

AÇÕES DE EDUCAÇÃO NUTRICIONAL EM DIFERENTES FAIXAS ETÁRIAS NO MUNICÍPIO DE REALEZA, PARANÁ.

Caroline De Maman Oldra¹

Everlin Massing²

Kátia Luana Jaskulski³

Gelvani Locateli⁴

Ariane L. Gomes Bueno⁵

Maiara Frigo⁶

Késia Zanuzo⁷

Márcia Fernandes Nishyama⁸

Eloá Angélica Koehnlein⁹

Para a promoção de práticas de hábitos alimentares saudáveis, ações de educação nutricional são fundamentais para a capacitação de indivíduos e grupos quanto à construção de novos conhecimentos com a finalidade de colaborar na adoção de comportamentos preventivos e de promoção da saúde. Este estudo teve como objetivo descrever as ações de educação nutricional realizadas com indivíduos e coletividades de diferentes faixas etárias no município de Realeza, Paraná. Essas ações fizeram parte das atividades realizadas pelo projeto de extensão “Atenção

¹ Acadêmica do Curso de Nutrição da UFFS *Campus* Realeza. Voluntária do projeto de aprovado no Edital Nº 804/UFFS/2014. E-mail: carol.dmaman@gmail.com.

² Acadêmica do Curso de Nutrição da UFFS *Campus* Realeza. Voluntária do projeto de extensão aprovado no Edital Nº 804/UFFS/2014. E-mail: everlinmassing@gmail.com.

³ Acadêmica do Curso de Nutrição da UFFS *Campus* Realeza. Voluntária do projeto de extensão aprovado no Edital Nº 804/UFFS/2014. E-mail: katialuanajaskulski@gmail.com.

⁴ Acadêmica do Curso de Nutrição da UFFS *Campus* Realeza. Voluntária do projeto de extensão aprovado Edital Nº 804/UFFS/2014. E-mail: gelvanilocateli@gmail.com.

⁵ Acadêmica do Curso de Nutrição da UFFS *Campus* Realeza. Voluntária do projeto de extensão aprovado no Edital Nº 804/UFFS/2014. E-mail: buanoariane.g.b@gmail.com.

⁶ Acadêmica do Curso de Nutrição da UFFS *Campus* Realeza. Bolsista PIBEX/UFFS do projeto de extensão aprovado no Edital Nº 804/UFFS/2014. E-mail: maiarafrigo29@gmail.com.

⁷ Nutricionista Responsável Técnico da Clínica Escola de Nutrição da UFFS *Campus* Realeza. Colaboradora projeto de extensão aprovado no Edital Nº 804/UFFS/2014. E-mail: kesiazanuzo@gmail.com.

⁸ Docente do Curso de Nutrição da UFFS *Campus* Realeza. Colaboradora do projeto de extensão aprovado no Edital Nº 804/UFFS/2014. Email: marciafernandesnutri@gmail.com.

⁹ Docente do Curso de Nutrição da UFFS *Campus* Realeza. Coordenadora do projeto de extensão aprovado no Edital Nº 804/UFFS/2014. E-mail: eloa.koehnlein@uffs.edu.br.

Nutricional para indivíduos e grupos atendidos na Clínica-Escola de Nutrição da Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS)”. As demandas surgiram de forma espontânea, por meio do contato dos locais interessados com a Clínica-Escola de Nutrição. A partir dos dados das características do público-alvo foram definidos os conteúdos e estratégias que melhor se aplicariam a realidade dos mesmos. De abril a junho de 2015 foram realizadas três ações de educação nutricional, sendo a primeira desenvolvida com crianças faixa etária de 5 (cinco) anos, em dois períodos, compreendendo manhã e tarde, alunos de uma escola particular do município. A segunda atividade foi desenvolvida no período noturno com estudantes de uma escola pública do município de Educação de Jovens e Adultos (EJA). A terceira atividade foi realizada durante uma Feira de Saúde de uma igreja evangélica, com participação de integrantes da igreja e público em geral, com diversas faixas etárias, em um sábado de manhã na praça central da cidade. As ações educativas na escola particular atingiram cerca de 30 crianças, com apresentação lúdica de frutas e legumes e montagem da pirâmide alimentar com rótulos de alimentos consumidos pelos alunos. Na escola pública, o público de adultos abordado foi de 5 (cinco) pessoas, e a temática apresentada teve como base materiais educativos, previamente elaborados pelos participantes do projeto de extensão, com a demonstração da quantidade de açúcar, sal e gordura de alimentos comumente consumidos. Além disso, foram discutidos com o grupo a importância do consumo de frutas, legumes, verduras, água e da prática de atividade física. A participação na atividade realizada por uma igreja evangélica do município, com em torno de 20 pessoas, também contou com a utilização dos materiais educativos contendo as quantidades de sal, açúcar e gorduras presentes em alimentos de consumo habitual, além da orientação sobre a importância da leitura detalhada dos rótulos dos alimentos, quanto aos ingredientes, teores de sódio, gordura, alegações das embalagens, entre outros. Por meio da realização dessas atividades pode-se notar a importância da disseminação de conhecimentos científicos em alimentação e nutrição, porém traduzidos para linguagem informal, para contribuir na promoção de práticas alimentares saudáveis.

Palavras chave: Ações educativas. Hábitos alimentares. Promoção de saúde.