



## EXPERIÊNCIAS VIVENCIADAS DURANTE ESTÁGIO SUPERVISIONADO EM NUTRIÇÃO SOCIAL, REALIZADO EM UM MUNICÍPIO DO SUDOESTE DO PARANÁ

Juliana da Silva<sup>1</sup>  
Élister Balestrin<sup>2</sup>

**Resumo:** A ingestão de uma alimentação saudável é crucial desde a infância, pois para um bom crescimento e desenvolvimento é necessária uma alimentação completa, saudável e segura, onde estejam presentes todos os macro e micronutrientes necessários para atender a todas as necessidades específicas do organismo. Neste contexto, o ambiente familiar e escolar são de extrema importância na formação de hábitos para uma alimentação saudável e adequada, pois é através da família e da escola que valores e conhecimentos são transferidos para a criança. Nos dias atuais, a população infantil passa por transformações em seus hábitos alimentares, decorrente da diminuição do consumo de cereais e de frutas, legumes e verduras (FLV) ao mesmo tempo em que tem aumentado consideravelmente a ingestão de alimentos que possuem alta densidade energética considerados ricos em gorduras e açúcares. Este fenômeno, chamado transição nutricional, tem como consequência a ampliação da prevalência do sobrepeso e obesidade. O presente estágio observacional foi realizado na escola pública municipal 24 de Junho, localizada no município de Realeza-Paraná, no período de 11/04/2016 à 15/04/16. O público alvo foi escolares da pré-escola e 1º ano do ensino infantil, que somam um total de 48 alunos, respectivamente 24 alunos cada turma. Os objetivos da realização das atividades educativas em Educação em Alimentação e Nutrição nesta escola foram: promover mudanças nas práticas alimentares e sensibilizar as crianças, quanto à importância do consumo de FLV. Para execução das atividades foram utilizadas FLV *in natura* com a intenção de proporcionar uma maior aproximação e conhecimento acerca destes alimentos para com as crianças. Além disso, figuras para colorir que usam o humor para transferir mensagem da importância do consumo de FLV. Ademais, foi utilizado materiais audiovisuais sendo eles notebook e projetor, com o intuito de mostrar vídeos infantis educativos voltados para a adesão de práticas alimentares saudáveis. Outros materiais, contribuíram indiretamente do processo

---

<sup>1</sup> Acadêmica do curso de graduação em Nutrição da Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS), campus Realeza. Email: julianadasilvaclaudino@hotmail.com.

<sup>2</sup> Docente suplente do curso de graduação em Nutrição da Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS), campus Realeza e orientadora do estágio em Nutrição Social. E-mail: elbbalestrin@hotmail.com



como, uso de cola para adesão do papel crepom, caixa de papelão para esconder os alimentos para a atividade do uso dos sentidos (tato e olfato). Ao término da realização das atividades em cada turma, os alunos foram questionados com a intenção de avaliar a intervenção, ou seja, verificar de acordo com seus relatos, se os mesmos haviam gostado e principalmente entendido a devida importância de uma alimentação saudável o que inclui ter como prática alimentar diária o consumo de FLV, no qual verificou-se que a maior parte dos alunos ficaram satisfeitos com as atividades realizadas e se mostraram incentivados a consumir mais e continuamente FLV em seu dia-a-dia.

**Palavras-chave:** Alimentação Escolar. Atividades educativas. Alimentação saudável.

Categoria: Extensão e Cultura  
Área de conhecimento: Ciências da Saúde  
Formato Apresentação oral