

EDUCAÇÃO ALIMENTAR NUTRICIONAL “4 FOTOS 1 PALAVRA”

Graziela Ribeiro¹, Karyne Leite¹, Lauriane Rodrigues¹, Maria Fernanda¹, Rosana da Guia¹, Suellen Oliveira¹, Bárbara Grassi Prado².

¹ Graduandas do Curso de Nutrição do Centro Universitário de Várzea Grande (UNIVAG). ² Docente do Curso de Nutrição do UNIVAG

Introdução. A educação alimentar e nutricional é vista como uma estratégia para promoção de hábitos alimentares saudáveis e a escola é um espaço interessante para desenvolver essas ações, pois é nessa fase da vida que a criança sai do convívio basicamente familiar e entra no contexto escolar, no qual experimentará outros alimentos e preparações que influenciarão a forma de se alimentar por toda vida. **Objetivos.** Evidenciar os principais nutrientes e suas respectivas fontes. **Material e métodos.** Trabalho realizado em uma escola estadual de Várzea Grande sendo o público alvo adultos e adolescente, em que se utilizou como técnica, a aplicação de um jogo denominado “4 fotos 1 palavra” feita de cartolina com fotos de alimentos impressos e letras de EVA recortadas, por meio da explicação da equipe, eram abordados os nutrientes e os alimentos fonte. **Resultados.** O jogo foi apresentado para quatro grupos de 5 alunos e em cada cartolina possuía 4 fotos de alimentos que representava fonte de um nutriente (carboidrato, proteína, gordura e fibras), após a explicação da equipe, os grupos colavam as letras e formavam os nutrientes em que consideravam ser fonte. A finalização da atividade incluiu a entrega de folder contendo informações da atividade. **Conclusão.** Foi observado que o jogo teve boa aceitabilidade e participação do público, pois a maioria acertou ao montar as letras no lugar correto.

Palavras-chave: Educação Alimentar e Nutricional; jogos; nutrientes.