



I MOSTRA DE EXPERIÊNCIAS BEM-SUCEDIDAS EM NUTRIÇÃO

Nome da pessoa VANESSA ALVARENGA CRISPIM PEREIRA
Título do trabalho EQUILÍBRIO ALIMENTAR: SAÚDE E BEM-ESTAR

Descrição

OS PRIMEIROS ANOS DE VIDA SÃO IDEAIS PARA FORNECER INFORMAÇÃO NUTRICIONAL E PROMOVER ATITUDES POSITIVAS SOBRE ALIMENTOS. A EDUCAÇÃO NUTRICIONAL É IMPORTANTE ESTRATÉGIA EM SAÚDE COLETIVA, POR POSSIBILITAR A ADOÇÃO DE PRÁTICAS ALIMENTARES SAUDÁVEIS QUE PROMOVAM QUALIDADE DE VIDA. O OBJETIVO DO PROGRAMA É EXERCITAR A PRÁTICA DE EDUCAÇÃO NUTRICIONAL COM AS CRIANÇAS, PROPORCIONANDO MELHOR QUALIDADE DE VIDA E PREVENÇÃO DE DOENÇAS ATRAVÉS DA ALIMENTAÇÃO. A CLIENTELA CONSTITUI-SE DE CRIANÇAS DE 2 A 6 ANOS, DA EDUCAÇÃO INFANTIL DE MONTANHA, ES. ENTRE AS TÉCNICAS PARA A EDUCAÇÃO NUTRICIONAL ENCONTRAM-SE AS ATIVIDADES LÚDICAS, E ENTRE ELAS A DRAMATIZAÇÃO ATRAVÉS DE TEATRO DE FANTOCHES. DURANTE AS APRESENTAÇÕES, OS PERSONAGENS INTERAGEM ENTRE SI E COM A PLATÉIA ATRAVÉS DE ENREDOS QUE FALAM SOBRE O VALOR NUTRITIVO DOS ALIMENTOS, SUAS FUNÇÕES PARA O ORGANISMO E AS FORMAS DE PREPARO E UTILIZAÇÃO. OBSERVAMOS QUE O TEATRO DESPERTOU CURIOSIDADE E INTERESSE, CONTRIBUINDO PARA A FIXAÇÃO DAS INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS. APÓS CADA APRESENTAÇÃO, AS CRIANÇAS SÃO CONVIDADAS A UM BANQUETE SAUDÁVEL, ONDE CONHECEM AS HORTALIÇAS E FRUTAS IN NATURA E SUAS RESPECTIVAS PREPARAÇÕES, SERVIDAS PELOS COLEGAS DE CLASSE (FATOR ESTIMULANTE). NESTE BANQUETE, AS CRIANÇAS APRESENTAM MUITA CURIOSIDADE E SURPREENDENTE ACEITAÇÃO PELO SABOR DOS ALIMENTOS OFERECIDOS, OS QUAIS, EM SUA GRANDE MAIORIA, NUNCA FORAM EXPERIMENTADOS. AS ORIENTAÇÕES DADAS AOS ALUNOS SÃO EXPANDIDAS AOS SEUS RESPECTIVOS LARES E AS MÃES RECORREM ÀS ESCOLAS PARA SABER COMO OS ALIMENTOS SÃO SERVIDOS. ASSIM, PODEMOS AFIRMAR QUE A DRAMATIZAÇÃO COM FANTOCHES E A EXECUÇÃO DO BANQUETE SAUDÁVEL COLOCAM-SE COMO UMA TÉCNICA ÚTIL NA EDUCAÇÃO EM SAÚDE PARA COLETIVIDADES, PODENDO CONTRIBUIR PARA A COMPREENSÃO E FIXAÇÃO DE CONCEITOS SOBRE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO.