

**ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL VERSUS A INDUSTRIALIZADA: A
CONSCIENTIZAÇÃO COMEÇA COM OS PEQUENOS.**

Ana Cecília Dapper¹; Adyman Auxiliadora de Almeida Procópio¹; Ana Beatriz Sagarossa Guerreiro¹; Augusto Henrique Possamay¹; Jhessica Karoline Flores¹; Thais Guolo Martelli¹; Livia Manhani Grisante de Azevedo².

Introdução: A alimentação durante o período da infância é um evento que contribui para o desenvolvimento e crescimento infantil, assim como precede a formação de hábitos alimentares saudáveis, que podem se manter na vida adulta. O ambiente alimentar de cada indivíduo é diferente, por isso, é de extrema importância que o cenário escolar tente, ao máximo, homogeneizar a alimentação das crianças, fornecendo nutrição e auxiliando na prevenção de doenças crônicas como a obesidade. No Brasil, a regulamentação da alimentação nas escolas públicas é feita pelo Programa Nacional de Alimentação Escolar, que garante o acesso de refeições saudáveis e estabelece diretrizes para a educação alimentar nas escolas ¹. Dessa forma, a aplicação desse programa ajuda no combate à ocorrência da dupla carga da má nutrição, que se resume a presença de desnutrição crônica e à deficiência de nutrientes essenciais, que potencializa os índices de obesidade infantil ³. Portanto, esse relato tem como finalidade apresentar a experiência que os acadêmicos de medicina da quarta etapa tiveram com os estudantes da EMEB Antônio Joaquim de Arruda acerca da importância da alimentação saudável para um crescimento longo e uma saúde preservada. **Descrição:** Foi realizada uma educação em saúde em forma de roda de conversa nas 11 salas de aula com crianças de quatro a oito anos de idade do período vespertino, explicando a importância de aderirem uma alimentação saudável e o tão prejudicial é o consumo exagerado dos produtos industrializados. Os acadêmicos levaram duas bandejas contendo alimentos naturais in natura como frutas e legumes e na outra, alimentos processados como refrigerantes, doces, salgadinhos e bolachas. As crianças conseguiam entender e observar a diferença entre os alimentos, tanto que a participação deles foi intensa com perguntas aos acadêmicos.

Considerações finais: A roda de conversa teve como objetivo principal o esclarecimento para as crianças na distinção entre alimentos saudáveis e não saudáveis, ressaltando que a frequência com que um alimento é consumido exerce um papel diferenciador entre essas duas categorias.

1. Acadêmico de medicina do Centro Universitário de Várzea Grande - UNIVAG. Email adyman.procopio@gmail.com; anabeatrizsaragossa@gmail.com; dapperanacecilia@gmail.com; augustohpossamay@hotmail.com; jhessicakarolineflores@gmail.com; thaismartelli2@gmail.com.

2. Discente do curso de medicina do Centro Universitário de Várzea Grande – UNIVAG. Email: livia.grisante@univag.edu.br sobre a importância da alimentação, que irá além da escola chegando até suas casas e familiares.

**ANAIS DA VII MOSTRA CIENTÍFICA DO
PROGRAMA DE INTERAÇÃO COMUNITÁRIA DO CURSO DE MEDICINA**

Com isso, a visualização dos alimentos despertou nas crianças uma participação ativa no processo de aprendizagem, a partir do relato de suas experiências com a alimentação em casa, bem como a curiosidade.

Palavras-chave: Educação em Saúde; Criança; Alimentação saudável.