



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



## SALA DE ESPERA EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL

Isabela Conceição da Silveira<sup>\*</sup>  
Larissa Andrade dos Santos<sup>\*</sup>  
Andrea dos S. de Souza<sup>\*\*</sup>

Uma alimentação saudável deve ser baseada em práticas alimentares que assumam a significação social e cultural dos alimentos como fundamento básico conceitual. Assim, uma alimentação saudável deve ser harmônica, diversificada e de acordo com as condições econômicas de cada indivíduo. Portanto, a educação alimentar e nutricional no contexto da promoção das práticas alimentares saudáveis, apontada como importante estratégia para enfrentar os novos desafios no campo da saúde, alimentação e nutrição. É fundamental buscar uma nutrição adequada desde a infância, pois a criança em fase de desenvolvimento tende a ter um sistema imunológico fragilizado o que contribui para o aparecimento de doenças, sendo de suma importância uma alimentação saudável para prevenção de possíveis patologias. Nesse âmbito, uma alimentação equilibrada com ingestão de macro e micronutrientes adequada pode retardar o aparecimento de cárie. Dessa forma, esse trabalho tem como objetivo realizar educação alimentar e nutricional com crianças e adolescentes na sala de espera do ambulatório odontológico. A metodologia utilizada foi dinâmicas com orientações nutricionais sobre hábitos alimentares saudáveis associando conhecimento e atividades expositivas implementando informação e promoção da saúde. As atividades foram realizadas no Centro Integrado de Pesquisa e Extensão Maria Milza- CIPEM, visando à participação do público e disseminação do conhecimento bem como valorizar a interdisciplinaridade entre os cursos de Nutrição e Odontologia. Com o desenvolvimento do projeto, o propósito é atingir não só o público infantil, mas também pais e responsáveis a fim de agregar conhecimento sobre hábitos alimentares saudáveis. Assim, com a realização das atividades da sala de espera observou-se a participação e integralidade do público alvo estimulando o desenvolvimento, criatividade no reconhecimento de alimentos, onde as crianças e acompanhantes manifestaram interesse pelo tema, bem como a importância de discutir sobre o consumo de determinados alimentos que podem influenciar no aparecimento de cárie dentária e outras doenças.

**Palavras-chaves:** Alimentação saudável. Saúde bucal. Crianças. Atividades lúdicas.

\*Graduanda em nutrição pela Faculdade Maria Milza (FAMAM) [isabelasilveiraa@gmail.com](mailto:isabelasilveiraa@gmail.com)

\*\*Graduanda em nutrição pela Faculdade Maria Milza (FAMAM) [larissa\\_andrade\\_s@hotmail.com](mailto:larissa_andrade_s@hotmail.com)

\*\*\*Coordenadora do curso de nutrição da Faculdade Maria Milza (FAMAM) [coord.nutricao@famam.com.br](mailto:coord.nutricao@famam.com.br)