



## **EDUCAÇÃO EM SAÚDE NA ALIMENTAÇÃO DE ESCOLARES DE 5 ANOS EM CACHOEIRA - BA**

*Educación en salud en la alimentación de estudiantes de cinco años de Cachoeira-  
BA*

*Health education in the food of five-year-old students in Cachoeira-BA*

### **Érika Pereira de Oliveira**

ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-0162-2414>

Graduanda em Enfermagem

Faculdade Adventista da Bahia - FADBA, Cachoeira, Bahia, Brasil

E-mail: [erikapoliver16@gmail.com](mailto:erikapoliver16@gmail.com)

### **Lis Lima Dias**

ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-6507-2542>

Graduanda em Enfermagem

Faculdade Adventista da Bahia - FADBA, Cachoeira, Bahia, Brasil

E-mail: [Lisdias13@gmail.com](mailto:Lisdias13@gmail.com)

### **Bruna Menezes Souza de Jesus**

ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-7985-4322>

Graduanda em Enfermagem

Faculdade Adventista da Bahia - FADBA Cachoeira, Bahia, Brasil

E-mail: [menezesbrunaaa@gmail.com](mailto:menezesbrunaaa@gmail.com)

### **Beatriz Alencar Colares**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6527-4067>

Graduanda em Enfermagem

Faculdade Adventista da Bahia - FADBA, Cachoeira, Bahia, Brasil

E-mail: [bcollares05@gmail.com](mailto:bcollares05@gmail.com)

### **Sâmelly Guimarães dos Santos**

ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-8107-4486>

Graduanda em Enfermagem

Faculdade Adventista da Bahia - FADBA, Cachoeira, Bahia, Brasil

E-mail: [guimaraessamelly@gmail.com](mailto:guimaraessamelly@gmail.com)

### **Raimundo Fagner Venâncio**

ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-4349-6861>

Graduando em Enfermagem

Faculdade Adventista da Bahia - FADBA, Cachoeira, Bahia, Brasil

E-mail: [raimundofagner209@gmail.com](mailto:raimundofagner209@gmail.com)

### **Katherine Rios Almeida Pedreira**

ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-4349-6861>

Enfermeira, Mestre em Promoção da Saúde

Faculdade Adventista da Bahia - FADBA, Cachoeira, Bahia, Brasil

E-mail: [Katherine.pedreira@adventista.edu.br](mailto:Katherine.pedreira@adventista.edu.br)

**Eixo temático:** Ciências da saúde



## RESUMO EXPANDIDO

### Introdução

A Política Nacional de Alimentação e Nutrição (Brasil, 2013), visa a promoção e atenção à saúde com foco no controle dos males relacionados à alimentação e nutrição do brasileiro. Nos dias hodiernos, o consumo deliberadamente instantâneo vem tomando parte na mesa do brasileiro. Segundo a Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF, 2008 - 2009) a prevalência de excesso de peso e obesidade em crianças de cinco a nove anos foi de 33,5% e 14,3%, respectivamente. Entretanto, ações têm sido efetuadas para a inversão desse quadro, e as ações tem se mostrado eficazes diante dos estudos efetuados.

É comprovado, segundo pesquisas do Unasus (3), que ter uma alimentação saudável na educação infantil contribui para o crescimento e desenvolvimento das crianças, bem como para a prevenção de doenças. Crianças bem alimentadas têm maiores chances de ficar mais interessadas nas atividades educativas, além de mais concentradas, com mais energia para brincar. A construção de bons hábitos alimentares, que acompanham a vida das pessoas até a idade adulta, na verdade, começa desde muito cedo. Por isso, a educação alimentar infantil é tão importante.

A educação alimentar e nutricional tem por finalidade contribuir para a promoção e a proteção da saúde, através de uma alimentação adequada e saudável, desempenhando seu crescimento e desenvolvimento humano conforme as políticas públicas em alimentação e nutrição. A obesidade infantil é considerada uma doença mais grave do que em adulto, pelo fato das peculiaridades da faixa etária e o desenvolvimento físico e mental da criança, que posteriormente vem associada ao surgimento de diabetes, hipertensão e colesterol, devido ao consumo excessivo por alimentos ricos em gorduras saturadas, açúcares e sódio. Desencadeando a baixa autoestima, o rendimento escolar, o relacionamento pessoal e social levando principalmente a discriminação da aparência física, diante suas características notáveis pelo excesso de peso (4).

