

ESTRATÉGIAS DE EDUCAÇÃO NUTRICIONAL INFLUINDO NAS ESCOLHAS DE ALIMENTOS SAUDÁVEIS DAS CRIANÇAS MATRICULADAS UMA INSTITUIÇÃO FILANTRÓPICA DE MANAUS – AM

Daniela Barboza JESUS¹
Amanda Lima GONÇALVES²
Elisângela Castro de Lira da COSTA²
Dionísia NAGAHAMA³

¹PIBIC/ FAPEAM; ²PIBIC/ CNPq; ³Orientador INPA/CSAS. Fonte financiadora: CNPq
nº 483794/2010-4

INTRODUÇÃO

A educação nutricional é um conjunto de estratégias sistematizadas para impulsionar a cultura e a valorização da alimentação, concebidas no reconhecimento da necessidade de respeitar, mas também de modificar crenças, valores, atitudes, representações, práticas e relações sociais que se estabelecem em torno da alimentação, visando o acesso econômico e social de todo cidadão a uma alimentação quantitativa e qualitativamente adequada, que atenda aos objetivos de saúde, prazer e convívio social (Boog 2010).

Além disso, segundo a educação nutricional pode promover o desenvolvimento da capacidade de compreender práticas e comportamentos, e os conhecimentos, ou as aptidões, resultantes desse processo, contribuindo para a integração das crianças com o meio social (Rodrigues *et al.* 2006). Martins (1997) reforça que a intervenção dentro do ambiente escolar, em um estágio mais precoce, previne doenças, promove uma vida mais saudável e uma sensação de bem estar geral, além disso, envolve a família e a comunidade.

Nos últimos anos, houve um crescimento no número de estudos relacionados à área de educação nutricional, e programas que incentivam práticas alimentares saudáveis no ambiente escolar. Para que todos esses avanços possam se tornar eficazes são necessárias metodologias de ensino que consigam trazer para a realidade do público infantil os objetivos da educação nutricional. (Voos 2009; Boog 2010; Silveira *et al.* 2011).

Desta maneira, dando continuidade aos estudos anteriores sobre educação nutricional a diversos atores envolvidos com as crianças matriculadas em uma Instituição Filantrópica de Manaus - AM e com o intuito de verificar estratégias eficazes para a formação de hábitos saudáveis de alimentação, o presente estudo tem como objetivo comparar diferentes intervenções de educação nutricional avaliando o aproveitamento das crianças em oficinas de educação nutricional como também nas escolhas saudáveis de alimentos.

MATERIAL E MÉTODOS

Este estudo faz parte de um projeto multicêntrico de natureza intervencionista onde são realizadas estratégias educacionais amplas para minimizar a anemia ferropriva em pré-escolares atendidas nas creches públicas. O presente subprojeto é um estudo de intervenção, descritivo, de abordagem quantitativa realizada com em uma instituição filantrópica da cidade de Manaus-AM.

A população estudada foi constituída por crianças de 4 a 6 anos, 102 de uma Instituição Filantrópica de Manaus, em período integral, correspondendo a 66% das crianças matriculadas nesta faixa etária. Para a caracterização da amostra estudada, foram obtidas informações por meio de ficha de matrícula da creche quanto a idade e ao sexo.

O estudo foi desenvolvido com Quatro Grupos distintos, com atividades semanais junto às crianças (Quadro 1), utilizando um programa de educação nutricional com características lúdicas, proporcionando auxílio no desenvolvimento da linguagem e cognição, relacionando teoria e prática na promoção de escolhas positivas na alimentação. Antes das intervenções realizou-se um pré-teste o qual foi comparado com o e teste final, além de exercícios de fixação no termino de cada atividade, executadas no primeiro semestre de 2014.

Na análise descritiva dos dados foram calculadas as proporções utilizando os dados que estão tabulados na planilha de Excel e o software MiniTab Versão 14 e o EpiInfo.

