



PREVENÇÃO DA OBESIDADE INFANTIL E PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL POR MEIO DO PROGRAMA SAÚDE NA ESCOLA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Marcella Sossai Soares (Universidade Estadual de Maringá) ra133538@uem.br

Eloisa Ganazza Mattera (Universidade Estadual de Maringá)

Julia Kimie Marques Prigol da Silva (Universidade Estadual de Maringá)

Julia Manuele Boaretto Toniol (Universidade Estadual de Maringá)

Mariana Napoli (Universidade Estadual de Maringá)

Claudia Regina Marchiori Antunes Araújo (Universidade Estadual de Maringá)

Larissa Carolina Segantini Felipin (Universidade Estadual de Maringá)

Resumo: Introdução: A obesidade infantil é um problema de saúde pública com sérias consequências como diabetes e doenças cardiovasculares. A alimentação saudável é fundamental para a prevenção da obesidade, mas enfrentar desafios como o consumo de alimentos ultraprocessados e o estilo de vida agitado das famílias é crucial. O Programa Saúde na Escola busca promover hábitos alimentares saudáveis e um estilo de vida ativo. **Objetivo:** Relatar uma atividade educativa realizada por acadêmicos do curso de Enfermagem na prevenção da obesidade infantil e promoção de alimentação saudável. **Metodologia:** Trata-se de um relato de experiência, mediante uma intervenção educacional realizada em um Centro Municipal de Educação Infantil no primeiro semestre de 2024 com aproximadamente 50 crianças. A ação foi realizada por meio de teatro, roda de conversa e distribuição de folders informativos para as famílias. **Resultados e Discussão:** As crianças participaram ativamente e demonstraram conhecimento sobre alimentos saudáveis e não saudáveis. A intervenção também buscou envolver os responsáveis através de materiais informativos. Embora o recesso escolar tenha limitado a avaliação completa dos resultados, as atividades mostraram impacto positivo na conscientização. **Conclusão:** A promoção de uma alimentação saudável desde a infância é crucial para prevenir a obesidade. As ações realizadas pelos acadêmicos foram eficazes em aumentar a conscientização, embora os resultados finais não tenham sido completamente avaliados devido ao recesso escolar. A iniciativa tem potencial para melhorar a qualidade de vida e prevenir problemas nutricionais.

Palavras-chave: Obesidade; Obesidade Infantil; Alimentação Infantil; Enfermagem; Educação em Saúde.

1. Introdução



A obesidade infantil é um problema de saúde pública crescente em diversos países ao redor do mundo. Caracterizada pelo excesso de peso em crianças e adolescentes, essa condição está associada a uma série de complicações de saúde, como diabetes tipo 2, doenças cardiovasculares e problemas psicológicos. A prevalência da obesidade infantil tem aumentado de forma alarmante nas últimas décadas, impulsionada por uma combinação de fatores. Dentre esses, a alimentação desempenha um papel crucial.

Uma alimentação saudável durante a infância não só é fundamental para o crescimento e desenvolvimento adequados, como também é uma estratégia essencial para a prevenção da obesidade. A introdução de hábitos alimentares equilibrados desde cedo pode influenciar positivamente a saúde a longo prazo. No entanto, a promoção de uma dieta nutritiva enfrenta desafios significativos, incluindo o aumento do consumo de alimentos ultraprocessados; o fácil acesso a produtos ricos em açúcar e gordura; o estilo de vida agitado de muitas famílias; etc. Em virtude disso, é relevante desenvolver políticas públicas e programas educacionais que visem promover hábitos alimentares saudáveis entre as crianças e suas famílias, mediante intervenções educacionais que incentivem um estilo de vida mais ativo. Além de fomentar a educação em saúde com foco na nutrição nas escolas.

Nesse contexto, o Programa Saúde na Escola (PSE) desempenha um papel fundamental ao integrar e articular políticas e ações de educação e saúde, com a participação da comunidade escolar, incluindo as equipes de saúde da família e educação básica. Suas diretrizes incluem descentralização e respeito à autonomia federativa, integração das redes públicas de ensino e saúde, territorialidade, interdisciplinaridade, integralidade, cuidado ao longo do tempo, controle social, além de monitoramento e avaliação permanentes.

Ademais, o PSE tem como objetivos articular ações do SUS com as redes de educação básica pública por meio das seguintes ações: 1) combate ao mosquito *Aedes aegypti*; 2) promoção de práticas corporais; 3) prevenção ao uso de álcool e outras drogas; 4) promoção da cultura de paz; 5) prevenção de violências e acidentes; 6) identificação de educandos com possíveis sinais de agravos de doenças; 7) promoção e avaliação de saúde bucal; 8) verificação e atualização da situação vacinal; 9) prevenção da obesidade infantil; 10) promoção da saúde auditiva; 11) direito sexual e reprodutivo e prevenção de DST/AIDS; 12) promoção da saúde ocular.



Nesse sentido, este resumo tem como objetivo relatar uma atividade educacional com foco na prevenção da obesidade infantil e na promoção da alimentação saudável, realizada por acadêmicos do segundo ano do curso de Enfermagem da Universidade Estadual de Maringá.

