

NOME: MONALIZA FERREIRA PINTO

TÍTULO: ESTRATÉGIAS DE REEDUCAÇÃO ALIMENTAR EM ESCOLAS DE UBÁ E REGIÃO

AUTORES: SILVANA RODRIGUES PIRES, MONALIZA FERREIRA PINTO, SILVANA RODRIGUES PIRES MOREIRA, MONALIZA FERREIRA PINTO

AGÊNCIA FINANCIADORA (se houver): PAEx

PALAVRA CHAVE: ESCOLA, FAMÍLIA, ALIMENTAÇÃO, NUTRIÇÃO

RESUMO

Os bons hábitos alimentares são de fundamental importância para a promoção de uma vida saudável. Porém, na sociedade atual, o padrão alimentar é cada vez mais inadequado, com refeições rápidas, e alto consumo de alimentos industrializados, calóricos e ricos em sal e gordura. Outros fatores também exercem influência negativa na busca por qualidade de vida como a falta de atividades físicas e o sedentarismo em geral. Nessa perspectiva, o seguinte trabalho tem o objetivo de promover a reeducação alimentar de pais e crianças de duas escolas públicas, sendo uma no município urbano de Tocantins e a outra no município rural de Ubá. Como medidas introdutórias, foram selecionadas, aleatoriamente, cerca de 100 crianças de 8 a 10 anos e seus pais chamados à participação ativa na pesquisa. Em seguida, foram realizadas medidas do IMC (Índice de Massa Corporal) para diagnosticar o perfil físico das crianças e aplicação de questionários aos pais, visando o conhecimento dos hábitos alimentares de seus filhos. Foi confeccionado ainda um mural educativo, com informações e curiosidades semanais, assim como palestras, acompanhamento de nutricionista e atividades voltadas à prática alimentar saudável. Após três meses de reeducação alimentar, os alunos serão novamente avaliados em suas medidas corporais. Como resultados iniciais, é perceptível uma maior preocupação com os hábitos alimentares na escola rural em relação à urbana. Os dados preliminares das entrevistas, ainda não analisados, indicam que as crianças estão realizando poucas refeições por dia e estas envolvem menor consumo de nutrientes saudáveis, sendo que a principal refeição é realizada na escola. Quanto à obesidade, verifica-se que quase metade das crianças analisadas até o momento estão acima do peso indicado pela OMS. Assim, espera-se contribuir, com a conscientização destas crianças e de suas famílias, através da união da escola e família como agentes promotores de uma melhor qualidade de vida.