

EDUCAÇÃO EM SAÚDE SOBRE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL PARA CRIANÇAS EM RISCO SOCIAL: RELATO DE EXPERIÊNCIA

João Otávio Pinheiro Borges¹; Naiá Estrela Pinheiro¹; Erika Beatriz Borges Silva¹; Geyse Aline Rodrigues Dias²

¹Graduação, ²Mestrado
Universidade Federal do Pará (UFPA)
joootavio.pinheiro@gmail.com

Introdução: No Brasil, tem sido detectada a progressão da transição nutricional, caracterizada pela redução na prevalência dos déficits nutricionais e ocorrência mais expressiva de sobrepeso e obesidade não somente na população adulta, mas também em crianças e adolescentes. Segundo teorias ambientalistas, as causas estão fundamentalmente ligadas às mudanças no estilo de vida e aos hábitos alimentares. Atualmente a diversidade de alimentos não nutritivos possibilitou o fato descrito, por isso percebe-se a importância da educação alimentar desde as primeiras fases da vida¹. Considerando a faixa etária de crianças entre 5 e 7 anos, onde o ritmo de crescimento é constante, com ganho mais acentuado de peso e preparando-se para fase de estirão². As transformações, aliadas ao processo educacional, são determinantes para o aprendizado em todas as áreas e para o estabelecimento de novos hábitos². A maior independência e a crescente socialização da criança promovem melhor aceitação dos alimentos. Além da grande importância da família, a escola passa a desempenhar papel de destaque na manutenção da saúde da criança. Segundo estudos, ensino-aprendizagem na promoção da saúde alimentar infantil, o essencial para obter a tão desejada alimentação saudável é a reeducação alimentar, não só nas crianças, mas em todo contexto familiar, visto que as mesmas são um reflexo dos seus exemplos³. Aliados aos exercícios físicos, a alimentação saudável é o pilar para um bom desenvolvimento, principalmente tratando-se das crianças em questão com o agravante do risco social³. A partir da observação da realidade, foi possível notar a necessidade da abordagem do tema, do diálogo e a participação na ação transformadora dos hábitos de vida das crianças. A intenção do jogo, competição e dos vídeos foi em captar a atenção das mesmas, permitindo a expressão de opinião sobre os alimentos em questão.

Objetivos: Relatar a experiência de acadêmicos de enfermagem sobre atividade prática da Atividade Curricular Processos Educativos em Enfermagem I (PEE I), na construção, adaptação, execução e avaliação de uma metodologia participativa de educação em saúde sobre alimentação saudável.

Descrição da Experiência: A atividade aconteceu com crianças entre 5 a 7 anos da Obra Social Lar Fabiano de Cristo em Belém-PA. Um dos propósitos da atividade curricular PEE I, na prática, é a elaboração de Planos, Tecnologias e Ações Educativas para promoção da saúde, que conduzam com qualidade o processo educativo em saúde desenvolvido com os diferentes ciclos da vida. Utilizou-se o Modelo Participativo de prática educativa, baseado na pedagogia problematizadora libertadora de Paulo Freire, que parte do princípio de que, num mundo de mudanças rápidas e profundas, o importante não são somente os conhecimentos ou ideias, nem os comportamentos corretos e fiéis ao esperado, senão o aumento da capacidade das pessoas/grupos para detectar os problemas reais e buscar-lhes soluções originais e criativas². No que diz respeito à alimentação saudável para as crianças que frequentam a Obra Social, para acolhimento das crianças inicialmente foi utilizado um recurso audiovisual para compartilhamento de dois vídeos sobre alimentação saudável em forma de animação e por meio de um projetor multimídia, em seguida adaptou-se um Jogo da memória feito de isopor com seis imagens (legumes, frutas, água, balas, chocolate e refrigerante). As crianças deveriam escolher e explicar o que entendiam sobre a figura em exposição, mostrando sua opinião, recebendo

