

EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL COM PRÉ-ESCOLARES

¹Felipe Alves da Silva, ¹Jéssica Kalyne Barbosa Chaves, ¹Gledson Firmino Gonçalves Silva, ¹Maria Isabel Valentim Oliveira, ¹Amanda Ramalho Honório de Medeiros, ²Jeronimo Galdino dos Santos

Muito tem se comentado sobre a relevância da abordagem de temas, que envolvam educação nutricional em instituições de ensino para a formação de hábitos alimentares mais saudáveis desde a infância, pois as preferências alimentares de cada um são forjadas desde a infância pelas sensações que são apresentadas e vivenciadas pela criança, através dos sentidos. Mas na prática pouco se conhece a respeito de ações e/ou projetos que promovam alimentação saudável nas escolas e outras instituições de ensino. Com este conhecimento sendo abordado é de grande importância para o aperfeiçoamento e/ou criação de técnicas, estratégias pedagógicas e políticas que promovam melhores hábitos alimentares e consequentemente a prevenção da saúde. Nesse sentido, o presente trabalho teve como objetivo o ensino e abordagem de temas de educação alimentar e nutricional, com pré-escolares de uma escola pública da cidade de Solânea-PB, através do uso de métodos e técnicas lúdico-pedagógicas. Este projeto foi aplicado na Escola Municipal de Ensino Fundamental Adelaide Gracindo da cidade de Solânea-PB em uma sala de aula da própria escola, participaram deste trabalho crianças da turma do pré 2 com 27 alunos e com idade média de 5 anos, estiveram envolvidas 5 pessoas (4 voluntários). Nos encontros as crianças foram incentivadas a participarem de atividades de cunho lúdico que envolveram histórias infantis, atividades artísticas e músicas, relacionados à alimentação e nutrição, a cada encontro uma atividade diferente de forma sequencial e usando uma linguagem bem dinâmica, para melhor assimilação dos alunos, para elaboração das atividades, foram usados materiais como lápis de pintar, cartolina, tesoura, cola etc. Essas atividades foram realizadas de 15 em 15 dias, com início das atividades em 01/05 com data prevista até 30/12 de 2015. Este estudo proporcionou resultados satisfatórios, as crianças tiveram um contato diferenciado com maior interação com os alimentos, aprenderam novas definições, mostraram-se bastante interessados nos assuntos abordados, muitos dos assuntos discutidos em sala de aula foram novos para os alunos, notou-se que as crianças não tinham um conhecimento básico sobre alguns temas de bastante relevância, como uma alimentação saudável na idade infantil que implicará diretamente na prevenção e redução de doenças na idade adulta, pode-se observar que as crianças tiveram uma facilidade em assimilar os conceitos ditos sobre alimentos saudáveis e não saudáveis, dentre os resultados obtidos é possível notar que as crianças irão servir de agentes multiplicadores, passando esse conhecimento para irmãos e pais. Conclui-se que educação alimentar e nutricional é um processo de contínuo aprendizado, em que os educandos poderão aprender a se alimentarem de forma adequada e saudável, que consequentemente irá proporcionar uma melhor saúde na vida atual e principalmente na prevenção e redução de doenças na idade adulta, esses conhecimentos são de grande importância quando ensinados desde cedo.

Palavras-chave: criança, educação nutricional, saúde

1. Aluno do curso de Bacharelado em Agroindústria, bolsista, felipealvess2011@live.com; aluna do curso de Bacharelado em Agroindústria colaborador, jessica.kalyne@hotmail.com; aluno do curso de Bacharelado em Agroindústria, colaborador, gledson.bna@gmail.com; aluna do curso de Bacharelado em Agroindústria, colaborador, isabelvlm.pb@gmail.com; aluna do curso de Bacharelado em Agroindústria, colaborador, amanda_ki_gata@hotmail.com; 2. Orientador,