

REL161 - EDUCAÇÃO NUTRICIONAL UTILIZANDO OFICINAS CULINÁRIAS PARA ALUNOS DE ENSINO INFANTIL DAS ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS DO MUNICÍPIO DE MARITUBA/PA

ANGÉLICA VANESSA GOMES PEREIRA¹; ANGÉLICA VANESSA GOMES PEREIRA¹; ANGÉLICA VANESSA GOMES PEREIRA¹

angelicapereira18@hotmail.com

¹Graduação

Prefeitura de Marituba

Introdução: A promoção da saúde é considerada uma estratégia importante no processo saúde-doença-cuidado, sendo direcionada para o fortalecimento do caráter promocional e preventivo. A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) tem sido considerada uma estratégia fundamental para prevenção e controle dos problemas alimentares e nutricionais, uma vez que se constitui de uma ferramenta indispensável para estabelecer práticas e hábitos alimentares adequados às necessidades nutricionais dos indivíduos e adaptados ao padrão cultural e aos recursos alimentares disponíveis. A presença do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) há vários anos e de forma significativa em todo o território nacional pode ser uma importante aliada para a construção de estratégias que visem à promoção da saúde na escola. Em sua formulação, o PNAE tem como atribuições o atendimento de necessidades nutricionais dos alunos durante sua permanência na escola e a promoção da formação de hábitos alimentares saudáveis. A fase da infância apresenta importantes aspectos para a formação de hábitos e práticas comportamentais em geral, e especificamente alimentares. Inserida no contexto familiar, a criança começa a formar e internalizar os padrões de comportamento alimentar, em termos de escolha e quantidade de alimentos, horário e ambiente das refeições. Neste sentido o Departamento de Alimentação Escolar (DAE), da Secretaria Municipal de Educação da Prefeitura Municipal do Município de Marituba/PA, por meio de suas nutricionistas, desenvolveu o projeto Oficina de Salada de Frutas nas Escolas para ser aplicadas nas escolas municipais e conveniadas do município que possuíssem o Ensino Infantil. **Objetivos:** Descrever uma experiência de Projeto elaborado para alunos do ensino infantil de escolas públicas que possibilitou o aprendizado acerca de alimentação saudável, especialmente de frutas, por meio de oficinas de culinária, fornecendo condições e orientações para que estes alunos pudessem buscar adquirir melhores escolhas por alimentos saudáveis. **Descrição da Experiência:** As oficinas ocorreram nos meses de fevereiro a junho de 2015 e abrangeu todas as escolas públicas do município de Marituba/PA que possuíam o Ensino Infantil, ao todo 35 escolas e 5 creches, com crianças de 3 a 6 anos. Após cronograma pré-estabelecido pela equipe de nutricionistas do DAE as crianças nas escolas realizavam as atividades divididas em três momentos: primeiro saíam de suas salas e iam higienizar as mãos e colocar toucas descartáveis, depois organizados em mesas no refeitório da escola recebiam noções de higiene (a importância da lavagem das mãos antes de manipular alimentos) e a importância de uma alimentação saudável, e em seguida com auxílio dos professores, monitores, merendeiras, estagiárias e nutricionistas do DAE manipulavam as frutas (banana, mamão, tangerina, uva e maçã), ao final produzindo uma salada de fruta, que era finalizada nas copas das escolas pelas merendeiras das escolas com posterior degustação da mesma, onde a aceitação por parte das crianças era quase total, inclusive por parte de alguns que anteriormente não tinham o hábito de consumir tais alimentos. A atividade culinária tornou-se interessante, à medida que, envolveu vários saberes, não só se limitando à execução de uma receita, mas, também