orientações e retirando dúvidas acerca das mesmas. Orientadas pelos discentes, a partir de embasamento científico, a pensarem sobre bons hábitos alimentares, as crianças conseguiram compreender a importância dos nutrientes citados para um bom crescimento e desenvolvimento. Em seguida, houve a complementação com a exposição de uma arcada dentária, com o intuito de ressaltar a importância da higiene bucal correta após as refeições, os discentes primeiramente orientaram, e após isso as crianças voluntariaram-se para demonstrar o conhecimento adquirido sobre a higiene bucal. Posteriormente, a turma foi dividida em dois grupos e iniciou-se uma competição sadia acerca dos vídeos exibidos no começo da Ação Educativa. Por fim, foram distribuídos desenhos para colorir, ilustrando alimentos ricos em vitaminas e proteínas, como gratificação à participação e interação das mesmas, que foi uma forma de recompensa-las pela participação. Observou-se a necessidade de recorrer aos conhecimentos científicos que auxiliassem o raciocínio das crianças na compreensão do assunto, não somente em suas manifestações empíricas, mas nos princípios teóricos que explicam os benefícios de uma boa alimentação, isto é, em suas causas e consequências, de modo que elas pudessem entender como uma educação alimentar pode ajudar para o seu crescimento saudável

Resultados: Observou-se a interação do público alvo, as crianças se integraram as atividades, mediante aos comentários durante toda a ação educativa. Validaram-se as metodologias utilizadas, já que nas dinâmicas as crianças demonstraram aquisição de saberes, por meio da interação como os recursos utilizados. Na atividade do vídeo, as crianças demonstraram interesse na obtenção de conhecimento sobre a importância dos alimentos abordados. No do jogo da memória, observou-se interatividade eficaz das crianças em fazerem a diferenciação entre alimentos saudáveis e não saudáveis e curiosidade em identificar o próximo alimento encontrado no jogo. O uso da competição foi outra estratégia pensada pelo grupo de acadêmicos, já que a disputa sadia permite maior interação das crianças, dessa forma, confrontada a realidade e conhecimentos prévios ajudaram no desenvolvimento da ação, as mesmas se viram naturalmente movidas à reflexão. Por fim a ilustração dos alimentos para pintura teve um determinado impacto, por conta da resposta nas indagações feitas e interesse em colorir

Conclusão/ Considerações Finais: Com a atividade foi possível constatar a necessidade da abordagem do assunto, tendo em vista que durante o acolhimento as crianças demonstraram ter muitas dúvidas sobre o que era ou não saudável em sua alimentação e os benefícios que uma alimentação rica traz consigo. Os recursos utilizados foram bem aceitos e possibilitaram o aprendizado acerca do tema. O conhecimento prévio do público foi fundamental para a progressão da atividade, houve bastante interação em todos os momentos e, principalmente, relacionando os aspectos ao cotidiano das crianças, como refeições, preferências e curiosidades. notou-se ainda a troca de experiências, as crianças foram orientadas e esclarecidas ao que precisavam dar mais atenção em sua alimentação e de qual forma poderiam fazer modificações, além das indagações e retirada de dúvidas. Entretanto, lidar com o público infantil requer muito empenho, pois além da atividade principal, faz-se necessário desenvolver outras atividades para complementar e atender as expectativas do público. O público mostrou-se motivado a incorporar os saberes sobre a alimentação adequada, tendo em vista a importância para o desenvolvimento, aliado ao aprendizado dinâmico na forma de jogos infantis. O aprendizado construído é válido não somente para as crianças, mas também para os acadêmicos de enfermagem, pois como futuros profissionais necessitam desenvolver atividades de educação em saúde dialógicas e participativas, que visem o empoderamento da população diante da sua realidade, para assim contribuir à promoção e prevenção da saúde do indivíduo e comunidade

Referências:

1. BRASIL. Ministério da Saúde. Saúde da criança: crescimento e desenvolvimento. Brasília: Ministério da Saúde, 2012. (Cadernos de Atenção Básica, n. 33)
2. MAIA, Evanira Rodrigues et al. Validação de metodologias ativas de ensino-aprendizagem na promoção da saúde alimentar infantil. Revista de nutrição. Campinas, 2012.
3. FARIAS, Dilton Luis Soares de et al. A construção de tecnologia educativa para o cuidador e a criança com estomia: relato de experiência da monitoria em enfermagem pediátrica. Anais IV Congresso de Educação em Saúde da Amazônia (COESA). Belém, 2015.
4. Manual para operacionalização das ações Educativas no SUS. Educação em saúde: planejando as ações educativas-Teoria e prática. São Paulo (SP): Governo do estado de SP, 2001.