

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

ALICE RODRIGUES¹; CAMILA SANTOS¹; DANIELLE VIEIRA¹; KAUÃ CARNEIRO¹; MAIRA YAMATO¹; TALISSA VIEIRA¹

ETEC Dr. Celso Giglio¹ E-mails: alimilia.kadani@gmail.com ; maira.yamato@etec.sp.gov.br ; 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