

# III SEMANA DO CONHECIMENTO

Marque a opção do tipo de trabalho que está inscrevendo:

( ) Resumo

(x) Relato de Caso

**PROGRAMA COMUNIDADES SUSTENTÁVEIS: EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL  
COM CRIANÇAS – CEJUME**

**AUTOR PRINCIPAL:** Caroline Ceconello

**CO-AUTORES:** Ana Luisa Sant'Anna Alves, Valeria Hartmann, Laurem Helena Alves

**ORIENTADOR:** Nair Luft

**UNIVERSIDADE:** UNIVERSIDADE DE PASSO FUNDO

## **INTRODUÇÃO:**

A Educação Alimentar e Nutricional constitui uma estratégia preconizada pelas políticas públicas em alimentação e nutrição, sendo considerada um importante instrumento para promoção de hábitos alimentares saudáveis (RAMOS, 2013). O hábito alimentar de um indivíduo é de natureza bastante complexa e o seu estabelecimento implica numerosos fatores; porém, de um modo geral, o tipo de alimentação baseia-se na disponibilidade de alimentos, nos recursos econômicos e na capacidade de escolha das pessoas. É na infância que os hábitos alimentares são formados e tendem a se manter ao longo da vida. Na maioria das vezes são determinados por fatores fisiológicos, socioculturais e psicológicos (OLIVEIRA, 2003). Desta forma, ações de educação alimentar e nutricional podem ser determinantes no estado nutricional e condições de saúde do indivíduo. O objetivo deste trabalho foi realizar ações de educação alimentar e nutricional em crianças que frequentam o Centro Juvenil Meridional de Passo Fundo.

## **DESENVOLVIMENTO:**

No período de abril a julho de 2016 foram realizadas atividades com crianças na entidade Centro Juvenil Meridional (CEJUME), na cidade de Passo Fundo, onde foram atendidas aproximadamente vinte e cinco crianças, com um total de vinte e cinco encontros. As atividades estão vinculadas ao Programa Comunidades Sustentáveis. As oficinas foram realizadas uma vez por semana por acadêmicas do curso de Nutrição com atividades teóricas e práticas.

# III SEMANA DO CONHECIMENTO

27 DE OUTUBRO  
2016

Num primeiro momento, foi realizado o diagnóstico de realidade, a partir das observações feitas, foram determinadas como seriam as atividades a ser realizadas nesse período. Nos primeiros encontros foram abordados os assuntos de grande importância para uma alimentação saudável, através da pirâmide alimentar. As crianças construíram uma pirâmide com caixinhas de leite e recortes de revistas e jornais. As crianças tiveram a oportunidade de comentar os alimentos que mais gostavam e consumiam, falaram também dos seus conhecimentos sobre alimentação. Neste momento foi possível identificar alguns hábitos como comer fora de hora e alto consumo de lanches não saudáveis.

Em outro encontro foi apresentado e construído o pratinho saudável. Essa atividade foi realizada com prato descartável e massinha de modelar. Foi explicada a importância de incluir diferentes grupos alimentares e cores diferentes, obtendo assim mais nutrientes. A alimentação e nutrição também foi abordada utilizando vídeos, músicas e jogos, enfatizando a importância do consumo de alimentos saudáveis desde a infância.

Foram realizadas oficinas culinárias com as seguintes preparações: salada de frutas, cookies de aveia, bolo de cenoura integral, bolo de banana com aveia, cupcake de chocolate com aveia e bolo de legumes. Em todas as atividades propostas as crianças se mostraram participativas e interessadas, fazendo perguntas e contando sobre a alimentação nas suas casas.

O público infantil é mais influenciado pelo ambiente onde vive, que, na maioria das vezes, é constituído pelo ambiente familiar. E quando o meio ambiente é desfavorável, o mesmo poderá propiciar condições que levem ao desenvolvimento de distúrbios alimentares que, uma vez instalados, poderão permanecer ao longo da vida (OLIVEIRA, 2003).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS:

Dessa forma, as atividades desenvolvidas no CEJUME foram de suma importância para as crianças, tendo um melhor entendimento das escolhas alimentares e como deve ser a alimentação diária de uma criança, gerando curiosidade e conhecimento dos temas abordados nas oficinas realizadas. Observou-se o quanto as crianças procuravam levar as informações para casa e assim tentar mudar os hábitos de toda família.

## REFERÊNCIAS:

RAMOS F. P.; SANTOS L.A.S.; REIS. A.B.C. Educação alimentar e nutricional em escolares: uma revisão de literatura. Cadernos de Saúde Pública. V. 29, n. 11, p. 2147-2161, 2013.

OLIVEIRA, A.M.; CERQUEIRA, E.M.M.; SOUZA, J.S.; OLIVEIRA, A.C. Sobrepeso e obesidade infantil: influência de fatores biológicos e ambientais em Feira de Santana, BA. Arquivos Brasileiros de Endocrinologia e Metabolismo. V. 47, n. 2, p. 144-50, 2003.

Universidade e comunidade  
em transformação

**3 a 7** DE OUTUBRO  
DE 2016

# III SEMANA DO CONHECIMENTO

NÚMERO DA APROVAÇÃO CEP OU CEUA (para trabalhos de pesquisa): 732.330

**ANEXOS:**

Poderá ser apresentada somente uma página com anexos (figuras e/ou tabelas), se necessário.