

PRÁTICAS DE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NO MUNICÍPIO DE PERITIBA/SC

IDENTIFICAÇÃO

Município: Peritiba/SC

Autores: Mayara Zagonel de Souza, Luciana Nilson, Clarice Weber e Cristiane Hoffmann da Costa.

INTRODUÇÃO

Além de desenvolver processos educativos, o ambiente escolar é responsável por oferecer uma alimentação equilibrada tanto quantitativa como qualitativamente, proporcionando educação alimentar e nutricional às crianças e suas famílias, amenizando as situações de insegurança alimentar e promovendo o desenvolvimento e o crescimento infantil. As práticas alimentares adequadas devem ser adotadas nos primeiros anos de vida, sendo esse o período no qual os hábitos alimentares se estabelecerão e perdurarão pela adolescência e idade adulta.

O município de Peritiba está localizado no Meio Oeste Catarinense e pertence à Microrregião do Alto Uruguai Catarinense (AMAUC), sendo a população, descendente de alemães e italianos. Possui 3013 habitantes segundo dados do Siab/2014, sendo que destes, 446 famílias residem na área rural e 638 famílias na área urbana.

A alimentação escolar do município engloba o Centro Educacional Professor José Arlindo Winter - CEPJAW, a qual atende alunos do pré-escolar ao quinto ano e o Centro Educacional Mateus Petter com atendimento a crianças com idade entre 4 meses e 5 anos.

METODOLOGIA

As escolas do município de Peritiba contam com o trabalho de uma nutricionista, responsável pela elaboração dos cardápios, bem como acompanhamento do preparo dos alimentos, avaliação nutricional dos alunos, educação e orientação nutricional às crianças e sua família.

Com foco na saúde, crescimento e desenvolvimento adequado das crianças, a partir de Abril de 2014 implantou-se um fluxo de atividades, sendo que ao recebermos um bebê na creche, dá-se o início do acompanhamento e orientações com relação à introdução dos alimentos à criança. No ato da matrícula a diretora faz contato com a

nutricionista, a qual conversa pessoalmente com os pais do bebê para orientações quanto a práticas alimentares saudáveis e a importância da introdução dos alimentos acontecer de forma correta. Após isso, as informações são compartilhadas com as professoras responsáveis pelo aluno, bem como com as merendeiras responsáveis pela execução da alimentação no âmbito escolar. Um cardápio específico é adaptado às condições de cada bebê que está em fase de introdução alimentar.

Ainda, visando hábitos alimentares saudáveis, aprimoramos no município, neste mesmo período, a prática de incentivo ao consumo de frutas e verduras. Dessa forma diariamente são ofertadas frutas na alimentação das crianças. Na creche as crianças possuem em um dos lanches a oferta apenas das frutas, assim os alunos crescem com o hábito alimentar formado para o restante de sua vida.

Para incentivar a autonomia dos alunos, implantamos também no ano de 2014 o Buffet Escolar no CEPJAW. A comida é disponibilizada no Buffet e os próprios alunos se servem, para tanto acontece um trabalho de orientação nutricional relacionado ao tamanho das porções e importância de experimentar todos os grupos de alimentos. A experiência foi bastante exitosa e a adaptação dos alunos aconteceu de forma rápida. As crianças podem levar de casa para a escola apenas frutas para complementar seu lanche, com exceção da sexta-feira na qual podem complementar com outro lanche, desde que seja saudável.

RESULTADOS

Após as ações de nutrição realizadas no ano de 2014, evidencia-se na prática que as crianças aumentaram sua ingestão de frutas, seja as ofertadas na escola ou as que levam de suas casas. Todas as ações citadas têm sido bem aceitas por parte dos alunos e de suas famílias, verificando a execução do trabalho em sinergia entre direção, professores, nutricionista, merendeiras e família.

O crescimento e desenvolvimento dos alunos são monitorados através da avaliação antropométrica anual. Os resultados referentes à avaliação nutricional da criança são disponibilizados às famílias, sendo que os alunos que se encontram em situação de risco nutricional são chamados à comparecer na escola para atendimento com a nutricionista, juntamente com seu responsável.

CONTATO:

Mayara Zagonel de Souza

E-mail: mayara_nutricao@yahoo.com.br / Telefone: (49) 99746796