

# VIII Mostra de Ensino, Pesquisa e Extensão do Curso de Nutrição 2023

## NUTRIÇÃO NA REDE SOCIOASSISTENCIAL: ESTIMULANDO HÁBITOS ALIMENTARES SAUDÁVEIS DESDE À PRIMEIRA INFÂNCIA

Camila Procopio Custodio<sup>1</sup>

Maria Paula de Lima<sup>2</sup>

Flávia Pascoal Ramos<sup>3</sup>

**Introdução:** Este resumo relata, de forma clara e objetiva, uma atividade de Educação alimentar e Nutricional (EAN) com foco na importância da introdução alimentar que é a expressão utilizada para a etapa em que o bebê começa a comer alimentos além do leite materno e/ou fórmulas infantis ofertados exclusivamente. Bem como, a relevância da alimentação na primeira infância que constrói hábitos alimentares que vão permanecer até a fase adulta, sendo essencial para o desenvolvimento das crianças. **Objetivos:** Esta atividade teve como foco incentivar as famílias beneficiárias do município de Realeza – PR, a criarem hábitos alimentares que vão favorecer a promoção da saúde. **Métodos:** A atividade foi planejada no âmbito do projeto de extensão “Promoção da Alimentação Adequada e Saudável e da Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) na Rede Socioassistencial do município de Realeza – PR e municípios vizinhos”, com o grupo beneficiário do Programa de Incentivo a primeira Infância do município de Realeza acompanhando pelo Centro de Referência de Assistência Social (CRAS). Desse modo, foi desenvolvido pelas bolsistas slides educativos que continham orientações nutricionais importantes para a fase da gestação e para a introdução alimentar a partir dos 6 meses, além das informações sobre amamentação. Posteriormente foi realizada uma dinâmica de mitos e verdades sobre a alimentação na primeira infância com a participação de todas as famílias que estavam presentes. **Resultados e discussão:** A alimentação adequada e saudável na primeira infância cria hábitos positivos que tendem a permanecer ao longo da vida, trata-se de uma estratégia prioritária na promoção da saúde. Nessa atividade foi possível orientar e discutir com os participantes, dúvidas relevantes sobre esse período, como por exemplo: “comer canjica faz a produção de leite aumentar?” e “dar mel para crianças é prejudicial?”. Esses exemplos foram solucionados pela coordenadora do projeto e pelas bolsistas que relataram que no caso da canjica, não é cientificamente comprovado essa informação e, o mel não é indicado o consumo para crianças

<sup>1</sup> Acadêmica do curso de nutrição, Universidade Federal da Fronteira Sul, *campus Realeza*, bolsista do projeto Promoção da Alimentação Adequada e Saudável e da Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) na rede socioassistencial do município de Realeza-PR e municípios vizinhos, pelo edital N° 881/GR/UFGS/2021, [camilaprocopiocustodio8@gmail.com](mailto:camilaprocopiocustodio8@gmail.com)

<sup>2</sup> Acadêmica do curso de Nutrição da Universidade Federal da Fronteira Sul do *campus* de Realeza, bolsista do projeto Promoção da Alimentação Adequada e Saudável e da Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) na rede socioassistencial do município de Realeza-PR e municípios vizinhos, pelo edital N° 288/GR/UFGS/2023, [mariapauladldelima@gmail.com](mailto:mariapauladldelima@gmail.com)

<sup>3</sup> Professora adjunta e coordenadora do projeto de extensão, Universidade Federal da Fronteira Sul, *campus Realeza*, [flavia.ramos@uffs.edu.br](mailto:flavia.ramos@uffs.edu.br)

# **VIII Mostra** **de Ensino, Pesquisa e Extensão** **do Curso de Nutrição 2023**

com menos de um ano por ter risco de botulismo infantil. Além disso, os ouvintes receberam do CRAS, cestas básicas com diversos alimentos, incluindo alimentos *in natura*, e as bolsistas elaboraram um folder com receitas que utilizavam os ingredientes da cesta para que os beneficiários pudessem realizar as preparações em suas casas. No dia, estavam presentes cerca de vinte famílias beneficiárias de modo que a atividade foi bem participativa e dinâmica. Ademais, foi possível desmistificar assuntos relacionados à introdução alimentar. **Conclusão:** A partir dessa atividade foi possível relacionar a importância de um profissional capacitado para orientar de forma significativa em uma das fases mais importantes da vida. Sendo assim, as práticas que envolvem o projeto de extensão levam o acadêmico a ter experiências consideráveis para moldar um profissional de excelência e que promova o bem-estar de seus pacientes.

**Palavras-chave:** Educação Alimentar e Nutricional. Crianças. Alimentação.

## **Referências Bibliográficas**

ARAÚJO, N. R.; FREITAS, F. M. N. DE O.; LOBO, R. H. Formação de hábitos alimentares na primeira infância: benefícios da alimentação saudável. *Research, Society and Development*, v. 10, n. 15, p. e238101522901–e238101522901, 25 nov. 2021.

LIMA, Ana Thaís Alves et al. Influência da introdução alimentar precoce para o desenvolvimento da obesidade infantil: uma revisão de literatura. *Research, Society and Development*, v. 9, n. 8, p. e56984925-e56984925, 2020.

CERESER, Natacha Deboni et al. Botulismo de origem alimentar. *Ciência Rural*, v. 38, p. 280-287, 2008.