

AValiação DO CONHECIMENTO DOS ESCOLARES À INTRODUÇÃO DE ALIMENTOS

Maria Fernanda Ribas

Flávia Gnoatto

Graciela Caroline Gregolin

Mônica Cristina Balbinotti

A educação nutricional é um dos caminhos para a promoção da saúde, que leva a população a refletir sobre a importância da alimentação para a qualidade de vida, permitindo a transformação e o resgate dos hábitos alimentares tradicionais (RODRIGUES; RONCADA, 2008). Nesse contexto, o ambiente escolar aparece como espaço privilegiado para o desenvolvimento de ações estratégicas que possam melhorar as condições de saúde e do estado nutricional das crianças (SCHMITZ et al., 2008). Durante três meses, foi desenvolvido um projeto com escolares do 1º ao 5º anos do ensino fundamental, com idades entre 5 e 10 anos, em uma escola da rede municipal de ensino em Pato Branco – PR, totalizando 177 escolares. Três atividades em especial foram desenvolvidas para avaliar o conhecimento dos escolares sobre o tema alimentação saudável. O conteúdo de educação nutricional foi administrado a partir de métodos lúdico-educativos. As atividades foram aplicadas separadamente, por turma, adaptadas ao nível escolar das mesmas. A atividade inicial envolveu a introdução da Pirâmide dos Alimentos, a qual contribuiu para a fixação do tema alimentação saudável. A representação gráfica da Pirâmide dos Alimentos deve ser dinâmica e adequada para o grupo ao qual se trabalha (PHILIPPI et al., 1999). Na segunda atividade, 40 alimentos in natura foram expostos em uma mesa com o intuito de observá-los e nomeá-los. Como resultado, 72% de acertos, com prevalência em frutas e grãos, já os cereais integrais e leguminosas foram pouco reconhecidos. As mudanças do comportamento dos indivíduos dependem do seu conhecimento e do acesso à informação (MIRANDA; ISIDORO; NAVARRO, 2007). E por fim, 17 alimentos foram identificados através do tato, olfato ou paladar, com os olhos vendados. Os acertos foram os seguintes: tato: 71,43%; olfato: 70%; paladar: 74,55%. A laranja, melancia, manga e morango obtiveram mais acertos. O projeto constatou uma pequena variedade nos alimentos consumidos pelos escolares, voltando-se mais para o consumo de alimentos regionais e populares. Entretanto houve um aumento no consumo de frutas e hortaliças oferecidas na merenda escolar, o qual pode ter contribuído para a promoção de hábitos alimentares mais saudáveis. Pode-se concluir que a educação nutricional é o caminho para a promoção de uma alimentação saudável e adequada, que promova saúde, tanto na escola como em casa.

Palavras-chave: Educação nutricional; Saúde; Escolares.
