

A EDUCAÇÃO NUTRICIONAL NOS ANOS INICIAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Morgana Adriely de Carvalho Arruda¹

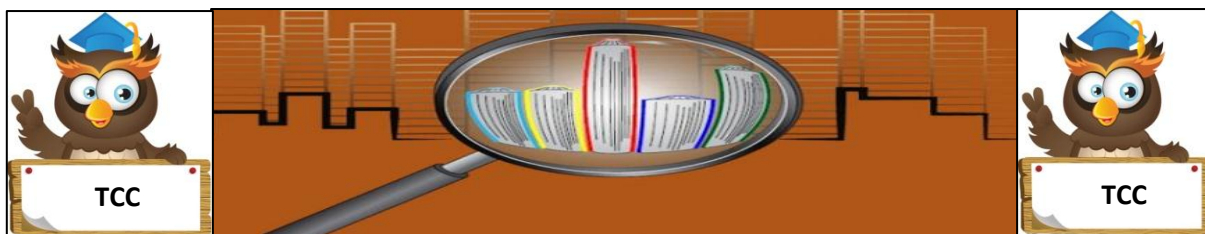
Dr. Bento Souza Borges²

RESUMO:

Introdução: A humanidade muda constantemente seu estilo de vida. Algumas dessas mudanças são benéficas e outras trazem alguns malefícios, como é o caso dos hábitos alimentares. A alimentação balanceada com dosagens certas que o organismo humano precisa diariamente pode levar o indivíduo a ter uma vida saudável, com a inclusão em sua dieta de carboidratos, proteínas, vitaminas, aminoácidos, e até mesmo gorduras, e por outro lado uma alimentação errada pode acarretar vários problemas muitas vezes fatais, como o desenvolvimento de doenças crônicas, como diabetes, pressão alta, AVC, infarto do miocárdio, câncer, entre outras. **Objetivo:** Este artigo teve como objetivo analisar a importância do desenvolvimento da educação nutricional para alunos dos anos iniciais do Ensino Fundamental bem como enfatizar o trabalho da educação alimentar nas escolas. **Metodologia:** Utilizou-se a pesquisa bibliográfica como fonte para a busca de dados fazendo uso de livros, revistas, artigos e textos publicados na Internet. **Resultados e discussão:** Este artigo ressalta a importância da escola como um espaço de criação, formação e desenvolvimento da consciência alimentar, pois é na escola que muitas crianças em fase de desenvolvimento físico e psíquico têm a sua principal refeição. O trabalho dos profissionais nutricionistas, das cantineiras e dos educadores é essencial para que haja uma demonstração para os pais e alunos da necessidade de se cuidar da saúde por meio da alimentação correta. A preocupação com esse tema fez com que muitos estados e cidades aprovassem leis sobre o que pode e o que não pode ser oferecido nas cantinas escolares. Em Minas Gerais temos a Resolução SEE nº 1.511, de 26 de fevereiro de 2010, que orienta a aplicação da Lei nº

¹ Graduanda do curso de Pedagogia da FUCAMP/FACIHUS, Monte Carmelo/M.G.. E-mail: morgana.adriely02@gmail.com

² Professor do curso de Pedagogia da FUCAMP/FACIHUS. Orientador do Trabalho de Conclusão de Curso.



18.372/2009 no âmbito das escolas do sistema estadual de ensino. A alimentação da criança, desde o nascimento e nos primeiros anos de vida, tem repercussões ao longo de toda a vida, hábitos de alimentação saudável são considerados um dos fatores mais importantes para a saúde da criança. Na infância a alimentação, além de suprir as necessidades nutricionais, também é uma das principais formas de contato com o mundo externo. A Educação Infantil é um período decisivo na formação de hábitos alimentares, que tendem a continuar na vida adulta, por isso a importância de estimular o consumo de uma alimentação variada, saudável e equilibrada nas escolas e em casa. **Conclusões:** Conclui-se que é essencial o trabalho de todos os envolvidos na educação da criança: pais, professores, merendeiras e comunidade escolar. A alimentação saudável e os benefícios dela para as crianças devem ser incentivados desde os mais tenros anos para que o futuro das crianças seja mais saudável e livre da obesidades e outras doenças decorrentes dos maus hábitos alimentares.

Palavras chave: Educação alimentar. Saúde. Alimentação escolar.