

GRUPO PET SAÚDE/GRADUASUS: EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL COMO ESTRATÉGIA PARA PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL EM CRIANÇAS ATENDIDAS EM UMA UNIDADE MUNICIPAL DE SAÚDE DE BELÉM-PARÁ

Silvana da Silva Moura¹; Rejane Maria Sales Cavalcante Mori²; Gabrielly Rodrigues Moura³; Débora Suellen Ribeiro Gomes⁴; Sandra Maria dos Santos Figueiredo⁵

¹Graduando, Universidade Federal do Pará (UFPA);

²Mestrado em Patologia das Doenças Tropicais, UFPA;

³Graduando, UFPA;

⁴Graduando, UFPA;

⁵Mestrado em Saúde em Educação na Amazônia, Universidade Estadual do Pará (UEPA)

silvanamoura20@gmail.com

Introdução: O cenário da população brasileira sofreu mudanças nas últimas décadas, no seu padrão de saúde e consumo alimentar. Essas transformações acarretaram impacto na diminuição da pobreza e exclusão social e, conseqüentemente, da fome e da desnutrição. No entanto, observa-se aumento frenético do excesso de peso (1) afetando todas as faixas etárias. Em vinte anos, as prevalências de obesidade em crianças entre 5 a 9 anos foram multiplicadas por quatro entre os meninos (4,1% para 16,6%) e por, praticamente, cinco entre as meninas (2,4% para 11,8%) (2). Isso ocorre em virtude da dieta habitual dos brasileiros, composta por diversas influências e na atualidade é fortemente caracterizada por uma combinação de uma dieta dita “tradicional” (baseada no arroz com feijão) com alimentos classificados como ultra processados, com altos teores de gorduras, sódio e açúcar e com baixo teor de micronutrientes e alto conteúdo calórico. O consumo médio de frutas e de hortaliças ainda é metade do valor recomendado pelo Guia Alimentar para a população brasileira e manteve-se estável na última década, enquanto alimentos ultra processados, como doces e refrigerantes, têm o seu consumo aumentado a cada ano (2). A obesidade infantil pode acarretar outras doenças, como a hipertensão arterial, o diabetes mellitus, além de alterações posturais, como as deformações do aparelho musculoesquelético, pois esse sistema ainda está em desenvolvimento, podendo ainda ter início ou agravamento na vida adulta (3). Sendo assim, a educação alimentar e nutricional nessa fase é de extrema importância e deve constituir em um procedimento ativo, lúdico e interativo, em que, à luz da ciência da nutrição, as crianças tenham conhecimento para mudanças de atitudes e das práticas alimentares (4). Muitos educadores, mesmo aqueles que trabalham com adultos afirmam que as brincadeiras, os jogos e os teatros são importantes para a educação. Andraus (5) menciona que a dramatização e o teatro de fantoches é mais eficiente do que exposição dialogada e demonstração. E diante do exposto é notório que o aprendizado através do ensinar brincando é ainda a melhor estratégia. **Objetivos:** Promover a adoção de hábitos alimentares saudáveis a partir de ações de educação alimentar e nutricional em uma Unidade Municipal de Saúde (UMS) de Belém-Pará, com a utilização de estratégias de ludoterapia. **Descrição da Experiência:** Trata-se de um relato de experiência vivenciado pelo grupo do Programa de Educação pelo Trabalho para a Saúde (PET-Saúde/GraduaSUS), composto por acadêmicas de Nutrição da Universidade Federal do Pará, no dia 31 de agosto de 2017 na UMS do Guamá em Belém-Pará. O teatro de fantoches foi a atividade realizada durante a ação. Uma estória envolvendo alimentação saudável, destacando a importância da inserção das verduras, dos legumes e das frutas e a diminuição do consumo dos alimentos industrializados na alimentação diária das crianças, assim como o papel do profissional nutricionista, foi o tema abordado. Para finalizar, foi entregue a cada participante uma fruta para enfatizar tal consumo. Para

confeção dos bonecos foi utilizado materiais reciclados e de baixo custo. **Resultados:** Foi observado grande participação e interesse das crianças com os temas abordados e a estratégia utilizada na ação de educação alimentar e nutricional. Considera-se que a atividade proposta cumpriu seu objetivo, de proporcionar conhecimento sobre alimentação saudável e a importância do nutricionista dentro de um serviço de saúde, sensibilizando-os na adoção de hábitos alimentares saudáveis. Assim, por meio desta prática educacional percebe-se que a utilização de histórias, dramatização e manifestações artísticas, magnetiza e motiva a criança a participar espontaneamente, oferecendo a possibilidade de fantasiar, aprender, criar, imaginar e se envolver com o conteúdo exposto. Diante disso, como profissionais da saúde, devemos estar dispostos a quebrar as barreiras apresentadas na saúde pública e estar abertos a novas possibilidades de desenvolver práticas que atendam às necessidades do outro no seu próprio universo. **Conclusão ou Considerações Finais:** Entre os princípios da educação alimentar e nutricional está a diversidade nos cenários de prática, as quais devem ser desenvolvidas nos mais diversos espaços sociais para diferentes grupos populacionais, para que se possa alcançar os seus objetivos. Esta experiência, através da dramatização, incentivou as crianças a analisarem informações e formarem suas próprias opiniões, os quais levarão as discussões e aprendizados para suas casas, disseminando um novo conceito e ideias sobre alimentação saudável. Neste contexto, a aplicação do teatro como técnica de educação pode ser estimulada nas atividades de educação e saúde, já que é capaz de seduzir, entreter, representar ideias e atitudes comportamentais da vida diária. Com essa experiência pode-se enxergar novas possibilidades de ensino e prática e a importância do papel do nutricionista como educador na formação e aprendizado da criança.

Descritores: Educação Alimentar e Nutricional, Ludoterapia, Educação em Saúde.

Referências:

1. Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional – CONSEA. A Segurança Alimentar e Nutricional e o Direito Humano à Alimentação Adequada no Brasil Realização - Indicadores e Monitoramento - da Constituição de 1988 aos dias atuais. Brasília (DF): CONSEA; 2010.
2. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Política Nacional de Alimentação e Nutrição / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Brasília: Ministério da Saúde, 2013.
3. Kussuki MOM, João SMA, Cunha ACP. Caracterização postural da coluna de crianças obesas de 7 a 10 anos. Rev Fisiot Mov [periódico na internet]. 2007;20(1):77-84 [acesso em 2017 set 14]. Disponível em: <http://www2.pucpr.br/reol/public/7/archive/0007-00001516-ARTIGO-09.PDF>
4. Andraus LMS, Minamisava R, Borges IK, Barbosa MA. Primeiros Socorros para crianças: relato de experiência. Acta Paul. enferm. 2005;18(2):220-225.
5. Lima DB, Simões TM, Lucia FD, Miguel CF, Moraes ACV, Ferreira CR et al. Crescendo com saúde e nutrição: aplicação do lúdico na educação nutricional. Rev Ext [periódico na internet]. 2009;8(2):59-67 [acesso em 2017 set 14]. Disponível em: <http://www.revistadeextensao.proex.ufu.br/viewarticle.php?id=246>