



VIII Congresso de Pesquisa e Extensão da FSG  
VI Salão de Extensão

<http://ojs.fsg.br/index.php/pesquisaextensao>

ISSN 2318-8014



## ACÇÕES DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL PARA ESCOLARES DO ENSINO FUNDAMENTAL: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Roziane Vicenzi Fortes<sup>a</sup>, Cláudia Moresco<sup>a</sup>, Fernanda Trein<sup>a</sup>, Jéssica Focchesato<sup>a</sup>, Jéssica Rossetto<sup>a</sup>, Maria Luisa de Oliveira Gregoletto<sup>a\*</sup>

<sup>a</sup>) FSG – Centro Universitário (FSG)

\*Maria Luisa de Oliveira Gregoletto,  
endereço: Rua Os Dezoito do Forte, 2366 - Caxias do Sul - RS -  
CEP: 95020-472.

### Palavras-chave:

Educação alimentar e nutricional. Estado nutricional. Alunos. Ensino fundamental.

**INTRODUÇÃO/FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA:** A obesidade infantil configura um importante problema de saúde pública, considerando suas consequências ainda na infância e suas repercussões na vida adulta (HENRIQUES et al., 2018; MS, 2020; OPAS, 2019). Dados da última Pesquisa de Orçamentos Familiares (2008/2009), apontaram que 1 em cada 3 crianças, entre 5 e 9 anos de idade, apresentava excesso de peso (IBGE, 2010). Hábitos alimentares não saudáveis, principalmente pelo elevado consumo de ultraprocessados, estão entre os principais condicionantes da obesidade na infância (HENRIQUES et al., 2018; OPAS, 2019). No Brasil, estratégias desenvolvidas pelo governo, como o Programa Saúde na Escola (PSE), são responsáveis pelo desenvolvimento de ações de prevenção de doenças, incluindo as relacionadas à alimentação e nutrição (BATISTA et al., 2017; PREFEITURA DE CAXIAS DO SUL, 2019). Neste contexto, a educação alimentar e nutricional (EAN), mostra-se como importante ferramenta de diálogo entre profissionais de saúde e população, para contribuir com a concretização do direito humano à alimentação adequada e garantia da segurança alimentar e nutricional (SAN) (MS, 2020). Desta forma, o presente trabalho tem como objetivo descrever ações de educação alimentar e nutricional desenvolvidas para escolares matriculados em duas escolas da rede pública de ensino fundamental do município de Caxias do Sul/RS. **MATERIAL E MÉTODOS:** Trata-se de um relato de experiência de ações realizadas por estagiárias do curso de graduação em nutrição da FSG – Centro Universitário, nas escolas de ensino fundamental Luiz Covolan e Silvio Dal Zotto. Realizou-se avaliação antropométrica dos escolares pela aferição do peso (Kg) e estatura (m), onde a massa corporal (kg) foi aferida por uma balança digital da marca Plenna® e a estatura foi mensurada por fita métrica metálica e inextensível da marca

