

**INTRODUÇÃO:** A Síndrome Metabólica (SM) é um grupo de distúrbios que inclui obesidade, resistência insulínica, dislipidemia e hipertensão. Está associada com o desenvolvimento subsequente de doença cardiovascular e diabetes tipo 2. A SM até recentemente era considerada rara entre crianças e adolescentes. A SM ocorre em 29,8% na população adulta do Brasil, sendo que esta porcentagem aumenta significativamente com a idade. Naquelas pessoas com baixo peso ao nascer, a sua ocorrência aumenta cerca de duas vezes e meia. A única solução racional é entender que essa epidemia tem início na infância e que o foco de atenção primária deve ser voltado para essa faixa etária, trazendo a informação diretamente à população envolvida com essa faixa etária. **OBJETIVO:** Levar conhecimento de qualidade alimentar à sociedade da importância da prevenção da SM em crianças com peso de nascimento menor que 1500 gramas. **MATERIAIS E MÉTODOS:** Realizar palestras educativas sobre os cuidados a respeito do que se deve ou não oferecer às crianças, visando higiene e uso adequado de nutrientes. Serão 2 grupos, o primeiro de pais de prematuros que acompanham o ambulatório de seguimento do HCPA e o segundo de professores da creche de funcionários do HCPA. Haverá uma coleta do que foi entendido pelos pais e cuidadores por meio de questões imediatamente após as palestras e 1 mês depois. **RESULTADOS:** projeto ainda está em desenvolvimento e sem resultados prévios. **CONCLUSÃO:** os indicadores que fazem um diagnóstico de SM parecem se mostrar alterados já fase pré-escolar das crianças nascidas prematuras. É imprescindível intervir para minimizar problemas de saúde futuros, para isso as palestras estão sendo elaboradas.