

COMENDO E APRENDENDO: ATIVIDADE NA FEIRA LIVRE

AUTORES

Keila Pereira de Oliveira Silva
Tayná Cristina Cavalheiro Furiato

EIXO TEMÁTICO

Saúde Nutricional e Metabólica

INSTITUIÇÃO

Centro de Estudos e Pesquisas Dr. João Amorim (CEJAM),
UBS Jardim Valquíria, São Paulo, Brasil

INTRODUÇÃO

Segundo o Ministério da Saúde, a educação alimentar e nutricional devem apoiar pessoas, famílias e comunidades para que adotem práticas alimentares mais saudáveis, auxiliando para o fortalecimento na busca de habilidades para tomar decisões e transformar a realidade. Nos últimos anos houve o aumento do consumo de alimentos ultraprocessados e conseqüentemente, esses alimentos sendo introduzidos também precocemente na alimentação das crianças, diminuindo assim o consumo de alimentos in natura principalmente de frutas, verduras e legumes, aumentando os fatores de riscos para doenças crônicas não transmissíveis, desnutrição de micronutrientes, associados aos prejuízos da primeira infância em seu desenvolvimento cognitivo, de linguagem, articulação da fala e no desenvolvimento adequado das funções orais.

OBJETIVO

Promover a educação nutricional na prática para apresentação de alimentos in natura, através da visita no equipamento de saúde, a Feira Livre do bairro, a fim de integrar e construir hábitos alimentares mais saudáveis e desenvolver o aprendizado, por meio da autonomia das crianças e familiares.

MÉTODO

Esta experiência exitosa foi desenvolvida na UBS Jardim Valquíria, localizada no subdistrito do Capão Redondo, na cidade de São Paulo.

Realizado uma visita a Feira Livre, no bairro da UBS Jardim Valquíria, com as crianças na faixa etária de 7 a 11 anos que são acompanhadas no grupo Comendo e Aprendendo, projeto que iniciou em 2017, com periodicidade quinzenal.

Com a participação também dos responsáveis e familiares das crianças, além da nutricionista e fonoaudióloga da equipe multiprofissional da UBS.

As práticas de educação nutricional e estimulação cognitiva foram baseadas na demonstração dos alimentos in natura, principalmente frutas, verduras e legumes, orientação sobre os seus nutrientes e benefícios à saúde e construção da lista de compras e simulação do pagamento através de cálculos matemáticos.



CONCLUSÃO

A estratégia de educação nutricional no equipamento de saúde, a Feira Livre do bairro, foi útil como ferramenta de educação nutricional, construção de autonomia em escolhas mais saudáveis para as crianças e famílias e no processo de desenvolvimento da aprendizagem e treino das habilidades de leitura, escrita e cálculos matemáticos.

Notou-se também a importância da articulação entre os equipamentos de saúde, possibilitando a inclusão dos pacientes e comunidade, favorecendo o comércio local e fortalecendo a segurança alimentar.