2. Metodologia

Trata-se de um relato de experiência, o qual foi desenvolvido por dez acadêmicas do segundo ano do curso de Enfermagem da Universidade de Maringá (UEM), durante a disciplina de extensão "O cuidado ao indivíduo, família e comunidade", no primeiro semestre de 2024. Ademais, contou-se com a participação de duas docentes do curso. As discussões e pesquisas aconteceram mediante a temática "Programa Saúde na Escola".

O cenário do estudo foi um Centro Municipal de Educação Infantil (CMEI), localizado em um município do noroeste do estado do Paraná. O CMEI é de período integral e conta com turmas de infantil 1 até o infantil 5, com duas turmas por idade, contendo aproximadamente 25 alunos por turma. Após contato prévio com a responsável pelo CMEI, foi discutida a possibilidade trabalhar com as crianças do infantil 5, em virtude da maior idade comparada aos demais e conseqüentemente maior entendimento da atividade proposta.

As acadêmicas tiveram duas semanas para preparar a ação, a qual foi uma peça de teatro acerca da importância da alimentação saudável com foco na prevenção da obesidade infantil. A peça teatral foi executada pelas acadêmicas, e posteriormente foi realizada uma roda de conversa com a distribuição de uma atividade para os discentes realizarem em casa. A atividade foi realizada em uma quinta-feira, dia da disciplina, no período vespertino e durou aproximadamente 30 minutos.

3. Resultados e Discussão

As crianças participantes da atividade de extensão mostraram-se muito receptivas e interessadas com a temática, participando ativamente da ação. Mediante este contato pode-se perceber que a maior parte das crianças foi capaz de diferenciar os alimentos e compreender a importância de uma alimentação adequada.



Muitas vezes, a rotina de uma alimentação inadequada está atrelada à falta de tempo dos cuidadores, e nestes casos, independentemente dos ensinamentos repassados pela criança, os pais optam pelo que é mais prático. Considerando isso, as acadêmicas decidiram enviar folders informativos para os responsáveis, por meio das agendas dos discentes, visando fornecer-lhes conhecimento sobre a importância de uma alimentação adequada e orientações sobre como preparar essas refeições.

Ademais, a temática da ação reflete uma preocupação da diretora da instituição com o tipo de alimentação fornecida em casa pelos pais das crianças. Ao relatar que após os fins de semana, muitas crianças retornam às aulas apresentando quadros de diarreia, desconforto abdominal e náuseas, isso reflete uma problemática relacionada à alimentação no domicílio, considerando que as quatro refeições diárias realizadas durante o período de permanência na escola constituem a maior parte da dieta dos estudantes.

Para mais, a diretora, assim como as crianças, expressou satisfação com a ação implementada, reconhecendo os benefícios das medidas tomadas. Por outro lado, não foi possível que os colaboradores observassem atentamente os possíveis resultados da ação em virtude do recesso escolar. Entretanto, espera-se que os efeitos da atividade possam auxiliar na mitigação dos casos de eventos indesejados citados acima, assim como na melhora nutricional do público alvo e suas respectivas famílias.

Além disso, espera-se que, para além da redução do desconforto intestinal, os indivíduos tenham uma melhora na qualidade de vida, prevenindo não somente a obesidade infantil, mas também outras complicações como desnutrição, anemia, e o surgimento precoce de doenças crônicas.

4. Considerações

Conclui-se que a obesidade infantil, um problema de saúde pública crescente, está associada a várias complicações significativas. Logo, a promoção de uma alimentação saudável desde a infância é fundamental para sua prevenção. O PSE desempenha um papel importante na integração de políticas de saúde e educação, e suas ações visam enfrentar a



obesidade infantil através de estratégias educativas e preventivas, uma vez que, promover saúde na infância é a garantia de um futuro de sucesso.

O presente relato revelou que as crianças participaram ativamente das atividades sobre alimentação saudável, assim como mostraram receptividade ao conteúdo apresentado. Embora a avaliação dos resultados tenha sido limitada pelo início do recesso escolar, espera-se que a ação tenha tido um impacto positivo na conscientização das crianças e de suas famílias. A distribuição de folders informativos forneceu orientações práticas sobre a alimentação adequada, dessa forma, acredita-se que essas iniciativas contribuirão para a melhoria da qualidade de vida dos estudantes e suas respectivas famílias.

Referências

Solar Colégios. (n.d.). **Como trabalhar uma alimentação saudável na educação infantil.** Recuperado em 24 de julho de 2024, de <https://solarcolegios.org.br/como-trabalhar-uma-alimentacao-saudavel-na-educacao-infantil>

SILVA, Giselia A.P.; COSTA, Karla A.O.; GIUGLIANI, Elsa R.J. Infant feeding: beyond the nutritional aspects. **Programa de Pós-Graduação em Saúde da Criança e do Adolescente, Universidade Federal de Pernambuco (UFPE), Recife, PE, Brasil. Departamento de Pediatria, Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), Porto Alegre, RS, Brasil.** Recebido em 15 de janeiro de 2016; aceito em 27 de janeiro de 2016.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **PORTARIA INTERMINISTERIAL Nº 1.055, DE 25 DE ABRIL DE 2017.** Redefine as regras e os critérios para adesão ao Programa Saúde na Escola - PSE por estados, Distrito Federal e municípios e dispõe sobre o respectivo incentivo financeiro para custeio de ações.

https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/pri1055_26_04_2017.html