

# EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL PARA PAIS E RESPONSÁVEIS DE CRIANÇAS EM IDADE ESCOLAR

ALICE RODRIGUES<sup>1</sup>; CAMILA SANTOS<sup>1</sup>; DANIELLE VIEIRA<sup>1</sup>; KAUÃ CARNEIRO<sup>1</sup>; MAIRA YAMATO<sup>1</sup>; TALISSA VIEIRA<sup>1</sup>

ETEC Dr. Celso Giglio<sup>1</sup> E-mails: [alimilia.kadani@gmail.com](mailto:alimilia.kadani@gmail.com) ; [maira.yamato@etec.sp.gov.br](mailto:maira.yamato@etec.sp.gov.br) ; [talissa.vieira@etec.sp.gov.br](mailto:talissa.vieira@etec.sp.gov.br)

## Introdução

Grande parte das crianças em idade escolar (7 a 10 anos) não sabem e/ou não conhecem os legumes, justamente pela falta de informação daqueles que convivem com elas (PINTO, 2017).



Figura 1 – Legumes

Logo, é importante reforçar o papel dos pais/responsáveis sobre como o consumo de legumes, frutas e hortaliças é necessário para o bom desenvolvimento da criança, e como o ambiente familiar pode interferir nos hábitos alimentares nesta faixa etária (MELO *et al.*, 2017).

## Justificativa

- A educação nutricional introduzida desde a infância permite que a criança desenvolva bons hábitos alimentares, tendo consciência de como a alimentação é fundamental para a saúde e o bem social.
- O e-book trará conhecimento aos pais sobre os benefícios dos legumes em geral, que poderão ensinar aos seus filhos, contribuindo para uma sociedade mais saudável.

## Objetivo

Realizar a educação alimentar nutricional direcionada aos responsáveis das crianças em idade escolar (7 a 10 anos), com a elaboração de um e-book contendo receitas, informações e ilustrações sobre nutrientes, dicas de compra, higienização e armazenamento adequado dos legumes.

## Metodologia

Identificar a questão de pesquisa

Identificar os estudos relevantes

Selecionar e estabelecer os critérios dos estudos que serão utilizados

Agrupar e sintetizar o conteúdo e imagens

Elaborar as preparações com base no conteúdo estudado

Elaborar e diagramar o e-book



E-book finalizado

## Resultados esperados

Obter a compreensão e autonomia dos pais para que possam melhorar as escolhas dos alimentos e assim, oferecer uma melhor qualidade nutricional aos seus filhos.

## Referências Bibliográficas

PINTO, Luísa Pereira. **Conhecimento dos Pais sobre alimentação infantil: relação com as características sociodemográficas e estado nutricional da criança.** 2017. 143 f. Tese de Doutorado (Enfermagem de Saúde Infantil e Pediatria). Instituto Politécnico de Viseu, 2017.

MELO, Karen Muniz et al. Influência do comportamento dos pais durante a refeição e no excesso de peso na infância. **Escola Anna Nery Revista de Enfermagem**, v. 21, n. 4, p. 1-6, 2017.

## Agradecimentos