

A alimentação infanto juvenil entre o bem e o mal

Caio Phillippe Moreira de Bulhões Barbosa¹ (Medicina, UNIT-AL), e-mail: caiophillipe29@gmail.com

Maria Eduarda Dantas Donald¹ (Medicina, UNIT-AL), e-mail: maria.donald@souunit.com.br

Bruna Lins Chianca¹ (Medicina, UNIT-AL), e-mail: bruna.chianca@souunit.com.br

Maria Vilar Malta Brandão¹ (Medicina, UNIT-AL), e-mail: maltamaria33@gmail.com

Vivianne de Lima Viana Assis² (Medicina, UNIT-AL), e-mail: vivibiana@gmail.com

¹Acadêmicos de medicina, Centro Universitário Tiradentes/Medicina/Maceió, AL.

²Professora adjunta, Centro Universitário Tiradentes/Medicina/Maceió, AL.

RESUMO:

Introdução: Segundo o Ministério da Saúde "A alimentação se dá em função do consumo de alimentos (e não de nutrientes). Os alimentos têm gosto, cor, forma, aroma e textura e todos estes componentes precisam ser considerados na abordagem nutricional.[...]O alimento como fonte de prazer também é uma abordagem necessária para promoção da saúde." Ou seja, a alimentação não é algo simples, no entanto é de fundamental importância, principalmente, na fase infanto juvenil, uma vez que, ela permite uma melhor qualidade vida, crescimento, entre outros fatores. Porém, pesquisas do Ministério da Saúde indicam que 12,9% das crianças brasileiras de 5 a 9 anos são obesas o que demonstra um déficit na qualidade da alimentação brasileira, o que gera uma propensão maior para os problemas cardiovasculares e diabetes acarretando em uma geração doente. Por isso, é de assaz importância o Programa da Saúde e Escola(PSE) fazer intervenções de forma lúdica, como a realizada pelos acadêmicos de medicina que abrangeu o assunto de forma integrativa e lúdica para o público alvo, tornando a dinâmica simples para que as crianças entendam sobre a alimentação saudável e seus benefícios. **Objetivos:** Apresentar um relato de experiência de uma atividade educativa sobre a alimentação saudável para a comunidade infantil de uma escola do bairro da pescaria. **Metodologia:** Trata-se de um relato de experiência sobre a atividade educativa envolvendo a encenação de uma breve peça de teatro contemplando o público infantil realizada no dia 11 de setembro de 2019, no bairro de Pescaria em Maceió para os alunos da escola local. **Resultados:** A ação realizada demonstrou a importância da abordagem acerca do assunto na infância, pois as crianças passaram a ter noção dos benefícios de uma boa alimentação em relação à saúde atual e futura através da participação ativa deles na atividade. Ademais, a realização dessa atividade acrescentou muito na formação

acadêmica e no futuro profissional dos estudantes. **Conclusão:** Por fim, os acadêmicos de medicina realizaram uma ação educativa de forma lúdica voltada a prevenção de diversas doenças, uma vez que, uma alimentação saudável promove isso. Tal atividade que permitiu uma ligação entre os acadêmicos e a realidade da alimentação infantil daquela UBS o que corrobora na troca de conhecimento, na formação de possíveis alternativas que iriam melhorar os problemas daquelas pessoas, além de contribuir para formação médica holística e humanizada.

Palavras-chave: educação em saúde, alimentação saudável, crianças

ABSTRACT:

Introduction: According to the Ministry of Health “The action of feeding is in function of food (not nutrient) consumption. Food has taste, color, shape, aroma and texture, and all these components need to be considered in the nutritional approach. [...] The food as a source of pleasure is also a necessary approach to health promotion.” It isn’t simple, but it has fundamental importance, especially in the juvenile phase, since it allows a better quality of life, growth, among other factors. However, research by the Ministry of Health indicates that 12.9% of Brazilian children aged 5 to 9 years are obese, which shows a deficit in the quality of Brazilian food, which generates a greater propensity for cardiovascular problems and diabetes, leading to a sick generation. Therefore, it is very important for the Health and School Program (PSE) to make interventions in a playful way, such as the one performed by medical academics that covered the subject in an integrative and playful way for the target audience, making the dynamic simple so that the children can understand about healthy eating and its benefits. **Objectives:** To present an experience report of an educational activity on healthy eating for the children's community of a school in the fishing district. **Methodology:** This text is about a experience report about a educational activity involving a theatrical performance contemplating the children's audience, held on September 11, 2019, in the district of Pescaria in Maceió for the students of the local school. **Results:** The action demonstrated the importance of approaching the subject in childhood, because the children became aware of the benefits of good nutrition relative to current and future health through their active participation in the activity. In addition, the realization of this activity has greatly added to the academic background and professional future of the students. **Conclusion:** Finally, medical students performed a playful educational action aimed at the prevention of various diseases, since a healthy diet promotes this. Such activity that allowed a connection between the academics and the reality of infant feeding of that Basic health unit which corroborates the knowledge exchange, the formation of possible alternatives that would improve the problems of those people, besides contributing to holistic and humanized medical education.

Keyword: health education, healthy eating, children

Referências/references:

MINISTÉRIO DA SAÚDE.2019. Disponível em:
<<http://www.saude.gov.br/noticias/agencia-saude/45494-obesidade-infantil-traz-riscos-para-a-saude-adulta>>.Acessado em : 6 outubro

MINISTÉRIO DA SAÚDE.2005. Disponível em:
<<http://189.28.128.100/nutricao/docs/geral/oQueEAlimentacaoSaudavel.pdf>>
Acessado em : 6 outubro