

**ESTRATÉGIAS LÚDICAS DE EDUCAÇÃO NUTRICIONAL PARA CRIANÇAS NA
PRIMEIRA INFÂNCIA: INTERAÇÃO ENTRE AS CRIANÇAS A ESCOLA E A
FAMÍLIA NA CIDADE DE BORBOREMA- PB. -UM RELATO DE
EXPERIÊNCIA.**

Autores/as: Bianca Lataliza Granjeiro (Universidade Federal da Paraíba; biancalataliza.academico@gmail.com); Victória Abdo Chamon Simões (Universidade Federal da Paraíba; vivichamon123@gmail.com); Mateus Henrique França Camargos (Universidade Federal da Paraíba; mateus.franca3@academico.ufpb.br); Karoliny Brito Sampaio (Universidade Federal da Paraíba; karolbsampaio@gmail.com); Patrícia Pinheiro Fernandes Vieira (Universidade Federal da Paraíba; patriciaprs@gmail.com).

RESUMO EXPANDIDO: Gastronomia social e políticas públicas.

Apresentação

A infância é uma fase da vida de grandes descobertas e experimentação contínua do novo, sendo relacionada diretamente com a formação dos hábitos alimentares, o que justifica a importância da educação nutricional como instrumento para promoção da saúde no decorrer da vida. A utilização de estratégias lúdicas como busca alternativa de melhorar a inserção de alimentos saudáveis, recebe grande destaque nos atuais debates educacionais por se observar as necessidades mundiais contemporâneas.

A educação nutricional, enquanto ferramenta educativa, favorece a formação de uma consciência alimentar desde a primeira infância, aproximando o ambiente escolar e o familiar como espaços complementares e essenciais para a construção de hábitos saudáveis. Nesse contexto, o presente projeto propôs o uso de estratégias lúdicas baseadas na recreação e no ato de brincar aprendendo, a fim de transmitir conhecimentos sobre alimentação saudável e estimular nas crianças um pensamento crítico e consciente sobre escolhas alimentares.

Objetivos

O projeto foi desenvolvido com o objetivo de promover e estimular a formação da consciência nutricional na primeira infância em 7 (sete) escolas públicas do município de Borborema–PB, por meio da adoção de metodologias ativas que facilitassem o entendimento e a assimilação dos conteúdos abordados. Além disso, buscou-se associar conceitos de

nutrição a práticas lúdicas no desenvolvimento de novas formas de preparo de alimentos com baixa aceitação pelas crianças, de modo a aproximar o propósito da intervenção da realidade local de discentes, famílias e merendeiras, sendo avaliada sua aceitação com o uso da escala hedônica.

O trabalho está inserido no eixo temático I: Cultura e Desenvolvimento Regional, proposto pela Pró-Reitoria de Extensão (PROEX) da Universidade Federal da Paraíba (UFPB). Valoriza-se, assim, a cultura alimentar local e a agricultura familiar, com vistas à redução do desperdício e à promoção de hábitos mais saudáveis e sustentáveis. A execução das atividades se apoiou em três vertentes fundamentais: as crianças, as famílias e a escola (professores e merendeiras).

Descrição da experiência

A metodologia adotada foi a pesquisa-ação, conforme Thiollent (2022), que visa ampliar o conhecimento e a consciência dos participantes por meio de práticas participativas, envolvendo a interação entre comunidade e pesquisadores. A proposta abrangeu sete escolas públicas do município de Borborema-PB, alcançando diretamente cerca de 700 alunos, suas famílias e 22 merendeiras, em um espaço de tempo de 5 meses (agosto a dezembro de 2024).

As atividades foram estruturadas em diferentes etapas:

- Com os alunos, foram realizadas palestras interativas, seguidas de brincadeiras e encenações teatrais sobre alimentação saudável, com o intuito de fixar de maneira divertida os conceitos apresentados.
- Com as merendeiras, promoveu-se capacitação por meio de oficinas e palestras que abordaram higiene, boas práticas de manipulação e segurança alimentar. Foram apresentados dados científicos, reportagens e dinâmicas de sensibilização, seguidos da elaboração de novas receitas com alimentos de baixa aceitação, indicados pela nutricionista municipal, existindo uma avaliação dos cursos por 100% dos participantes como ótimo e de grande importância em sua prática cotidiana.
- Com as famílias, ocorreram encontros de sensibilização, oficinas de alimentação saudável e momentos de diálogo, visando aproximar a prática educativa da rotina alimentar doméstica, ressaltando-se a grande adesão das famílias e relatos de inserção de novos alimentos saudáveis na alimentação familiar.

