



PROMOÇÃO DE HÁBITOS ALIMENTARES SAUDÁVEIS EM AMBIENTE ESCOLAR: relato de experiência

Cláudia Fernanda Lustosa¹, Carolinne Kilcia Carvalho Sena², Joana de Sousa Freitas³, Renata Pamela Nogueira Leal³, Maria Gabriela Silva³, Brenda Soares Oliveira³

RESUMO

Introdução: A promoção da alimentação saudável no ambiente escolar parte de uma visão integral e multidisciplinar do ser humano, que considera as pessoas, principalmente o escolar, em seu âmbito familiar, comunitário e social. Hábitos alimentares saudáveis no ambiente escolar têm sido cada vez mais recomendados, uma vez que tais hábitos devem ser solidificados desde a infância. **Objetivo:** Realizar um relato de experiência acerca da promoção de hábitos alimentares saudáveis em crianças na fase escolar. **Método:** O trabalho consiste em um relato de experiência sobre a atuação da enfermagem na promoção de hábitos alimentares saudáveis em uma escola de Teresina, PI. Foi desenvolvido por enfermeiros e acadêmicas de enfermagem de um Centro Universitário de Teresina-Pi, no mês de setembro de 2018. **Resultados:** O trabalho foi realizado em três turmas de alunos com idades entre 9 e 10 anos. Foram ministradas palestras sobre alimentação saudável para essa faixa etária e medidas de prevenção com o intuito de promover saúde por meio da alimentação. Utilizou-se como apoio um quadro educativo com demonstração da pirâmide alimentar e os alimentos saudáveis. Verificou-se o conhecimento prévio das crianças, quanto a importância da alimentação saudável na prevenção de obesidade e outras doenças relacionadas. **Conclusão:** Diante do exposto, constata-se a relevância das ações de educação e orientação em saúde sobre alimentação saudável, especialmente para crianças, que contribui para uma melhora na absorção dos conhecimentos, estimulando-os quanto a uma boa qualidade de vida através de uma alimentação saudável e assim, prevenindo doenças.

Palavras chave: Promoção em Saúde. Alimentação Saudável. Escolar.

¹Acadêmica do curso de Enfermagem do Centro Universitário UNINOVAFAPI. Teresina, Piauí, Brasil. E-mail: c.fernandalustosa@gmail.com

²Enfermeira. Mestra em Saúde da Família e Docente do Centro Universitário UNINOVAFAPI. Teresina, Piauí, Brasil.

³Acadêmica do curso de Enfermagem do Centro Universitário UNINOVAFAPI. Teresina, Piauí, Brasil.