



9ª Jornada Científica e Tecnológica do IFSULDEMINAS

6º Simpósio da Pós-Graduação

INCENTIVO A ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL EM CRIANÇAS DA REDE MUNICIPAL DA CIDADE DE INCONFIDENTES: Através de Atividades Lúdicas e Interativas

Gizele C. da COSTA¹; Sidnei A. dos REIS²; Verônica S. de P. MORAES³; Islaine de C. DOMINGUES⁴

RESUMO

Um dos objetivos do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) é promover a educação nutricional no âmbito da escola. Na alimentação infantil, deve-se priorizar a ingestão de alimentos que disponibilizem todos os nutrientes necessários para o crescimento, nesta fase da vida, é possível fixar com maior facilidade atitudes e práticas alimentares. As técnicas lúdicas fazem com que a criança aprenda com prazer, alegria e entretenimento. O trabalho teve como objetivo incentivar a alimentação saudável em crianças matriculadas no Centro Educacional Municipal Américo Bonamichi (CEMAB), na cidade de Inconfidentes-MG, através de atividades lúdicas, motivando-as a optarem no momento da escolha dos alimentos por aqueles de maior valor nutritivo. Com a participação das crianças no projeto, foi possível perceber mudanças no comportamento alimentar.

Palavras-chave: Educação alimentar; Desenvolvimento infantil; Interação.

1. INTRODUÇÃO

O PNAE é um programa do Ministério da Educação que repassa recursos financeiros para instituições conveniadas com o poder público, permitindo-as adquirir e distribuir alimentos destinados a merenda escolar de alunos matriculados no ensino fundamental e pré-escolar, contribuindo para o desenvolvimento, aprendizagem e rendimento escolar, além da formação de hábitos alimentares saudáveis (BRASIL, 2012).

O processo de aprendizagem é um dos fatores determinantes do comportamento alimentar da criança (RAMOS; STEIN, 2000).

A educação nutricional é um instrumento de promoção da saúde através da construção de bons hábitos alimentares, contribuindo para que a criança cresça com saúde e possa desfrutar da vida com disposição (GONÇALVES et al., 2009).

Os profissionais responsáveis pelo desenvolvimento do ensino dos alunos, devem optar por estratégias de ensino que despertem o interesse principalmente das crianças a temas importantes, como é o caso da educação alimentar e nutricional (SCHMITZ et al., 2008).

O lúdico é essencial à formação do cidadão, pois a consequência desta ação educativa é a aprendizagem nas dimensões social, cognitiva, relacional e pessoal. A prática lúdica é

¹ IFSULDEMINAS - Campus Inconfidentes, Inconfidentes/MG, e-mail: gizele.costaa@gmail.com;

² IFSULDEMINAS - Campus Inconfidentes, Inconfidentes/ MG, e-mail: sidneireis20@gmail.com;

³ IFSULDEMINAS - Campus Inconfidentes, Inconfidentes/ MG, e-mail: veronicaspm@gmail.com;

⁴ IFSULDEMINAS - Campus Inconfidentes, Inconfidentes/ MG, e-mail: islaine_castro@outlook.com



9ª Jornada Científica e Tecnológica do IFSULDEMINAS

6º Simpósio da Pós-Graduação

significativa para a criança poder conhecer, compreender e construir seus conhecimentos (DALLABONA; MENDES, 2004).

A proposta deste trabalho foi o envolvimento do IFSULDEMINAS, através de ações realizadas por estudantes do curso de Engenharia de alimentos, no CEMAB, em Inconfidentes-MG, com o objetivo de estimular e incentivar o consumo de alimentos saudáveis. Esta prática permitirá aos alunos e a comunidade envolvida vivenciarem na escola valores e hábitos alimentares que poderão ser reforçados no ambiente familiar.

3. MATERIAL E MÉTODOS

O trabalho foi realizado com crianças matriculadas no CEMAB que participavam do programa de ensino em período integral. Inicialmente, aplicou-se um questionário a fim de analisar o hábito alimentar das crianças. O questionário incluía perguntas a respeito do consumo de alguns alimentos, geralmente não preferidos pelo público infantil, como frutas, legumes e verduras.

O conteúdo foi ministrado uma vez por semana durante cinco semanas, com o total de três apresentações, uma gincana e uma atividade prática. O material utilizado nas apresentações foi desenvolvido na forma de Power Point, abordando aspectos relacionados à importância da alimentação saudável, higiene no preparo dos alimentos e segurança alimentar, sempre dando enfoque aos benefícios de se manter uma alimentação adequada com variedade e moderação. Nos encontros com as crianças, a prioridade foi envolver as mesmas com as atividades lúdicas para promover o aprendizado. No setor de Processamento de Frutas e Hortaliças (PFH) da fazenda escola do IFSULDEMINAS Campus Inconfidentes, foi realizada uma atividade prática na qual os participantes puderam interagir no preparo dos alimentos.

4. RESULTADOS E DISCUSSÕES

O processo de ensino destinado às crianças deve ser elaborado de forma que elas recebam o conteúdo e aprendam com alegria e descontração. A infância é a idade onde há o maior interesse por brincadeiras, jogos, gincanas, tornando as atividades lúdicas, um excelente instrumento de aprendizado (DALLABONA; MENDES, 2004). Segundo Souza et al (2007) citados por Gonçalves et al (2009) a escola é tida como o ambiente de maior influência na formação do hábito alimentar na infância. Atividades trabalhadas com as crianças e refeições



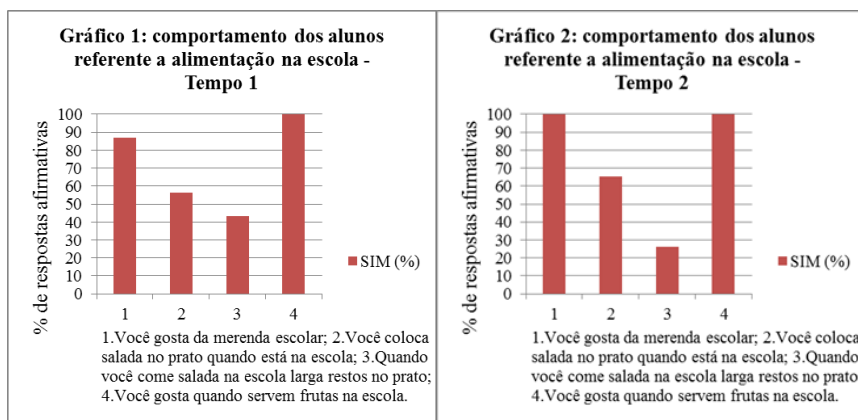
9ª Jornada Científica e Tecnológica do IFSULDEMINAS

6º Simpósio da Pós-Graduação

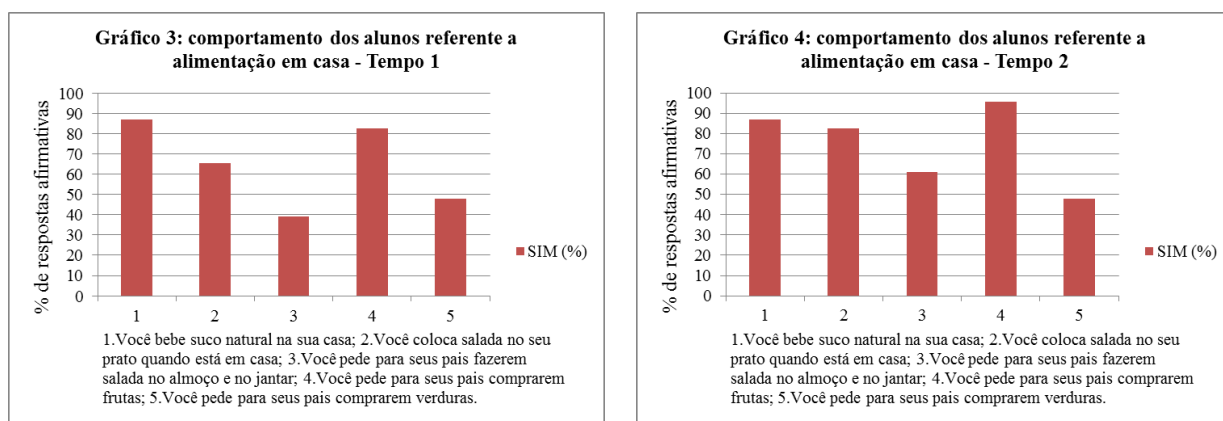
realizadas na escola ajudam nesta dinâmica.

Nos gráficos abaixo, nota-se a influência do trabalho desenvolvido com os alunos. O tempo 1 indica os resultados obtidos antes da realização do projeto e o tempo 2 indica os resultados obtidos após a realização do mesmo.

