



DESENVOLVIMENTO DE MATERIAIS DIDÁTICOS PARA EDUCAÇÃO NUTRICIONAL EM ESCOLARES

SOARES, A.P.R.³; CRESPO, A.S.²; TERRA, R.P.²; SILVA, R.G.²; RUMPEL, S.A.³;
FARIAS, S.A.²; RIBAS, T.F.³; KLASMAN, S.³; SILVA, F.N.¹

¹Nutricionista e Docente da Universidade Luterana do Brasil; ²Discente do curso de Tecnólogo de Estética e Cosmética da Universidade Luterana do Brasil; ³Discente do curso de Bacharelado de Estética

materiais didáticos, educação alimentar e nutricional, educação em saúde, promoção da saúde, escolares

RESUMO

Introdução: De acordo com a OMS estima-se que 41 milhões de crianças menores de cinco anos sejam obesas ou estejam acima do peso no mundo, consequência das alterações comportamentais que privilegiam dietas não saudáveis como o consumo elevado de alimentos ricos em gorduras, açúcares e sal, e em paralelo a inatividade física. A promoção da saúde com caráter promocional e preventivo é considerada uma estratégia relevante no processo saúde-doença. A integração entre educação e saúde constitui ferramenta indispensável na melhoria da qualidade de vida. Assim a escola se resalta por ser um ambiente promissor e de grande repercussão em desenvolver um processo de aprendizagem em saúde, atingindo a saúde dos alunos e da sua comunidade. O Projeto de Extensão Promoção e Prevenção da Saúde do Escolar com ênfase em Educação Nutricional busca integrar os acadêmicos voluntários aos escolares da rede de escolas ULBRA e contexto familiar, através estratégias de educação alimentar a fim de proporcionar a promoção e educação da saúde. **Metodologia:** Este trabalho tem como objetivo apresentar o desenvolvimento de materiais didáticos que serão utilizados nas futuras intervenções. Estudo descritivo realizado no primeiro semestre de 2018 com uma equipe composta por uma nutricionista responsável, e oito alunas que cursaram a disciplina de Nutrição e Reeducação Alimentar do curso Tecnólogo de Estética e Cosmética. **Resultados e discussão:** Os materiais didáticos produzidos foram fantasias de frutas; cartões com imagens de alimentos saudáveis e não saudáveis; figuras de alimentos para compor a Pirâmide Alimentar; fantoches para teatro; e folder para orientação de uma lancheira saudável. **Considerações finais:** Estas ferramentas educativas poderão orientar intervenções de educação alimentar e nutricional no ambiente escolar. Tais estratégias devem estar baseadas em referenciais teóricos com respaldo científico, e estar em sintonia com a filosofia e missão de cada instituição de educação.

INTRODUÇÃO

De acordo com a OMS (2017) estima-se que 41 milhões de crianças menores de cinco anos sejam obesas ou estejam acima do peso no mundo, consequência das alterações comportamentais que privilegiam dietas não saudáveis como o consumo elevado de alimentos ricos em gorduras, açúcares e sal, e em paralelo a inatividade física.¹





A promoção da saúde com caráter promocional e preventivo é considerada uma estratégia relevante no processo saúde-doença. A combinação de apoio educacional nutricional visando atingir ações contribuinte à saúde é considerada uma estratégia efetiva.^{2,3}

Quanto mais precocemente são introduzidos hábitos alimentares adequados, mais saudável será a população de adolescentes e adultos de uma sociedade. A fase da infância apresenta aspectos importantes para este aprendizado.^{4,5}

A integração entre educação e saúde constitui ferramenta indispensável na melhoria da qualidade de vida. Assim a escola se resalta por ser um ambiente promissor e de grande repercussão em desenvolver um processo de aprendizagem em saúde, atingindo a saúde dos alunos e da sua comunidade.^{6,7,8}

Os programas de promoção da saúde consistem em processos ativos, lúdicos e interativos que favoreçam mudanças de atitudes e das práticas alimentares.^{9,10}

O Projeto de Extensão Promoção e Prevenção da Saúde do Escolar com ênfase em Educação Nutricional possui o objetivo de integrar os acadêmicos voluntários aos escolares da rede de escolas ULBRA e contexto familiar, através de palestras informativas e atividades de educação alimentar a fim de proporcionar a promoção e educação da saúde, refletindo, em uma visão mais abrangente, na diminuição de indicadores de doenças crônicas, como obesidade e suas comorbidades, assim como transtornos alimentares como bulimia e anorexia, tão acometidas em escolares.