É importante considerar que a promoção da saúde deve ser inserida desde a infância permanecendo até a fase adulta de maneira gradativa para que a formação de hábitos alimentares saudáveis seja adquirida por comportamentos autônomos e



consciente por suas escolhas desde pequenos, o consumo alimentar adequado necessita de cuidado desde a infância, para que as preferências em relação à alimentação não se tornem um consumo excessivo por alimentos inadequados que venham a promover o desenvolvimento da obesidade infantil (5).

## Objetivo

Realizar atividades voltadas para a educação em saúde e alimentação com escolares de uma instituição pública de Ensino básico, no interior do estado da Bahia em 2022.

## Método

Trata-se de um relato de experiência de atividade educativa com alunos de educação básica da escola Paroquial Dom Antônio Monteiro, localizada em Cachoeira-BA a 117km da capital, realizada em novembro de 2022. A instituição é composta por discentes de dois a cinco anos de idade, pois atua como pré-escola e ensino fundamental, porém, apenas os alunos mais velhos participaram. A equipe foi composta por oito discentes do curso de Enfermagem, regularmente matriculados no componente curricular Projeto de Desenvolvimento Profissional IV devidamente supervisionado pela docente responsável do referido componente curricular.

A intervenção ocorreu com uma visita seminal por um período de três semanas. Apesar da escola funcionar em período integral, os encontros ocorreram durante o turno matutino. Foram utilizados como recursos didáticos: imagens representando a influência dos alimentos saudáveis no desenvolvimento da criança, história teatral ilustrando a escolha correta dos alimentos, materiais para momentos recreativos além de estimular a ingestão de frutas diariamente.

Registrou-se a participação de aproximadamente 50 alunos e 5 professoras. As temáticas foram apresentadas envolvendo a importância da alimentação saudável sobre a nutrição infantil e, a influência de trocas alimentares saudáveis na disposição e aprendizado das crianças.

Realizou-se uma atividade completamente atípica com a colaboração de uma discente de Gastronomia para diversificar a visão dos escolares. A intervenção foi concluída com um momento de lazer em forma de piquenique com várias frutas sendo



apresentadas de maneiras e formas diferentes, aguçando e estimulando assim o desejo das crianças em experimentar os alimentos ofertados. Nesta ocasião também foi realizada uma cerimônia de coroação representativa de acordo com o desafio proposto no primeiro dia que foi o consume de frutas durante as semanas posteriores. Vale ressaltar que este tipo de estudo não requer aprovação ética, segundo resolução do Ministério da Saúde, por intermédio do Conselho Nacional de Saúde, conforme resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012.

## Resultados

Esse trabalho constitui-se no relato de intervenção de educação em saúde na alimentação de escolares, na faixa etária de cinco anos em Cachoeira-BA, relativos ao módulo de Projeto de Desenvolvimento Profissional IV. Dada a temática, foi observado que a alimentação escolar permeia os aspectos da atividade intelectual e física infantil. Nesse viés, durante a implementação da ação programada, subsequente em quatro etapas, os resultados dos objetivos traçados e descritos foram satisfatórios. Para interpelar a autorização da instituição de ensino, houve receptividade da direção para realização da atividade proposta.

No que se refere a adequação da rotina dos infantis a atividade programada, bem como, direção e professores, ocorreu de forma coerente com as normas da instituição, uma vez que, houve tempo hábil para o preparo da instituição, bem como, os discentes facilitadores da temática, a fim de, executá-la da maneira mais assertiva. Assim, para a coerência da intervenção, a linguagem fora adequada para comunicação dos discentes e meios didáticos resultaram num diálogo, bem como, a troca de conhecimentos/ensino aprendizagem com os presentes.

Após a primeira intervenção e apresentação do projeto, os escolares criaram expectativa quanto as seguintes atividades programadas. Durante o fim da intervenção, foram explanados feedbacks positivos dos professores, quanto a concentração dos alunos, a perspectiva para os próximos encontros e alinhamentos referente a alimentação dos infantis. No que diz respeito ao segundo encontro, os escolares verbalmente sinalizavam que estavam seguindo a alimentação saudável, 4 sendo confirmado pelas professoras, as quais acompanharam o processo, e também realizaram essa etapa da intervenção. Ademais, o processo de ensino-aprendizagem



elucubrou o aspecto prático, através de receitas saudáveis, obtendo resultados impressionantes e expressivos da instituição educacional, como um todo, uma vez que, a óptica prática na alimentação saudável, demonstrou-se ainda mais eficaz e produtiva na intervenção, positivando a promoção de uma alimentação saudável para escolares.

