



VI SEMANA DO CONHECIMENTO

**UNIVERSIDADE EM TRANSFORMAÇÃO:
INTEGRALIZANDO SABERES E EXPERIÊNCIAS**

2 A 6 DE SETEMBRO/2019



Marque a opção do tipo de trabalho que está inscrevendo:

() Resumo (x) Relato de Experiência () Relato de Caso

DINÂMICA SOBRE OBESIDADE E ALIMENTAÇÃO NA PRÉ-ESCOLA PARA ALUNOS DE UMA ESCOLA PÚBLICA DE PASSO FUNDO-RS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

AUTOR PRINCIPAL: Luísa Fanton Pelle

CO-AUTORES: Anna Laura Duro Barp, Gabriela Kohl Hammacher, Julia De Castilhos Serafini, Luana Cocco Garlet, Manuela Meinhardt Pinheiro dos Santos, Thaís Planthold.

ORIENTADOR: Vinícius Rauber e Souza.

UNIVERSIDADE: Universidade de Passo Fundo.

INTRODUÇÃO

A obesidade infantil apresenta prevalência elevada e caráter multifatorial¹, é caracterizada quando uma criança está com peso maior do que o recomendado para sua idade e altura. Quando não diagnosticada e tratada pode apresentar inúmeras consequências, como diabetes, dislipidemia e hipertensão. Além disso, pode desenvolver patologias psicossociais, como baixa autoestima. Tendo em vista essas questões, práticas de uma alimentação saudável devem ser trabalhadas e estimuladas desde a mais tenra idade, a fim de desenvolver hábitos saudáveis¹.

DESENVOLVIMENTO:

No turno da tarde do dia 09/11/18, foram realizadas atividades lúdicas sobre alimentação saudável e obesidade infantil para 18 alunos pré-escolares de 5 anos de idade da Escola de Ensino Fundamental Emey Geny Araujo Rebechi, localizada no bairro Manoel Corralo (Passo Fundo – RS). A atividade durou aproximadamente duas horas e foi desenvolvida por sete acadêmicas de medicina da Universidade de Passo Fundo, sob orientação do professor e coordenador do projeto de extensão Cenários em Saúde da Família, Vinícius Rauber e Souza. O projeto tem como proposta a discussão de temáticas referente à promoção da saúde e o planejamento de ações voluntárias de acordo com demandas da comunidade.



VI SEMANA DO CONHECIMENTO

**UNIVERSIDADE EM TRANSFORMAÇÃO:
INTEGRALIZANDO SABERES E EXPERIÊNCIAS**

2 A 6 DE SETEMBRO/2019



Foram abordados os seguintes temas: alimentos saudáveis, pirâmide alimentar, montagem de refeições balanceadas e benefícios de práticas alimentares adequadas para a idade pré-escolar.

As atividades foram de forma lúdica, nas quais as crianças participaram ativamente na construção de uma pirâmide alimentar ideal, sendo ressaltada a importância de cada classe de alimentos, bem como quantidades adequadas de cada uma. Além disso, foi desenvolvido um jogo para que as crianças pudessem escolher alimentos para formar seus pratos, incentivando as que tinham escolhido opções saudáveis e mostrando melhores opções para as que tinham escolhido alimentos pobres em nutrientes.

A ação apresentou resultados positivos, as crianças foram participativas e interessadas em aprender mais sobre a alimentação, o que auxiliou a compreensão da atividade. Além disso, na oportunidade, percebemos que as crianças com IMC inadequado para a idade apresentavam escolhas pobres em nutrientes e davam preferência para doces e frituras mesmo após as dinâmicas apresentadas sobre dieta balanceada e classes nutricionais. Ademais, foi entregue desenhos para colorir para que as crianças pudessem levar para suas casas, a fim de incentivar a alimentação saudável em seus responsáveis.

CONSIDERAÇÕES FINAIS:

Promover dinâmicas com crianças na fase pré-escolar mostrou-se efetiva, uma vez que a introdução precoce da possibilidade de alimentações saudáveis possibilitará mudanças de hábitos que favorecerão seu desenvolvimento e saúde, e poderão se perpetuar para o resto de sua vida. Além disso, espera-se que o conhecimento transmitido na atividade certamente chegará até seus familiares ou responsáveis, possibilitando, assim, uma disseminação social de informações sobre hábitos e alimentação saudável.

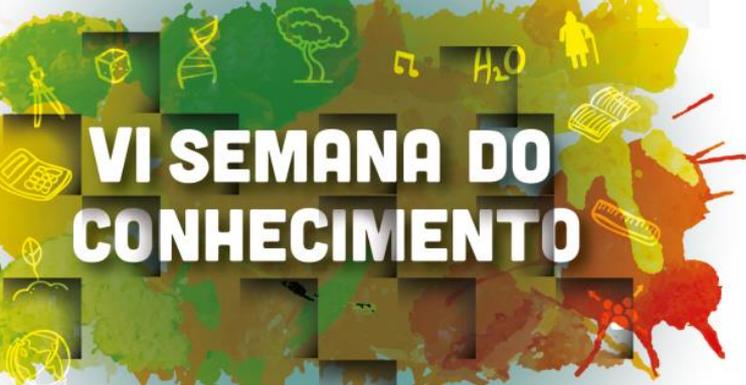
REFERÊNCIAS

Nesta seção devem constar apenas as referências bibliográficas citadas no texto. As referências devem ser apresentadas conforme as normas vigentes da Associação Brasileira de Normas e Técnicas – ABNT. Máximo de 750 caracteres com espaço.

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

ANEXOS

Aqui poderá ser apresentada **somente UMA página com anexos** (figuras e/ou tabelas), se necessário .



UNIVERSIDADE EM TRANSFORMAÇÃO: INTEGRALIZANDO SABERES E EXPERIÊNCIAS

2 A 6 DE SETEMBRO/2019

