

Nutrição

## **AVALIAÇÃO DAS PRÁTICAS ALIMENTARES E DA COMENSALIDADE DE ESCOLARES COMO BASE PARA O DESENVOLVIMENTO DE AÇÕES DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL**

Laura Aparecida Carvalho Fonseca - graduanda do 7º módulo do Departamento de Nutrição, UFLA, bolsista PIBIC/CNPq, laura.fonseca2@estudante.ufla.br

Lívia da Silva Castiliano - graduanda do 6º módulo do Departamento de Nutrição, UFLA, bolsista FAPEMIG, livia.castiliano@estudante.ufla.br

Amanda Esther Leite - mestranda do Programa de Pós Graduação em Nutrição e Saúde, UFLA, bolsista Capes, amanda.leite4@estudante.ufla.br

Lívia Costa de Oliveira - mestranda do Programa de Pós Graduação em Nutrição e Saúde, UFLA, bolsista Capes, livia.oliveira13@estudante.ufla.br

Rafaela Corrêa Pereira - coorientadora, DCA/IFMG - Bambuí, rafaela.correa@ifmg.edu.br

Michel Cardoso de Angelis-Pereira - orientador, DNU, UFLA, deangelis@ufla.br - Orientador(a)

### **Resumo**

As práticas alimentares e nutricionais são um grande desafio para a saúde pública atual. Os padrões alimentares da nova geração vem sendo diferenciados tanto pela questão da tecnologia quanto sobre o contexto de vida dos pais. Observa-se que as crianças estão se distanciando em meio ao mundo digital, o que impacta diversos aspectos de sua vida, incluindo a convivência familiar e a harmonia na hora de preparar e compartilhar as refeições. Este estudo teve como objetivo analisar, de maneira descritiva e quantitativa, as práticas alimentares de crianças. Para tanto, foi realizada uma análise exploratória, utilizando a frequência absoluta e relativa das respostas dadas em um questionário validado sobre conhecimentos e práticas alimentares. O público-alvo consistiu em 45 crianças de 8 a 11 anos, matriculadas na rede pública de ensino de Lavras-MG, que foram inicialmente recrutadas para se obter diagnóstico do grau de conhecimento sobre sustentabilidade e que posteriormente receberão ações de EAN por meio de estratégias pedagógicas intuitivas e problematizadoras. Os hábitos com diferentes graus de dispersão entre os participantes tiveram frequência variável, sendo elas: ajudar os pais e/ou responsáveis a fazer compras de frutas e verduras; ajudar os pais e/ou responsáveis a preparar alimentos; ajudar os pais e/ou responsáveis a cozinhar; e comer a comida da escola. Dentre os hábitos pouco presentes na maioria dos participantes destacou-se, negativamente, o de ler receitas (57.7%) e, positivamente, o de comer rápido (44.4%). Por outro lado, o hábito relatado pela maioria dos participantes foi o de assistir TV, ou usar o celular/tablet/computador durante as refeições (51.1 %). Esses resultados indicam que as práticas alimentares dos escolares bem como a comensalidade tem aspectos negativos que estão em desacordo com as práticas recomendadas pelo Guia Alimentar para a População Brasileira. Desse modo, conclui-se que são necessárias ações na área de EAN que abordem as práticas alimentares de forma qualitativa e quantitativa, para que os sujeitos tenham mais criticidade quanto ao seu consumo, não só em relação ao que se come mas, sobretudo, sobre como se come. Essas escolhas devem beneficiar tanto o sujeito de forma individual quanto a sociedade, contribuindo para um impacto positivo nas futuras gerações.

Palavras-Chave: comportamento alimentar, comensalidade, escolares.

Instituição de Fomento: CNPq e FAPEMIG

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