

SUSTENTABILIDADE E ALIMENTAÇÃO SAÚDAVEL: ALIADOS NA QUALIDADE DE VIDA INFANTIL

OLIVEIRA, Alice Maria Silva¹; ANDRADE, Alessandro da Silva²; MACEDO, Ana Gerlany Lopes de³; SANTOS, Ana Vitória Vieira⁴; SILVA, Catarina Calaça Costa e⁵; MESQUITA, Emanuelle Libânio⁶; SOUSA, Francisca Beatriz de Carvalho⁷; SIMÕES, Giulia Letícia Alves⁸; LEITE, Helliny Maria Gonçalves Alves⁹; SILVA, Letícia Maria Barboza da¹⁰; RIBEIRO, Maria Clara Monte¹¹; SILVA, Maria Clara da Conceição¹²; BATISTA, Marianna Cristine Ferreira¹³; LINHARES, Maria Eduarda de Sousa¹⁴; MACÊDO, Maria Luísa Freire de¹⁵; MEIRELES, Natasha Letícia Oliveira¹⁶; SANTOS, Alessandro Carvalho Alves dos¹⁷

E-mail do discente apresentador: natashameirelas10@gmail.com

Introdução: O bem-estar e a saúde infantil são essenciais para uma sociedade justa e igualitária. Os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) da ONU destacam a redução da mortalidade infantil e a garantia dos direitos das crianças como prioridades globais. No Brasil, crianças em situação de vulnerabilidade enfrentam dificuldades no acesso à saúde, educação e bem-estar, impactando seu desenvolvimento. A educação alimentar, combinada com práticas que integram saúde e meio ambiente, é fundamental para promover hábitos saudáveis e a consciência ambiental. Hábitos saudáveis, como alimentação equilibrada e higiene, devem ser formados desde a infância, com influências do ambiente familiar e cultural. Projetos educativos lúdicos, como cultivo de plantas e escritórios de higiene, apresentam eficácia comprovada na promoção de saúde e sustentabilidade. O projeto descrito busca implementar atividades educativas em lares institucionais, com foco na saúde física e emocional das crianças, promovendo hábitos saudáveis e responsivos. **Objetivos:** O objetivo foi promover hábitos alimentares saudáveis, destacando os benefícios nutricionais das frutas; educar sobre a importância da higienização das mãos para prevenir doenças infecciosas; e incentivar práticas sustentáveis, como o cultivo de plantas, para aumentar a conscientização ambiental e o senso de responsabilidade ecológica entre as crianças. **Método:** O projeto incluiu diversas atividades para promover o bem-estar e saúde das crianças. As crianças personalizaram vasos com materiais recicláveis, aprendendo sobre a importância da reciclagem. Em seguida, receberam orientações sobre o cultivo de plantas, fortalecendo seu vínculo com a natureza. Uma oficina de higienização das mãos foi conduzida de forma divertida, com dinâmicas para garantir um aprendizado eficaz. Um teatro de fantoches abordou os benefícios de frutas e legumes, e uma gincana com perguntas e distribuição de brindes e salada de frutas incentivou hábitos alimentares saudáveis. As ações buscaram promover a saúde física e o bem-estar emocional das crianças. **Resultados:** O projeto alcançou resultados positivos, promovendo hábitos alimentares saudáveis entre as crianças. Durante as atividades, elas demonstraram interesse e curiosidade pelo cultivo das frutas, compreendendo de forma prática a origem dos alimentos. A experiência sensorial de consumir as frutas em pedaços permitiu que elas percebessem sua importância nutricional. A peça teatral foi fundamental para conscientizar sobre a importância das frutas, tornando o aprendizado mais divertido e eficaz. Ao final, as crianças mostraram maior interesse em consumir frutas e adotar hábitos alimentares saudáveis, refletindo o impacto positivo do projeto. **Conclusão:** O projeto de extensão realizado em um lar adotivo teve um impacto positivo nas habilidades sociais e emocionais das crianças, promovendo melhorias nas suas interações e na vivência diária. Os cursos envolvidos proporcionaram momentos de desenvolvimento pessoal. Atividades sobre alimentação saudável e o cultivo de sementes de cereja e tomate foram essenciais para o bem-estar das crianças, ensinando-lhes sobre saúde e

sustentabilidade. O projeto também estimulou uma reflexão mais ampla sobre como a sociedade influencia na qualidade de vida dessas crianças.

Referências

CIRINO, Cleide Aparecida Pereira et al. Educação infantil e suas práticas educativas: a importância da alimentação saudável e consciente. Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação, v. 8, n. 1, p. 241-251, 2022.

SILVA, Giselia AP; COSTA, Karla AO; GIUGLIANI, Elsa RJ. Alimentação infantil: além dos aspectos nutricionais. Jornal de Pediatria, v. 92, p. 2-7, 2016.

TALYULI, Vilma Alves Ramos. A IMPORTÂNCIA DOS BONS HÁBITOS ALIMENTARES NA EDUCAÇÃO INFANTIL PARA DESENVOLVIMENTO DA CRIANÇA. 2021.