

Área temática: Saúde

REFORMULAÇÃO DOS MATERIAIS DE INTERVENÇÃO NA PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E DA PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA PARA ESCOLARES DA REDE PÚBLICA

Tatiana Correia da Silva¹, Tatianny Monteiro de Albuquerque²,
Taísa Gomes de Andrade Oliveira³, Jessica Maria Alves Brasil⁴, Ingra Margareth Gomes
Vicente⁵, Maria Regina de Freitas⁶

Nos últimos anos vivenciamos uma transformação social e econômica que vem refletindo diretamente no estilo de vida e hábitos alimentares da população mundial e, em consequência disto, houve um crescimento considerável das doenças crônicas não transmissíveis atingindo em especial as crianças. Estudos demonstram que um estilo de vida não saudável, incluindo a inatividade física associada a uma dieta rica em gordura, açúcares e sódio, vem sendo adotado por crianças e adolescentes, e assim a obesidade infantil é crescente e considerada atualmente uma pandemia mundial. Torna-se essencial a intervenção preventiva que leve às crianças e adolescentes a compreensão da importância de se estabelecer hábitos de alimentação saudável associados à prática adequada de atividade física. A escola, por ser um espaço educativo, apresenta-se como um lugar privilegiado para o desenvolvimento de ações que favoreçam a construção de comportamentos e hábitos que serão levados ao longo da vida. Visando esta conscientização este trabalho teve como objetivo desenvolver e reformular materiais educativos utilizados em atividades de promoção da saúde realizadas com crianças e adolescentes do ensino fundamental de escolas públicas municipais. Em reuniões periódicas dos professores orientadores e alunos extensionistas dos cursos de Nutrição e Educação Física foram debatidas propostas de aperfeiçoamento dos instrumentos didáticos informativos e de sondagem do projeto de extensão universitária intitulado “Atividade física e alimentação saudável: construindo estratégias na escola para melhoria da qualidade de vida de crianças e adolescentes” que vem sendo realizado, desde 2011, com escolares, na faixa etária de 10-12 anos, da rede municipal de ensino. Após levantamento bibliográfico e várias discussões científicas, foram incorporados aos materiais anteriormente utilizados novos elementos educativos, com abordagem lúdica e interativa, tais como caça-palavras e palavras-cruzadas. Foram confeccionados também um “Questionário de Avaliação do Nível de Atividade Física e Comportamento Sedentário” e um “Questionário de Frequência Alimentar”, ambos, com aspectos lúdicos e em linguagem adaptada à faixa etária do público alvo. Nesta etapa do projeto concluiu-se a elaboração e reformulação dos instrumentos de intervenção, que se tornaram mais interativos e lúdicos, e serão aplicados aos escolares nas ações de promoção da alimentação saudável e da prática de atividade física.

Palavras-chave: crianças e adolescentes, educação em saúde, promoção da saúde.

¹Estudante do Curso de Nutrição, bolsista, nutritatianacorreia@gmail.com; ²Estudante do Curso de Nutrição, colaborador, tatymonteiro12@gmail.com; ³Estudante do Curso de Nutrição, colaborador, taisaandrade@outlook.com; ⁴Estudante do Curso de Nutrição, colaborador, jessik_brasil@hotmail.com; ⁵Estudante do Curso de Nutrição, colaborador, ingra.aghape@hotmail.com; ⁶Docente/orientadora DFP/CCS; rfreitas.ufpb@gmail.com.