

RESUMO | RELATO DE EXPERIÊNCIA**EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NO AMBIENTE ESCOLAR:
RELATO DE EXPERIÊNCIA SOBRE O USO DO GUIA ALIMENTAR PARA A
POPULAÇÃO BRASILEIRA COM ESTUDANTES DO ENSINO FUNDAMENTAL**

Vitória Miras¹
Eduarda Flores Sangbusch¹
Lucas Messias da Conceição¹
Katia Jakovljevic Pudla Wagner²

Palavras-chave: Educação Alimentar e Nutricional; Saúde Escolar; Obesidade Infantil.

Introdução

A transição nutricional observada no Brasil corresponde à mudança no estado nutricional da população, decorrente, entre outros fatores, das transformações no padrão alimentar, com substituição progressiva de alimentos in natura por produtos ultraprocessados, fenômeno associado ao aumento da prevalência de obesidade e de doenças crônicas não transmissíveis desde a infância. O ambiente escolar constitui espaço privilegiado para estratégias de Educação Alimentar e Nutricional (EAN), por integrar dimensões pedagógicas, sociais e culturais relacionadas ao ato de comer. O Guia Alimentar para a População Brasileira classifica os alimentos segundo o grau de processamento em quatro grupos "in natura, minimamente processados, processados e ultraprocessados", constituindo referencial teórico para intervenções educativas junto a crianças e adolescentes.

Objetivo

Relatar a experiência de oficinas lúdico-pedagógicas de EAN com escolares do ensino fundamental, baseadas na classificação dos alimentos do Guia Alimentar para a População Brasileira.

Método

Trata-se de relato de experiência, de natureza descritiva e prospectiva, sobre as ações extensionistas de EAN conduzidas em turmas de 6º e 7º ano do ensino fundamental de uma escola pública do município de Curitiba (SC). Foram realizadas cinco oficinas lúdicas e participativas, estruturadas a partir de metodologias ativas: bingo temático, dinâmica sensorial de reconhecimento de alimentos com os olhos vendados, caça-palavras nutricional, composição de um prato saudável e categorização dos alimentos conforme os grupos do Guia Alimentar. As atividades foram conduzidas por um acadêmico de Medicina sob supervisão docente, com linguagem adaptada à faixa etária dos participantes.

¹ Acadêmica de Medicina, Universidade Federal de Santa Catarina – Campus Curitibanos.

² Docente orientadora, Universidade Federal de Santa Catarina – Campus Curitibanos.

Resultados

Participaram das oficinas 52 escolares, sendo 20 do 6º ano e 32 do 7º ano. O 6º ano apresentou engajamento mais consistente que o 7º ano ao longo das intervenções. Houve confusão inicial entre alimentos processados e ultraprocessados, com melhora progressiva na classificação ao longo das cinco oficinas, sugerindo efeito cumulativo da exposição repetida ao conteúdo. Observou-se ainda dificuldade em assimilar o termo "in natura", com preferência pelos termos "natural" e "industrializado". O perfil socioterritorial das turmas, residentes em bairros com presença de árvores frutíferas nos quintais, favoreceu o reconhecimento de frutas locais nas dinâmicas sensoriais. Os estudantes relataram reconhecer que os alimentos industrializados possuem maior teor de sódio e açúcar e que fazem parte de seu consumo alimentar habitual. A ausência de instrumentos avaliativos nesta etapa restringiu a mensuração objetiva do ganho de conhecimento, limitando a análise à observação direta do engajamento.

Conclusão

As oficinas lúdico-pedagógicas mostraram-se estratégias viáveis e bem recebidas, favorecendo participação ativa, evolução perceptível na classificação dos alimentos e valorização de saberes alimentares locais.

Referências

1. BRASIL. Ministério da Saúde. Guia alimentar para a população brasileira. 2. ed. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2014.
2. CAINELLI, C. Padrão de consumo alimentar entre crianças brasileiras e implicações à saúde. Revista Paulista de Pediatria, São Paulo, 2021.
3. FERREIRA, L. S. et al. Prevalência de obesidade e fatores associados no Brasil: análise dos dados da PNS 2019. Cadernos de Saúde Pública, Rio de Janeiro, v. 37, n. 10, 2021.
4. MOREIRA, G. M. et al. Intervenções em educação alimentar e nutricional em escolas brasileiras: uma revisão sistemática. Revista de Nutrição, Campinas, v. 36, e230025, 2023.