

## **IMPLANTANDO OS “DEZ PASSOS DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL” NA EDUCAÇÃO INFANTIL – RELATO DE UMA EXPERIENCIA**

**SANTANA**, Luiza Alves de<sup>1</sup>; **COSTA**, Cláudia Caetano de Oliveira<sup>2</sup>; **BRASIL**, Elisama Barbosa<sup>3</sup>; **GALVÃO**, Marcus Vinícius Alves<sup>4</sup>; **MARTINS**, Aline Mayara Ferreira<sup>5</sup>; **ARAÚJO**, Genystela Medeiros de Araújo<sup>6</sup>; **SILVA**, Hoxanny Hilário<sup>7</sup>; **BENTO**, Juliana de Andrade<sup>8</sup>; **PEREIRA**, Laianna Coelho<sup>9</sup>; **NASCIMENTO**, Sandra Rocha do<sup>10</sup>; **SILVEIRA**, Nusa de Almeida<sup>11</sup>.

**Palavras-chave:** Experiências criativas; educação alimentar; vida saudável; Educação infantil.

### **Base Teórica**

Por meio de ações desenvolvidas no contexto da extensão universitária no âmbito da educação infantil, este trabalho intencionou desenvolver nos educandos hábitos de higiene e educação saudável, orientando-os para que possam vivenciar experiências de aprendizagem que os levam a se alimentarem de forma saudável e por escolhas conscientes.

O trabalho foi executado como parte de um projeto de extensão intitulado: “A educação em saúde e a educação ambiental como estratégias de promoção da saúde do escolar”, cadastrado na PROEC/UFG sob o nº ICB - 84, que inclui a participação professoras e alunos da Musicoterapia, da Pedagogia e das Ciências da Saúde. A equipe executora deste projeto objetivou, por meio da extensão, unir o conhecimento de distintas áreas para elaborar intervenções diferenciadas, considerando a educação infantil como uma área que têm necessidades

---

<sup>1</sup> Acadêmica de Pedagogia/FE/UFG, luiza\_caetano27@hotmail.com

<sup>2</sup> Acadêmica de Musicoterapia/EMAC/UFG, claudiacaetano19@gmail.com

<sup>3</sup> Mestranda de Musicoterapia/EMAC/UFG, elisbrasil26@yahoo.com.br

<sup>4</sup> Acadêmico de Musicoterapia/EMAC/UFG, marcosgalvao25@gmail.com

<sup>5</sup> Acadêmica de Nutrição/PUC-Go; alineamfm@hotmail.com

<sup>6</sup> Acadêmica de Nutrição/PUC-Go; genystela@hotmail.com

<sup>7</sup> Acadêmica de Nutrição/PUC-Go; hoxanny@hotmail.com

<sup>8</sup> Acadêmica de Nutrição/PUC-Go;juandrade@gmail.com

<sup>9</sup> Acadêmica de Nutrição/PUC-Go;coelho\_laianna@hotmail.com

<sup>10</sup> Professora Dr<sup>a</sup> da EMAC/UFG; srochakanda@hotmail.com

<sup>11</sup> Professora Associada ICB/UFG; nusa@icb.ufg.br

específicas e que deve promover a integração entre os aspectos físicos, emocionais, afetivos, cognitivos e sociais da criança.

Realizamos atividades diversificadas (brincadeiras, músicas, desenhos, teatro etc), que estimularam a prática de hábitos alimentares saudáveis, promovendo ações que contemplaram as especificidades da educação infantil, estimulando atitudes que contribuíram para a aprendizagem, criatividade e mudanças de comportamento das crianças em relação a hábitos alimentares e de higiene.

Pensando nos objetivos das ações de extensão, entendemos que a pré-escola é o meio social onde o indivíduo estabelece relações, desenvolve práticas de convivência e hábitos alimentares. Esses hábitos podem se desenvolver numa perspectiva saudável ou não. Isso dependerá das relações estabelecidas entre a criança e o meio social no qual ela está inserida, quer seja o meio escolar, o ambiente doméstico, quanto os locais públicos, meios de comunicação como a televisão e seus programas. Enfim, todos os ambientes que colaboram para o desenvolvimento de hábitos alimentares.

Segundo Mello (2003), os aspectos alimentares e nutricionais têm sido afetados pelas mudanças sofridas nos padrões de vida e nos caracteres socioeconômicos das famílias brasileiras, sendo que os graus de vulnerabilidade das crianças estão relacionados com os recursos materiais e educacionais de suas famílias

O âmbito escolar da educação infantil possui excelentes condições para a promoção da educação alimentar, tanto pela proximidade com o público-alvo quanto por se constituir num espaço de descobrimento de habilidades e competências fundamentais ao crescimento do ser humano, como a autonomia, relacionamento em grupo, capacidade de raciocinar logicamente, decisão, pensamento crítico etc.

Para Danelon & Silva (2006), a escola é o principal lugar para se estimular o desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis. Compreendendo que essa educação alimentar deve ser iniciada na infância, período no qual as crianças são influenciadas a formar hábitos alimentares, a fazer escolhas saudáveis e conscientes, aprendendo que a saúde do corpo depende da forma como nos alimentamos.

