

# ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL PARA ALUNOS DO 1º ANO DE UMA ESCOLA MUNICIPAL DE MARINGÁ: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Congresso Online Brasileiro de Medicina, 1ª edição, de 22/03/2021 a 24/03/2021  
ISBN dos Anais: 978-65-86861-87-7

**NICKENIG; Glória Maria <sup>1</sup>, AMORIM; Maria Fernanda <sup>2</sup>, PINTO; Tayline Mroczek Pereira <sup>3</sup>, BENATTI; Marcos <sup>4</sup>**

## RESUMO

A promoção da alimentação saudável favorece a saúde, o crescimento e o desenvolvimento, principalmente em crianças de idade escolar que estão construindo a base dos hábitos alimentares. O objetivo desse estudo foi relatar a experiência de acadêmicos de Medicina no desenvolvimento de ações voltadas à alimentação saudável no ambiente escolar, com alunos do 1º ano do ensino fundamental. Trata-se de um estudo descritivo, um relato de experiência, elaborado por alunos do segundo ano do curso de Medicina, na disciplina de Interação Comunitária II. Durante a visita à escola, os alunos aplicaram um questionário, Marcador de Consumo Alimentar proposto pelo Ministério da Saúde (MS) em 2015, que possibilitou a análise dos alimentos e número de refeições realizadas no dia pelas crianças (n=34). Ademais, foi avaliado o IMC e questionado quais as brincadeiras mais realizadas na escola e em casa. O resultado demonstrou a maioria como eutróficos, porém obteve 8,8% de obesidade e 8,8% de magreza. A maioria relatou maior consumo de industrializados e carboidratos. O maior desafio encontrado foi adequar o projeto a quarentena, devido ao COVID-19. Por conseguinte, criou-se a cartilha, com diversas atividades sobre alimentação, entregue para os alunos por intermédio da escola. A eficácia das ações não pôde ser bem avaliada devido à falta de respostas dos pais. As ações educativas fornecem novas formas de introduzir alimentos saudáveis de maneira criativa. Por fim, profissionais da área da saúde devem sempre estimular uma prática mais saudável no dia a dia e desenvolver novas ações que auxiliam a esse objetivo.

**PALAVRAS-CHAVE:** Alimentação Saudável, Consumo Alimentar, Ensino Fundamental.

<sup>1</sup> Unicesumar

<sup>2</sup> Unicesumar

<sup>3</sup> Unicesumar

<sup>4</sup> Unicesumar