

PERSPECTIVAS DA EDUCAÇÃO NUTRICIONAL NO PROJETO QUERO-QUERO - UFRGS

Coordenador: RICARDO DEMETRIO DE SOUZA PETERSEN

Autor: MARIANA DIHL SCHIFFNER

O projeto Quero-Quero, (Instituto Ayrton Senna e UFRGS), atende 120 crianças com idade de 6 a 14 anos. Atuam no projeto as áreas: Nutrição, Educação Física e Psicologia. A educação nutricional voltada para crianças atua na prevenção de doenças crônicas. As preferências alimentares das crianças são determinantes da sua ingestão e são aprendidas por meio de experiências repetidas no consumo e contato direto com determinados alimentos, além de estarem condicionadas ao contexto social. As atividades das acadêmicas de nutrição envolvem avaliação antropométrica semestral e oficinas de educação nutricional, que promovem a educação para a alimentação saudável e qualidade de vida. As oficinas ocorrem semanalmente, abordando os temas: higiene, água, digestão, função e fonte dos nutrientes, prevenção de doenças e escolhas alimentares saudáveis. A estrutura destas caracteriza-se por momentos teóricos e práticos com atividades lúdicas, possuindo uma boa aceitação por parte das crianças. A avaliação antropométrica apresentou resultados relevantes com relação à prevalência de sobrepeso e obesidade, direcionando as atividades para a alimentação saudável. É necessária a inserção de ações da nutrição no plano educacional de escolares, especialmente pela presença de sobrepeso e obesidade nessa faixa etária, além de ser uma fase onde se consolidam os hábitos alimentares do indivíduo. Essas ações geram resultados positivos na próxima geração de jovens e adultos.