Cescorf®. O Índice de Massa Corporal (IMC) foi calculado pela fórmula: massa corporal/estatura<sup>2</sup>. O estado nutricional das crianças foi classificado de acordo com as curvas de crescimento da OMS (WHO, 2006). As ações de EAN, foram realizadas através de encontros semanais, com duração de aproximadamente 1 hora cada, ocorridos no período de março a outubro de 2019. Em ambas as escolas foram realizadas atividades devidamente adaptadas às idades do público alvo, envolvendo adivinhação de alimentos através dos sentidos, contação de histórias, atividades musicais, oficinas culinárias, jogos de memória, dominó e bingo. Os principais assuntos abordados, foram relacionados aos diferentes grupos alimentares, a correta higienização das mãos, a composição do prato ideal, a importância da atenção plena ao ato de comer e os benefícios de alimentos saudáveis. Todas as atividades foram previamente apresentadas à professora supervisora do estágio. **RESULTADOS E DISCUSSÕES:** A partir da análise dos dados antropométrico, observou-se que, dos 285 escolares avaliados, 24,21% apresentavam excesso de peso, sendo 13,33% obesidade e 10,88% sobrepeso. Segundo a percepção das professoras, as ações de EAN desenvolvidas representaram um importante incentivo às crianças em relação os seguintes aspectos: alimentação adequada; novas experiências com alimentos saudáveis; maior aceitação de alimentos até então recusados; aumento no consumo de frutas e vegetais; e perceptível diminuição de lanches industrializados. Além disso, a participação e o envolvimento dos alunos refletiram o interesse pelos temas abordados. Em estudo com delineamento semelhante, Prado e colaboradores (2016), encontraram resultados similares. Dentre os 49 escolares que compunham a amostra, 13,3% apresentavam excesso de peso e, em encontros com duração média de 60 minutos, com aulas expositivas e dialogadas e atividades lúdicas, notou-se que a metodologia foi efetiva, uma vez que foi observada satisfação, engajamento e entendimento dos escolares com relação as atividades ministradas. **CONCLUSÃO:** Diante dos resultados obtidos com o presente estudo, evidencia-se a importância da inserção das equipes de saúde no ambiente escolar. O PSE é um dos grandes responsáveis pelo fortalecimento do vínculo da Unidade Básica de Saúde com a escola. Torna-se explícita também, a necessidade de ampliação de ações de EAN como esta, uma vez que a promoção da alimentação saudável e adequada extrapola o nível individual e os escolares apresentam-se como importantes agentes multiplicadores, levando aprendizado e experiências para suas famílias.

**REFERÊNCIAS**

- BATISTA, M. S. A., MONDINI, L., JAIME, P. C. Ações do Programa Saúde na Escola e da alimentação escolar na prevenção do excesso de peso infantil: experiência no município de Itapevi, São Paulo, Brasil, 2014. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v. 26, p. 569-578, 2017.
- HENRIQUES, P., O'DWYER, G., DIAS, P. C., BARBOSA, R. M. S., BURLANDY, L. Políticas de Saúde e de Segurança Alimentar e Nutricional: desafios para o controle da obesidade infantil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 23, p. 4143-4152, 2018.
- IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. POF 2008/2009 - Antropometria e estado nutricional de crianças, adolescentes e adultos no Brasil. 2010. Disponível em: <<https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv45419.pdf>>. Acesso em: 18 ago. 2020.
- MS – Ministério da Saúde. Metade dos brasileiros está acima do peso e 20% dos adultos estão obesos. Disponível em: < <https://www.saude.gov.br/>>. Acesso em: 16 de ago. 2020.
- MS – Ministério da Saúde. Promoção da Saúde e da Alimentação Adequada e Saudável - Educação Alimentar e Nutricional. Disponível em: < <https://aps.saude.gov.br/ape/promocaosaude/educacao>>. Acesso em: 18 ago. 2020.
- OPAS – Organização Pan-Americana de Saúde. No Brasil, países das Américas definem próximos passos para o enfrentamento da epidemia de obesidade infantil. Disponível em: <<https://www.paho.org/bra/>>. Acesso em 14 de out. 2019.
- PRADO, B. G., FORTES, E. N. S., LOPES, M. A. L., GUIMARAES, L. V. Ações de educação alimentar e nutricional para escolares: um relato de experiência. **Demetra: alimentação, nutrição & saúde**, v. 11, n. 2, p. 369-382, 2016.
- PREFEITURA DE CAXIAS DO SUL. Programa Saúde na Escola (PSE). Disponível em: <<https://caxias.rs.gov.br/servicos/educacao/programas/programa-saude-na-escola-pse>>. Acesso em: 14 de out. 2019.
- WHO – Multicentre Growth Reference Study Group. WHO Child Growth Standards: length/height-for-age, weight-for-age, weightfor-length, weight-for- height and body mass index-for-age: methods and development. Geneva: WHO; 2006.