



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 Relato de Experiência Relato de Caso

**PROMOVENDO SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA: DESENVOLVENDO A CULINÁRIA
SAUDÁVEL COM ESCOLARES ATENDIDOS PELA ASSISTÊNCIA SOCIAL
ARQUIDIOCESANA LEÃO XIII, PASSO FUNDO, RS.**

AUTOR PRINCIPAL: Thalia Borssa Bonfanti

CO-AUTORES: Joanna Scipioni da Rocha, Renato Almeida Bejoso Filho, Valéria Hartmann e Ana Luisa Sant'Anna Alves

ORIENTADOR: Maria Cristina Zanchim

UNIVERSIDADE: Universidade de Passo Fundo - RS.

INTRODUÇÃO

O Guia Alimentar para a População Brasileira reforça o compromisso do Ministério da Saúde de contribuir para o desenvolvimento de estratégias para a promoção e direito humano à alimentação adequada, visto que o excesso de peso acomete uma em cada três crianças brasileiras. Mediante o quadro epidemiológico da nutrição atual com carências nutricionais, doenças infecciosas e desordens crônicas não transmissíveis, como o excesso de peso, a educação nutricional em escolas, torna-se uma importante estratégia para formação de hábitos alimentares saudáveis e controle de doenças de origem nutricional na população como um todo (BRASIL, 2014). Em virtude desse cenário, o objetivo deste estudo consiste em relatar uma oficina de culinária saudável realizada com alunos da Fundação Leão XIII, de Passo Fundo, RS.

DESENVOLVIMENTO:

O projeto "Promovendo Saúde e Qualidade de Vida" tem como objetivo viabilizar atividades de inserção da educação e saúde referentes ao tema alimentação, com crianças e adolescentes em escolas e entidades assistenciais. Dentre esses locais, está a Assistência Social Arquidiocesana Leão XIII, que tem como atividade preponderante a assistência social, atuando de forma descentralizada, nos bairros mais vulneráveis do Município de Passo Fundo, RS. As atividades de educação nutricional desenvolvidas pelos extensionistas da nutrição, tiveram início no mês abril, com 30 crianças, de idades entre 6 e 10 anos, atendidas na unidade do bairro Victor Isler, em encontros



VI SEMANA DO CONHECIMENTO

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

2 A 6 DE SETEMBRO/2019



semanais, nos quais foram abordadas práticas de sensibilização sobre hábitos saudáveis que possam auxiliá-los nas suas escolhas alimentares diárias. Neste relato será abordada a realização de uma oficina culinária, executada no refeitório da unidade, na qual, as crianças participaram do preparo de pastéis assados com o objetivo de conhecerem uma alternativa de elaboração mais saudável quando comparado a versões fritas. Para o recheio usou-se como ingrediente, além da carne moída e ovos, o brócolis, afim de estimular o consumo de legumes. Evidenciou-se que algumas crianças durante a elaboração da preparação, estavam receosas quanto a presença do brócolis, relatando que não realizariam a degustação por não gostar desse legume. Entretanto, após ficarem prontos, os pastéis foram degustados por todos, havendo uma ótima aceitabilidade. Observa-se atualmente, que a obesidade infantil vem crescendo a nível mundialmente, causando sérias repercussões na saúde da população infanto-juvenil. Nesse contexto, a escola aparece como espaço privilegiado para o desenvolvimento de ações de melhoria das condições de saúde e do estado nutricional das crianças, sendo um setor estratégico para a concretização de iniciativas de formação de hábitos adequados, principalmente os alimentares (SCHMITZ, 2008). Por ser na infância que o comportamento alimentar se forma, é necessário o entendimento dos seus fatores determinantes, para que seja possível propor processos educativos efetivos para a mudança do padrão alimentar nessa população (RAMOS, STEIN, 2000). Assim, oficinas com a prática de jogos que envolvem a inclusão dos dez passos para uma alimentação saudável, a pirâmide alimentar e desenvolvimento de preparações culinárias saudáveis são exemplos de ações que podem ser implementadas para influenciar na mudança de padrões alimentares errôneos já interiorizados. Neste contexto, os acadêmicos da nutrição, surgem como agentes promotores de mudança, de forma a auxiliar nesse processo de construção do conhecimento para além da sala de aula, mostrando que a inclusão de alimentos como legumes e verduras nas preparações do cotidiano também resultam na obtenção de uma refeição final saborosa, nutritiva e de qualidade nutricional.

CONSIDERAÇÕES FINAIS:

Apesar da insegurança em provar certos alimentos, observou-se um resultado satisfatório com a inclusão dessa preparação saudável na alimentação dos envolvidos. Concluiu-se assim, que a educação nutricional e alimentar a partir da escola pode ser considerado um fator para a promoção da saúde, visto que as crianças passam grande parte de seu dia na escola, merecendo esta, ter destaque na participação pela busca da qualidade de vida e prevenção de agravos a saúde no futuro.

REFERÊNCIAS



VI SEMANA DO CONHECIMENTO

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

2 A 6 DE SETEMBRO/2019



SCHMITZ, Bethsáida de Abreu Soares et al . A escola promovendo hábitos alimentares saudáveis: uma proposta metodológica de capacitação para educadores e donos de cantina escolar. Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro , v. 24, supl. 2, p. s312-s322, 2008. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2008001400016&lng=en&nrm=iso>. Acessado em 01 de junho de 2019. <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-311X2008001400016>.

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia alimentar para a população brasileira / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – 2. ed., 1. reimpr. – Brasília : Ministério da Saúde, 2014.

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

ANEXOS