias para melhoria da qualidade de vida.

Palavras-chave:

alimentação saudável. boas práticas alimentares. atividades coletivas. educação em saúde.

¹ Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro Brasileira, Instituto de Ciências Exatas e da Natureza, Discente, e-mail: vbrasil2404@gmail.com

² Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro Brasileira, Instituto de Ciências Exatas e da Natureza, Discente, e-mail: tacilasantos97@gmail.com

³ Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro Brasileira, Instituto de Ciências Exatas e da Natureza, Docente, e-mail: marcia_bsousa@unilab.edu.br