

Relato de experiência sobre a construção de cartazes educativos para a promoção da alimentação saudável de crianças

Daniela Chagas Martins¹
Caroline Reis da Silva²
Orientador(a): Prof^ª Roberta Dalle Molle³

Resumo: Introdução: O Guia Alimentar para a População Brasileira, publicado em sua segunda edição em 2014, apresenta um conjunto de informações e recomendações sobre alimentação adequada e saudável que objetiva promover a saúde da população brasileira. Seu conteúdo apresenta-se como instrumento de apoio relevante às ações de educação alimentar e nutricional tanto no Sistema Único de Saúde (SUS) como em outros setores. Portanto, cabe aos profissionais de saúde utilizar o conteúdo desse Guia como base para o desenvolvimento de ações educativas, adequando a atividade proposta à faixa etária e à capacidade cognitiva da população alvo. Objetivo: Relatar como foi desenvolvido material de educação nutricional, baseado em informações contidas no Guia Alimentar para a População Brasileira, para ser utilizado com grupos de crianças. Metodologia: relato de experiência sobre a construção de cartazes educativos realizada na disciplina de Nutrição em Saúde do curso de Enfermagem. Resultados e conclusão: O cartaz foi desenvolvido com base nas informações nutricionais contidas no Guia Alimentar da População Brasileira, objetivando passar a informação de forma lúdica, visto que o público alvo eram crianças. Então, o grupo decidiu trabalhar exemplos de alimentos saudáveis dos diferentes grupos alimentares, relacionando os alimentos com os superpoderes de personagens de desenhos conhecidos pelas crianças. O cartaz foi construído de forma que a atividade possa ser interativa, ou seja, perguntas sobre os personagens infantis podem ser feitas às crianças e as respostas ficam escondidas por trás de janelas, sendo cada janela alusiva a um personagem. Por exemplo, na janela do Super-Homem está a pergunta: “O que o Super-Homem come para ter super-força?” e ao abrir a janela encontram-se exemplos de alimentos construtivos, ou seja, alimentos fontes de proteínas de alto valor biológico. Outro exemplo, na janela do Flash aparece a pergunta: “O que o Flash come para ser tão rápido?” e dentro da janela estão exemplos de alimentos fontes de carboidrato que tem como principal função fornecer energia. Acredita-se que dessa forma, pode-se instigar a curiosidade das crianças para descobrir o que os personagens comem para ter superpoderes e trabalhar a promoção de uma alimentação saudável baseando-se em exemplos do mundo infantil. Até o momento, foi desenvolvido o material para executar a oficina, mas, futuramente, pretende-se testar esse material com grupos de crianças em ações de educação em saúde.

Palavras-chave: Educação em saúde; Criança; Nutrição.

¹ Graduanda do curso de Enfermagem, Cesuca- Faculdade Inedi. E-mail: danielle_martinsk@hotmail.com.

² Graduanda do curso de Enfermagem, Cesuca- Faculdade Inedi. E-mail: carolinereisdasilva4@hotmail.com.

³ Docente do curso de Nutrição, Cesuca- Faculdade Inedi. E-mail: roberta.molle@cesuca.edu.br.