

# AÇÕES DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NO CONTEXTO ESCOLAR

## III Encontro de Iniciação Acadêmica

Rayza Alana do Carmo Da Rocha, GABRIEL SARAIVA GIRÃO GONÇALVES, RAFAEL QUEIROZ GURGEL DO AMARAL, ANA HERBENIA PEREIRA MENDES, Paulo Henrique Machado de Sousa

O tema Educação Alimentar e Nutricional passará a integrar os currículos das escolas públicas e privadas do ensino fundamental e médio de todo o país ainda esse ano dentro dos temas transversais. Diante disso, foi elaborado um conteúdo com o tema em discussão utilizando como referências o Marco da Educação Alimentar e o Guia Alimentar da População Brasileira, visando a compreensão de alguns assuntos pelos estudantes: - principais grupos de alimentos, funções nutricionais e dietas equilibradas; diferenciação de alimentos in natura e processados, bem como conceito de alimentos saudáveis e como realizar o aproveitamento integral de alimentos; principais distúrbios alimentares, suas causas e consequências no corpo humano; noções básicas de higiene alimentar e principais microrganismos envolvidos em doenças alimentares. O conteúdo será desenvolvido utilizando o ambiente escolar de ensino fundamental e médio, respeitando e adaptando os temas às séries, através de encontros com exposição e participação de bolsistas e alunos com o auxílio de mídias físicas, digitais, imagens e vídeos e técnicas de trabalho em grupo. Para melhor compreensão dos assuntos abordados, serão realizadas visitas e atividades práticas como criação e manutenção de hortas urbanas e oficinas de gastronomia, a exemplo de oficina de elaboração de sal de ervas, produção de fermentados e aproveitamento integral de alimentos. Com o projeto pretende-se sensibilizar os alunos sobre a importância da alimentação saudável e o impacto que uma má alimentação ou uma alimentação desatenta causa na saúde dos alunos.

Palavras-chave: Educação. Alimentação. Saúde. Oficinas.