



# MEDX 2025

III Congresso Internacional Médico Estudantil e  
II Encontro de Ligas Acadêmicas de Medicina  
I Mostra Científica IESC / PIEPE

## EDUCAÇÃO ALIMENTAR E AVALIAÇÃO ANTROPOMÉTRICA DE CRIANÇAS: RELATO DE EXPERIÊNCIA DE AÇÃO EDUCATIVA EM SAÚDE

Ingrid Raissa Pascoal Anacleto<sup>1</sup>; Camilly Queiroga Mendes<sup>2</sup>; Davi Rodrigues Vieira<sup>3</sup>; Dayana Ketley da Silva Pontes<sup>4</sup>; Gabriel Moreira Soares de Oliveira<sup>5</sup>; Ianny Lívia Dantas Pereira Silva<sup>6</sup>; Ana Teresa Fernandes Cordeiro<sup>7</sup>; Marillia Bastos de Andrade Nogueira<sup>8</sup>; Anielle Chaves de Araújo Brandão<sup>9</sup>.

<sup>12345678</sup>Discentes Afya Paraíba, João Pessoa - PB

<sup>9</sup>Docente Afya Paraíba, João Pessoa – PB

### Introdução

A formação de hábitos alimentares saudáveis na infância é essencial para o desenvolvimento físico, cognitivo e emocional das crianças, além de desempenhar papel crucial na prevenção de doenças crônicas ao longo da vida (Ministério da Saúde, 2022). A infância é um período crítico para a consolidação de escolhas alimentares, pois os padrões estabelecidos nessa fase tendem a se perpetuar na vida adulta. Nesse contexto, a educação alimentar no ambiente escolar e comunitário surge como uma estratégia eficaz para estimular o aprendizado, a autonomia e o pensamento crítico das crianças, permitindo que compreendam, de forma prática e lúdica, a importância de escolhas alimentares conscientes (Bento; Nobre, 2023).

Além da alimentação, a avaliação do estado nutricional por meio de medidas antropométricas, como peso, altura e índice de massa corporal (IMC), é fundamental para identificar riscos nutricionais, monitorar o crescimento e orientar intervenções educativas e de saúde (Ferreira, 2020). Essas avaliações, quando integradas a ações educativas, permitem acompanhar o impacto de hábitos alimentares e promover intervenções mais eficazes para a saúde infantil.

O trabalho tem como objetivo relatar uma experiência extensionista voltada à promoção da alimentação saudável e ao monitoramento antropométrico de crianças, destacando metodologias, resultados e contribuições para os participantes e acadêmicos envolvidos.

### Métodos ou Relato de Experiência

O presente trabalho trata-se de um relato de experiência extensionista, realizado em parceria com um instituto de surf para crianças, no dia 2 de outubro de 2025, na Praia de Cabedelo–PB. Participaram aproximadamente 60 crianças, com idades entre 5 e 12 anos, todas vinculadas à instituição. A ação teve caráter educativo e descritivo, com abordagem qualitativa, voltada para a promoção de hábitos alimentares saudáveis e a valorização da saúde infantil.

As atividades foram conduzidas por acadêmicos de uma Instituição de Ensino Superior (IES) de Medicina localizada na Paraíba, sob supervisão docente. A ação foi organizada em duas etapas. Na primeira, realizou-se uma roda de conversa sobre alimentação saudável, com diálogos sobre os grupos alimentares, dinâmicas interativas e perguntas para estimular o envolvimento das crianças e facilitar a discussão dos conceitos.

Na segunda etapa, foi realizada a avaliação antropométrica, contemplando peso, altura e cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC) e comparando às curvas de crescimento da Organização Mundial da Saúde (OMS), possibilitando a identificação de desvios nutricionais e a orientação individualizada às famílias. O momento foi conduzido com acolhimento, reforçando a importância do autocuidado desde a infância.

Ao final da ação, houve um momento de confraternização, com a distribuição de frutas, bolos, doces e sucos, reforçando, de forma prática, os conhecimentos compartilhados.



# MEDX 2025

III Congresso Internacional Médico Estudantil e  
II Encontro de Ligas Acadêmicas de Medicina  
I Mostra Científica IESC / PIEPE

Toda a atividade foi registrada e discutida posteriormente em grupo, permitindo uma reflexão crítica sobre o papel do estudante como agente transformador e sobre o impacto positivo das ações de saúde voltadas à infância.

## **Resultados e Discussão**

Durante a execução da atividade, observou-se elevado nível de engajamento das crianças, evidenciado pela participação ativa e pelo entusiasmo demonstrado nas dinâmicas sobre alimentação saudável. A utilização de estratégias pedagógicas lúdicas, associadas a exemplos do cotidiano, favoreceu o diálogo de conceitos nutricionais, incentivando interesse pelo consumo de frutas, verduras e alimentos naturais. Esses achados corroboram estudos que indicam que metodologias ativas, como jogos e atividades práticas, potencializam a motivação, a cooperação e a assimilação de conteúdos por crianças em contextos educativos (Faria et al., 2021).

