REEDUCAÇÃO ALIMENTAR NO AMBITO ESCOLAR

RAFAEL BARBOSA DE LUCENA, RIVANIA SILVA ALVES, VICENTE PINTO DA FONSECA, HENIO NASCIMENTO JUNIOR

Introdução: A falta de educação alimentar, têm condicionado a população a adotar hábitos alimentares não recomendáveis para manutenção da saúde. A juventude em virtude da onda do fast-food e food-truck está cada vez mais incorporando hábitos alimentares equivocados. A mídia televisiva e suas campanhas publicitárias contribuem de forma expressiva para essa mudança de comportamento. Por um período de dois meses, durante os intervalos escolares, os bolsistas do PIBID/Biologia/URCA da Escola em Tempo Integral Wilson Gonçalves, puderam observar os hábitos alimentares dos alunos da escola. **Objetivo:** Mostrar os malefícios que uma má alimentação pode fazer a saúde e as principais doenças, como a obesidade. **Metodologia:** Diante do problema alimentar, foi desenvolvido um minicurso com os alunos do 1º ano e foram abordados temas, tais como carboidratos, lipídios, proteína, massas em geral, obesidade e possíveis doenças. Tudo foi ilustrado e demonstrado através do Datashow, possibilitando a realização de rodas de conversas, onde foi discutido o tipo de alimentação diária dos alunos, e cada aluno escreveu sua alimentação semanal. **Resultados e Discussão:** De acordo com a conversa onde os alunos mostraram sua alimentação, pode-se perceber que cerca de 70% não comem frutas e isso é um erro muito grande, por que muitas vitaminas estão contidas nas frutas, entre outros que não faziam suas refeições diárias regulares, porém muitos comem apenas lanches e se esqueciam de fazer suas refeições de maneira adequada, e muitas vezes pelo fato de ter comido um lanche nas redondezas da escola, ao chegar em casa não sentiam fome e ficavam apenas com aquele lanche. **Conclusão:** Os alunos interagiram bastante com o minicurso, e fizeram uma reflexão sobre os tipos de alimentos que estavam ingerindo, perceberam o mal que estavam fazendo á saúde, e tiveram consciência do que é realmente obesidade.

PALAVRAS-CHAVE: EDUCAÇÃO ALIMENTAR, OBESIDADE E DOENÇAS.

ÁREA TEMÁTICA: CIÊNCIAS DA NATUREZA E SUAS TECNOLOGIAS

FORMA DE APRESENTAÇÃO: PÔSTER