

O USO DE ATIVIDADES LÚDICAS NA PROMOÇÃO DA EDUCAÇÃO NUTRICIONAL DE PRÉ-ESCOLARES - UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Flavio Brayan Balbino Silva ¹, Jaqueline Queiroz Gondim ², Maria Isabelly Pinheiro ³, Milleny Eva Xavier ⁴, Jeferson Falcão do Amaral ⁵

RESUMO

A alimentação é uma necessidade básica para a sobrevivência humana, sendo parte vital da cultura de cada pessoa. A educação nutricional é utilizada na articulação do ensino das questões alimentares, pois, amplia o conhecimento alimentar de cada indivíduo para desenvolver o hábito de ter uma alimentação mais saudável. O lúdico se constitui como uma ferramenta essencial de promoção a saúde, por proporcionar à criança a ter maior envolvimento por meio de brincadeiras. Esse trabalho teve como objetivo desenvolver o conhecimento de crianças em relação à alimentação saudável de maneira lúdica e com linguagem acessível à faixa etária. Foi desenvolvido uma intervenção educativa em saúde numa escola localizada na zona rural do município de Baturité-CE, com alunos na faixa etária de 4 a 5 anos, com a temática educação alimentar e utilização de jogos educativos. Inicialmente, houve exposição breve da importância da alimentação saudável, em seguida, realizado um jogo educativo com as crianças, para descobrirem que fruta estava segurando utilizando o tato e olfato, logo após, realizou-se o preparo de uma salada com as frutas apresentadas. Ao final foi feito a entrega de uma cartilha sobre alimentação saudável. Observou-se que as crianças tinham conhecimento sobre a importância das frutas na alimentação, embora tivessem esse conhecimento prévio, algumas desconheciam algumas delas. Quanto a participação, no início notou-se o receio de alguns, porém, no decorrer todos participaram. É importante ressaltar que mesmo que se tenha obtido um bom resultado com o primeiro encontro, deve-se manter uma educação a longo prazo. Com isso pode-se considerar que atividades lúdicas são fundamentais para que as crianças possam firmar alguns ensinamentos já proporcionados com os pais e que o trabalho em conjunto com educadores e profissionais da saúde é importante para que o conhecimento seja completo.

Palavras-chave:

Alimentação. Criança. Educação em Enfermagem.

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

² Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de Ciências da Saúde, Discente, e-mail: jackejoy-9@hotmail.com

³ Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de Ciências da Saúde, Discente, e-mail: mariaisabelypaula33@gmail.com

⁴ Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de Ciências da Saúde, Discente, e-mail: evamilleny@gmail.com

⁵ Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de Ciências da Saúde, Docente, e-mail: jfamaral@unilab.edu.br