CRESCENDO E BRINCANDO COM SAÚDE E NUTRIÇÃO

AUTORES: Thais Carramaschi Correa Porto (Autor), Bruna Rafaela Bercke (Autor), Caroline Alves Gonçalves (Autor), Daniela Braga Lima (Orientador), Flavia Della Lucia (Colaborador)

PALAVRAS-CHAVE: pré-escolar, educação nutricional, creche

RESUMO:
Introdução: A infância é o período de formação dos hábitos alimentares. O processo de educação alimentar deve envolver principalmente a escola, que representa um ambiente favorável para o estímulo, formação ou correção de hábitos saudáveis. Em suma, o período pré-escolar é decisivo em termos de formação de hábitos alimentares. Objetivo: Promover práticas alimentares saudáveis aos pré-escolares do Centro de Educação Infantil Cinthia Maria Silva Carvalho, do município de Alfenas – MG. Metodologia: O estado nutricional foi classificado pelo Índice de Massa Corporal/Idade. O programa de educação alimentar foi realizado por meio de aplicação de dinâmicas com abordagem de temas sobre alimentação infantil e promoção de hábitos saudáveis, foram elaborados os seguintes recursos pedagógicos – nutricionais: arte culinária (planejamento de cardápio com preparações saudáveis e nutritivas). A análise sensorial foi realizada para avaliar a aceitabilidade das crianças quanto ao bolo de beterraba. A avaliação do conhecimento sobre saúde e nutrição dos educadores foi realizada por meio de um questionário semi-estruturado. Os dados foram tratados por meio da estatística descritiva. Resultados: Do total de 57 crianças, 49,1 % eram do sexo feminino e 22,8% apresentavam-se algum distúrbio nutricional. Observou-se uma boa aceitação pelas crianças do cardápio oferecido, exceto nos dias em que a guarnição era legumes refogados. Houve participação e interesse tanto das crianças quanto dos manipuladores de alimentos nas dinâmicas. Na análise sensorial do bolo de beterraba a aceitação foi de 81,0%. Verificou-se que 71,4% das educadoras devem melhorar seus hábitos alimentares. Conclusão: Os resultados evidenciaram os reflexos da transição nutricional que o país vivencia. Os achados contribuíram também para o debate sobre a complexidade dos assuntos saúde e nutrição da criança nos primeiros anos de vida, bem como incentivo do consumo de alimentação saudável entre as educadoras.

Instituição de Ensino: Universidade Federal de Alfenas

ISBN: 978-85-93416-00-2