Este trabalho tem como objetivo apresentar o desenvolvimento de materiais didáticos para educação nutricional em escolares que serão utilizados nas intervenções.

METODOLOGIA

Este é um estudo descritivo realizado no primeiro semestre de 2018 quando foram desenvolvidos materiais didáticos para educação nutricional direcionada aos alunos do das escolas vinculadas ao Projeto Promoção e Prevenção da Saúde do Escolar, da rede Ulbra.

A equipe envolvida é composta por uma nutricionista responsável, e oito alunas que cursaram a disciplina de Nutrição e Reeducação Alimentar do curso Tecnólogo de Estética e Cosmética.

Os encontros com as alunas teve uma periodicidade semanal constituída por capacitação respaldada em referenciais teóricos sobre educação nutricional voltadas para crianças; e na produção dos materiais didáticos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os materiais didáticos produzidos foram fantasias de frutas compostas com materiais de EVA, TNT e papelão; cartões com imagens de alimentos saudáveis e não saudáveis que foram impressos e envolvidos no papel contact; 32 figuras de alimentos em EVA para compor a Pirâmide Alimentar; fantoches para teatro; e folder para orientação para constar em uma lancheira saudável.



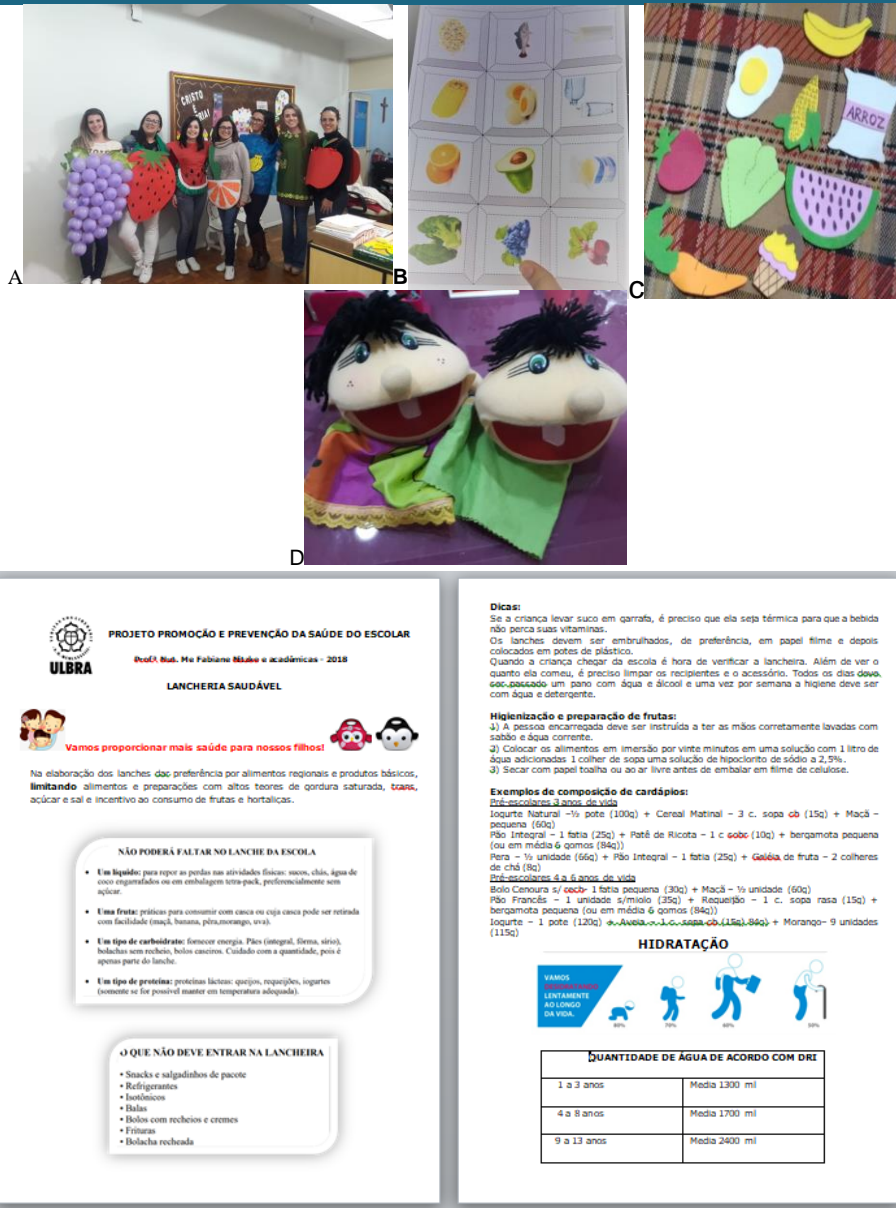


FIGURA 1. MATERIAIS DIDÁTICOS DESENVOLVIDOS. (A) Fantasias de frutas; (B) cartões com imagens de alimentos saudáveis e não saudáveis; (C) figuras de alimentos em EVA; (D) fantoches para teatro; e (E) folder lancheira saudável.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Foram criadas ferramentas educativas e recursos pedagógicos que poderão orientar intervenções de educação alimentar e nutricional no ambiente escolar. Tais estratégias precisam ser planejadas e executadas por toda equipe engajada na intervenção, e além disso, devem estar baseadas em referenciais teóricos com respaldo científico, empregar recursos pedagógicos adequados e estar em sintonia com a filosofia e missão de cada instituição de educação.





REFERÊNCIAS

