



XVII Encontro de Extensão Universitária da Universidade Federal de Campina Grande.  
*Extensão Universitária, Arte e Cultura: desafios e caminhos possíveis para indissociabilidade entre Ensino, Pesquisa e Extensão.* De 11 a 19 de março de 2024.  
Campina Grande, Patos, Sousa, Pombal, Cuité, Sumé e Cajazeiras, PB – Brasil.

# “NUTRINDO PARA O FUTURO”: ATIVIDADES LÚDICAS NA CRECHE MARIA CLEONICE, CUITÉ-PB

*Cícera Firmina da Silva<sup>1</sup>, Camila Mayara de Medeiros França<sup>2</sup>, Josimara Nogueira da Costa<sup>3</sup>, Maria Helena Carneiro da Silva Lira<sup>4</sup>, Schirlene Sheila Dantas de Azevedo<sup>5</sup>, Karis Barbosa Guimarães Medeiros<sup>6</sup>, Marília Ferreira Frazão Tavares de Melo<sup>7</sup>*  
*marilia.ferreira@professor.ufcg.edu.br*

**Resumo:** Uma alimentação saudável nos primeiros anos de vida contribui com o amadurecimento e autonomia da criança, induzindo boas escolhas alimentares e prevenindo o aparecimento de doenças na fase adulta. Neste sentido, o presente projeto objetiva realizar atividades de educação alimentar e nutricional em crianças de uma creche do município de Cuité – PB, com o intuito de incentivar a formação precoce de hábitos alimentares saudáveis. Ao final, foi observado um maior conhecimento e interesse no consumo de frutas e hortaliças.

**Palavras-chaves:** *Infância, Pré-Escolares, Educação Alimentar e Nutricional, Educação Infantil, Hábito alimentar.*

## 1. Introdução

A infância apresenta característica de crescimento e desenvolvimento acelerado, que são influenciados pela genética e ambiente, neste sentido têm-se a alimentação enquadrada no segundo fator [1], a partir disso enfatiza-se que a nutrição adequada é essencial para a saúde, porque previne o surgimento de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), além de que esse período do ciclo da vida é o momento decisivo para construção e solidificação dos hábitos e atitudes [2,3]. A primeira infância, é fundamental para o desenvolvimento físico-motor, cognitivo e psicossocial da criança, sendo assim, responsável pela descoberta de novas interações com o ambiente externo [4]. Baseando-se nisso, o aperfeiçoamento das habilidades infantis através de estímulos da família ou da escola, é capaz de levar a uma facilidade na aquisição de novos conhecimentos e compreender o que acontece ao seu redor [5]. O desenvolvimento de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) no ambiente escolar é importante, visto que contribui para a promoção e proteção da saúde das crianças [6].

O projeto foi desempenhado com crianças na fase pré-escolar, de 3 (três) a 4 (quatro) anos de idade, matriculados na “Creche Professora Maria Cleonice Ramos de Sena”, do município de Cuité - PB. Nesta perspectiva, destacou-se como objetivos principais, a realização de atividades de Educação Alimentar e Nutricional, visando o conhecimento de frutas e

verduras, além de estimular a formação precoce de hábitos alimentares saudáveis, a partir do desenvolvimento de oficinas lúdicas, como recurso educativo, com abordagem para a formação precoce do hábito alimentar saudável.

## 2. Metodologia

O projeto realizou suas ações na Creche Professora Maria Cleonice Ramos de Sena, do município de Cuité/PB, no decorrer de junho a novembro de 2023. As atividades desempenhadas envolveram uma sondagem inicial, para identificação das frutas e hortaliças não conhecidas e/ou não aceitas. Posteriormente as menos aceitas foram selecionadas para serem incluídas como objeto principal das oficinas de Educação Alimentar e Nutricional que foram discutidas e elaboradas incluindo a utilização de músicas, pinturas, vídeos, jogos, contação de histórias, colagem, teatrinho, dança, para que os pré-escolares tivessem contato gradativo com estes. Para execução do projeto aconteceu treinamento inicial, além de reuniões periódicas entre a equipe para planejar e avaliar as atividades de EAN desenvolvidas e somente entre as extensionistas para confecção de materiais educativos e lúdicos, produção de preparações culinárias e realização das oficinas semanalmente na creche, com as crianças. Tratando das oficinas lúdicas, baseadas em frutas e hortaliças, ressalta-se que foram efetuadas em etapas de conhecimento, exploração e práticas, as quais se destacaram: história do lobinho com pintura de frutas, teatrinho de fantoches junto com quebra-cabeça de hortaliças, atividade de pintura e colagem das frutas, jogo da memória das hortaliças, caixa misteriosa, batata quente, espetinho nutritivo, arte nutritiva, assim como oficina para preparação de suco e bolo com frutas e hortaliças. Para culminância, uma dança de roda, desenvolvida com música temática “Rock das Frutas”, que foi ensaiada para apresentação no pátio da creche, que contou com a presença dos pais e professores da creche.

