**APENDICE B**

**MODELO DE TRABALHO IDENTIFICADO**

**II Mostra de Extensão**

**ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NA INFÂNCIA**

**Relato de experiência da extensão de Educação em Saúde**

**Evellen Julya da Silva Ferreira**

Discente do curso de Enfermagem do 3• semestre do Centro Universitário Inta- ( UNINTA ) Campus Itapipoca- CE, Brasil,E-mail: [julyyasilva85@gmail.com](mailto:julyyasilva85@gmail.com)

**Laelly Rodrigues De Sousa**

Discente do curso de Enfermagem do 2• semestre do Centro Universitário Inta- ( UNINTA ) Campus Itapipoca-CE, Brasil, E-mail: [laellysousa51@gmail.com](mailto:laellysousa51@gmail.com)

**Maria Juliana Jessyck Barroso Teles**

Discente do curso de Enfermagem do 2• semestre do Centro Universitário Inta- ( UNINTA ) Campus Itapipoca- CE, Brasil, E-mail: [jessyckbarroso@gmail.com](mailto:jessyckbarroso@gmail.com)

**Kairo Augustho Alves do Nascimento**

Discente do curso de Enfermagem do 3• semestre do Centro Universitário Inta- (UNINTA) Campus Itapipoca-CE, Brasil, E-mail: [kairoaugustho88@gmail.com](mailto:kairoaugustho88@gmail.com)

**Glícia Mesquita Martiniano Mendonça**

Coordenadora do Curso de Enfermagem do Centro Universitário Inta – Uninta Campus Itapipoca. Itapipoca – Ceará. E-mail: enfermagem.itapipoca@uninta.edu.br

**Introdução:** Ao começarmos nossa jornada acadêmica, tivemos nossa primeira experiência com as disciplinas vigentes do 1.º semestre, cheios de curiosidades e vontade de absorver todo o conteúdo que nos era ministrado, tivemos nosso primeiro contato com a extensão, uma metodologia de ensino que aborda a autonomia dos discentes, onde podemos interligar a teoria com a prática. A partir da vivência em uma escola municipal foi possível perceber a dificuldade das crianças quanto a distinguir a alimentação saudável e a não saudável, já que muitos tinham a não saudável no seu dia a dia. Hábitos de alimentação saudável na sociedade atual são um desafio não só para crianças, mas para a população no geral devido a vários obstáculos que são encontrados no caminho para se estabelecer essa prática (Brasil, 2014) Dentre as dificuldades, encontra-se a falta de tempo, pois refeições mais saudáveis são aquelas caseiras que demandam preparo, cozimento, outro desafio é a adesão a hábitos benéficos. **Objetivo:** Relatar a experiência de discentes do curso de enfermagem em uma ação de extensão sobre hábitos alimentares. **Método:** Refere-se a um relato de experiência realizado durante extensão curricularizada da disciplina de Educação em Saúde no mês de novembro de 2023, em uma escola da rede municipal de Miraíma – CE com crianças do 3°ano do ensino fundamental, através de um jogo didático com a finalidade de aprofundar as informações repassadas no momento de socialização. **Resultados:** Participaram 30 estudantes da turma dos 3° ano do ensino fundamental no turno da manhã, foi realizada a exposição inicial sobre a importância da alimentação saudável através de uma história. No segundo momento, foi aplicado um jogo para descobrir os alimentos saudável e não saudáveis, a maioria dos participantes equivocou-se principalmente no que concerne ao açúcar, já que a maioria comia sempre esses alimentos não saudáveis. Quando foi revelado que determinados alimentos não eram saudáveis, os educandos mostraram-se surpresos e reflexivos quanto ao que rotineiramente consomem. Aproveitando o impacto gerado, abordamos as orientações sobre o que deve compor uma alimentação saudável, dicas para melhorar os hábitos alimentares, inclusive o consumo de água, através de projeção de uma história pelo projetor. Evocando assim um alerta referente ao consumo desses alimentos ricos em carboidratos, conservantes e aditivos. Além disso, ressalta sobre o risco dos alimentos processados, pois quanto mais ele for processado maior é a probabilidade de substâncias nocivas à saúde. Ao final foi distribuído salada a aplicação prática do conhecimento adquirido em sala de aula para os alunos como demonstração de uma alimentação rica em vitaminas. **Conclusão:** A execução do projeto de extensão foi uma jornada enriquecedora que permitiu o desenvolvimento de diversas atividades como jogos de tabuleiro e 2 caixas como demonstração de alimentos saudáveis e não saudáveis que contribuíram significativamente para a promoção da saúde e melhora da qualidade de vida.

**Descritores:** Educação Alimentar ; Infância ; Promoção da Saúde.

**Referências**

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia alimentar para a população brasileira. Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – 2. Ed., 1. Reimpr. – Brasília: Ministério da Saúde, 2014

<https://www.melhorescola.com.br/blog/projeto-de-alimentacao-saudavel/>