



VI SEMANA DE ENFERMAGEM DA URCA

I SIMPÓSIO DE ENFERMAGEM DERMATOLÓGICA DA REGIÃO CENTRO-SUL

EIXO TEMÁTICO: PROMOÇÃO DA SAÚDE
MODALIDADE: ORAL

ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NA INFÂNCIA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Ana Beatriz de Sousa Morais/Relator¹

Francisco José Braga Parnaíba²

Ingrid Rodrigues Alves³

Larissa Pereira da Silva⁴

Ronnaby Vicente de Araújo⁵

Juliana Saraiva de Alencar⁶

INTRODUÇÃO: A alimentação saudável proporciona prazer, fornece energia e nutrientes que o corpo necessita para assegurar o crescimento e desenvolvimento fisiológico, manutenção da saúde e do bem estar do indivíduo, sendo assim imprescindíveis cuidados direcionados a sua prática ao longo da vida. Existem fases no ciclo da vida no qual é essencial uma nutrição equilibrada, como no período da infância. Nesta as crianças estão em fase de crescimento, desenvolvimento, formação da personalidade e principalmente dos hábitos alimentares, o que traz a necessidade de se desenvolver estratégias que visem estimular mudanças no padrão alimentar da criança, de forma a contribuir na sua saúde futura e na prevenção das doenças crônicas não transmissíveis. **OBJETIVOS:** Relatar a experiência de alunos do Projeto de Extensão Juventude e Saúde sobre a importância da alimentação saudável, após a realização de uma oficina educativa desenvolvida para crianças

¹Discente do 9º Semestre do Curso de Graduação em Enfermagem Universidade Regional do Cariri-URCA/Unidade Descentralizada do Iguatu-UDI. Membro do Grupo de Pesquisa e Extensão em saúde cardiovascular e cerebrovascular – GPESCC. Membro do Projeto de Extensão: Juventude em Saúde. Membro do Projeto de Extensão: Minhas Rugas, Minha História. Bolsista do Projeto de Extensão: PREVEST. E-mail: beatriz.smsm@gmail.com

²Discente do 9º Semestre do Curso de Graduação em Enfermagem Universidade Regional do Cariri-URCA/Unidade Descentralizada do Iguatu-UDI. Membro do Grupo de Pesquisa e Extensão em saúde cardiovascular e cerebrovascular – GPESCC. Membro do Projeto de Extensão: Juventude em Saúde. Membro do Projeto de Extensão: Minhas Rugas, Minha História. Secretário de finanças do Centro Acadêmico de Enfermagem. E-mail: franciscobragaparnaiba@gmail.com

³Discente do 9º Semestre do Curso de Graduação em Enfermagem Universidade Regional do Cariri-URCA/Unidade Descentralizada do Iguatu-UDI. Membro do Grupo de Pesquisa e Extensão em saúde cardiovascular e cerebrovascular – GPESCC. Membro do Projeto de Extensão: Juventude em Saúde. Membro do Projeto de Extensão: Minhas Rugas, Minha História. Bolsista do Projeto de Extensão: PREVEST. E-mail: ingridrodrigues1997@hotmail.com

⁴Discente do 9º Semestre do Curso de Graduação em Enfermagem Universidade Regional do Cariri-URCA/Unidade Descentralizada do Iguatu-UDI. Membro do Grupo de Pesquisa e Extensão em saúde cardiovascular e cerebrovascular – GPESCC. Membro do Projeto de Extensão: Juventude em Saúde. E-mail: larissapereira70@hotmail.com

⁵Discente do 9º Semestre do Curso de Graduação em Enfermagem Universidade Regional do Cariri-URCA/Unidade Descentralizada do Iguatu-UDI. Servidor Público Municipal de Iguatu. Membro do Grupo de Pesquisa e Extensão em saúde cardiovascular e cerebrovascular – GPESCC. E-mail: ronnaby06@hotmail.com

⁶Mestre em Saúde da Criança e do Adolescente. Enfermeira, Professora Substituta da Universidade Regional do Cariri –Unidade Descentralizada de Iguatu-Ce. Coordenadora do Projeto de Extensão Juventude e Saúde. Membro do Grupo de Pesquisa de Cuidados Clínicos em Saúde. E-mail: julianaaa100@yahoo.com.br



VI SEMANA DE ENFERMAGEM DA URCA

I SIMPÓSIO DE ENFERMAGEM DERMATOLÓGICA DA REGIÃO CENTRO-SUL

em idade escolar. **MÉTODO:** Trata-se de um relato de experiência a partir de uma ação desenvolvida em abril de 2019, em cumprimento as atividades do Projeto de Extensão Juventude e Saúde, na qual foi realizada uma oficina educativa em uma escola pública de ensino fundamental na cidade de Iguatu-Ceará, acerca da importância da alimentação saudável na infância. O público assistido foram crianças de dez a doze anos. A ação foi dividida em três momentos. No primeiro momento, aplicamos um questionário sobre alimentação saudável, com o objetivo de avaliar o conhecimento prévio das crianças. No segundo momento, realizamos a correção do questionário, em seguida, dividimos as crianças em dois grupos, distribuímos para cada grupo uma cartolina e imagens de alimentos, onde eles deveriam colar de um lado da cartolina os alimentos saudáveis e o do outro lado os alimentos não saudáveis. No terceiro momento, realizamos a dança da cadeira, onde cada criança eliminada fazia o sorteio de perguntas variadas sobre alimentação saudável e não saudável e as respondiam. Por fim, foram retiradas todas as dúvidas e dada às orientações gerais sobre alimentação saudável. A atividade teve como finalidade contribuir no estímulo a formação de hábitos alimentares saudáveis nos estudantes com vistas ao enfrentamento das vulnerabilidades que interfiram no nesse processo. **RESULTADOS/DISCUSSÕES:** As crianças mostraram-se colaborativas e participativas durante a ação educativa. Foi possível evidenciar que elas possuem um conhecimento prévio sobre a temática abordada, bem como relacionam os maus hábitos alimentares ao desenvolvimento das doenças crônicas. As utilizações de atividades lúdicas em educação em saúde mostram-se como positivas e perduram para todo o crescimento e desenvolvimento da criança, como também nas demais fases da vida, mas principalmente a infância por ser o período onde ocorre a formação de hábitos alimentares. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** Mesmo diante da identificação de um conhecimento prévio sobre a temática abordada, torna-se indispensável o desenvolvimento de novas ações que estimulem e fortaleçam sobre a importância de uma nutrição saudável. Nesse sentido, é primordial considerar o papel da escola como um ambiente formador, que possa proporcionar espaços onde sejam discutidos a relação dos fatores determinantes e condicionantes de saúde, de forma a garantir o crescimento e desenvolvimento ideais.

DESCRIPTORIOS: Alimentação saudável. Educação Infantil. Promoção da Saúde.

REFERÊNCIAS:

- CARVALHO, F. F. B. A saúde vai à escola: a promoção da saúde em práticas pedagógicas. **Physis Rev. De Saúde Coletiva**, vol 25, n. 4, p. 1207-1227, Rio de Janeiro, 2015.
- NILES, R. P. J; SOCHA, K. A importância das atividades lúdicas na educação infantil. **Ágora: Rev. Divulg. Cient.**, v. 19, n.1, p. 80-94, jan/jun. 2014.