

## **ALIMENTAÇÃO E ATIVIDADE FÍSICA NA SAÚDE DE ESCOLARES DO ENSINO FUNDAMENTAL**

Coordenador: ILAINE SCHUCH

Autor: PÂMELLA GOVEIA

**INTRODUÇÃO** Diversas políticas públicas da área da saúde e da educação tem buscado desenvolver ações que auxiliem na mudança do estilo de vida na promoção da saúde no ambiente escolar. A escola é um espaço privilegiado para o desenvolvimento de ações de educação em saúde quando contempla o conjunto de trabalhadores, estudantes e suas famílias, tornando-se um espaço estratégico no enfrentamento da obesidade e doenças crônicas não transmissíveis. **OBJETIVOS** Monitorar o estado nutricional dos escolares do ensino fundamental; - identificar fatores de risco para o desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis como o excesso de adiposidade corporal, consumo excessivo de gorduras, sódio e açúcares. Também, identificar níveis de pressão arterial alterada; - caracterizar a qualidade da alimentação consumida pelos escolares, ao nível familiar e na escola; - divulgar os resultados das avaliações antropométricas e de consumo de alimentos, de forma individual e no grupo; - desenvolver encontros com os professores para estudar aspectos da alimentação saudável; - realizar atividades educativas, teóricas e práticas, sobre alimentação saudável e atividade física com os escolares e envolvendo as suas famílias; **METODOLOGIA** Por intermédio de nutricionistas e educadores físicos bem como dos estudantes de graduação das áreas da nutrição, saúde e atividade física, será realizada inicialmente o diagnóstico da situação nutricional dos escolares. Para isso serão avaliadas inicialmente as medidas antropométricas (peso, estatura e dobras cutâneas) e questões relativas à alimentação habitual no ambiente familiar, social e escolar, também será solicitada à escola os cardápios de merenda escolar a fim de avaliar a alimentação realizada no ambiente escolar. A análise qualitativa da alimentação será conforme o Guia Alimentar da População Brasileira. Nos encontros/aulas se realizarão com os alunos atividades teóricas, lúdicas e práticas sobre práticas saudáveis de alimentação e de atividades físicas. As práticas deverão ocorrer no âmbito da cozinha da escola, cantina e horta escolar. Com os professores serão realizadas atividades educativas no sentido de analisar a alimentação dos trabalhadores da escola (professores, funcionários...) e em seguida será desenvolvido instrumental pedagógico junto aos professores para que estes desenvolvam o tema da alimentação saudável e atividade física nas atividades curriculares. As informações sobre o estado nutricional dos

escolares serão apresentadas e discutidas com os pais dos alunos e também será desenvolvida com eles atividade com vistas a incorporação das práticas alimentares saudáveis e de atividade física ao nível de família. A avaliação deverá ser um processo contínuo durante o desenvolvimento do projeto e também serão planejados encontros formais do grupo de trabalho para avaliações a partir de critérios e variáveis previamente estabelecidas. No presente momento as ações encontram-se na fase de diagnóstico e de trabalho com os professores.