O ambiente litorâneo e o clima descontraído contribuíram para uma troca de saberes espontânea e participativa, fortalecendo o vínculo entre os estudantes e a comunidade local, evidenciando o potencial de ações educativas integradas à realidade social das crianças atendidas.

A avaliação antropométrica realizada durante a ação permitiu identificar padrões de crescimento e possíveis desvios nutricionais, fornecendo subsídios para orientações individualizadas. Este procedimento é reconhecido como uma ferramenta confiável para o monitoramento do estado nutricional infantil, sendo amplamente recomendado em programas de saúde pública voltados à prevenção de doenças relacionadas à alimentação (Pedraza, 2016).

Além do impacto direto sobre as crianças, a participação dos responsáveis ampliou significativamente o alcance educativo da intervenção, reforçando o papel da família como mediadora de hábitos alimentares saudáveis. Evidências apontam que o ambiente familiar exerce influência determinante na formação de práticas alimentares, destacando a importância do envolvimento dos cuidadores no processo educativo (Coelho, 2014).

Do ponto de vista acadêmico, a experiência contribuiu substancialmente para o desenvolvimento de competências essenciais aos futuros profissionais de saúde, como comunicação, empatia e atuação interdisciplinar. A vivência prática em contexto comunitário proporciona a compreensão holística das necessidades da população, reforçando a importância da integração entre diferentes áreas do conhecimento na formação de profissionais de saúde (Santos et al., 2015).

Por fim, a experiência evidenciou o potencial das ações comunitárias universitárias para fortalecer a educação em saúde, promover a inclusão social e consolidar a formação humanizada dos futuros profissionais. Reafirma também a extensão universitária como elo entre ciência, cuidado e cidadania, ampliando o compromisso ético e social dos acadêmicos com a comunidade (Santana et al., 2021).

## **Considerações Finais**

A atividade de extensão evidenciou a relevância das ações educativas na promoção da alimentação saudável na infância, apresentando resultados positivos quanto ao engajamento das crianças e de seus familiares. As estratégias lúdicas e interativas mostraram-se eficazes na busca da construção de conhecimentos e mudanças de atitudes frente aos hábitos alimentares.

A experiência contribuiu para o desenvolvimento de competências essenciais à formação em saúde e reafirmou o papel da extensão universitária como instrumento de transformação social. Portanto, recomenda-se a continuidade das ações de forma periódica, com ampliação das parcerias intersetoriais e implementação de mecanismos de avaliação que subsidiem o aprimoramento das intervenções futuras.



# MEDX 2025

III Congresso Internacional Médico Estudantil e  
II Encontro de Ligas Acadêmicas de Medicina  
I Mostra Científica IESC / PIEPE

## Referências

- BENTO, Isabel Cristina; NOBRE, Luciana Neri. A presença de métodos pedagógicos nas ações de educação alimentar e nutricional para crianças e adolescentes no Brasil e exterior. *Nutrivisa – Revista de Nutrição e Vigilância em Saúde*, Fortaleza, v. 10, n. 1, p. 1-12, 2023.
- COELHO, H. M. Relações familiares e comportamento alimentar. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, v. 30, n. 3, p. 295-302, 2014.
- FARIA, B. C. D. et al. O uso de metodologias ativas de ensino-aprendizagem em Pediatria I. *Revista Brasileira de Educação Médica*, v. 45, n. 3, p. 1-8, 2021.
- FERREIRA, Haroldo da Silva. Anthropometric assessment of children's nutritional status: a new approach based on an adaptation of Waterlow's classification. *BMC Pediatrics*, v. 20, art. 65, 2020.
- MINISTÉRIO DA SAÚDE. Por que é tão importante uma alimentação adequada e saudável no início da vida? Brasília, 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/saude>. Acesso em: 22 out. 2025.
- PEDRAZA, D. F. Caracterização dos estudos de avaliação antropométrica em crianças brasileiras assistidas em creches. *Revista Paulista de Pediatria*, v. 34, n. 4, p. 465-472, 2016.
- SANTANA, R. R. et al. Extensão universitária como prática educativa na formação profissional. *Revista Educação e Realidade*, v. 46, n. 2, p. 1-10, 2021.
- SANTOS, R. N. L. C. et al. Brasil - Integralidade e Interdisciplinaridade na Formação Acadêmica em Saúde. *Revista Brasileira de Educação Médica*, v. 39, n. 2, p. 1-10, 2015.