

ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NA PRIMEIRA INFÂNCIA ATIVIDADE PRÁTICA REALIZADA PELA 1ª FASE DO CURSO DE ENFERMAGEM UNOESC XANXÊRE

Autores: DUARTE, Vanderleia Muller; SILVA, Andressa Carolina Guinzelli Gil Da; VISSOTTO, Caroline; BOLZAN, Emily Paula; EURIK, Evellyn Araujo De; FREITAS, Gabriéli Teixeira De; VALIATI, Rafaela; FERRASSO, Sidiane; COMIN, Tamires Carla; BRAUEN, Thalia Raquel

Resumo

INTRODUÇÃO: O trabalho apresentado teve como foco a alimentação infantil a qual ajuda no desenvolvimento da criança. Essa tarefa foi de grande importância pelo fato do incentivo a uma alimentação saudável, iniciando-se pela infância. Que é quando o paladar infantil está sendo desenvolvido, por isso a importância de estimular uma alimentação colorida, com base na pirâmide alimentar. O fato de ser um assunto mais complexo para crianças, foi feito um panfleto, colado na agenda, para a compreensão dos pais e a participação na vida alimentar de seu filho. A alimentação como um todo é de grande importância, para o desenvolvimento fisiológico e para o ganho de energia para práticas de exercícios físicos. Ainda mais quando se trata de crianças que precisam de muita energia para as brincadeiras. **OBJETIVO:** Conscientizar as crianças sobre a importância de uma alimentação saudável, apresentando a elas maneiras divertidas de alimentar-se de uma forma atrativa, usando cores, músicas e brincadeiras. **METODOLOGIA:** Os acadêmicos da 1ª fase do curso de enfermagem, no componente curricular Saúde Coletiva I, iniciou-se com uma pesquisa bibliográfica, sobre alimentação infantil dos 0 aos 4 anos. Na chegada a escola foi apresentado a turma do maternal onde deu início as

atividades comunicativas na apresentação de músicas, em seguida com uma atividade de pintura e a distribuição de frutas e sanduíches com caricaturas feitas com leguminosas. Após a convivência do maternal passamos para a turma do berçário onde houve a interação apenas na parte de brincadeiras, músicas e na tentativa da estimulação da alimentação. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Apesar das dificuldades enfrentadas como a resistência de algumas crianças na aceitação dos acadêmicos e da alimentação saudável a interação foi inevitável e positiva com o decorrer da atividade. Houve a diversão, interação e participação dos mesmos, atingindo o objetivo proposto. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** A vivência foi uma forma de incentivar as crianças, mostrando-as que a alimentação pode ser tanto divertida como gostosa. Além do incentivo as crianças, também orienta-se os pais com folder explicativo, demonstrando que um dos melhores meios de encorajar seus filhos a se alimentar de forma saudável consiste em dar um bom exemplo. **REFERÊNCIAS:** REVISTA DE NUTRIÇÃO (CAMPINAS). Campinas, SP: Sociedade Campineira de Educação e Instrução, 1998-. Bimestral. Continuação de Revista de nutrição da PUCCAMP. ISSN 14155273. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_serial&pid=1415-5273&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 05/05/2017.

E-mails - vanderleia.duarte@unoesc.edu.br