



MUDANÇAS, PERSPECTIVAS E TENDÊNCIAS SOCIOESPACIAIS:
15 ANOS DA FAMAM NO RECÔNCAVO DA BAHIA/BRASIL
8 A 10 DE NOVEMBRO DE 2018
FACULDADE MARIA MILZA



IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO NUTRICIONAL NO AMBIENTE ESCOLAR

Flávia Helen de Souza Nascimento*

Alessandra Santana Silva**

Considerando os problemas alimentares e nutricionais atuais, a Educação Alimentar e Nutricional (EAN) é tida como uma importante estratégia de promoção da saúde. Suas práticas são baseadas em diferentes abordagens educacionais e pedagógicas que propiciam o diálogo e a reflexão sobre aspectos relacionados à alimentação e nutrição ao longo da vida dos indivíduos. Os métodos de ensino-aprendizagem utilizados nas ações de EAN devem diferir de acordo com o ambiente realizado e o público-alvo. A utilização de atividades lúdicas, principalmente com escolares, tem-se mostrado efetiva na ampliação do conhecimento sobre alimentação e nutrição, pois estimulam a compreensão do conteúdo abordado de forma prazerosa e refletem a realidade vivenciada em sua faixa etária. Diante do exposto, objetivou-se realizar uma ação de educação alimentar e nutricional com escolares a fim de melhorar os hábitos alimentares dos mesmos. Para tanto, foi realizada uma ação educativa no dia 08 de maio de 2018, como parte das atividades práticas da disciplina Educação Alimentar e Nutricional na escola municipal Manoel Machado Pedreira, localizada no município de Governador Mangabeira, com a turma do maternal. As atividades foram realizadas de forma lúdica e interativa para que apreendesse a atenção do público, paralelamente o incentivo ao consumo de alimentos saudáveis e regionais. Como forma de avaliar o aprendizado das crianças sobre o tema foi solicitado que os escolares montassem um prato apenas com alimentos saudáveis antes e após a ação educativa. O resultado foi muito satisfatório, já que antes da ação as guloseimas predominavam nos pratos da maioria das crianças e após a intervenção todos os escolares colocaram em seus respectivos pratos apenas alimentos saudáveis. Porém, essa ação aconteceu em um único momento e isso é muito pouco para garantir hábitos alimentares saudáveis, uma vez que o aprendizado sobre alimentação saudável deve ser contínuo, pois o ideal é que ações efetivas e duradouras sejam realizadas de forma permanente desde a primeira infância. Conclui-se, portanto, que a realização de atividades de Educação Nutricional reforça a importância da introdução de alimentos saudáveis durante o desenvolvimento da criança, além de ser uma proposta bastante produtiva na ampliação dos conhecimentos a respeito de alimentação saudável em pré-escolares.

Palavras chave: alimentação saudável, alimentos regionais, infância, nutrição.

* Graduanda do curso de Nutrição, Faculdade Maria Milza - FAMAM, Governador Mangabeira, BA. E-mail: flavia.hsn@hotmail.com

** Professora Mestre do Programa de graduação da Faculdade Maria Milza - FAMAM, Governador Mangabeira, BA. E-mail: alessandraufrb@hotmail.com.