

EDUCAÇÃO NUTRICIONAL PARA A PROMOÇÃO DE PRÁTICAS ALIMENTARES SAUDÁVEIS

Viviane Silva MACEDO (UnilesteMG); Sheila Vieira e CASTRO (UnilesteMG); Andréia Andrade OLIVEIRA (UnilesteMG); Hiara Miguel Stanciola SERRANO (UnilesteMG)

Objetivo: Promover ações de educação nutricional com pais ou responsáveis pelas crianças assistidas por uma creche. **Metodologia:** Foram realizadas três palestras com os seguintes temas: “A pirâmide alimentar”, “Aplicação da pirâmide alimentar no cardápio diário” e “Alimentos: como melhor aproveitá-los”, respectivamente. Os dois primeiros temas foram apresentados ao público através de uma palestra, seguida por um debate. Para expor o terceiro tema foram elaboradas previamente três preparações reaproveitando partes descartadas dos alimentos. Estas foram servidas em um lanche. Após a degustação ficou a cargo dos participantes identificarem a matéria-prima das preparações. Posteriormente foi aberta uma discussão onde foi ressaltada a importância do aproveitamento do alimento por completo e como fazê-lo. **Resultados:** Ao longo destes três encontros, pode-se perceber o crescimento do interesse dos pais e responsáveis a respeito da alimentação da criança e da família como um todo. Notou-se no início certo desinteresse dos mesmos a respeito dos temas a serem tratados, porém, ao longo do desenvolvimento do projeto observou-se claramente um comprometimento e interesse maior com os aspectos relacionados a alimentação, principalmente da criança. **Conclusão:** O processo de educação nutricional com populações de baixa renda é de extrema importância. No público que foi assistido pelo projeto isso é ainda mais relevante pois garante a continuidade da qualidade da alimentação oferecida na creche.

Palavras-chave: Creche. Educação nutricional. Práticas alimentares.

Agências de fomento: UnilesteMG