**EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE: PROMOVENDO HÁBITOS SAUDÁVEIS DESDE A INFÂNCIA: UMA REVISÃO DA LITERATURA**

Aline da Silva Pereira¹; Davi Augusto Silva de Melo¹; Jonathas Rodrigo Nascimento Alves²; Renata Emmanuele Assunção Santos³.

1- Discente do curso nutrição. Universidade Federal de Pernambuco - Centro Acadêmico de Vitória; 2- Discente do curso de fisioterapia. Centro Universitário Brasileiro-UNIBRA; 3- Docente do curso de nutrição. Universidade Federal de Pernambuco - Centro Acadêmico de Vitória.

alinesilvape4@gmail.com

davi.augusto@ufpe.br

jnjonathasnascimento16@gmail.com

renata.assuncao@ufpe.br

**INTRODUÇÃO:** A promoção da saúde e o desenvolvimento de hábitos saudáveis desde a infância são elementos fundamentais no contexto educacional contemporâneo. A educação para a saúde assume um papel crucial na formação integral das crianças, visando não apenas o bem-estar físico, mas também o emocional e social. Nesse sentido, o resumo propõe-se a explorar e analisar os principais estudos científicos relacionados à Educação para a Saúde, focalizando especialmente as práticas voltadas para a promoção de hábitos saudáveis desde a infância. **OBJETIVOS:** Analisar, através de uma revisão da literatura, o impacto das iniciativas educativas na promoção de hábitos saudáveis entre crianças. **METODOLOGIA:** Este resumo trata-se de uma revisão de literatura, do tipo narrativa, realizada em janeiro de 2024. Foram feitas buscas na base de dados Pubmed utilizados os seguintes descritores: ‘’hábitos saudáveis’’, ‘’infância’’, ‘’educação para saúde’’. Foram incluídos artigos em inglês e português, publicados entre 2016 a 2024 foram excluídos artigos fora da temática de pesquisa. Inicialmente foram encontrados estudos, dos quais, após aplicação dos critérios de inclusão, exclusão e remoção das duplicatas, foram selecionados 5 artigos, incluídos nesta revisão. **RESULTADOS:** Os estudos analisados evidenciam que, é observado que iniciativas educativas têm um impacto positivo na promoção de hábitos saudáveis em crianças. Intervenções focadas na educação nutricional melhoraram as escolhas alimentares, enquanto programas de atividade física aumentaram a prática de exercícios. A conscientização sobre os efeitos prejudiciais de alimentos não saudáveis também contribuiu para a redução do seu consumo. O envolvimento das famílias fortaleceu os resultados. Desafios incluem adaptação a diferentes contextos e a necessidade de avaliações a longo prazo. Conclui-se que a colaboração entre escolas, comunidades e famílias é crucial para promover estilos de vida saudáveis desde a infância. Os resultados revelaram melhorias notáveis nos hábitos alimentares, níveis de atividade física e conscientização sobre saúde entre as crianças participantes. A discussão explora as nuances por trás dessas transformações, incluindo a influência do ambiente familiar, a relevância de abordagens interativas e a importância da consistência nas práticas educativas. A análise dos dados qualitativos destaca narrativas inspiradoras de mudanças de comportamento, enquanto os dados quantitativos reforçam a significância estatística dessas transformações. A discussão também aborda desafios encontrados, como a necessidade de superar barreiras socioeconômicas e a importância de abordagens culturalmente sensíveis. **CONCLUSÃO:** Com base nos estudos analisados, fica evidente que o impacto das iniciativas educativas na promoção de hábitos saudáveis em crianças revela resultados consistentes. Programas educativos que abordam nutrição, atividade física e estilo de vida saudável mostram-se eficazes na influência positiva dos hábitos infantis. A colaboração entre escolas, famílias e comunidades é crucial para o sucesso dessas intervenções, enquanto estratégias participativas e lúdicas aumentam o engajamento. Em suma, investir em programas educativos bem elaborados desde a infância é fundamental para prevenir problemas de saúde e promover um futuro mais saudável.

**PALAVRAS-CHAVES:** Hábitos saudáveis; Infância; Educação para saúde.

**REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

ALVES, H. G. C. et al. Promoção de hábitos alimentares saudáveis para crianças da educação infantil. Rev. Ciênc. Ext. v.16, p.433-442, 2020.

BILA, Carla Roberta Ferraz Carvalho; SILVA, Paulo Henrique Fonseca da; GUSMÃO, Michélia Antônia do Nascimento. Conscientização para hábitos alimentares saudáveis na escola. Revista Educação Pública, v. 19, nº 22, 24 de novembro de 2019. Disponível em:

https://educacaopublica.cecierj.edu.br/artigos/19/22/conscientizacao-para-habitos-alimentares-saudaveis-na-escola

MARTINS, V. H. et al. Brincando e aprendendo: A importância das ações em saúde voltadas para o público infantil. Revista de Extensão da UNIVASF, Petrolina, v. 7, n. 1, p. 053-062, 2019.

PIASETZKI, C. T. DA R.; BOFF, E. T. DE O. Educação alimentar e nutricional e a formação de hábitos alimentares na infância. Revista Contexto & Educação, v. 33, n. 106, p. 318, 19 set. 2018.

‌RAMOS, R. S. S. et al. Promoção da Saúde na educação infantil: Práticas de educadores na rede pública. 26 jul. 2022.