



EDUCAÇÃO EM SAÚDE NA ESCOLA: PROBLEMATIZANDO A ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL DE FORMA LÚDICA PARA CRIANÇAS

Fabíola Feltrin¹

Cristiane Marolli²

Angélica Zanettini³

Fabiane Debastiani⁴

Taize Sbardelotto⁵

Cláudio Claudino da Silva Filho⁶

Estatísticas demonstram que nos últimos 30 anos, o Brasil reduziu significativamente a desnutrição infantil, mas o problema coexiste hoje com a obesidade, um fenômeno recente da insegurança alimentar e nutricional que pode se expressar na população independentemente de sexo, idade, raça ou classe social. Neste contexto, a educação em saúde nas escolas torna-se uma importante ferramenta na promoção da saúde, uma forma de prevenir e mudar a realidade atual e possibilitando também que a criança execute e multiplique as medidas de proteção à saúde que aprendeu na sala de aula. Este trabalho tem por objetivo principal alertar às crianças em relação a melhores hábitos alimentares, destacando o que elas devem consumir em maior ou menor quantidade, tomando por base a pirâmide alimentar e os 10 passos de uma alimentação saudável do Ministério da Saúde, em busca de uma vida saudável no presente e futuro dessas crianças. Foram desenvolvidas atividades educativas para crianças do ensino fundamental de primeira a quinta séries de uma escola do bairro Jardim América, no município de Chapecó-SC, durante a realização de atividade teórico-prática das acadêmicas da quinta fase, do Curso de Bacharelado em Enfermagem da Universidade Federal Fronteira Sul. Após contato com a direção escolar, ficou acordado um encontro em cada sala de aula com duração de 45 minutos. Desta forma, foram realizadas as atividades educativas, atingindo um público de aproximadamente 100 estudantes, estes divididos em

¹ Graduanda em Enfermagem na Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS). Email: fabiolafeltrin@hotmail.com

² Graduanda em Enfermagem na Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS). Email: crismarolli@hotmail.com

³ Graduanda em Enfermagem na Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS). Email: gelyzanettini@hotmail.com

⁴ Graduanda em Enfermagem na Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS). Email: fabi_debastiani@hotmail.com

⁵ Graduanda em Enfermagem na Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS). Email: ize_sb@hotmail.com

⁶ Doutorando (UFSC) e Mestre (UFBA) em Enfermagem, Professor Assistente da Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS), integrante do Grupo de Pesquisa em Educação em Enfermagem e Saúde (EDEN), Colaborador UNA SUS/UFSC Atenção Básica - Programa Mais Médicos, Pesquisador NESCO e EAI/UNIVASF, VSQV/UFBA. Email: claudio.filho@uffs.edu.br

quatro turmas, dos quais se obteve intensa participação. O tema foi abordado com apresentação de *slides*, estimulando a exposição de conhecimento por parte dos estudantes, dialogando e incentivando a percepção crítica quanto ao desenvolvimento de hábitos alimentares mais saudáveis dentro de suas realidades. No percurso das apresentações realizaram-se dinâmicas de fixação envolvendo o tema e ao final as crianças foram presenteadas com lápis e uma mensagem de incentivo à alimentação saudável. Ficou evidente que a metodologia utilizada chamou a atenção das crianças, sensibilizando-os para a importância da discussão sobre uma alimentação saudável. Todos os estudantes, inclusive os professores, participaram ativamente do processo de discussão. Porém, percebe-se a necessidade de continuidade de tais atividades, bem como maior tempo para discutir a temática transversalmente. Verificou-se que aproximadamente 40 crianças não consomem de forma regular alimentos básicos e in natura, como legumes, verduras e frutas. Isso pode ser explicado por uma mudança no padrão de consumo da população brasileira que resultou em uma diminuição do consumo dos alimentos básicos, tradicionais, da dieta brasileira, pela introdução de alimentos cada vez mais processados, industrializados, modificando não só a qualidade da dieta do ponto de vista nutricional, mas os comportamentos e os hábitos alimentares, como comer em casa e/ou comer em família. E percebe-se também uma insuficiência de atividades educativas na escola de forma mais lúdica, o que poderia auxiliar numa maior participação dos envolvidos, que estão numa fase da vida onde os conceitos começam a se formar, sendo que esta é uma ferramenta de suma importância para o campo da enfermagem na prevenção e promoção de saúde.

Palavras-chave: Alimentação correta. Educação infantil. Enfermagem.