1. Organização Mundial de Saúde. Novas diretrizes de combate à obesidade infantil no mundo [Internet]. Brasília: 2017 [citado em 14 agosto 2018]. Disponível em: <https://nacoesunidas.org/oms-lanca-novas-diretrizes-de-combate-a-obesidade-infantil-no-mundo/>
2. Bizzo MLG, Leder L. Educação Nutricional nos parâmetros curriculares nacionais para o ensino fundamental. Rev Nutr. 2005; 18(5):661-7. doi: 10.1590/S1415-S2732005000500009.
3. Gabriel CG, Santos MV, Vasconcelos FAG. Avaliação de um programa de hábitos alimentares saudáveis em escolares de Florianópolis, Santa Catarina, Brasil. Rev Bras Saúde Mater Infant. 2008; 8(3): 299-308. doi: 10.1590/S1519-382920080003 00009
4. Sociedade Brasileira de Pediatria. Manual de orientação para a alimentação do lactente, do pré escolar, do escolar, do adolescente na escola [Internet]. Rio de Janeiro: SBP; 2012 [citado em 15 agosto 2018]. Disponível em: <https://www.sbp.com.br/pdfs/14617aPD> Manual Nutrologia-Alimentacao.pdf
5. Ribeiro JM, Glória SP, Silva KLF, Seibert CS. Jogo vitamínico: uma ferramenta no ensino sobre alimentação saudável. RevProd Acad. 2016; 2(2):184-92.
6. Gonçalves FD, Catrib AMF, Vieira NFC, Vieira LJES. Promoção da saúde na educação infantil. Interface Comun Saúde Educ. 2008; 12(24):181-92.
7. Gomes JP. As escolas promotoras de saúde: uma via para promover a saúde e a educação para a saúde da comunidade escolar. Educação (Porto Alegre). 2009; 32(1):84-91.
8. Presidência da República (Brasil). Decreto nº 6.286, de 5 de dezembro de 2007. Institui o Programa Saúde na Escola – PSE, e dá outras providências [Internet]. D.O.U, Brasília, DF, 6 dez 2007 [citado em 14 agosto 2018]. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2007/decreto/d6286.htm
9. Ribeiro JM, Glória SP, Silva KLF, Seibert CS. Jogo vitamínico: uma ferramenta no ensino sobre alimentação saudável. RevProd Acad. 2016; 2(2):184-92.
10. Yokota RTC, Vasconcelos TF, Pinheiro ARO, Schmitz BAS, Coitinho DC, Rodrigues MLF. Projeto “a escola promovendo hábitos alimentares saudáveis”: comparação de duas estratégias e educação nutricional no Distrito Federal, Brasil. Rev Nutr. [Internet]. fev 2010 [citado em 16 jan 2017]; 23(1):37-47. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rn/v23n1/a05v23n1.pdf>

