



CONEXÃO UNIFAMETRO 2021

XVII SEMANA ACADÊMICA

ISSN: 2357-8645

O USO DE ATIVIDADES LÚDICAS COMO ESTRATÉGIA PARA EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL INFANTIL NO ÂMBITO ESCOLAR: REVISÃO DE LITERATURA

Aline Sousa dos Anjos¹

Tatiana Gomes Martins²

Discente - Centro Universitário Fametro – Unifametro¹

alinesdanjos@gmail.com

Discente - Centro Universitário Fametro – Unifametro²

tatyarcanjós@gmail.com

Área Temática: Alimentos, nutrição e saúde

Encontro Científico: IX Encontro de Iniciação à Pesquisa

Introdução: Educação Alimentar e Nutricional (EAN) é um grupo de estratégias que abrange aspectos relacionados ao alimento e o desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis, consecutiva e permanente que se inseri no contexto cultural, social, multiprofissional, intersetorial e transdisciplinar com finalidade de contribuir para promoção e prevenção da saúde. Sendo um incentivo ao consumo de alimentos saudáveis e sustentáveis corroborando para boa saúde e qualidade de vida (PEREIRA; NUNES; MOREIRA, 2020; BRASIL, 2019). A melhor etapa para se fazer uso da implementação da educação alimentar e nutricional é durante a infância pois, é nessa fase em que os gostos e as preferências alimentares são construídos, sendo mais oportunos de serem moldados (SILVA et al., 2016).

O Ministério da Saúde aponta que o ambiente escolar, familiar, social e cultural, são relevantes para o desenvolvimento de bons hábitos alimentares. É ressaltado por Melo (2018) e Camozzi et al. (2015) que as atividades lúdicas influenciam no método de aprendizagem infantil, promovendo a imaginação, contribuem para o processo de evolução física, emocional, cognitivo e social da criança, no qual o universo escolar tem uma forte atuação favorecendo a ludicidade, sendo adequado para a implantação de programas voltados para a promoção da alimentação e saúde. **Objetivo:** Este trabalho foi elaborado para destacar o uso de atividades lúdicas como estratégia para a educação alimentar e nutricional infantil no âmbito escolar.

Metodologia: O presente trabalho trata-se de uma revisão de literatura, desenvolvido a partir de pesquisas realizadas nas bases de dados PubMed, Lilacs, SciELO, sendo utilizados 10 artigos científicos, com termos pesquisados em inglês e português, utilizando-se os seguintes



descritores: “educação alimentar”, “educação nutricional”, “ludicidade”, “alimentação escolar” e “alimentação saudável”, selecionando estudos publicados entre o período de 2013 a 2021, assim como o Caderno de Atividades Promoção da Alimentação Adequada e Saudável do Ministério da Saúde. **Resultados e Discussão:** O Estatuto da Criança e do Adolescente ressalva que é direito da criança e adolescente uma alimentação adequada e saudável com nutrientes necessários para assegurar o seu correto desenvolvimento. Diante disto, em 16 de maio de 2018 foi publicada a lei de nº 13.666 que inclui a educação alimentar e nutricional ao currículo escolar (BRASIL, 2018). Em consonância, a literatura científica demonstra o emprego do lúdico para fins de conhecimento dos nutrientes, suas diversidades e benefícios para a manutenção da saúde.

Em seu estudo com crianças de 10 anos de idade Ferreira (2018) aplicou questionários abordando o tema “Por que comemos?”, em seguida utilizou-se bonecos confeccionados com EVA apresentando junto a eles alimentos não saudáveis, como os industrializados, e alimentos saudáveis, frutas, legumes e verduras, e com o auxílio de ilustração da pirâmide alimentar foi explicado os conceitos e importância nutricional dos alimentos. Após o término da atividade as crianças foram capazes de identificar os principais nutrientes.

Para seu relato de experiência Mendonça, Seabra e Maia (2016) elaboraram atividades lúdicas numa escola de ensino infantil abordando os seguintes temas: Conhecendo os alimentos e montando prato colorido, realizando também teatro de fantoches que abordava os benefícios de uma refeição adequada.

Uma pesquisa feita em 10 escolas do Ensino Infantil, onde 2.235 crianças entre 4 a 6 anos de idade fizeram parte do estudo, foi avaliado o conhecimento das crianças pré e pós dinâmica, no qual foram feitas duas atividades lúdicas fazendo uso de cartões, gravuras de alimentos “saudáveis e não saudáveis” com intuito de apurar o conhecimento das crianças sobre bons hábitos alimentares. Com a pós-avaliação pode-se notar uma evolução positiva no aprendizado dos mesmos a respeito do que é o alimento nutritivo (ISHIMINE; OLIVEIRA; SOUZA, 2013). Para proporcionar mais conhecimento acerca de alimentação e saúde Rodrigues et al. (2020), Brito et al. (2019) e Rosa et al. (2015) fizeram uso de métodos diversificados como jogo da memória, caça ao tesouro, teatro de personagens, músicas, vídeos, oficinas culinárias e simulação de compras ao supermercado. Ao fim das atividades foram realizados testes e constatou-se que as crianças conseguiam após as dinâmicas assimilar melhor os benefícios dos alimentos e suas propriedades.