<sup>1,2,3,4</sup> Estudantes de Graduação, UFCG, Campus Cuité, PB, Brasil.

<sup>5</sup> Colaborador/a, <Nutricionista>, pela UFCG, Campus Campina Grande, PB, Brasil.

<sup>6</sup> Orientador/a, < Professora Adjunta do Curso de Nutrição >, UFCG, Campus Campina Grande, PB, Brasil.

<sup>7</sup> Coordenador, Orientador/a, < Professora Adjunta do Curso de Nutrição >, UFCG, Campus Campina Grande, PB, Brasil.

### 3. Ilustrações



Figura 1 – Contação da História do Lobinho



Figura 2 – Dinâmica da Caixa Misteriosa



Figura 3 - Oficina da Salada de Frutas



Figura 4 - Oficina Bolo da Barbie e Suco do Hulk

### 4. Resultados e Discussões

Visando obter a formação precoce do hábito alimentar saudável, as atividades lúdicas ofertadas pelas estudantes extensionistas, alcançaram um resultado satisfatório na comunidade externa, a qual atendeu cerca de cinquenta e uma crianças do Maternal II ao longo de onze ações desenvolvidas na Creche Professora Maria Cleonice Ramos de Sena, sob a responsabilidade de cinco docentes e uma assistente.

Atividades educativas lúdicas, como teatro, contação de histórias, jogos adaptados, músicas, colagem, recortes e degustação, auxiliaram no interesse das crianças em participar das dinâmicas e permitem o aprimoramento tanto da cognição quanto da aprendizagem, levando o público infantil a ter a oportunidade de fortalecer seus vínculos com práticas saudáveis e aumentar os conhecimentos sobre alimentação e nutrição envolvendo seus benefícios para a saúde [7].

Os resultados apontaram que as crianças atingiram uma maior percepção visual e gustativa das frutas e hortaliças ao conseguirem nomeá-las e distingui-las ao longo das atividades, o que permitiu a distinção de sabores, cores e texturas, porém houve a dificuldade em reconhecer as hortaliças em relação às frutas, tendo em vista que a faixa etária do público apresenta baixo consumo desse grupo. A não exposição diária a esses grupos alimentares interfere na sua aceitação, devendo-se investir na participação do público infantil no preparo das frutas e hortaliças para possibilitar seu consumo e ampliar o seu reconhecimento [8].

A cada atividade realizada foi possível observar a aceitabilidade das crianças tanto na merenda escolar quanto em casa, uma vez que elas relatavam ter comido frutas e hortaliças em suas residências. As mães também costumavam relatar o pedido das crianças para comprá-las. As crianças demonstravam interesse pelas atividades, principalmente aquelas que exigiam a sua participação ativa, como montagem do espetinho nutritivo, salada de frutas e arte nutritiva. Tais resultados corroboram com outras pesquisas, onde as atividades de EAN desenvolvidas, puderam ser motivadoras para mudanças nos hábitos alimentares das crianças, onde tiveram uma boa receptividade e participação das mesmas, sobretudo aquelas em que exigiam o fazer delas, até mesmo as crianças com neofobia demonstraram um resultado positivo nas atividades práticas [9]. Já outros resultados de EAN, realizado com pré-escolares mostravam também positividade, onde as crianças demonstraram afeto com a equipe, curiosidade, engajamento, e interesse, além de se divertirem bastante. Elas eram capazes de responder os questionamentos sobre as atividades anteriores, demonstrando conhecimento sobre escolhas alimentares, hábitos e alimentação saudável. O ambiente escolar se torna agradável de se trabalhar por meio de atividades

lúdicas, uma vez que ela proporciona o interesse estimulando uma troca de saberes e conhecimento entre os envolvidos [10].

