

## XVIII FÓRUM DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA DA UNIFENAS

### 22 a 26 de abril de 2019

#### **ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL: PREVENÇÃO DE AGRAVOS EM ESCOLARES DA REDE PÚBLICA**

Claudirene Milagres Araújo\*; Aneilde Ribeiro de Brito\*; Flávia Andrade Almeida\*; Ana Claudia de Moura Rodrigues Castro\*\*; Grazielle Silva de Assis\*\*; Alessandra Aparecida Rodrigues Pereira\*\*; Graziela Fagioli Moreira \*\*; Natália Cristina Soares da Fonseca\*\*; Déborah Exany Valentina Crubelo\*\*.

A obesidade infantil é um desafio para a saúde pública preocupante, devido ao risco aumentado da persistência do sobrepeso na vida adulta e pelo risco de doenças relacionadas (BRASIL, 2009; SANTOS; ALVES; OLIVEIRA, 2013). Na infância inicia o processo de autonomia da criança, sendo importante nesta fase, trabalhar a alimentação saudável para que estes hábitos se solidifiquem na vida adulta (RAMOS; SANTOS; REIS, 2013). Este projeto de intervenção justifica-se, pois, o ambiente escolar é considerado um espaço estratégico para a promoção e proteção da saúde. Crianças devem receber informações para que sejam atores do seu próprio processo educativo, assim irão manter e restaurar a sua saúde. O objetivo deste trabalho é realizar oficinas sobre alimentação saudável em crianças de escolas públicas como forma de promoção à saúde e prevenção de doenças por acadêmicos do curso de enfermagem. As oficinas foram realizadas através de metodologia lúdicas, com crianças de 6 a 9 anos, após extensa revisão de literatura sobre o tema. Foram abordados nas oficinas: grupos alimentares; relacionamento dos alimentos com nutrientes e os seus benefícios para o organismo; pirâmide alimentar; relação entre atividade física, alimentação saudável e prevenção de doenças. Foi utilizado pré-teste para identificar o conhecimento das crianças e após a realização das oficinas realizou o pós-teste. Como resultados foram observados um grande envolvimento dos alunos e uma aquisição de conhecimento no pós-teste de 86%. A experiência foi significativa para as crianças e alunos do curso de enfermagem, pois, possibilitou todos repensar e reconstruir suas próprias práticas educativas e alimentares, contribuindo para a educação em saúde, crescimento pessoal e acadêmico do grupo e prevenção de doenças relacionadas à obesidade.

\*Docente do Curso de Enfermagem da UNIFENAS - Campus Jaraguá

\*\*Discentes do Curso de Enfermagem da UNIFENAS - Campus Jaraguá