

## TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO - NUTRIÇÃO

### IMPACTO DA EDUCAÇÃO NUTRICIONAL NAS ESCOLAS

*Kamilly Vitória Cândido Da Silva (kamilly.silva@aluno.unifenas.br)*

Gabriela Bacellar \*; Kamilly Vitória C. Silva \*; Maria Laura Torres\*; Carolina Soares Horta de Souza\*\*.

Objetivo: Apresentar os efeitos da educação nutricional nas escolas, analisando as mudanças nos comportamentos alimentares, no rendimento escolar e nas ações de prevenção e controle do excesso de peso dos alunos que participaram dos programas. 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, Scielo, Lilacs e Google Acadêmico, com os seguintes indexadores: educação nutricional, intervenção escolar, hábitos alimentares, saúde infantil, nutrição escolar e políticas públicas de alimentação. Resultados: Os programas de educação nutricional mostraram efeitos positivos consideráveis nos hábitos alimentares das crianças e adolescentes. As intervenções resultaram no aumento do consumo de alimentos ricos em nutrientes, como frutas, vegetais e grãos integrais, e na redução da ingestão de alimentos processados e ricos em açúcar. Diversos estudos destacaram ainda a melhora no conhecimento nutricional dos alunos, que passaram a compreender a importância de uma alimentação equilibrada para sua saúde. Em algumas escolas também foi observado que a educação nutricional impactou no ambiente familiar, com pais

e responsáveis adotando práticas alimentares mais saudáveis. Além disso, houve uma queda nos índices de obesidade infantil entre os participantes dos programas em comparação aos grupos. No entanto, nenhuma pesquisa apresentou redução significativa do índice de massa corporal (IMC) dos participantes, sugerindo que as intervenções de curto prazo podem não ser suficientes para alterar o estado nutricional dos escolares. Além de que, os resultados revelaram que houve um baixo número de publicações sobre o tema durante o período analisado, o que contrasta com a relevância do assunto. Considerações finais: A educação nutricional no ambiente escolar é boa para promover a saúde pública e formar cidadãos com uma noção em relação a alimentação. O projeto só é efetivo se houver uma regularidade e a continuidade das atividades, contando com apoio familiar e escolar. As políticas públicas apoiarem a educação alimentar nas escolas é essencial para continuidade do projeto. Futuramente pesquisar sobre os desafios logísticos e operacionais que a escola teve, e investigar em longo prazo o efeito do projeto na população infantil.

Palavras-chave: hábitos alimentares; intervenção escolar; nutrição; políticas públicas; saúde infantil.