



3º Simpósio Internacional
de NUTROLOGIA PEDIÁTRICA

16 a 18 de maio de 2012 | Fábrica de Negócios | FORTALEZA – CE

Trabalhos Científicos

Título: Incentivo Da Alimentação Saudável Na Infância

Autores: ANDRESSA FREIRE (UNIVERSIDADE ESTADUAL DO CEARÁ); ANA CAROLINA OLIVEIRA (UNIVERSIDADE ESTADUAL DO CEARÁ); EMANUELLY SANTOS (UNIVERSIDADE ESTADUAL DO CEARÁ); CLÁUDIA VASCONCELOS (UNIVERSIDADE ESTADUAL DO CEARÁ)

Resumo: **Objetivo:** Incentivar a escolha e o consumo de uma alimentação saudável em escolares. **Metodologia:** Estudo realizado em escola municipal de Fortaleza-Ce, com média de vinte alunos, no período de outubro a dezembro de 2011. Primeiramente, foi realizado um diagnóstico geral da escola e um diagnóstico da série escolhida, alunos da quinta série, para planejamento das atividades. Depois da análise do diagnóstico foram traçadas estratégias de ensino para três encontros em três semanas consecutivas, com duração de cinquenta minutos por encontro. Através da utilização de dinâmicas de grupo foram abordados os seguintes assuntos: alimentação saudável, grupos alimentares, macro e micronutrientes importantes para crescimento e desenvolvimento das crianças e escolhas saudáveis para prevenção de agravos à saúde. Após cada encontro, foi realizada avaliação dos resultados. **Resultados:** Em termos gerais os alunos se mostraram participativos e tiveram um bom aproveitamento de conteúdo. Foi demonstrada na avaliação feita ao final das atividades, a capacidade das crianças de reconhecer uma alimentação saudável, assim como relacionar alimentos saudáveis à prevenção de agravos à saúde. Somente uma atividade mostrou desempenho mediano, que foi a de identificar os alimentos quanto ao seu valor nutricional, sendo levantada a causa para tal acontecimento, o fato de que o tempo para explorar e fixar as funções e fontes dos nutrientes ser reduzido para tanta informação. **Conclusão:** Os alunos assimilaram bem o assunto, mostrando alta capacidade de aprendizagem. Vale ressaltar que o processo de educação nutricional deve ser contínuo e gradual para alcançar resultados a médio e longo prazos.