Os resultados referentes a finalização da ação programada demonstraram integralidade, no que tange, o planejamento da intervenção. Sob esse prisma, os escolares apresentaram amplitude no que diz respeito ao consumo de alimentos saudáveis, bem como, o conhecimento dos benefícios que esses alimentos trazem para o lazer. Durante o momento de socialização, foi possível observar o comprometimento dos alunos e instituição na realização do piquenique das frutas, onde as crianças puderam consumi-las e criar uma nova óptica referente a alimentação saudável. Assim, após o encerramento direção e professores solicitaram novas intervenções para instituição, com novas temáticas e expandindo a maiores públicos.

Sob o enfoque do processo de educação em saúde e ensino-aprendizagem, pautada na perspectiva profissional, foi notório que a intervenção mostrou-se um importante meio de comunicação, bem como, facilitador dos processos de experiências educacionais, preventivas e promocionais de saúde ao público referido, capacitando e ampliando o futuro profissional a assertividade nas condutas prestadas.

### Conclusões

Compreendendo os desafios da adaptação e utilização de novos hábitos saudáveis adotados pelos escolares, a criação de uma abordagem criativa e cativante proporcionou mais receptividade ao tema proposto. Diante disso, a metodologia aplicada ao ambiente escolar, e a dinâmica utilizada na abordagem da importância do consumo saudável de alimentos, despertou nas crianças o interesse pela aquisição saudável. Pôde-se dizer que esse conhecimento teve uma evolução positiva e considerando todas as atividades realizadas, e todos os resultados no ponto de vista discente, o objetivo proposto foi alcançado, promovendo aos escolares uma melhor perspectiva alimentar.

**Descritores:** Alimentação saudável; Crianças; Educação em Saúde;



## Referências

1. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Política Nacional de Alimentação e Nutrição / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Básica. – 1. ed., 1. reimpr. – Brasília : Ministério da Saúde, 2013.
2. IBGE. POF 2008-2009: desnutrição cai e peso das crianças brasileiras ultrapassa padrão internacional [Internet]. censo 2010, editor. IBGE censo 2010 resultados. 2010 [cited 2023 May 2]. Available from: <https://censo2010.ibge.gov.br/noticias-censo.html?busca=pof-20082009-desnutricao-cai-peso-criancas-brasileiras-ultrapassa-padrao-internacional&idnoticia=1699&view=noticia>
3. Santiago Dias J. Importância da alimentação infantil e suas repercussões na vida adulta [Internet]. Unasus, editor. unasus.gov.br. 2016 [cited 2023 May 2]. Available from: <https://ares.unasus.gov.br/acervo/html/ARES/7962/1/Juliana%20Santiago%20Dias.pdf>
4. Eduardo G. Reis C, Aragão L. Vasconcelos I, Farias de N. Barros J. Políticas públicas de nutrição para o controle da obesidade infantil [Internet]. Rev Paul Pediat, editor. 2011 [cited 2023 May 1]. Available from: <file:///C:/Users/Usu%C3%A1rio/Downloads/Pol%C3%ADticas%20p%C3%ABlicas%20de%20nutri%C3%A7%C3%A3o%20para%20o%20controle%20da%20obesidade%20infantil.pdf>
5. Ferraz Laranjeira barbora, Francisco , and João Flávio Veloso Silva. “Antropologia E Sociologia Da Alimentação.” *Embrapa Alimentos E Território*, 27 Feb. 2023, [www.embrapa.br/alimentos-e-territorios/areas-de-atuacao/antropologia-e-sociologia-da-alimentacao](http://www.embrapa.br/alimentos-e-territorios/areas-de-atuacao/antropologia-e-sociologia-da-alimentacao) . Accessed 1 May 2023.
6. Girnos Sonati J, Vilartha R, de Vasconcelos Affonso C. Nutrição e o Ciclo da Vida: Fase Escolar, Adolescência, Idade Adulta e no Envelhecimento [Internet]. Unicamp, editor. Alimentação Saudável cap.6. [cited 2023 May 1]. Available from: [https://www.fef.unicamp.br/fef/sites/uploads/deafa/qvaf/alimen\\_saudavel\\_cap6](https://www.fef.unicamp.br/fef/sites/uploads/deafa/qvaf/alimen_saudavel_cap6)