



CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM GESTÃO PÚBLICA DE ORGANIZAÇÃO DE SAÚDE

EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL EM EDUCAÇÃO INFANTIL NA PREVENÇÃO DA OBESIDADE

CAMILA GRUPPI ALBERTONI

ORIENTADOR: PROF. DR. MAXIMILIANO GUERRA

1) INTRODUÇÃO

Observa-se que a obesidade tornou-se um problema de saúde pública importante e alarmante. As consequências da obesidade na infância abrangem dificuldades psicossociais como a discriminação, depressão e autoimagem negativa, além de muitas crianças com obesidade terem mais fatores de risco cardiovasculares, como hiperlipidemia, hipertensão ou hiperinsulinemia (MAHAN et al., 2012).

O objetivo deste projeto de intervenção é desenvolver atividades de Educação Alimentar e Nutricional – EAN nas escolas municipais de Juiz de Fora, voltadas para a prevenção da obesidade na infância.

A obesidade é considerada uma desordem da composição corporal caracterizada por excesso de massa gorda, levando a um aumento de peso devido ao acúmulo da gordura no tecido adiposo. De etiologia multifatorial, que envolve aspectos genéticos, metabólicos, nutricionais, socioeconômicos, culturais, psicológicos e hábitos de vida, o evento final é a ingestão calórica superior ao gasto energético, levando à obesidade (NERI et al., 2017).



A EAN é um processo que busca auxiliar na adoção de hábitos alimentares saudáveis, com foco em alterações do comportamento alimentar e na ampliação dos conhecimentos em relação à nutrição, a fim de prevenir doenças e proporcionar bem-estar. É um processo dinâmico e contínuo na promoção da saúde. Atua com ênfase em hábitos alimentares adequados e saudáveis (TRECCO et al., 2016). Os hábitos alimentares inadequados têm desencadeado nas crianças doenças associadas à má alimentação como a obesidade e carências nutricionais. Segundo Silva et al. (2007), modificações no padrão alimentar desde a infância são imprescindíveis para prevenir doenças e melhorar a qualidade de vida na fase adulta e senil.

Uma solução para tentar reverter esta situação é a implantação de atividades de educação nutricional nas escolas, por possibilitar às crianças a obtenção de conhecimentos básicos sobre alimentação e nutrição e incentivá-las na responsabilidade de um comportamento alimentar, condizente com a saúde.

Segundo dados do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE, 2017), o município de Juiz de Fora conta com 7.130 crianças, de 4 (quatro) a 6 (seis) anos de idade, matriculadas nas escolas públicas da rede municipal.

2) JUSTIFICATIVA

Devido ao crescente número de crianças com sobrepeso e obesidade em fase de educação infantil, percebeu-se a necessidade de se propor um trabalho que crie possibilidades de desenvolver hábitos alimentares saudáveis nas crianças, contribuindo para o desenvolvimento da autonomia, estimulando o aprendizado de hábitos nutricionais adequados, respeitando as crenças e significados representados na alimentação de cada educando.

O município de Juiz de Fora ainda não possui um programa de Educação Alimentar e Nutricional e também não possui dados sobre o número de crianças com



sobrepeso e obesidade matriculadas em escolas municipais de educação infantil. Por este motivo, a sua implantação é de grande importância para o município fortalecer as políticas de segurança alimentar.

3) OBJETIVO GERAL

- Desenvolver um trabalho de educação alimentar e nutricional, junto às crianças matriculadas na rede municipal de ensino, das escolas públicas do município de Juiz de Fora, de 04 (quatro) a 06 (seis) anos de idade. .

4) OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Estimular o contato com a alimentação saudável em fase precoce da vida;
- Identificar crianças com sobrepeso e obesidade;
- Avaliar o estado nutricional das crianças.

5) FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A obesidade pode ser definida como uma enfermidade crônica, que se caracteriza pelo acúmulo excessivo de gordura a um nível que a saúde será comprometida. Trata-se de uma doença multifatorial, além dos fatores nutricionais, dos aspectos genéticos, metabólicos, psicossociais e culturais que atuam na origem e manutenção da obesidade (CUPPARI, 2005).



A obesidade infantil pode levar a possíveis consequências na saúde do adulto, e também aumenta o risco à saúde na infância, progressivamente com o ganho de peso. As principais complicações da obesidade na infância são ortopédicas, apneia do sono, hiperlipidemia, diabetes melito tipo 2 e hipertensão arterial, entre outras (GIBNEY et al., 2007).

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2000), a obesidade é apontada como um dos maiores problemas de saúde pública do mundo, e o número de crianças com sobrepeso e obesidade no mundo poderá chegar a 75 milhões, caso nada seja feito. Segundos dados do Instituto Brasileiro de Estatística (IBGE), a obesidade no Brasil vem crescendo cada vez mais. Alguns levantamentos apontam que mais de 50% da população está acima do peso, ou seja, na faixa de sobrepeso e obesidade, e entre as crianças a obesidade está em torno de 15% (IBGE, 2008).

