ESTRATÉGIAS INCENTIVADORAS DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E DAS BOAS PRÁTICAS DE HIGIENE NO ENSINO FUNDAMENTAL

Maria Wélida Eufrásio Estêvão[1]
Vivian Santos Silva[2]
Guilherme Dérson Barbosa Da Silva[3]
Márcia Barbosa De Sousa[4]

RESUMO

Este trabalho disserta sobre estratégias elaboradas para uma oficina educativa incentivadora das boas práticas de higiene e alimentação saudável. Como objetivos tem-se: colaborar com a interpretação dos rótulos alimentícios, dialogar sobre melhores escolhas alimentares e estimular o entendimento da importância da higienização correta das mãos. A realização da oficina ocorreu através de uma pesquisa inicial de campo e aplicação de questionário visando entender os conhecimentos prévios sobre o assunto. O questionário foi aplicado em uma turma de 7° ano de uma escola localizada em Aratuba no Maciço de Baturité. Para desenvolvimento da oficina foram aplicadas diferentes atividades: análise de embalagens e rótulos alimentícios; exposição de placas de petri exemplificando a contaminação bacteriana de diferentes superfícies como as mãos e maçanetas; dinâmica sobre a higiene das mãos. Após a dinâmica, foi explicado o modo correto da higienização das mãos com álcool em gel. Para concluir a ação educativa foi aplicada uma atividade avaliativa na qual os alunos descreveram suas considerações e aprendizados referentes às ações desenvolvidas. A partir da análise dos relatos escritos, constatou-se que os objetivos propostos foram plenamente atingidos, de modo que os alunos conseguiram perceber a importância da alimentação saudável e das boas práticas de higiene como formas de manutenção da saúde. Ademais, perceberam a importância do entendimento sobre as informações contidas nas embalagens e rótulos alimentícios de modo a refinar sua consciência em relação à segurança alimentar. Por fim, foi servida uma salada de frutas como incentivo a alimentação saudável e distribuição de folders sobre os assuntos abordados. Diante das atividades realizadas, é notável a relevância de serem trabalhadas às temáticas voltadas à segurança alimentar e nutricional, tendo em vista a possibilidade de complementar o que é visto nas aulas de Ciências e enriquecer as experiências e vivências dos alunos participantes.

Palavras-chave: alimentação saudável; higiene; rótulos alimentícios.

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de Ciências Exatas e da Natureza, Discente, welidaestevao@aluno.unilab.edu.br[1]
Centro Universitário Leonardo da Vinci, Bacharelado em Nutrição, Discente, viiviansantos14@gmail.com[2]
Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de Ciências Exatas e da Natureza, Discente, guilhermederson@aluno.unilab.edu.br[3]
Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de Ciências Exatas e da Natureza, Docente, marcia_bsousa@unilab.edu.br[4]

ISSN: 2447-6161