

A IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO NUTRICIONAL NO HÁBITO ALIMENTAR DE PRÉ-ESCOLARES DURANTE A PANDEMIA POR COVID-19

V Encontro de Iniciação Acadêmica

Beatriz Soares Medeiros, Alane Maia da Hora, Sabrina Amaro Costa, Maria Nilka de Oliveira, Ana Erbênia Pereira Mendes, Ana Erbenia Pereira Mendes

As discussões sobre o impacto da pandemia do COVID-19 crescem, quando associada a mudança de rotina, principalmente quando relacionada aos pré-escolares e sua alimentação. Creches e escolas suspenderam suas atividades, e consequentemente, pais e filhos tiveram que adaptar ou criar nova rotina. Tais rotinas, embora diferentes, devem proporcionar e incentivar a saúde física e psicológica das crianças. Tomando essa problemática, objetiva-se, neste trabalho, descrever a importância da educação nutricional no hábito alimentar de pré-escolares durante a pandemia, tendo em vista que hábitos saudáveis contribuem diretamente no sistema imunológico das crianças, e assim, no enfrentamento da pandemia. Acredita-se que tal descrição possa contribuir para o aprofundamento dos estudos sobre a alimentação infantil no contexto atual. Para a compreensão dessa temática, utilizou-se como referencial teórico sites e artigos que abordam a importância da alimentação saudável no enfrentamento da Covid-19, para adultos, e principalmente, às crianças. Para tanto, tendo como base as pesquisas realizadas, conclui-se que alguns nutrientes ajudam a fortalecer o sistema imunológico, por isso, a alimentação saudável durante a pandemia não deve ser negligenciada. Além disso, a atenção para a rotina alimentar também deve ser redobrada, pois, devido ao isolamento as crianças tendem a ficarem ansiosas e optarem por comidas ricas em açúcar e sódio, assim sendo, os responsáveis devem realizar trocas saudáveis, a fim de melhorar a saúde da criança. Cabe destacar que o assunto abordado já era trabalhado antes da pandemia com as crianças que frequentam a Unidade Universitária Federal de Educação Infantil Núcleo de Desenvolvimento da Criança (UUNDC), através do projeto “Planejamento e execução da merenda para as crianças do Núcleo de Desenvolvimento da Criança”, que infelizmente teve suas atividades interrompidas, devido à pandemia.

Palavras-chave: HÁBITO SAUDÁVEL. DESENVOLVIMENTO INFANTIL. PANDEMIA.