**AVALIAÇÃO DE HÁBITOS ALIMENTARES DE ESCOLARES EM UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO INFANTIL: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA.**

SOUSA, Bianca Oliveira (AUTORA e RELATORA)[[1]](#footnote-1)

ATHAIDE, Thatiane Cristina da Anunciação (AUTORA)[[2]](#footnote-2)

UCHOA, Yanka Letícia Amorim (AUTORA)[[3]](#footnote-3)

FERREIRA, Rafaela Cristina Maciel (AUTORA)[[4]](#footnote-4)

SOUSA, Rayssa da Silva (AUTORA)[[5]](#footnote-5)

ABREU, Renata Valentim (AUTORA)[[6]](#footnote-6)

CASTILHO, Samara Machado (AUTORA)[[7]](#footnote-7)

FERREIRA, Ana Luiza Vasconcelos (AUTORA e ORIENTADORA)[[8]](#footnote-8)

**Introdução:** Durante a infância há o primeiro contato com a diversidade alimentar e é neste momento que pode ser definido sua preferência. O hábito alimentar saudável ainda na infância se faz importante de forma que contribui para uma boa qualidade de vida. Com a modernização e a dinamização dos alimentos rápidos há diminuição no consumo de produtos naturais, ocasionando de forma precoce os distúrbios alimentares¹. **Objetivos:** Descrever vivência de acadêmicos de enfermagem, durante ação de saúde para crianças em parceria com uma instituição de ensino infantil, localizada em Belém do Pará, em agosto de 2019. **Metodologia:** Trata-se de um estudo descritivo do tipo relato de experiência, de ação realizada por acadêmicos de enfermagem, que possibilitou a avaliação de hábitos alimentares de crianças em idade escolar de uma instituição de ensino infantil localizado no bairro da Cremação na capital paraense, em agosto de 2019. A ação foi possibilitada através de parceria da instituição de ensino com um grupo de estudo e pesquisa da Universidade da Amazônia. **Resultados e Discussão:** Nesta ação foram realizadas 3 atividades que possibilitaram uma avaliação de enfermagem sobre os hábitos alimentares das crianças, avaliação nutricional e ainda educação em saúde sobre alimentação saudável. As atividades foram desenvolvidas com 62 crianças que cursavam o 1º, 2º e 3º ano do ensino fundamental. A primeira atividade desenvolvida foi a de avaliação de hábitos alimentares, realizada em um estabelecimento comercial de autosserviço próximo a escola, onde as crianças foram estimuladas a comprar o que costumam e gostam de comer em casa. Neste processo os acadêmicos notaram que grande parte das crianças quando desfrutam de autonomia para consumo de alimentos preferem os industrializados e produtos com embalagens de cunho infantil. Através de diálogo percebeu-se o desconhecimento dos alunos sobre frutas, legumes e seus benefícios para a saúde, no entanto, demonstraram interesse em conhecer tais informações, e, ainda, experimentar alimentos destas categorias. Referente à avaliação nutricional de enfermagem, segunda atividade desenvolvida, percebemos que todas as crianças possuíam altura e o peso adequado para a idade segundo estabelecido pelo Ministério da Saúde, e o índice de massa corporal dentro dos parâmetros da normalidade. Na terceira atividade realizamos demonstração de alimentos saudáveis, explicando seus benefícios de forma lúdica. Em seguida, realizamos uma gincana, onde as crianças foram divididas em grupos, vendadas, enquanto os colegas davam dicas, elas sentiam o cheiro, aspecto e sabor dos alimentos, estimulando o olfato, tato e a gustação com o objetivo de deduzir o nome do alimento. Após esta etapa da atividade as crianças foram estimuladas a experimentação dos alimentos por livre demanda, onde pudemos notar que os alunos se mantiveram dentro de suas zonas de conforto, ingerindo apenas alimentos que conheciam e que possuíam o hábito de consumo. Apesar da boa adesão à atividade, ainda ficou evidente que é necessário um maior estímulo à alimentação saudável de forma rotineira. Atividades como esta favorecem o aprendizado sobre os alimentos, frisam para crianças a importância do consumo dos alimentos saudáveis e valor de uma boa alimentação para a saúde.² Intervenções comportamentais realizadas por profissionais da saúde, em pré-escolas, grupos de brincadeiras e outros têm mérito e rigor e contribui muito para a base de evidências e informar a prática, visto que a etiologia da dieta infantil é complexa, é provável que intervenções que tenham como alvo determinantes múltiplos em vários contextos sejam mais efetivas.³ **Considerações Finais e Contribuições para a enfermagem:** Neste relato ficou evidenciado que a participação das crianças na escolha de seus alimentos contribui de forma significativa para uma alimentação saudável, porém estes hábitos alimentares são adquiridos através de educação alimentar. A autonomia na escolha de seus alimentos é um fator que merece atenção, pois verificamos que muitos fatores podem contribuir para uma alimentação prejudicada, visto que há um maior interesse das crianças por produtos com embalagens de personagens infantis. Contudo, vale ressaltar que o enfermeiro como profissional atuante na assistência à saúde em todas as fases da vida e como educador de saúde, tem o dever de realizar ações de educação alimentar para crianças, possibilitando uma adesão a hábitos alimentares saudáveis, e, em longo prazo, evitar problemas de saúde reduzindo as taxas de doenças relacionadas ao mau hábito alimentar como a obesidade.

**Descritores (DECS - ID):** Comportamento alimentar; Desenvolvimento Infantil; Avaliação Nutricional.

**Referências:**

1. Teodoro MA, Santos LMPG, Lima DB, Ferreira EC, Lucia FD. Estratégia de educação alimentar e nutricional na prevenção de distúrbios nutricionais em pré-escolares. Revista Eletrônica de Extensão [internet]. 2018; 31(15):15-30.

2. Bernardo FMS, Rouberte ESC, Leal FKF, Meirú MIL, Ferreira JDF, Ferreira DS. Educação em saúde para aspectos nutricionais como forma de prevenir alterações cardiovasculares: relato de experiência. Rev enferm UFPE [on line]. 2017; 11(2):765-77.

3. Hodder RK, Stacey FG, Wyse RJ, O'Brien KM, Clinton-McHarg T, Tzelepis F, et al. Interventions for increasing fruit and vegetable consumptionin children aged five years and under. Cochrane Database of Systematic Reviews 2017; Ed 9: 1-261. Art. Nº: CD008552: 1-34.

1. Acadêmica de enfermagem da Universidade da Amazônia, biancasousa25@live.com [↑](#footnote-ref-1)
2. Acadêmica de enfermagem da Universidade da Amazônia [↑](#footnote-ref-2)
3. Acadêmica de enfermagem da Universidade da Amazônia [↑](#footnote-ref-3)
4. Acadêmica de enfermagem da Universidade da Amazônia [↑](#footnote-ref-4)
5. Acadêmica de enfermagem da Universidade da Amazônia [↑](#footnote-ref-5)
6. Acadêmica de enfermagem da Universidade da Amazônia [↑](#footnote-ref-6)
7. Acadêmica de enfermagem da Universidade da Amazônia [↑](#footnote-ref-7)
8. Enfermeira, Pós-graduanda em Clínica Cirúrgica do Hospital Albert Einstein. [↑](#footnote-ref-8)