

10 DE NOVEMBRO DE 2023

OFICINAS PEDAGÓGICAS SOBRE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL PARA ALUNOS DA EDUCAÇÃO BÁSICA

Camila Agnes da Silva, Caroline Antunes Pereira, Andréia de Freitas Zômpero

Área Temática: Educação

Instituição de Ensino: Universidade Estadual de Londrina – UEL

E-mail para contato: camilaagnes.silva@uel.br

*Trabalho vinculado ao Projeto Projeto: 00554 - Programa Residência
Pedagógica Ciências Biológicas*

Resumo:

Introdução: Este estudo apresenta um incentivo à alimentação saudável entre alunos do ensino fundamental e médio por meio da implementação de oficinas práticas e destaca a importância de metodologias ativas no ensino; **Objetivos:** Compreendemos um crescente aumento de doenças crônicas atreladas ao consumo de alimentos ultraprocessados e má nutrição. Essa pesquisa se concentrou na criação de oficinas interativas nos anos finais do Ensino Fundamental e Ensino Médio com objetivo de promover a conscientização sobre hábitos alimentares saudáveis desde a infância e riscos de uma má alimentação; **Metodologia:** Elas foram desenvolvidas fora do horário de aula. Além disso, com princípios de aprendizado ativo e envolvendo atividades práticas, como a montagem de panfletos com os alimentos mais consumidos por eles, montagem de pirâmide alimentar, discussões sobre hábitos alimentares e quantificação de açúcar nos alimentos industrializados. Foi aplicada em três encontros no Colégio Estadual Barão do Rio Branco (Londrina- PR), e envolveu a participação voluntária de 35 alunos. **Resultados:** Os resultados indicam um aprofundamento no conhecimento das crianças sobre alimentos saudáveis e a importância de manter uma alimentação equilibrada para viverem bem. Além disso, foi possível observar um alto interesse dos alunos a comparecer e participar das atividades propostas. A abordagem interativa e prática mostrou-se eficaz na capacitação das crianças para tomar decisões alimentares e, assim, contribuir para um futuro mais saudável. **Considerações finais:** A implementação de oficinas semelhantes em escolas pode ser uma ferramenta valiosa na luta contra os problemas de saúde relacionados à dieta em nossa sociedade e incentivar alunos em papéis ativos na escola.

Palavras-chave: Oficinas; saúde; alimentação; obesidade; diabetes; alimentos ultraprocessados.