



ALIMENTAÇÃO COMO TEMA PARA HORA DO CONTO ¹

Joseana Stecca Farezim², Laiza Farncielli Bostolini Santos³, Maria Elisiane Taborda Rapachi⁴

A Educação Nutricional tem grande importância no esclarecimento tanto da população, quanto da criança em suas escolhas alimentares, mas principalmente na orientação dos pais. Infelizmente, conhecimentos na área de nutrição não são obrigatórios para professores e nem pessoas que trabalham na cozinha ou cantinas escolares, e o trabalho de educação nutricional fica defasado, ou mesmo inexistente. Por falta da Educação Nutricional, a criança deixa de ingerir certos alimentos importantes para a sua saúde e seu crescimento sem saber da gravidade desta ação, preferindo comer outros alimentos, como doces, que além de serem de valor nutricional questionável, ainda são grandes causadores de cáries. Fazer parte do grupo que come na escola pode ser um problema para crianças com alguma doença crônica ou desordem alimentar do tipo alergias alimentares, diabetes, doença celíaca ou outras que requeiram modificações nos hábitos alimentares, pois ela precisará de uma alimentação diferenciada, o que o destacará do grupo. Uma vez que comer é um fator social e de integração, essas crianças precisarão de apoio dos professores por ser diferente dos amigos na hora de comer. Partindo desta constatação, o principal objetivo deste projeto foi priorizar a educação nutricional para pré-escolares e escolares da rede municipal de ensino do município de Giruá, visando a promoção da saúde pela prática da alimentação saudável. Foram realizadas visitas nas escolas, onde em um primeiro momento era feito uma apresentação de teatro com fantoches, a qual relatava a estória de um menino, chamado Lucas, que ficou doente por não se alimentar de forma correta e saudável. Em um segundo momento, as próprias crianças eram responsáveis pela criação da estória e apresentação do teatro, conforme o entendimento das mesmas. Conclui-se que a educação nutricional deve ser intensa nas escolas, objetivando cada vez mais, por uma busca na mudança dos hábitos alimentares das crianças, evitando o desenvolvimento de patologias na idade adulta, relacionadas à má alimentação na infância.

Referências

MINISTÉRIO DA SAÚDE/MINISTÉRIO DA PREVIDÊNCIA E ASSISTÊNCIA SOCIAL. Acompanhamento do crescimento e desenvolvimento: manual. Brasília, 1984.

¹ relato de experiência

² bolsista CAPES

³ Psicóloga, mestranda em Educação nas Ciências – UNIJUÍ.

⁴ Nutricionista- responsável técnica pela Merenda Escolar de Giruá, RS – SMEC