

AÇÕES EDUCATIVAS COM CRIANÇAS DO INFANTIL IV SOBRE HÁBITOS ALIMENTARES SAUDÁVEIS EM UMA ESCOLA MUNICIPAL DA CIDADE DE ACARAPE-CE.

Larissa Gonçalves da Costa ¹, Lucas Maia Pereira ², Bárbara Rodrigues Teixeira ³, Jamile Magalhães Ferreira ⁴

RESUMO

O principal problema quanto à alimentação da criança em idade escolar é a qualidade dos alimentos ingeridos, devido à preferência a alimentos ricos em energia ou produtos industrializados com excesso de gorduras e carboidratos. O objetivo desse trabalho foi demonstrar, de forma lúdica, para crianças do infantil IV de uma creche da cidade de Acarape-CE, as consequências da má alimentação bem como conscientizá-las sobre a importância de bons hábitos alimentares. As ações foram realizadas quinzenalmente. Dentre as atividades realizadas, pode-se destacar: a aferição das medidas antropométricas onde constatou-se que dois alunos estavam com sobrepeso e circunferências abdominais maiores do que a preconizada pelo Ministério da Saúde; o ensino da técnica correta da lavagem das mãos, momento no qual foi explicado os benefícios dessa prática; também foi proporcionado o contato com quatro frutas (maçã, banana, laranja e uva) momento em que foi observado uma grande aceitação das crianças e, por fim, realizou-se uma ação utilizando-se frutas conhecidas pelas crianças, com o intuito de explorar os sentidos (tato, paladar e olfato), visto que os participantes tiveram seus olhos vendados. A maioria das crianças mostraram-se dispostas a fazer as atividades propostas, entretanto, a adesão não foi geral, pois alguns rejeitaram as frutas sem prová-la. Adicionalmente, percebeu-se dificuldade das crianças na compreensão das informações repassadas bem como as mesmas se mostraram dispersas em alguns momentos. O envolvimento dos pais não aconteceu conforme o esperado, o que pode ter prejudicado o sucesso das atividades implementadas. Conclui-se que a escola é um ambiente de aprendizagem, portanto é importante que a alimentação também seja considerada uma atividade educativa onde, sejam valorizados os conhecimentos relacionados à alimentação e saúde, contribuindo para a aprendizagem, saúde e qualidade de vida da criança, destacando que a família é de grande importância nesse processo.

Palavras-chave:

saúde infantil. educação alimentar. promoção da saúde.

¹ UNILAB, INSTITUTO DE CIÊNCIA DA SAÚDE, Discente, e-mail: larigoncalvesdacosta@gmail.com

² UNILAB, INSTITUTO DE CIÊNCIA DA SAÚDE, Discente, e-mail: lucmaiaace@outlook.com

³ UNILAB, INSTITUTO DE CIÊNCIA DA SAÚDE, Discente, e-mail: barbarart98@hotmail.com

⁴ UNILAB, INSTITUTO DE CIÊNCIA DA SAÚDE, Docente, e-mail: jamilymagalhaes@unilab.edu.br