

SUBMISSÃO / RESUMO-EDITAIS (PROPEGI/PROEC/PROGRAD) -
TRABALHOS LOCAIS - EXTENSÃO

**EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NO PRÉ-NATAL: INTERVENÇÃO
EDUCATIVA PARA PROMOÇÃO DA GESTÃO SAUDÁVEL**

Hortênsia Barbosa Pinto (hortensia.bpinto@upe.br)

Maria Eduarda Ramalho Nunes Da Silva (maria.ernsilva@upe.br)

Beatriz Gomes Damasceno (beatriz.gdamasceno@upe.br)

Evellyn Nayara Timoteo Grigorio (evellyn.ntgrigorio@upe.br)

Luciely Da Luz Panta (luciely.lpanta@upe.br)

Eliandra Araújo Da Silva Cruz (eliandra.ascruz@upe.br)

Gabryella Taynna Cavalcante Barbosa (gabryella.tcbarbosa@upe.br)

Eguidima Maria Gonçalves Ferreira (mariaeguidms@gmail.com)

Tainara Sousa Dos Reis (tainara.sreis@upe.br)

Erisvania Ítala Vieira Da Silva (erisvania.ivsilva@upe.br)

Ana Heloise Silva (ana.hsilva@upe.br)

Diego Felipe Dos Santos Silva (diego.santos@upe.br)

A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) é essencial no pré-natal, visto que ajuda as gestantes a escolher melhor o que comer, ter mais autonomia e manter hábitos alimentares seguros. Uma dieta equilibrada e rica em nutrientes essenciais durante a gestação é fundamental para a saúde materno-infantil, enquanto deficiências nutricionais podem comprometer o desenvolvimento fetal e elevar o risco de baixo peso ao nascer e parto prematuro. Este projeto teve como objetivo realizar ações de Educação Alimentar e Nutricional com gestantes, evidenciando a importância de uma alimentação balanceada para o desenvolvimento seguro e adequado do bebê. A experiência ocorreu no Hospital Espaço Viver Bem – UNIMED, em Petrolina-PE. A intervenção foi pautada em ações de EAN e iniciou-se com palestra dialogada, abordando necessidades nutricionais, deficiências de micronutrientes e a relevância da suplementação no período gestacional. O conteúdo foi reforçado por álbum seriado como recurso visual estratégico de informação nutricional. Para fixação ativa, realizou-se uma dinâmica em formato de bingo nutricional: as participantes estouravam balões que continham perguntas a serem registradas e respondidas nas cartelas. Incluíram-se questionários de aceitação para avaliação da atividade e um momento de escuta ativa para dúvidas e partilhas de experiências. O encontro foi encerrado com distribuição de folders informativos e oferta de lanche saudável e integrador, reforçando os conceitos trabalhados e promovendo acolhimento. Observou-se participação expressiva e entusiasmada das gestantes, que já apresentavam repertório inicial sobre o tema, favorecendo diálogo aberto, interação e esclarecimento de dúvidas. Conclui-se que a intervenção, com a EAN como protagonista, contribuiu para prevenir deficiências nutricionais, apoiar o controle do ganho de peso, reduzir riscos obstétricos/nutricionais e promover o aleitamento materno, reafirmando a alimentação adequada como pilar de uma gestação saudável.

Palavras-chave: educação alimentar e nutricional; gestação; pré-natal.