

Nutrição

Influência de estratégias lúdico-pedagógicas em educação alimentar e nutricional (EAN) nos hábitos alimentares de crianças de 3 anos de idade matriculadas no Núcleo de Educação da Infância (NEDI) – UFLA

Rayene Cardoso Rodrigues - 8º período de Nutrição, UFLA, bolsista PIBIC/UFLA.

Melissa Guimaraes Silveira Rezende - Professora do Departamento de Nutrição - UFLA. - Orientador(a)

Genaina Sueli Martins - 8º período de Nutrição, UFLA, bolsista PIBIC/UFLA.

Resumo

A fase pré-escolar é caracterizada pelo desenvolvimento infantil, sendo decisiva para formação de hábitos alimentares, que tendem a se solidificar na vida adulta. Metodologias ativas e didáticas de educação alimentar e nutricional (EAN) buscam reforçar os hábitos alimentares saudáveis respeitando a cultura e singularidade de cada indivíduo. Sendo assim, buscou-se avaliar a influência de estratégias lúdico-pedagógicas em EAN nos hábitos alimentares de crianças com 3 anos matriculadas no NEDI na Universidade Federal de Lavras. O estudo, aprovado pelo Comitê de Ética número CAAE: 24929019.7.0000.5148 teve amostra de 27 crianças sendo 15 meninos e 12 meninas, iniciando em janeiro de 2022 e término em dezembro de 2022. Os responsáveis concordaram e assinaram um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e preencheram o questionário validado de frequência alimentar para crianças (QFAC), com questões relacionadas aos hábitos alimentares nessa faixa etária, acompanhadas de um vídeo e explicações escritas para o adequado preenchimento do mesmo. Ao final deste estudo o questionário será reaplicado de forma direcionada às observações descritas pelos pais e pela análise e comparação dos resultados obtidos em ambas as aplicações, com base em estudos já consolidados na literatura. Conforme os resultados do QFAC o consumo de frutas e verduras foi preocupante quando comparado a ultraprocessados: 55,55% das crianças nunca consomem alface e 59,25% destas não ingerem nenhuma fruta por dia; 44,44% consomem laranja 2-4 vezes/semana, enquanto cerca de 25,92% consomem salgadinho de 2 a 4 vezes/semana. Houve diferenças entre os sexos no consumo de danoninho, sendo que 33,33% das meninas consomem de 2-4 vezes/semana, enquanto 40% dos meninos nunca consomem. Realizou-se atividades de EAN com o tema de frutas, verduras, legumes, leites, derivados e alimentos processados de maior consumo segundo o QFAC, a fim de despertar os sentidos (tato, olfato, paladar e audição) característicos do desenvolvimento infantil. Algumas oficinas continham alimentos para degustação, e imediatamente ao ato de comer analisou-se algumas preferências alimentares. Até o momento, confirmou-se a necessidade de trabalhar EAN nessa idade na busca pela consolidação de hábitos alimentares saudáveis, estendendo essas informações aos pais por meio de materiais educativos para casa. Após a reaplicação do QFAC será possível analisar o impacto das oficinas de EAN nas melhores escolhas alimentares desses pré-escolares.

Palavras-Chave: Preferências alimentares, Pré-Escolares, Alimentação infantil.

Instituição de Fomento: Universidade Federal de Lavras

Link do pitch: <https://youtu.be/luM7fns88WM>