

Título: ALIMENTOS SAUDÁVEIS: UMA ANÁLISE A PARTIR DO OLHAR DAS CRIANÇAS.

Instituição: UFRGS

Apresentador: LUIZA LAUBERT LA PORTA

Introdução: sabe-se que a obesidade infantil vem se tornando um problema de saúde pública, uma vez que esta é fator de risco para o desenvolvimento de outras doenças crônicas. Estudos revelam que no Brasil a prevalência de excesso de peso variou de 32% a 40% em crianças com idade entre 5 e 9 anos nas Regiões Sudeste, Sul e Centro-Oeste e, de 25% a 30% nas Regiões Norte e Nordeste. De acordo com os resultados da Pesquisa de Orçamento Familiar (POF) de 2008-2009, é nas crianças da faixa etária entre 5 e 9 anos que o sobrepeso cresceu de forma mais acelerada, quando comparadas à todas as outras. O ambiente escolar é considerado um espaço interessante para o desenvolvimento de estilos de vida saudáveis, uma vez que ela propicia fatores positivos como a alimentação oferecida, a atividade física curricular, assim como outras atividades pedagógicas que envolvem o tema da alimentação, atividade física e saúde. A infância é a fase em que hábitos e gostos são aprendidos, portanto é nessa fase em que se devem estimular os bons hábitos. **Objetivo:** o presente relato trata da análise da composição de lancheiras formuladas por alunos do ciclo A10 de duas escolas municipais de Porto Alegre, quanto à presença de alimentos saudáveis e não saudáveis. Estas escolas participam do programa de extensão TriAtiva, que tem como objetivo desenvolver um programa de atividades educativas relacionadas à alimentação saudável e atividade física visando o desenvolvimento de um ambiente favorável à saúde de crianças matriculadas no ensino fundamental de escolas públicas municipais de Porto Alegre /RS. **Métodos:** O Programa foi aprovado pelo comitê de ética da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS). A composição da lancheira foi uma das atividades de intervenção realizada com as crianças com o objetivo de identificar a noção delas sobre alimento saudável e não saudável e estimular a reflexão sobre o tema. O trabalho foi realizado na própria sala de aula por um grupo de acadêmicos de nutrição com a participação de um nutricionista e o professor responsável pela turma. Os materiais utilizados foram recortes de alimentos, cola, tesoura e lápis de cor. Os alunos foram instruídos a montar a sua própria lancheira com alimentos que considerassem saudáveis, através de figuras. **Resultados:** Foram analisadas 45 lancheiras de alunos das Escolas Municipais de Ensino Fundamental de Porto Alegre/RS. Em ambas as escolas, em torno de 75% dos alunos consideraram a fruta como o lanche mais saudável. O iogurte foi o segundo, sendo que aproximadamente metade das crianças o citou como alimento saudável. Também o pão, a pizza e o suco de caixinha apareceram com frequência entre os considerados saudáveis. Observamos que as crianças, em sua elaboração, não distinguem alimentos não saudáveis. **Conclusão:** as crianças apresentam um significado adequado do que consideram um alimento saudável, mas

tem dificuldades em distinguir os alimentos não saudáveis como tal. É necessário que a educação alimentar seja um processo permanente nas atividades curriculares e também com as famílias.