desenvolvendo conceitos ligados a vários outros assuntos como: higiene pessoal, à Matemática (medidas), Português (cores). Os alunos puderam verificar que o alimento inicia a preparação com um aspecto visual, olfativo e tátil e se transforma em outro produto. O envolvimento com a execução das preparações, provavelmente, contribuiu para um maior interesse para o consumo do produto final, pois manipular, preparar e provar alimentos pode estimular seu consumo, constituindo-se de um trabalho interdisciplinar que promoveu o conhecimento para uma alimentação saudável, equilibrada e nutricional para os alunos. Na ocasião também foram distribuídos aos alunos cartilhas com diversas atividades educativas sobre alimentação saudável, elaboradas pelo DAE. **Resultados:** Com esse trabalho estamos notando o envolvimento das crianças, no sentido do aumento do consumo de frutas ofertadas para o consumo nas escolas, relatados por professores, merendeiras, gestores das escolas e alguns pais, sendo este o objetivo primordial deste projeto uma vez que a alimentação interfere diretamente na saúde do indivíduo, visto que a fase da infância apresenta importantes aspectos para a formação de hábitos e práticas comportamentais em geral, e especificamente alimentares. Inserida no contexto familiar, a criança começa a formar e internalizar os padrões de comportamento alimentar, em termos de escolha e quantidade de alimentos, horário e ambiente das refeições. Trata-se de um processo que se inicia nesta fase e se estende por todas as demais fases do ciclo de vida **Conclusão ou Considerações Finais:** O conhecimento da nutrição é uma construção científica trabalhada pelos nutricionistas na educação nutricional, já que a mídia exerce um papel fundamental na prática de hábitos alimentares, e logo a criança precisa ser estimulada constantemente a ter bons hábitos alimentares. O nutricionista em uma instituição de ensino leva os discentes conhecerem a importância de bons hábitos alimentares. As crianças por sua vez levam para a casa os conhecimentos repassados e assim a família começa a mudar suas escolhas dos alimentos. A promoção da alimentação saudável dentro das escolas parte de uma preocupação integral e multidisciplinar do ser humano, que considera as pessoas, principalmente o escolar, em seu contexto familiar, comunitário e social. Ao mesmo tempo em que também busca desenvolver conhecimentos, habilidades e desenvolvimentos para o auto-cuidado da saúde e também a prevenção dos comportamentos de risco em todas as oportunidades educativas. Uma das estratégias mais efetivas que contribuem à promoção da saúde é a combinação de apoio educacional e ambiental, envolvendo dimensões não só individuais, mas também organizacionais e coletivas, visando, dessa forma, atingir ações e condições de vida conducentes à saúde. Nesse sentido, a educação nutricional pode ser considerada um componente decisivo na promoção de saúde.

Referências Bibliográficas:

BRASIL. Alimentação Escolar. MEC/FNDE. Disponível em: <http://www.fnde.gov.br>. Acesso em: 02/10/15.

CANDEIAS, N. M. F. Conceitos de educação e de promoção em saúde: mudanças individuais e mudanças organizacionais. Revista de Saúde Pública, v.31, n.2, p. 209-213. São Paulo 1997.

GAGLIANONE, C. P.; TADDEI, J. A. A. C.; COLUGNATI, F. A. B.; MAGALHÃES, C.G., DAVANÇO, G. M., MACEDO, L., et al. Educação nutricional no ensino público fundamental em São Paulo, Brasil. projeto reeducação aos riscos de adoecer e morrer na maturidade. Rev Nutr.; v. 19, n. 3, p. 309-20. 2006.

SANTOS; L. A. S. Educação alimentar e nutricional no contexto da promoção de práticas alimentares saudáveis. Rev. Nutr. v. 18, n. 5, p. 681-692, Campinas, 2005.

SCHMITZ, B. A. S.; RECINE, E.; CARDOSO, G. T.; SILVA, J. R. M.; AMORIM, N. F. A.; BERNARDON; R; et al. A escola promovendo hábitos alimentares saudáveis: uma proposta metodológica de capacitação para educadores e donos de cantina. Cad Saúde Pública. v.24, n2, p. 312-322, 2008;