

Nutrição

Caracterização de Práticas Alimentares com Foco em Sustentabilidade de Escolares em uma Instituição Pública de Ensino

Livia da Silva Castiliano - 6º módulo de Nutrição, UFLA, bolsista PIBIC/Fapemig

Laura Aparecida Carvalho Fonseca - 7º módulo de Nutrição, UFLA, bolsista PIBIC/CNPq

Amanda Esther Leite - Mestranda do Programa de Pós-Graduação em Nutrição e Saúde, UFLA, bolsista Capes

Lívia Costa de Oliveira - Mestranda do Programa de Pós-Graduação em Nutrição e Saúde, UFLA, bolsista Capes

Rafaela Côrrea Pereira - Coorientadora, DCA, IFMG - Campus Bambuí.

Michel Cardoso de Angelis Pereira - Orientador, DNU, UFLA. - Orientador(a)

Resumo

A sustentabilidade é essencial para garantir um futuro saudável e equilibrado, a fim de minimizar os impactos ambientais, sendo os sistemas alimentares, imprescindíveis nesse contexto. Compreender os hábitos alimentares de crianças é ponto crucial, para diagnosticar e planejar ações de Educação Alimentar e Nutricional (EAN), principalmente quando for relacionada com sustentabilidade. Este projeto visa caracterizar o perfil das práticas alimentares de crianças de uma instituição pública de ensino em Lavras-MG, com o intuito de desenvolver estratégias de EAN que integrem conceitos de saúde e meio ambiente. Utilizou-se o Questionário de Conhecimentos e Práticas Alimentares (QCPA), aplicado em uma escola municipal, com amostra final de 45 crianças. Para a avaliação das práticas alimentares foi utilizada uma escala para cada pergunta, que variava de quase sempre a quase nunca. A análise revelou que os participantes relataram alta frequência no consumo de leguminosas (91,2%), carnes brancas (66,7%), frutas (75%), saladas (73,3%), legumes (57,8%) e água (93,4%), enquanto o consumo de leite puro foi baixo (24,4%). Observou-se também baixa ingestão de fast foods (15,5%) e doces (28,9%), mas alto consumo de suco em pó e refrigerantes (55,6%). A maioria dos participantes relatou não adicionar sal à comida pronta (6,7%). Tendo em vista os aspectos observados, os participantes apresentaram boas práticas alimentares. Por conseguinte, recomenda-se a implementação de ações de EAN a fim de promover a conscientização sobre o consumo de carnes, agrotóxicos e alimentos ultraprocessados, contribuindo assim para práticas mais saudáveis e sustentáveis.

Palavras-Chave: sustentabilidade, práticas alimentares, educação alimentar e nutricional.

Instituição de Fomento: CNPQ e Fapemig

Link do pitch: <https://youtu.be/xw7UE5qIQGo>