



PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NA INFÂNCIA: RELATO DE AÇÃO EXTENSIONISTA

**Maria Luziany de Oliveira Almeida¹, Ana Carolina Moreira da Silva², Francisca
Vitória Eliziário Carneiro³, Isnara Raiane Leonço Camilo,⁴ Luanna Gomes da
Silva,⁵ Josefa Nayara de Lima⁶**

Resumo: A alimentação saudável na infância é essencial para o crescimento e prevenção de doenças. Contudo, o consumo de ultraprocessados favorece a obesidade e outros agravos. Ações educativas lúdicas são importantes para estimular hábitos alimentares adequados desde cedo. O estudo objetivou relatar a experiência de extensionistas na realização de ação educativa lúdica sobre alimentação saudável na infância. Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, realizado por três acadêmicas de Enfermagem do projeto “Promoção da Saúde na Pediatria”, vinculado à Universidade Regional do Cariri (URCA). A ação ocorreu em julho de 2025, no período matutino, na Clínica Pediátrica do Hospital Regional de Iguatu, Ceará, com a participação de três crianças (dois meninos e uma menina). Foram usadas estratégias lúdicas previamente planejadas, como o “Jogo da Escolha” com cartões ilustrados, montagem de pratos saudáveis com figuras de alimentos e pintura de desenhos temáticos, tornando a abordagem participativa e acessível. Durante a ação o espaço da brinquedoteca foi preparado para acolher as crianças com segurança. Elas conversaram sobre alimentos preferidos, participaram do “Jogo da Escolha” com cartões de alimentos saudáveis e não saudáveis, montaram “pratinhos saudáveis”, coloriram desenhos temáticos e receberam certificados, promovendo aprendizado lúdico e interação. A experiência mostrou que abordagens educativas simples e lúdicas podem favorecer a formação de hábitos alimentares saudáveis, tornar o ambiente hospitalar mais acolhedor e promover socialização, aprendizado e bem-estar. Os achados reforçam a importância da extensão universitária na promoção da saúde e acesso à informação. Conclui-se que a ação educativa lúdica favoreceu o aprendizado sobre alimentação saudável na infância, sendo eficaz para abordar o tema e promover interação dialógica com as crianças.

Palavras-chave: Alimentação saudável. Ludicidade. Saúde da criança. Educação em saúde. Extensão universitária.

¹ Maria Luziany de Oliveira Almeida, Universidade Regional do Cariri, Enfermagem, luziany.oliveira@urca.br

² Ana Carolina Moreira da Silva, Universidade Regional do Cariri, Enfermagem, anacarolina.moreiradasilva2@urca.br

³ Francisca Vitória eliziário Carneiro, Universidade Regional do Cariri, Enfermagem, francisca.vitoria@urca.br

⁴ Isnara Raiane Leonço Camilo, Universidade Regional do Cariri, Enfermagem, isnara.caamilo@urca.br

⁵ Luanna Gomes da Silva, Universidade Regional do Cariri, Enfermeira, luanna.silva@urca.br

⁶ Josefa Nayara de Lima, Universidade Regional do Cariri, Enfermeira, Josefa.lima@urca.br



X SEMANA DE EXTENSÃO DA URCA

10 A 14 DE NOVEMBRO DE 2025



URCA
Universidade Regional do Cariri

X SEMANA UNIVERSITÁRIA | Universidade e Sociedade na Agenda 2030