CONEXÃO UNIFAMETRO 2021

XVII SEMANA ACADÊMICA

ISSN: 2357-8645

Frente aos estudos literários pode-se evidenciar que o lúdico estimula o aprendizado infantil tornando-o mais recreativo e agradável. **Considerações finais:** A prática de atividades lúdicas em Educação Alimentar e Nutricional direcionadas ao público infantil demonstraram efetividade na compreensão e no aprendizado, induzindo de modo positivo a relação das crianças com alimentação balanceada e nutritiva. Por outro lado, vale ressaltar que a alimentação ultrapassa o ambiente escolar, fazendo-se necessário a implementação de EAN para pais e comunidade, pois os benefícios de bons hábitos alimentares perduram no decorrer do ciclo de vida do indivíduo, favorecendo a saúde em todas as fases da vida.

Palavras-chave: educação alimentar e nutricional; ludicidade; alimentação escolar.

Referências:

BRASIL. Ministério da Saúde. Caderno de Atividades: Promoção da Alimentação Adequada e Saudável: Ensino Fundamental II / Ministério da Saúde, Universidade do Estado do Rio de Janeiro. Brasília: Ministério da Saúde, 2019. Disponível em: https://bvsm.s.saude.gov.br/bvs/publicacoes/promocao_alimentacao_saudavel_ensino_fundamental_II.pdf. Acesso em: 05 out. 2021.

BRASIL. Lei nº 13.666 de 16 de maio de 2018. Dispõe sobre a inclusão do tema transversal da educação alimentar e nutricional no currículo escolar. Brasília: Congresso Nacional, 2018. Disponível em: https://www.in.gov.br/materia/-/asset_publisher/Kujrw0TZC2Mb/content/id/14757390/do1-2018-05-17-lei-n-13-666-de-16-de-maio-de-2018-14757386. Acesso em: 05 out. 2021.

BRITO, L.F.S.; CAMARGO, J.G.; SANTOS, V.F.; PIRES, C.R.F.; SOUSA, Diego N.; KATO, H.C.A. Metodologias Lúdicas e Educação Alimentar e Nutricional para Promover o Consumo de Pescados em Escolares. **Revista Eletrônica de Extensão**, Florianópolis-Sc, v.16, n.34, p.126-142, jan. 2019.

CAMOZZI, A.B.Q.; MONEGO, E.T.; MENEZES, I.H.C.F.; SILVA, P.O.S. Promoção da Alimentação Saudável na Escola: realidade ou utopia? **Caderno Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v.23, n.1, 2015.



CONEXÃO UNIFAMETRO 2021

XVII SEMANA ACADÊMICA

ISSN: 2357-8645

FERREIRA, D.S. Educação alimentar e nutricional em escolares do ensino fundamental I do município de Araçatuba-SP. **Revista Saúde Unioledo**, Araçatuba-Sp, v.02, n.01, p.74-80, ago. 2018.

ISHIMINE, D.H.; OLIVEIRA, C.P.S.; SOUZA, T.F.P. Impactos das Atividades Lúdicas no Conhecimento de Pré-escolares Sobre Alimentação Saudável. **Conic.Semesp: 14º Congresso Nacional de Iniciação Científica**, 2013.

MELO, G. P. A.N. A ludicidade como recurso pedagógico na Educação Infantil. **Pró-Discente: Caderno de Produção Acadêmico-Científica**, Vitória-ES, v.24, n.1, p.29-43, jan/jun. 2018.

MENDONÇA, A.C.N.; SEABRA, L.B.G.; MAIA, S.C.C. A Importância da Arte Interativa e Lúdica na Educação Nutricional para Escolares: relato de experiência. **Anais 2016: 18º Semana de Pesquisa da Universidade Tiradentes: A Prática Interdisciplinar Alimentando a Ciência**, Aracaju-Se, out. 2016.

PEREIRA, T.R.; NUNES, R.M.; MOREIRA, B. A importância da educação alimentar e nutricional para alunos de séries iniciais. **Lynx: Educação em Ciências - Relatos de experiências.**, v.1, n.1, mai. 2020.

RODRIGUES, J. N.; GOMES, K.D.; SANTOS, V.F.; PIRES, C.R.F.P.; SOUSA, D.N.; KATO, H.C.A. Educação alimentar e nutricional como estratégia para aumento do consumo de proteínas em escolares. **Revista Ciências & Ideias**, Rio de Janeiro, v11, p.1, 2020.

ROSA, S.A.M.; BUCHWEITZ, M.R.D.; NAGAHAMA, D.; DINIZ, D.B. Super-heróis em Educação Nutricional: O Lúdico na Promoção da Saúde e Prevenção da Anemia em Pré-escolares. **O Mundo da Saúde**, São Paulo, v.39, n.4, p.495-503, 2015.

SILVA, S.U.; MONEGO, E.T.; SOUSA, L.M.; ALMEIDA, G.M. As Ações de Educação Alimentar e Nutricional e o Nutricionista no Âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar. **Ciência & Saúde Coletiva.**, v.23, n.8, p.2671-2681, 2018.