

PRÁTICAS EDUCATIVAS INOVADORAS - NUTRIÇÃO

CONSTRUÇÃO E APLICAÇÃO DO “JOGO DAS 3 PISTAS” COMO ESTRATÉGIA DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Esthefanie Parreira Mello Dias (esthefaniemello@yahoo.com.br)

Jailanyi Lima De Aguiar (jailanyi.aguiar@gmail.com)

Alessandra Xavier Fernandes (alessandraxavierfernandes@gmail.com)

Gabriela Fanti Noel (gabi.noel76@gmail.com)

Natália Dos Santos Barboza (tataiabarboza@gmail.com)

Yasmin Vasconcellos Antunes (yasminvasconcellos77@gmail.com)

Introdução: A transmissão de conhecimentos sobre alimentação e nutrição podem ser realizadas através de ações de educação alimentar e nutricional, visando informar sobre hábitos alimentares saudáveis, que possibilitam uma melhora na qualidade de vida. Os jogos são ferramentas, que além de proporcionar a diversão, são capazes de facilitar a aprendizagem e acelerar mudanças de comportamento. Pensando em desenvolver novas ações, buscou-se construir uma adaptação do “Jogo das 3 pistas” para os participantes do grupo COPPA (Controle de Obesidade e Prevenção e Patologias Associadas) da Estratégia de Saúde da Família do Boa Vista com o objetivo de tornar mais atrativo o tema a ser abordado. Para elaboração das pistas do jogo foi utilizado o Guia Alimentar para a População Brasileira que é um instrumento de apoio e incentivo às práticas alimentares saudáveis, adotado como referência para ações de educação alimentar e nutricional.

Objetivo: Descrever a experiência da construção e aplicação do jogo intitulado "Jogo das 3 pistas" como estratégia de educação alimentar e nutricional.

Descrição das atividades realizadas: Durante o estágio de Nutrição Social na Estratégia de Saúde da Família Boa Vista, é realizado 1 vez por semana um encontro com o grupo COPPA, composto por adultos e idosos do território. No grupo são discutidos diversos temas relacionados a alimentação saudável e qualidade de vida, sendo realizado, a cada encontro, uma dinâmica diferente com o objetivo de tornar a atividade mais interessante para os participantes. Em vista disso, as estagiárias do curso de nutrição elaboraram uma adaptação inspirado no "Jogo das 3 pistas", apresentado pela emissora de televisão SBT aos domingos. Trata-se de um jogo bastante simples que foi utilizado como ferramenta facilitadora na realização da educação alimentar e nutricional, através de uma abordagem lúdica. Para a confecção do jogo utilizou-se como base metade de uma placa de isopor e a outra metade foi destinada à confecção da roleta. Para fazer a roleta girar foi utilizado um parafuso, uma porca e três arruelas. Após a roleta pronta, foram realizados cortes no isopor, com um auxílio de um estilete e régua, para fixar os dez cartões onde foram colocadas as pistas. O conteúdo trabalhado no jogo foi baseado nos dez passos para alimentação saudável do Guia Alimentar para População Brasileira, no qual cada cartão representava um dos dez passos. O jogo iniciou-se com a divisão do grupo em 2 trios, sendo escolhido um representante para começar girando a roleta e escolhendo um cartão, em seguida as estagiárias liam a primeira pista. O jogo funcionava da seguinte forma: caso houvesse acerto da resposta com apenas uma pista, o trio recebia 10 pontos; caso a resposta estivesse errada ou se os participantes não soubessem a resposta, passava-se a chance de responder para o trio adversário, o qual tinha mais duas pistas para encontrar a resposta, que passavam a valer 9 pontos. Se este grupo não soubesse a resposta, a oportunidade de responder retornava ao trio iniciante, que passava a ter três pistas para acertar a resposta e marcar 8 pontos. Após as respostas corretas a estagiária explicava detalhadamente sobre o passo da alimentação saudável que representava aquela resposta. Em relação ao passo 1 (Fazer de alimentos in natura ou minimamente processados a base da alimentação) foram elaboradas as seguintes pistas: in natura (10 pontos), câimbras (9 pontos) e potássio (8 pontos) tendo como resposta: Banana. Seguindo esse padrão foram construídas as demais pistas. As pistas com valor de 10 pontos foram mais gerais que as dicas com valor de 9 pontos e assim por diante. Quando o trio não encontrava a resposta com as três pistas, a vez passava para a "plateia",

composta pela preceptora de estágio e pelas nutricionistas do núcleo ampliado de saúde da família e atenção básica (NASF-AB) presente no dia da atividade. Foi vencedor o trio que somou o maior número de pontos. Análise do processo ensino-aprendizagem: Estratégias de educação alimentar e nutricional elaboradas em uma linguagem simples, visando a adoção de hábitos de vida saudáveis é fundamental. O caráter inovador deste trabalho é a utilização de um jogo inspirado em programa de televisão muito familiar ao público-alvo como ferramenta de transmissão do conteúdo do Guia Alimentar, estimulando a alimentação saudável de forma lúdica e didática, viabilizando uma interação maior com o grupo. Essa experiência possibilitou que as estagiárias da unidade desenvolvessem um conjunto de novas competências e habilidades fundamentais à boa prática profissional na Atenção Primária tais como o planejamento, a organização, a criatividade e a importância de utilizar uma linguagem acessível na elaboração do jogo e das pistas, o que incentivou o aprofundamento dos seus conhecimentos e resultou em uma atividade mais eficiente. Além disso, favoreceu a percepção de uma nova perspectiva de cuidado, centrada em práticas alternativas às consultas. Conclusão: As experiências vivenciadas pela construção e aplicação deste jogo possibilitaram uma reflexão sobre a criação de novas ferramentas para atividades de educação alimentar e nutricional. Observou-se, durante a aplicação do jogo, uma ampla aceitação dos participantes que se divertiram e fixaram o conteúdo de forma lúdica. Todas as respostas foram encontradas, notando assim que os conteúdos trabalhados nos encontros semanais do grupo COPPA estão sendo compreendidos. É válido destacar que apenas uma dica foi para a “plateia” composta pelas nutricionistas. Conclui-se que o “jogo das três pistas”, com suas devidas adaptações, pode ser utilizado em qualquer contexto explorando diversos temas da nutrição. Por fim, ressalta-se que os jogos educativos são um recurso didático que podem ser efetivos na transmissão das orientações do Guia, além de fortalecer o vínculo entre a comunidade e a unidade de saúde, contribuindo para ampliação do cuidado, prevenção de doenças e promoção da saúde.