As receitas propostas foram planejadas de modo a utilizar ingredientes locais, utensílios disponíveis nas cozinhas escolares e técnicas simples, facilitando a reprodução e aceitação de 6 receitas propostas a inclusão na merenda, as quais apresentaram uma aceitação

de 90% após a realização das atividades educativas, o que demonstra a importância e relevância da ação. O projeto também contemplou um processo sistemático de avaliação contínua, com reuniões semanais, aplicação de questionários a diferentes públicos e ajustes metodológicos sempre que necessários. Relatórios parciais e finais foram elaborados conforme as exigências do edital, além da produção de artigos acadêmicos para divulgação científica.

Discussão

Segundo Nobre e Bento (2023, p. 3), os métodos ativos de aprendizagem são fundamentais para relacionar o conhecimento e as ações educativas ao cotidiano das pessoas, unindo teoria e prática. Dessa forma, favorecem a formação de indivíduos mais engajados, críticos e participativos, fortalecendo sua autonomia nas escolhas e hábitos alimentares ao longo da vida. Além disso, esses processos colaboram para a promoção da saúde e para a redução dos fatores de risco associados às doenças crônicas não transmissíveis. A realização do projeto pôde proporcionar resultados de excelência, mesmo com o enfrentamento de algumas dificuldades, uma vez que as escolas disponibilizaram todos os materiais necessários para a realização das atividades, principalmente os alimentos que eram menos aceitos.

Segundo Oliveira, Costa e Rocha (2017), promover a saúde e a boa nutrição de crianças e adolescentes representa um investimento valioso para o futuro da sociedade e, por extensão, do país. As instituições de ensino, como pré-escolas e escolas, oferecem múltiplas oportunidades para estimular hábitos alimentares saudáveis entre os jovens. Além disso, esses espaços configuram-se como locais estratégicos para envolver famílias e comunidades na prevenção de doenças ligadas à alimentação. O amplo alcance da escola junto às crianças destaca-se como fator essencial no enfrentamento dos atuais desafios nutricionais.

Sob essa óptica, a implementação de ações educativas com esta abordagem nessa área pode ampliar o conhecimento de estudantes e seus familiares sobre práticas alimentares adequadas, incentivando escolhas mais saudáveis, maior valorização da merenda escolar e, conseqüentemente, a redução do desperdício de alimentos.

O retorno da Secretaria Municipal de Educação destacou a aceitação positiva das novas receitas introduzidas nas merendas escolares, bem como o impacto na capacitação das merendeiras, que passaram a adotar práticas de preparo mais seguras. A substituição de utensílios inadequados, como colheres e tábuas de madeira, foi igualmente reconhecida como avanço para a melhoria das condições higiênicas de manipulação.

Considerações Finais



O projeto “Estratégias Lúdicas de Educação Nutricional na Primeira Infância” evidenciou a eficácia das metodologias ativas na promoção da saúde, destacando a importância da integração entre escola, família e comunidade. A experiência fortaleceu a valorização da cultura alimentar local, estimulou práticas de sustentabilidade e demonstrou potencial para ser replicada em outras localidades, contribuindo para a formação de hábitos alimentares mais conscientes e saudáveis desde a infância.

Referências: BENTO, I. C.; NOBRE, L. N. A presença de métodos pedagógicos nas ações de educação alimentar e nutricional para crianças e adolescentes no Brasil e exterior. *Revista de Nutrição e Vigilância em Saúde*, v. 10, e10511, 2023. Disponível em: <https://revistas.uece.br/index.php/nutrivisa/article/view/10511>. Acesso em: 06 set. 2025.

OLIVEIRA, J. C. DE; COSTA, S. D.; ROCHA, S. M. B. DA. Educação nutricional com atividade lúdica para escolares da rede municipal de ensino Curitiba. *Cadernos da Escola de Saúde*, v. 2, n. 6, 3 mar. 2017. Disponível em: <https://portaldeperiodicos.unibrasil.com.br/index.php/cadernossaude/article/view/2333>. Acesso em: 06 set. 2025.

THIOLLENT, M. *Metodologia da pesquisa-ação*. [S.l.]: Cortez Editora, 2022.

Palavras-chave: Educação nutricional, Infância, Estratégias lúdicas.

Fonte(s) de financiamento/apoio: Pró-Reitoria de Extensão (PROEX) da Universidade Federal da Paraíba (UFPB).

Conflito de interesses: Declaramos não ter conflitos de interesse.