AÇÕES DE EDUCAÇÃO DO PROGRAMA SAÚDE NA ESCOLA (PSE) DE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL DESENVOLVIDA EM CENTRO DE ENSINO INFANTIL (CEI) DA REDE MUNICIPAL DE ENSINO DA ZONA RURAL DE CAXIAS (MA): RELATO DE EXPERIÊNCIA

Ladynande Paz Moura[a]

[a]Nutricionista da Estratégia de Saúde da Família, Unidade Básica de Saúde da zona rural do município de Caxias, Maranhão

Palavras-chave: Saúde; Educação Nutricional; Alimentação saudável.

OBJETIVO DA EXPERIÊNCIA: Integrar saúde e educação por meio da realização de atividades de educação nutricional voltadas para crianças de creches da rede municipal da zona rural de Caxias, Maranhão, incentivando a adoção de hábitos alimentares saudáveis e valorizando os alimentos produzidos na própria comunidade. **CONTEXTO:** A ação foi desenvolvida em um Centro de Educação Infantil da zona rural de Caxias (MA), envolvendo crianças na faixa etária de três a seis anos de idade, nos turnos matutino e vespertino. **DESCRIÇÃO DA EXECUÇÃO**: As atividades educativas ocorreram em sala de aula, com metodologias lúdicas e recursos visuais, como cartazes ilustrativos, com linguagem simples e acessível ao público infantil. Durante as apresentações, foram abordados temas relacionados à importância dos alimentos saudáveis para o crescimento, fortalecimento do organismo e prevenção de doenças, buscando estimular a participação ativa das crianças e facilitar a compreensão do conteúdo. Inicialmente, foram realizadas palestras lúdicas e dinâmicas educativas, nas quais se destacou o papel dos alimentos naturais, como frutas, verduras e legumes, na promoção da qualidade de vida. Depois, discutiu-se os riscos associados ao consumo excessivo de alimentos industrializados, especialmente refrigerantes, salgadinhos, doces e balas, produtos frequentemente consumidos pelos escolares. **RESULTADOS**: As crianças demonstraram interesse e participação durante as atividades, evidenciando conhecimentos prévios sobre alimentação saudável, embora muitas relatem a preferência por alimentos ultraprocessados devido à praticidade e influência do ambiente familiar. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** A família exerce papel essencial na formação dos

hábitos alimentares infantis, sendo indispensável sua participação no incentivo ao consumo de alimentos saudáveis. Além disso, a experiência evidenciou a relevância da integração entre Atenção Primária à Saúde e educação no desenvolvimento de ações de promoção da saúde, contribuindo para a formação de hábitos mais saudáveis desde a infância e para a melhoria da qualidade de vida das crianças.