

## O PAPEL DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR PARA A PROMOÇÃO DA SAÚDE: PROGRAMA 5 AO DIA

Eliane da Graca Varela Vaz <sup>1</sup>, Maria do Socorro Moura Rofino <sup>2</sup>

### RESUMO

O projeto tem como escopo, colaborar e potencializar a discussão do tema alimentação saudável nas escolas públicas municipais do Maciço de Baturité. O Público alvo do projeto são alunos do 9ºano de escolas de Acarape, Barreira, Baturité e Redenção, e merendeiras responsáveis pela manipulação de alimentos nas escolas. O programa "5 ao dia" tem como objetivo promover o consumo diário de no mínimo cinco porções de frutas, legumes e verduras, com a finalidade de prevenir diversas doenças crônicas associadas a má alimentação. A metodologia adotada para a realização do curso, busca processos participativos e integradores, possibilitando novas percepções e aprendizados sobre alimentação saudável. No primeiro momento foi realizada uma reunião para a apresentação do projeto nas secretarias municipais, junto aos gestores e responsáveis pela alimentação escolar, além da apresentação do projeto identificou-se o cardápio fornecido nas escolas, com o objetivo de planejar as ações. A partir das informações coletadas está sendo realizado o planejamento das ações de abordagem coletiva nas escolas, definindo a execução das oficinas sobre o programa de Alimentação Saudável "5 ao dia". Foram realizadas as primeiras oficinas com os alunos das turmas do 9ºAno das escolas parceiras do projeto. Nessas oficinas foram distribuídas fichas de consumo alimentar diário, com o intuito de identificar como é a alimentação de cada aluno ao longo do dia. Realizou-se também, um seminário com o tema alimentação saudável abordando a importância de uma alimentação equilibrada e, por último, aplicou-se, jogos educativos com as frutas e hortaliças com a finalidade dos alunos identificarem através do aroma, tato e sabor. Por consequência, o projeto em tela elenca ações educativas, adotando o Programa "5 ao dia" como uma das estratégias de alimentação e nutrição.

### Palavras-chave:

Alimentação Escolar. Nutrição. Saúde.

---

<sup>1</sup> UNILAB, IDR, Discente, e-mail: elianevezkiss@hotmail.com

<sup>2</sup> UNILAB, IDR, Docente, e-mail: marisrufino@unilab.edu.br