Ademais, houve um feedback positivo em crianças portadoras de autismo (no total somaram-se duas). Contudo, um grande avanço quando foi observado, nas primeiras atividades elas não participavam nem interagiam muito com as atividades, com o passar do tempo foi melhorando o entrosamento e já conseguiam se engajar. Nas atividades práticas de degustação a menina não comeu, apenas tocou, em contrapartida o menino tocou e até experimentou as frutas e hortaliças, e dessa forma essas mudanças de estratégias de EAN podem contribuir para a diminuição da seletividade alimentar que afetam grande parte das crianças, principalmente aquelas com necessidades especiais. Outro fator contribuinte pode ser o fato de todas as crianças estarem interagindo, podendo ser um incentivo para a participação. Uma atividade desenvolvida no projeto foi a produção do “suco do Hulk”, com ingrediente principal sendo o couve, desse modo, foi obtido um resultado satisfatório sendo bem aceito pelos alunos, bem como pelos demais públicos escolares. Em outra pesquisa foi proposto o mesmo suco com a mesma denominação para pré-escolares, a princípio dentre os dezesseis alunos participantes, quatro demonstraram receio, contudo depois foram convencidos pelo exemplo dos outros alunos, o que reforça que o comer em conjunto pode contribuir para a diminuição dessa seletividade alimentar [10]. Desse modo, podemos perceber a importância da Educação Alimentar e Nutricional (EAN) de forma lúdica no ambiente escolar.

## 5. Conclusões

Concluiu-se que a adesão de atividades lúdicas educativas para pré-escolares é imprescindível na formação precoce de hábitos alimentares. Foi notado uma evolução das crianças quanto ao conhecimento e interesse de consumo das frutas e hortaliças ao longo do projeto, o que levou a um estímulo do paladar e melhora da qualidade da alimentação.

## 6. Referências

- [1] SILVA, Sofia Alexandra Martins Coelho da. **Hábitos alimentares de crianças em idade pré-escolar e desperdício alimentar antes e após uma intervenção de educação alimentar**. 2020. Tese de Licenciatura - Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação, Universidade do Porto, Portugal, 2020.
- [2] BUCCHARLES, D. G.; ALVERNE, M.; CATRIB, A. M. F. Promoção da saúde e as escolas: como avançar. **Revista Brasileira de Promoção a Saúde**, v. 26, n. 3, p.307-308, 2013.
- [3] SCHWARZENBERG, S. J. *et al.* Advocacy for Improving Nutrition in the First 1000 Days to Support

Childhood Development and Adult Health. **American Academy of Pediatrics**, v. 141, n. 2, 2018.

[4] DIAS, I. S.; CORREIA, S.; MARCELINO, P. DESENVOLVIMENTO NA PRIMEIRA INFÂNCIA: CARACTERÍSTICAS VALORIZADAS PELOS FUTUROS EDUCADORES DE INFÂNCIA. **Revista Eletrônica de Educação**, [S. l.], v. 7, n. 3, p. 9–24, 2013.

[5] LIBERALESSO, Aline Rodrigues. UMA BREVE ANÁLISE REFERENTE A IMPORTÂNCIA DO DESENVOLVIMENTO INFANTIL NA PRIMEIRA INFÂNCIA. **Revista Ibero-Americana de Humanidades**, Ciências e Educação, v. 9, n. 8, p. 86-94, 2023.

[6] LORENZI, Hayde Raquel; DEL PINO, José Cláudio; OLIVEIRA, Luciana Dias de. Educação alimentar e nutricional como uma prática na escola: A visão do professor. **Research, society and development**. Itabira, MG. Vol. 12, n. 3 (2023), e9712340180, 12 p., 2023.

[7] PEREIRA, Beatriz Carolaine *et al.* **Atividades educativas em alimentação e nutrição para crianças**. Extensio: Revista Eletrônica de Extensão, v. 20, n. 46, p. 14-25, 23 ago. 2023.

[8] MANIGLIA, Fabíola Pansani *et al.* **Identificação sensorial de alimentos naturais e industrializados por crianças pré-escolares**. RBONE - Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento, São Paulo, v. 14, n. 89, p. 1051-1058, 4 fev. 2022.

[9] SILVA, Samilli Tamara *et al.* **Avaliação do impacto no consumo e na aceitação de frutas de uma cidade do interior de Minas Gerais**. Vivências: Revista Eletrônica de Extensão da URI, v. 12, n. 22, p. 70-79, 2016.

[10] MONTEIRO, Beatriz de Melo *et al.* **Atividades lúdicas como ferramenta para educação alimentar e nutricional em pré-escolares: um relato de experiência**. 2023. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Nutrição) -Universidade Federal de Pernambuco, Recife,2023.

## Agradecimentos

À toda a equipe da Creche Professora Maria Cleonice Ramos de Sena.

A colaboradora e Nutricionista Schirlene Sheila Dantas de Azevedo, bem como a Coordenadora Marília Ferreira Frazão Tavares de Melo, por todo o suporte e colaboração no desenvolvimento do projeto.

À UFCG pela concessão de bolsa(s) por meio da Chamada PROPEX 002/2023 PROBEX/UFCG.