

EDUCAÇÃO NUTRICIONAL SOBRE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL EM ESCOLAS PÚBLICAS DE RECIFE-PE.

Julia Idalice Gois do Nascimento

Jeanne Cristina Lapenda Lins; Ana Maria; Marcia Virginia Bezerra Ribeiro; Ana Bolena; José Rodolfo

Centro Universitário do Vale do Ipojuca
jnascimento7@unifavip.edu.br

Introdução: O ambiente escolar é de fundamental importância na construção dos conhecimentos e comportamentos dos alunos sobre diversas temáticas, inclusive sobre a alimentação humana. Grande parte das crianças e adolescentes passa maior parte do tempo na escola, recebendo informações e influência que interferem nas escolhas alimentares desses indivíduos, acarretando benefícios ou prejuízos para a saúde desses escolares. **Objetivo:** Construir o conhecimento sobre alimentação saudável em crianças e adolescentes no ambiente escolar. **Metodologia:** Durante o primeiro semestre de 2012 foram realizadas em duas escolas públicas da Zona Norte do município de Recife atividades de educação nutricional com crianças e adolescentes, totalizando 320 alunos dos ensino infantil e fundamental. No momento inicial os alunos divididos por ano apresentavam seus conhecimentos individuais sobre os alimentos “do bem” e “do mal” para a saúde. Na sequência, através de banner ilustrativo da Pirâmide Alimentar e de aula expositiva, os alunos receberam as orientações sobre uma alimentação adequada. Por fim, os alunos da educação infantil classificavam os alimentos disponíveis na cozinha escolar de acordo com os grupos alimentares presentes na Pirâmide Alimentar definindo as porções que deveriam ser consumidas por dia do alimento em questão. Já os alunos do ensino fundamental, em grupos, construía Pirâmides Alimentares em cartolinas com imagens de alimentos regionais oriundas de revistas e livros, finalizando com a apresentação de cada grupo com seus respectivos modelos alimentar. **Resultados:** Durante a realização das atividades com os alunos observou-se a influência dos familiares e educadores nos conhecimentos apresentados pelos alunos sobre os benefícios ou malefícios ocasionados pelos alimentos, influência esta relatada pelos alunos. Além disso, observou-se nas semanas posteriores à realização da intervenção um maior interesse e procura pelos alimentos “do bem” no horário da merenda escolar. **Conclusão:** A mudança comportamental apresentada pelos alunos foi decorrente das ações de educação nutricional no ambiente escolar, demonstrando a importância deste espaço para discussão da temática alimentação saudável, beneficiando alunos e educadores, como também, os familiares dos alunos.

Palavras-chave: crianças; adolescente; escola; educação nutricional.