

TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO - NUTRIÇÃO

EDUCAÇÃO NUTRICIONAL PARA INDIVÍDUOS PRÉ-ESCOLARES

Brenda Ferracioli Oliveira (brendaferracioli2040@gmail.com)

Leticia Pereira Santos (letiiciapsantos@gmail.com)

Carolina Soares Horta De Souza (mecarolinahorta@gmail.com)

Objetivo: O trabalho tem como objetivo investigar, na literatura, os efeitos da educação nutricional em pré-escolares, bem como a importância dos hábitos alimentares em crianças durante essa fase.

Metodologia: O presente estudo trata-se de uma revisão bibliográfica do tipo narrativa, onde foram utilizados artigos científicos, dissertações e teses disponíveis nas bases de dados PubMed, Lilacs, Scielo e Google Acadêmico, com os seguintes indexadores: hábitos alimentares, educação nutricional, pré-escolares.

Resultados: Estudos demonstram que a educação nutricional em crianças menores de 10 anos evidencia uma maior redução na gravidade da obesidade em relação aos adultos. Os pais podem influenciar mudanças nos hábitos alimentares e na atividade física da criança. No ambiente escolar, as crianças também estão vulneráveis às alterações de comportamento. Desta maneira, é necessário que a escola desenvolva estratégias para formação de hábitos de vida saudáveis para promoção da saúde e prevenção de doenças crônicas não transmissíveis.

Considerações finais: Os estudos sobre a educação nutricional em pré-escolares apontam poucas alterações nos hábitos alimentares das crianças quando conduzidas em curto prazo. Desta forma, torna-se imprescindível a intervenção nutricional em pré-escolares em longo prazo, a fim de criar estratégias para formação de hábitos alimentares saudáveis, promoção da saúde e prevenção de doenças crônicas não transmissíveis.

Palavras-chave: educação alimentar e nutricional; hábitos alimentares; pré-escolar.