

# EDUCAÇÃO NUTRICIONAL DE CRIANÇAS DE UMA ESCOLA DO BAIRRO BORBOLETA, ZONA OESTE DA CIDADE DE JUIZ DE FORA

## Eixo temático: Saúde da Criança

Maria Jerônima dos Santos<sup>1</sup>, Camila Silva Carvalho<sup>1</sup>,  
Sâmila Marques Muniz<sup>1</sup>, Cristiane Oliveira Fialho<sup>1</sup>

**Introdução:** É na infância que os hábitos e preferências alimentares são formados. O entendimento dos fatores que solidificam esses hábitos é fundamental na elaboração de processos educativos que são efetivos para mudanças no padrão alimentar de crianças.<sup>1</sup> Tais mudanças irão repercutir na fase adulta quando o comportamento alimentar do indivíduo estará definido.<sup>2</sup> Na escola, onde crianças e jovens passam grande parte de seu dia, as ações de orientação de promoção da saúde constituem importantes meios de informação e formação de hábitos. **Objetivos:** Desmitificar crenças errôneas sobre os alimentos e promover a educação nutricional de crianças em idade pré-escolar. **Relato de experiência:** As intervenções abrangeram o período de agosto a dezembro de 2015, em uma escola no bairro Borboleta, situado na região oeste da cidade de Juiz de Fora, incluindo 45 crianças de ambos os sexos. A organização das atividades e o apoio pedagógico ocorreram durante reuniões semanais, em que os participantes discutiram e planejaram as atividades didáticas, dinâmicas e lúdicas. Foram adotadas estratégias que captassem o interesse das crianças, estimulando sua participação no desenvolvimento do conhecimento, ao mesmo tempo em que se devem considerar a capacidade cognitiva e a fase de desenvolvimento da criança.<sup>3</sup> As atividades foram divididas em três módulos: módulo 1 - “Conhecendo os Alimentos: apresentação de réplicas alimentares e vídeos sobre EAN”; módulo 2 - “Oficina Culinária: despertar o interesse pelas frutas por meio de montagem de desenhos” e módulo 3 - “Os 10 passos para alimentação saudável: jogo de perguntas e respostas sobre práticas alimentares saudáveis, baseado no Novo Guia Alimentar 2014.” **Discussão:** As atividades realizadas possibilitaram verificar que existem alternativas para trabalhar esses temas na escola, mesmo com poucos recursos. Obtivemos *feed-back* dos pais por meio das reuniões escolares, quanto aos resultados positivos da intervenção. **Conclusão:** Defende-se que a educação alimentar e nutricional na escola deve fazer parte do projeto pedagógico, sendo necessários maiores investimentos nessa área, por exemplo, a produção de materiais didáticos sobre o tema e a capacitação dos professores, por meio de cursos de formação continuada.

## Referências

1. Ramos M, Stein LM. Desenvolvimento do comportamento alimentar infantil. *Jornal de Pediatria*. 2000; 76(Supl.3):229-237.
2. Bissoli MC, Lanzillotti HS. Educação nutricional como forma de intervenção: avaliação de uma proposta para pré-escolares. *Rev. Nutr. Campinas*. 1997; 10(2):107-113.
3. Juzwiak CR. Era uma vez... Um olhar sobre o uso dos contos de fada como ferramenta de educação alimentar e nutricional. *Comunicação, Saúde e Educação*. 2013; 17(45):473-84.

---

<sup>1</sup> Universidade Federal de Juiz de Fora - UFJF.  
Contato: mariasantos\_jf@hotmail.com.