Os gráficos 1 e 2 mostram que, houveram mudanças no comportamento das crianças referentes à hábitos alimentares praticados na escola após a intervenção realizada no projeto. Pode-se destacar o questionamento 3, onde o desperdício de salada por parte dos alunos durante a refeição caiu 17,39% após o desenvolvimento do trabalho.



Comparando os gráficos 3 e 4, podemos perceber que após as atividades realizadas com as crianças na escola, houve uma mudança no comportamento alimentar das mesmas no âmbito familiar. O que pode ser visto nos itens 2, 3 e 4, indicando uma motivação maior das crianças para consumo de alimentos saudáveis. Isto aponta que práticas alimentares adquiridas na escola podem refletir também no convívio familiar.



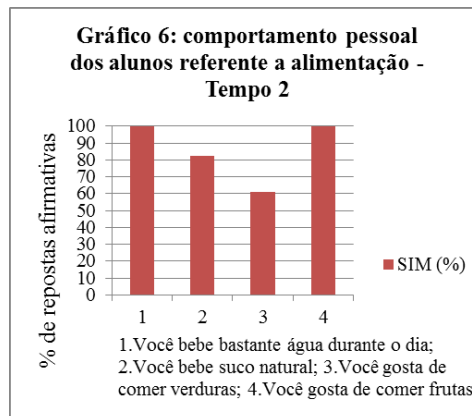
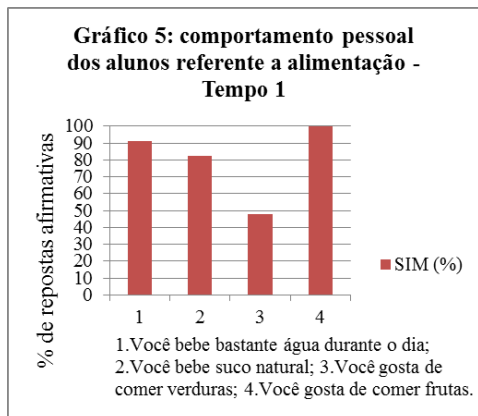
Os gráficos 5 e 6 apresentam o comportamento das crianças quanto à hábitos pessoais relacionados à alimentação. Pode-se perceber que houve aumento na ingestão de água e sucos



9ª Jornada Científica e Tecnológica do IFSULDEMINAS

6º Simpósio da Pós-Graduação

naturais, bem como maior interesse das crianças pelo consumo de verduras.



Na realização das atividades de encerramento no PFH, todas as crianças estavam extremamente motivadas e participaram com entusiasmo, de forma que os familiares, ao receberem o relato da prática pelas crianças, demonstraram interesse pelos produtos desenvolvidos. O que demonstrou para a equipe que, de fato, as atividades lúdicas são capazes de estimular as crianças no que se refere a hábitos alimentares.

5. CONCLUSÕES

Atividades desenvolvidas no ambiente escolar, principalmente quando são capazes de motivar as crianças, podem influenciar de maneira positiva na formação de bons hábitos, neste caso, melhorando hábitos alimentares na escola e em casa.

REFERÊNCIAS

- BRASIL. Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. **Alimentação Escolar (PNAE):** Sobre o PNAE. Brasília, 2012. Disponível em: <<http://www.fnde.gov.br/programas/alimentacao-escolar>>. Acesso em: 09 jun. 2016.
- DALLABONA, Sandra Regina; MENDES, Sueli Maria Schmitt. **O Lúdico na Educação Infantil:** Jogar, brincar, uma forma de educar. Instituto Catarinense de Pós-Graduação-ICPG. 2004.
- GONÇALVES, Vivian Siqueira Santos et al.. **Estratégia de Intervenção na Prática de Educação Nutricional de Professores da Educação Infantil.** Simbio-logias, Caratinga, v.8, n.1, p.132-148, maio 2009.
- RAMOS, Maurem; STEIN, Lilian M.. **Desenvolvimento do comportamento alimentar infantil.** Jornal de Pediatria. Rio de Janeiro, p. 229-237, mar. 2000.
- SCHMITZ, Bethsáida de Abreu Soares et al.. **A escola promovendo hábitos alimentares saudáveis:** uma proposta metodológica de capacitação para educadores e donos de cantina escolar. Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, v. 2, n. 24, p.312-322, fev. 2008.