

Área Temática: Educação

Peixe em sua mesa: conscientizando e promovendo a alimentação saudável através de práticas educativas de consumo do pescado em uma escola pública do município de Sossego-PB

Daiane Aparecida do Nascimento Almeida ¹, Iara Camila Alves Macedo ¹, Rogério Emerson Pereira Macedo ¹, Marisa de Oliveira Apolinario ²

O pescado é considerado um dos alimentos mais indicados para a alimentação escolar, pois tem excelentes propriedades nutricionais, sendo uma das principais fontes de proteína de origem animal. A inclusão do peixe na alimentação tem a finalidade de estimular hábitos alimentares saudáveis, conscientizar e promover a educação alimentar dos estudantes. O projeto foi realizado em uma turma do 8^a ano e em outra da 1^a série do ensino médio da escola José Vitorino de Medeiros, no município de Sossego-PB. Em um primeiro momento houve a aplicação de um questionário pré-avaliativo buscando identificar o conhecimento dos alunos sobre educação alimentar, em seguida foi apresentado o projeto para as turmas e professores, logo após foi dada continuidade com atividades lúdicas (construção de pirâmides alimentares, maquetes, participação na semana pedagógica da escola, degustação de produtos feitos à base de pescado e gincana), após a realização das atividades foi realizado um questionário pós-avaliativo das ações desenvolvidas. As atividades foram divulgadas no *blog* educativo produzido pelos alunos participantes do projeto. Os resultados alcançados foram satisfatórios, pois os alunos atingiram as metas esperadas para o bom desenvolvimento do projeto, com um bom nível de conhecimento das práticas alimentares saudáveis, compartilhando os resultados com a comunidade a qual estão inseridos sobre a importância da inclusão do pescado na alimentação. Levando-se em conta o que foi observado no decorrer dos encontros foi possível concluir que o projeto teve um importante significado na vida dos alunos, onde estes se tornaram conscientes sobre a importância do consumo do pescado.

Palavras-chave: Educação alimentar, Pescado, *Blog* educativo, Prática alimentar

¹ aluna do curso de Licenciatura em Ciências Biológicas/CES, bolsista, dayanealmeida15@hotmail.com; aluna do curso de Licenciatura em Ciências Biológicas/CES, bolsista, iaracamila335@gmail.com; aluno do curso de Licenciatura em Ciências Biológicas/CES, voluntário, macedorogério96@gmail.com;

² Coordenadora do projeto, marisapoli@ufcg.edu.br