A educação alimentar e nutricional é um dos caminhos para a promoção da saúde, conscientizando sobre a importância de uma alimentação adequada, para um desenvolvimento saudável, contribuindo assim para uma estratégia de vital importância para o enfrentamento dos problemas alimentares e nutricionais dos dias de hoje (RODRIGUES; RONCADA, 2008).

À medida que as crianças crescem, elas adquirem conhecimentos e assimilam conceitos, sendo assim, os primeiros anos são ideais para fornecer informações nutricionais e promover atitudes positivas sobre os alimentos (MAHAN et al., 2012).

6) METODOLOGIA/DETALHAMENTO DO PROJETO

O nutricionista será o responsável pelo projeto, e contará com a ajuda dos pais dos alunos, da direção, dos professores e das cozinheiras da escola. O nutricionista irá desenvolver e realizar as atividades de Educação Alimentar e Nutricional na escola.



A adesão ao projeto será voluntária e caberá ao responsável pela criança sua inscrição e autorização.

As ações a serem desenvolvidas de Educação Alimentar e Nutricional, são:

- Aplicação inicial e final de mini questionário sobre os hábitos alimentares;
- Reunião com os pais e responsáveis para apresentação e colaboração no projeto, demonstrando o relatório inicial;
- Intervenção de Educação Alimentar e Nutricional, por meio de realização de trabalho lúdico com os alimentos, palestras envolvendo os grupos de alimentos e contação de histórias;
- Criação e distribuição de panfletos para a divulgação de hábitos alimentares saudáveis;
- Oficinas culinárias com elaboração de receitas saudáveis e simples de ser feitas;
- Avaliação antropométrica no início e no final do projeto, com elaboração de relatório do estado nutricional das crianças;

Reunião com os pais e responsável para demonstrar o resultado final do projeto.

7) RESULTADOS ESPERADOS

- Adesão às mudanças nos hábitos alimentares propostas e
- Avaliação antropométrica satisfatória.



8) CRONOGRAMA

Cronograma de Implementação do Projeto:

CRONOGRAMA DE EXECUÇÃO					
Item	Atividade	Período			
		Março	Abril	Maio	Junho
01	Reuniões	X			X
02	Avaliação Antropométrica	X			X
03	Atividades com as crianças	X	X	X	X
04	Avaliação e apresentação dos resultados				X

O projeto terá duração de 4 (quatro) meses, com intervenções semanais.

9) ORÇAMENTO

Como o projeto será realizado em uma Escola Municipal, todo material utilizado para o desenvolvimento das atividades serão os disponíveis na escola.



10) REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- 1- MAHAM, L. K.; ESCOTT-STUMP, S.; RAYMOND, J. L.. **Krause: Alimentos, nutrição e Dietoterapia**. 13ª edição. Rio de Janeiro: Elsevier, 2012.
- 2- NERI, L. C. L.; *et al.* **Obesidade Infantil**. Barueri, SP: Manole, 2017.
- 3- TRECCO, S.. **Guia Prático de Educação Nutricional**. Barueri, SP: Manole, 2016.
- 4- SILVA, R.; VELLOSO, E.; FREITAS, A.C.; SILVA, E. M. G.. Saúde Pública Nutricional: o programa nacional de alimentação escolar (novos paradigmas). In: ANGELIS, R.C.; TIRAPGUI, J. **Fisiologia da nutrição humana: aspectos básicos, aplicados e funcionais**. São Paulo: Atheneu, 2007. p. 275-310.
- 5- FUNDO NACIONAL DE DESENVOLVIMENTO DA EDUCAÇÃO. Divulgação e serviços da instituição. Disponível em: <<http://www.fnnde.gov.br/pnaeweb/publico/relatorioDelegacaoEstadual.do>> Acesso em 05 janeiro 2018.
- 6- CUPPARI, L.. **Nutrição Clínica no Adulto – Guia de Medicina Ambulatorial e Hospitalar**. (UNIFESP/Escola Paulista de Medicina). 2º ed. São Paulo: Manole, 2005.
- 7- GIBNEY, M. J.; *et al.* **Nutrição Clínica**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2007.
- 8- WHO – World Health Organization. **Obesity: preventing and managing the global epidemic**. Report of a World Health Organization Consultation. Geneva: World Health Organization, 2000. p. 256. WHO Obesity Technical Report Series, n. 284.
- 9- PESQUISA DE ORÇAMENTOS FAMILIARES 2008-2009: **Antropometria e análise do estado nutricional de crianças e adolescentes no Brasil**. 2º ed. Rio de Janeiro: IBGE, 2008.



10- RODRIGUES, L. P. F.; RONCADA, M. J.. Educação nutricional no Brasil: evolução e descrição de proposta metodológica para escolares. **Comunicação e Ciências da Saúde**, Brasília, v. 19, n. 4, p. 319-322, 2008. Disponível em: <http://www.dominioprovisorio.net.br/pesquisa/revista/2008Vol19_4art04educacaonutricional.pdf> acesso em: 03 janeiro 2018.