A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética do INPA, sob o número 022/2011.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Participaram do estudo 102 crianças, pareados em sexo e idade, sendo 47% do gênero feminino e 52,9% do gênero masculino, com idade de 4 a 6 anos, com as quais foram desenvolvidas atividades, sobrepostas em grupos distintos, envolvendo o lúdico, a fixação e o sensorial, as quais os pais ou responsáveis consentiram e assinaram o Termo de

Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) para participação dos pré-escolares nas Oficinas. Os grupos foram divididos e pareados por sexo e idade para serem homogêneos (Tabela 1).

Tabela 1. Distribuição de crianças segundo o gênero e idade. Casa da Criança. Manaus-AM, 2014.

Grupos	Gênero Feminino						Gênero Masculino						Total	
	Idade						Idade							
	4 anos		5 anos		6 anos		4 anos		5 anos		6 anos		N	%
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%		
1º Grupo	3	2,94%	7	6,86%	4	3,92%	3	2,94%	4	3,92%	5	4,90%	26	25,40%
2º Grupo	5	4,90%	4	3,92%	5	4,90%	1	0,98%	6	5,88%	4	3,92%	25	24,50%
3º Grupo	5	4,90%	1	0,98%	5	4,90%	2	1,96%	7	6,86%	5	4,90%	25	24,50%
4º Grupo	1	0,98%	5	4,90%	3	2,94%	4	3,92%	7	6,86%	6	5,88%	26	25,40%

Para o Grupo 1, foram executadas atividades explicativas em sala de aula com o tema “Alimentação Saudável e Pirâmide dos Alimentos”, as atividades para os três encontros, se deram através de: apresentação com fantoches, pirâmide dos alimentos com flanelógrafo e dinâmica com cartazes (jogo da memória), respectivamente, as quais explanaram a divisão, como funciona a Pirâmide dos Alimentos, trabalhando com a variedade, equilíbrio e moderação, fortalecendo que devemos ingerir alimentos de diferentes grupos todos os dias. No Grupo 2 realizaram-se atividades audiovisuais sobre educação nutricional, pois a maior parte do tempo no período da tarde as crianças assistem programas infantis. Os vídeos abordados nos encontros foram: Teatro Mágico com “Os Nutri-heróis, da autora Mesquita (2013)” “Você é o que você come” da Secretaria de Estado da Saúde do Paraná e “Educação Nutricional para Crianças”, com duração de, aproximadamente, 7 minutos e 9 minutos, respectivamente. No Grupo 3 realizou-se uma atividade prática (oficina) na cozinha experimental, disponível no momento, onde os alunos foram incentivados a consumirem frutas ou hortaliças, as crianças tiveram a possibilidade de montar um prato saudável de acordo com as amostras oferecidas. O grupo 4, não participou de nenhuma das oficinas anteriormente citadas, sendo o controle com os demais pré-escolares. Foram aplicados exercícios de fixação, realizados entre as 102 crianças. As atividades foram executadas no primeiro semestre de 2014 (totalizando 17 encontros, durante 2 meses, com frequência de 3 vezes na semana), com 3 encontros para cada grupo, com carga horária de 2 hora e 30 minutos.

Quadro 1. Descrição das atividades realizadas na fase de intervenção em pré-escolares. Casa da Criança. Manaus – AM, 2014.

ENCONTRO	ATIVIDADE	OBJETIVO
Grupo 1 - Atividades Explicativas		
1º	Apresentação com fantoches	Abordar o tema: a importância dos alimentos saudáveis.
2º	Pirâmide dos Alimentos com Flanelógrafo	Montagem da Pirâmide dos Alimentos
3º	Jogo da memória com cartazes	Montagem da Pirâmide dos Alimentos e explicação dos alimentos saudáveis.
Grupo 2 - Atividades Audiovisuais		
1º	Teatro Mágico	Apresentação dos personagens dos Nutri-Heróis, da autora Mesquita (2013).
2º	Você é o que você come!	Abordagem do vídeo, com duração de 5 a 7 minutos. Tema: escolha

		dos alimentos saudáveis, produzido pela Secretaria de Estado da Saúde do Paraná.
3º	Educação Nutricional para crianças.	Abordagem do vídeo, com duração de 5 a 7 minutos. Tema: escolha dos alimentos saudáveis, do autor Xavier Alpoim.
Grupo 3 - Atividades Práticas		
1º	Cozinha Experimental: legumes e verduras	Montagem de pratos saudáveis com alimentos disponíveis na creche
2º	Cozinha Experimental: frutas	Montagem de pratos saudáveis com alimentos disponíveis na creche
3º	Cozinha Experimental: legumes e verduras	Montagem de pratos saudáveis com alimentos disponíveis na creche.

