

A IMPORTÂNCIA DAS ATIVIDADES LÚDICAS NA EDUCAÇÃO NUTRICIONAL DE CRIANÇAS DESNUTRIDAS

Autores:

Carla Maraiza de Luna Torres

Claudeane Deodato dos Santos Oliveira

co- autores:

Thereza Cristina de Albuquerque Siqueira

Revilane Parente de Alencar Brito

Myria Glaucia Viana da Silva

RESUMO:

Introdução: A educação nutricional é considerada uma importante aliada nas ações que favorecem a qualidade de vida das crianças, pois à medida que crescem, elas adquirem conhecimento e assimilam conceitos. Os primeiros anos de vida são ideais para fornecer informação nutricional e promover atitudes positivas sobre todos os alimentos, pois os hábitos, as preferências e as aversões alimentares são estabelecidos na infância e prosseguem até a fase adulta. Um dos possíveis mediadores do processo ensino aprendizagem seria a atividade lúdica, figurando-se como método alternativo que auxilia no processo de desenvolvimento da linguagem, da cognição e de comportamento de autoajuda, ou seja, descrição do tamanho, forma, cor, escolha, auxílio na preparação e paladar. O uso de atividades lúdicas como estratégias para a construção do conhecimento arregimenta uma nova postura existencial, cujo paradigma é um novo sistema de aprender brincando. Sabendo que com essa forma de aprendizagem as crianças estão cada vez mais atentas e curiosas na busca de novas vivências e experiências. **Objetivo:** Implementar métodos lúdicos para promover práticas de educação nutricional em crianças desnutridas matriculadas em um Centro de Recuperação e Educação Nutricional(CREN). **Metodologia:** As atividades foram realizadas no Centro de recuperação e Educação Nutricional, localizado na cidade de Maceió-AL. Participaram das atividades dezenove crianças de ambos os sexos na faixa etária de cinco a seis anos, matriculadas no segundo período escolar da instituição. Os encontros ocorreram duas vezes por semana, com duração de aproximadamente quarenta e cinco minutos, entre abril e julho de 2017, totalizando quatro meses. As oficinas foram realizadas semanalmente dando enfoque aos seguintes grupos alimentares e nutrientes (legumes, leguminosas, frutas, grãos, cereais, macronutrientes e micronutrientes). O método avaliativo foi feito através da frequência de erros e acertos antes e após a aplicação da atividade lúdica. **Resultados e Discussão:** Os achados do presente estudo demonstraram que a intervenção lúdica contribuiu de maneira positiva no aprendizado das crianças, pois após sua aplicação foi observado melhoria no entendimento e compreensão das crianças quando comparados os resultados iniciais e finais das atividades. Assim como relatado no trabalho de (Benetti, 2008), onde ele destaca o aumento progressivo de interesse pelos assuntos de alimentação e nutrição entre as crianças, após a realização dos trabalhos de educação nutricional. **Conclusão:** Conclui-se que a realização de atividades de cunho lúdico para crianças na fase pré-escolar resulta na formação de novos conhecimentos sobre nutrição e alimentação, influenciando positivamente na construção e manutenção de hábitos alimentares saudáveis.

Palavras chave: Atividades Lúdicas, Crianças, Educação Nutricional.

ABSTRACT:

Introduction: Nutrition education is considered an important ally in the actions that favor children's quality of life, because as they grow, they acquire knowledge and assimilate concepts. The early years of life are ideal for providing nutritional information and promoting positive attitudes about all foods, as eating habits, preferences and aversions are established in childhood and continue into adulthood. One of the possible mediators of the teaching-learning process would be play activity, figuring itself as an alternative method that assists in the process of language development, cognition and self-help behavior, that is, description of size, shape, color, choice, aid in preparation and taste. The use of ludic activities as strategies for the construction of knowledge brings together a new existential posture, whose paradigm is a new system of joking learning. Knowing that with this form of learning the children are more and more attentive and curious in the search of new experiences and experiences. **Objective:** To implement playful methods to promote nutrition education practices in undernourished children enrolled in a Nutrition Education and Recovery Center (CREN). **Methodology:** The activities were carried out at the Nutrition Education and Recovery Center, located in the city of Maceió-AL. Nineteen children of both sexes in the age group of five to six years, enrolled in the second school period of the institution participated in the activities. The meetings took place twice a week, lasting approximately forty-five minutes, between April and July 2017, totaling four months. The workshops were held weekly focusing on the following food groups and nutrients (vegetables, legumes, fruits, grains, cereals, macronutrients and micronutrients). The evaluation method was done through the frequency of errors and correctness before and after the application of the play activity. **Results and Discussion:** The findings of the present study demonstrated that playful intervention contributed positively to children's learning, since after their application, children's understanding and understanding were improved when the initial and final results of the activities were compared. As reported in the work of Benetti et al. (2008), where he emphasizes the progressive increase of interest for the subjects of feeding and nutrition among the children, after the accomplishment of the works of nutritional education. **Conclusion:** It is concluded that the activities of playful activity for children in the preschool stage results in the formation of new knowledge on nutrition and food, positively influencing the construction and maintenance of healthy eating habits.

Keywords: Children, Leisure Activities, Nutrition Education.

Referência/References:

- 1-ANTUNES C. Jogos para a estimulação das múltiplas inteligências. 2a ed. Petrópolis: Vozes; 2000.
- 2- BENETTI, F.; BARBERINI, A. Educação Nutricional para Pré-Ecolares em uma escola de Ensino Fundamental da Região Norte do Rio Grande do Sul, Revista Perspectiva, v.32, n.117, p.105-114, 2008.
- 2 -MAHAN, L. K. et al. Alimentos, Nutrição e Dietoterapia. - Rio de Janeiro:Elsevier, 2012.
- 3 - MONTEIRO, C.A.; CONDE, W.L. Tendência secular da desnutrição e da obesidade na infância na cidade de São Paulo. Revista de Saúde Pública. São Paulo, SP, v.34, n.6, p.52-61. 2000. / MONTEIRO, C.A. ; CONDE, W.L. Secular trend of childhood malnutrition and obesity in the city of São Paulo. Journal of Public Health. São Paulo, SP, v.34, n.6, p.52-61. 2000.