## **Objetivos**

Nosso principal objetivo centra-se em apresentar aos alunos o prazer dos alimentos e sabores, educando-os e estimulando-os a uma escolha saudável, que previna doenças, promova saúde e garanta a longevidade. Como objetivos específicos, visamos: estimular a internalização de hábitos alimentares saudáveis e relacionar a má alimentação com a possibilidade de desenvolver doenças; promover a reflexão sobre os alimentos que consumimos no dia a dia, quanto à quantidade e qualidade; proporcionar uma relação mais próxima entre o homem e o alimento por meio de uma atividade musical.

## **Metodologia**

Este trabalho foi realizado com alunos de 3 a 5 anos de idade, do Centro de Educação Infantil Bezerra de Menezes, localizado na Rua Bárbara Marques Chaveiro, Qd 2, Lt. 2/13, no Setor Sonho Dourado, Goiânia, Goiás. Este Centro de Educação Infantil atende o alunado de quatro bairros circunvizinhos

Os alunos foram os atores dessa proposta, participando ativamente de todas as discussões, desenvolvidas espontaneamente, e realizando as atividades propostas pelos educadores. As intervenções partiram de atividades planejadas dentro de temas programados mensalmente. Dentre as atividades, as experiências musicais com o uso de paródias em músicas folclóricas, trazidas pelos monitores musicoterapeutas, favorecia a expressão de mensagens sobre os temas trazidos. Complementando suas aprendizagens, os monitores propunham desenhos, pinturas de figuras e montagem de painéis, que contextualizavam o tema abordado, estimulando os alunos à internalização dos assuntos. No decorrer das atividades, abria-se espaço para a conversação espontânea dos alunos, mediada pelas orientações dos monitores. O fechamento das atividades, através da integração de todos os alunos no pátio, cantando a música que aprenderam sobre alimentação saudável, favoreceu o vivenciar de relações também saudáveis.

## **Resultados e discussões**

Ao realizar a intervenção no CEIBEM avaliamos os educandos por meio das discussões no início e durante a aula, a participação nas atividades de desenho e

pintura, confecção do painel, expressão sonoro-musical, aprendizagem da música, e integração grupal.

Foi percebido pelos integrantes da equipe executora, que após as atividades do tema “*os dez passos para alimentação saudável*,” ocorreram, nos alunos, mudanças de atitudes e concepções em relação à alimentação. Verificamos que em outros encontros muitos alunos continuavam a relembrar sobre o assunto e também a cantarolar as músicas aprendidas, evidenciando uma ampliação da capacidade de escuta sobre os assuntos. Vários alunos, quando nos encontram, falavam: “*não pode comer chocolate todo dia*”, “*tem que comer muita salada e frutas*”. Proporcionar o espaço-tempo para escutá-los favoreceu não somente que eles se expressassem sobre o que entendiam sobre alimentação saudável, mas proporcionou também a construção de falas mais críticas. Ao ouvirmos essas falas, percebemos que houve uma compreensão da atividade proposta pelo projeto, ou seja, estão começando a formar hábitos de alimentação saudável.

Os alunos participaram integralmente nas intervenções, demonstrando retorno ao aprendizado, tornando os resultados satisfatórios e gratificantes. Houve boa aceitação e relacionamento agradável entre os alunos e os monitores, entre esses e os professores da instituição, propiciando a interação colaborativa entre todos os envolvidos.

### **Considerações Finais:**

Sustentados nos pilares estabelecidos por Freire (1996, p. 27), segundo o qual. ensinar não é transferir conhecimento, mas criar possibilidades para a sua própria produção ou construção, a execução das diversas ações foi desenvolvida satisfatoriamente. As atividades desenvolvidas no presente trabalho mostram que “*os dez passos para a alimentação saudável*” proporcionaram benefícios às crianças participantes do projeto, uma vez que estimulou e promoveu a mudança de hábitos relacionados à alimentação de forma ampla, muito bem expressa em suas falas durante e após as atividades.

É importante ressaltar que as situações vividas no ambiente formal, como a produção e distribuição das refeições, na cozinha, no refeitório, a implantação da horta própria, os diferentes momentos de recreação envolvendo leituras, música, arte, e outras atividades em que o aluno esteja envolvido, colaboram para efetivar a

promoção da saúde. É necessário compreender que se a escola tem objetivos pedagógicos específicos, possui também função social e política voltada para a transformação do ser humano, estendendo esse movimento para a vida em sociedade.

Foi observado nessa intervenção educativa o quanto o educador é importante na relação ensino-aprendizagem, evidenciando a importância de um sujeito mediador *nas* e *das* experiências dos educandos, fazendo-os interagir com o conhecimento e consolidar os conceitos e hábitos experienciados na escola.

### **Referências bibliográficas:**

DANELON, M. A. S.; DANELON, M. S.; SILVA, M.V. Serviço de alimentação destinado ao público escolar: análise de convivência do Programa de Alimentação Escolar e das cantinas. *Segurança Alimentar e Nutricional*, Campinas, v. 13, n.1, p. 85-94, 2006.

FREIRE, Paulo. *Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa*. 25ªed, São Paulo: Paz e Terra, 1996.

MELLO, Maura de Sá de. *Nutrição Infantil: Uma receita de saúde*. Porto Alegre, RS: Mediação, 2003.

FONTE DE FINANCIAMENTO – MEC/PROEXT 2010