Constatou-se que o uso da oficina para ensino de educação nutricional teve resultados muito promissores e possibilitou abordagem de aspectos cognitivos, psicossociais e motores dos envolvidos na prática educativa, houve diferença significativa ($p < 0,0001$) nos grupos, em relação ao pré-teste e pós-teste, o que apresentou melhores resultados foi o 3º grupo, com 95% dos acertos, as quais apresentaram atividades práticas na cozinha experimental sobre alimentação saudável. O incentivo ao consumo de uma alimentação saudável por meio de ferramenta lúdica constituiu-se em processo viável, pertinente e enriquecedor. Salvi e Ceni (2009) ao aplicarem métodos lúdico-pedagógicos em educação nutricional para pré-escolares no Município de Ederim, RS, observaram por meio das atividades desenvolvidas que as crianças estão aptas para receber informações sobre alimentação e nutrição nessa faixa etária. Yokota (2010) realizou um estudo com 181 pré-escolares do Distrito Federal, concluindo que a educação nutricional foi satisfatória, para promover o conhecimento dessas crianças, reforçando o incentivo da realização de processos de intervenções nutricionais. Segundo Rodrigues e Boog (2006) a educação nutricional pode promover o desenvolvimento da capacidade de compreender práticas e comportamentos, e os conhecimentos ou as aptidões resultantes desse processo contribuem para a integração da criança e do adolescente com o meio social.

Tabela 2. Distribuição percentual da media do pré-teste e pós-teste dos grupos com diferentes estratégias educacionais. Casa da Criança. Manaus-AM, 2014.

Grupos	Pré-Teste (Total 12 questões)		Pós-Teste (Total 12 questões)	
	Média de Acertos %	Média de Acertos %	Média de Acertos %	P Valor
1º Grupo N(26)	66%	91%	< 0,0001	
2º Grupo N(25)	73%	94%	< 0,0001	
3º Grupo N(25)	71%	95%	< 0,0001	
4º Grupo Controle N(26)	68%	60%	> 0,005	

CONCLUSÃO

Este estudo mostrou que a estratégia de educação nutricional nas creches apresenta resultados positivos no conhecimento da criança em relação a alimentação saudável, preferências alimentares, de forma agradável e prazerosa

para a criança aprender novos conceitos, e dessa forma influenciar nas suas escolhas alimentares, já que é nesta fase que as crianças estão formando seus hábitos alimentares e que refletirão diretamente na sua saúde. Entretanto para que seja efetivo é necessário que qualquer educação seja aplicada de forma continuada na creche, destacando também a participação da família nestes processos.

REFERÊNCIAS

- Boog, M.C.F. 2010. Programa de educação nutricional em escola de ensino fundamental de zona rural. *Revista Nutrire*, 23(6): 1005-1017.
- Martins, C.; Abreu, S. 1997. *Pirâmide dos Alimentos. Manual do Educador*. Nutroclínica. Paraná: p 83-113.
- Okota, R.T.C.; Vasconcelos, T.F.; Pinheiro, A.R.O.; et al. 2010. Projeto “a escola promovendo hábitos alimentares saudáveis”: comparação de duas estratégias de educação nutricional no Distrito Federal, Brasil. *Revista de Nutrição*, 23(1): 37-47.
- Rodrigues, E.M.; Boog, M.C.F. 2006. Problematização como estratégia de educação nutricional com adolescentes obesos. *Caderno de Saúde Pública*, 22(5): 923-931.
- Silveira, J.A.; Tadei, J.A.; Guerra, P.H.; Nobre, M.R. 2011. A efetividade de intervenções de educação nutricional nas escolas para prevenção e redução do ganho excessivo de peso em crianças e adolescentes: uma revisão sistemática. *Jornal de Pediatria*, 87(5).
- Voos, A.C. 2009. *Atuação do nutricionista no Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) no estado do RS*. Departamento de Medicina Social. Porto Alegre, RS.