

BOAS PRÁTICAS ALIMENTARES: ATIVIDADES COLETIVAS EDUCATIVAS NAS ESCOLAS DA REGIÃO DO MACIÇO DO BATURITÉ

Glauciara da Silva Lima¹, Maria Alice Cavalcante Gomes², Márcia Barbosa de Sousa³, Vanessa Lúcia Rodrigues Nogueira⁴

Resumo: A ciência da Nutrição, desde o início do século XIX, modificou decisivamente o perfil de uma alimentação saudável, especialmente quanto à diversificação dos modelos alimentares. A promoção de alimentos saudáveis é uma ação prioritária em vários documentos públicos. Práticas alimentares atuais têm concentrado em dietas ricas em gorduras, açúcares e sódio, com pouca participação de frutas e hortaliças. O Brasil tem realizado estudos que apontam uma ascensão da obesidade da população, como um reflexo das transformações ocorridas nos âmbitos da economia, condições de vida, saúde e nutrição da população nas últimas décadas. Diante desse panorama, somente a aplicação de estratégias de intervenção nutricional no campo da educação em saúde podem contribuir para uma redução da incidência desses problemas. No Maciço de Baturité, a adoção de atividades coletivas de promoção à saúde auxiliará ações prioritárias para melhoria da qualidade de vida da comunidade como um todo, além de integrar saberes científicos e populares de culturas afro-brasileiras presentes na UNILAB. O projeto tem como objetivo principal avaliar o conhecimento e as percepções do comportamento alimentar do indivíduo e de seu grupo social sobre alimentação saudável e segura, incentivando a construção coletiva de estratégias educativas destinados à promoção de práticas alimentares saudáveis em consonância com a oferta da região. Durante as primeiras observações e diálogos com alunos percebemos o quanto a alimentação está desregrada e pobre em alimentos saudáveis que são essenciais para uma vida saudável priorizando em sua alimentação alimentos ricos em gorduras e sódio. Com o desenvolver do projeto nas escolas do Maciço de Baturité esperamos conscientizar e incentivar a comunidade escolar a priorizar hábitos alimentares mais saudável e benéfico para o ser humano.

Palavras-chave: Alimentação saudável, Boas práticas alimentares, Atividades coletivas e educação em saúde.

¹Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de Ciências Exatas e da Natureza, e-mail: glauciaralima@yahoo.com.br

²Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de Ciências Exatas e da Natureza, e-mail: marialice1002@gmail.com

³Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de Ciências Exatas e da Natureza, marcia_sousa@unilab.edu.br

⁴Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de Ciências Exatas e da Natureza, vanessa.nogueira@unilab.edu.br