



EDUCAÇÃO ALIMENTAR NA EMEF BIDART

¹Danilo Moreira Montenegro, ²Vera Maria de Souza Bortolini, ³Luccas Brum Machado Raddatz, ⁴Fernanda Teixeira, ⁵Lucia Olle Brundo

No Brasil hoje o número de crianças obesas cresce a cada dia, um dado cada vez mais preocupante, pois as crianças deveriam desde cedo ter uma alimentação saudável e balanceada, isso não está acontecendo e faz com que devêssemos nos preocupar cada vez mais. Muitas destas fazem duas ou mais refeições nas escolas e creches, portanto, boa parte ou até mesmo metade da alimentação acaba ocorrendo nos institutos educacionais. As escolas municipais normalmente servem alimentos bem variados e balanceados para seus alunos, porém nem sempre ocorre o mesmo em casa, e em alguns casos os escolares levam seu próprio lanche, que são industrializados, como salgadinhos, biscoitos, balas, refrigerante, etc. A medida que a criança vai crescendo, a tendência é sempre piorar a alimentação, se já não realizam uma educação alimentar correta na infância, há grande possibilidade de seguirem com hábitos alimentares não adequados na adolescência, podendo tornarem-se obesas e portadores de várias patologias relacionadas, como *Diabetes mellitus*. Desenvolver ações de educação alimentar através de atividades lúdicas e oficina de preparo de alimentos. Este estudo foi desenvolvido nas disciplinas de Educação Alimentar e Técnica Dietética II com os alunos do quinto ano da Escola Municipal de Ensino Fundamental Insituto Bidart, participaram da pesquisa 25 alunos, ocorrendo em dois momentos. Para as atividades educativas foram aplicados jogos lúdicos, material fornecido pelo Ministério da Saúde. No segundo encontro foi realizada uma oficina culinária no Laboratório de Nutrição da URCAMP com elaboração de sanduíches coloridos e saudáveis e um refrigerante caseiro com laranja e cenoura (fanta caseira). Para avaliação do aprendizado adquirido foram elaboradas perguntas sobre a Pirâmide Alimentar e a montagem de pratos com os grupos de alimentos, utilizando a Mala dos Alimentos. Todos responderam adequadamente aos jogos e as perguntas apresentadas pelos acadêmicos sobre, alimentação, higiene e cuidados com o alimento. As crianças interagiram montando os pratos e comentando sobre os alimentos. Na oficina realizada no Laboratório de Nutrição, os escolares elaboraram os sanduíches e a fanta caseira sob a orientação dos acadêmicos de Nutrição, após esta atividade degustaram as preparações, com aprovação de todos. Estudos sobre o condicionamento na alimentação demonstraram que as preferências alimentares são fundamentalmente formadas pela associação de três fatores: percepção sensorial dos alimentos, consequência pó ingesta dos alimentos e contexto social. Para mudar o comportamento alimentar de escolares, é necessário que ocorra a estimulação na mudança de hábitos de uma forma atrativa e adequada à idade. Trabalho este, que deve ser realizado pelos

^{1,3,4,5}Acadêmico do Curso de Nutrição. Urcamp Bagé/Rs

²Dr^a em Ciência e Tecnologia de Alimentos. Urcamp Bagé/Rs

Anais da 14ª Mostra de Iniciação Científica.
Submetido: 18/08/2017 Aceito: 04/10/2017.
Urcamp Bagé - RS, 2017.

pais e pela escola, assim, pois futuramente obteremos melhores resultados em relação ao comportamento alimentar. Após o trabalho realizado observou-se um maior interesse por parte dos escolares em relação a nutrição e sobre a importância dos hábitos saudáveis para a saúde.

Palavras-chave: nutrição, escolares, comportamento alimentar.