

Área Temática: Saúde

EDUCAÇÃO EM SAÚDE: A IMPORTÂNCIA DE SE FALAR SOBRE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NO AMBIENTE ESCOLAR

Ronaldo Fernandes Gonçalves¹

Ana Cecília Gondim Freire e Souza²

Emille Medeiros Araújo Teles³

Vitória Maria José da Silva⁴

Rafaela Rolim de Oliveira⁵

Luciana Moura de Assis⁶

A alimentação saudável é um fator de grande relevância na prevenção de doenças crônicas, principalmente em crianças e adolescentes. Este trabalho objetiva descrever a vivência de participantes do projeto de extensão intitulado “Educação em saúde: Prevenir é melhor que remediar”, na temática importância da alimentação saudável, durante a vigência de 2019. As atividades foram desenvolvidas no período de maio a dezembro, por alunos do Curso de Enfermagem e Medicina do CFP/UFCG em escolas municipais de ensino de Cajazeiras-PB, localizadas na zona urbana e rural. As intervenções foram realizadas com as turmas do terceiro ao sétimo ano em ambas escolas, onde buscou-se esclarecer sobre os benefícios de uma alimentação saudável para a nossa saúde através de métodos ativos de aprendizagem com uso de cartazes, exibição de vídeo explicativo, mapa conceitual construído com auxílio dos alunos, um jogo de caça-palavras gigante, além de exposição oral com diálogo sobre a temática. Durante as ações, os alunos demonstraram interesse pela temática, participaram ativamente, conseguiram compreender a importância da alimentação saudável para nossa saúde; além disso, esse projeto contribuiu na formação acadêmica dos extensionistas, no desenvolvimento de habilidades e competências dos envolvidos, apresentando um *feedback* bastante positivo. Percebe-se que através de atividades educativas no ambiente escolar, utilizando a alimentação como ferramenta na promoção da saúde, se constitui em uma importante forma de mudança de conceitos e assim propiciar alterações em vários aspectos da saúde e da sociedade.

Palavras-chave: Crianças e adolescentes, Educação em saúde, Escola.

¹ Discente do curso de Enfermagem, bolsista, goncalvesfernandes4@gmail.com; ² Discente do curso de Enfermagem, voluntária, cecilia-26-02@hotmail.com; ³ Discente do curso de Enfermagem, voluntária, emymat6@gmail.com; ⁴ Discente do curso de Enfermagem, voluntária, valentina-mare9@hotmail.com; ⁵ Professora substituta da UFCG/CFP, colaboradora, raphaellacz@hotmail.com; ⁶ Docente da UFCG/CFP Campus Cajazeiras-PB, Coordenadora, lu_moura_2002@yahoo.com.br.