PROJETO “MEU PRATINHO FELIZ”

Identificação: Arabutã, Santa Catarina. Adriana Urquhart Duarte ¹; Sílvia de Souza Salgadinho da Rocha².

Apresentação: O Projeto denominado “Meu Pratinho Feliz”, foi elaborado pela Nutricionista da Secretaria Municipal da Saúde de Arabutã, Adriana Urquhart Duarte, a partir de uma proposta do Governo Federal com o Programa Saúde na Escola, e devido o município de Arabutã possuir uma cultura alimentar e cultural alemã típica e baseada em alimentos calóricos e gordurosos, com refeições ricas em carboidratos e baixo consumo de vitaminas, minerais e fibras. É um projeto de educação continuada em nutrição para os alunos da rede municipal de ensino que visa promover a conscientização dos educandos, e principalmente, dos familiares e professores para a importância da aquisição de hábitos alimentares e de vida saudáveis desde a infância, bem como incentivar a melhoria da qualidade de vida, colaborando na prevenção e diminuição do aparecimento de enfermidades, principalmente as associadas à obesidade infantil e má alimentação.

Após implementação de ações educativas com os educandos, observou-se um frequente uso abusivo de refrigerantes, salgadinhos, bolachas recheadas, outras guloseimas, falta de horário, e alimentação à livre demanda, justificando o percentual de 48,9% das crianças apresentarem sobrepeso e/ou obesidade na primeira avaliação antropométrica realizada em novembro de 2013.

Desenvolvimento: Em parceria com a nutricionista da Alimentação Escolar do município, Sílvia, em setembro de 2013, foi iniciada a execução das ações propostas pelo Projeto, com as avaliações antropométricas (peso e altura) das crianças e adolescente do município. Após este primeiro passo, os trabalhos passaram a ser desenvolvido em parceria com as Escolas, em sala de aula, executando atividades educativas específicas para cada faixa etária, utilizando como base a pirâmide alimentar, brincadeiras, jogos, pinturas, desenhos, lanches saudáveis, entre outras atividades recreativas, além de ciclo de palestras para os docentes, discentes e familiares da rede municipal de ensino.

Resultados e considerações finais: após as atividades educativas desenvolvidas, novamente foi realizada a avaliação antropométrica dos alunos, em dezembro de 2014, observando-se um declínio significativo nos índices, onde 42,7% dos alunos apresentando sobrepeso e/ou obesidade.

Conclusão: Os desafios encontrados são muitos, ficando ainda algumas propostas a serem executadas no âmbito integral do Projeto inicial, porém observamos a dificuldade, em adaptar hábitos saudáveis levando em consideração os hábitos alimentares culturais da população, mas, no pouco tempo de aplicação do Projeto, observamos a preocupação de alguns responsáveis pela saúde e bem estar dos educandos, o que nós leva a crer que teremos êxito nas orientações e atividades propostas para alcançar e modificar hábitos alimentares e de vida saudáveis.

¹Nutricionista da Saúde Coletiva, Prefeitura Municipal de Arabutã, SC
(adriana.uduarte@yahoo.com.br)

²Nutricionista da Alimentação Escolar, Prefeitura Municipal de Arabutã, SC
(silvia.nutri1410@hotmail.com)