

**PROPOSTA DE INTERVENÇÃO SOBRE EDUCAÇÃO
ALIMENTAR E NUTRICIONAL PARA ADOLESCENTES DO
MUNICÍPIO DE JACOBINA DO PIAUÍ – PI**

***PROPOSAL FOR INTERVENTION ON FOOD AND NUTRITIONAL
EDUCATION FOR ADOLESCENTS IN THE CITY OF JACOBINA DO
PIAUÍ – PI***

Cleiane Clementino de Araújo
Samira Rêgo Martins de Deus Leal

RESUMO

Alimentação inadequada na adolescência, na área de abrangência da equipe da Estratégia Saúde da Família Gila Almeida do município de Jacobina do Piauí - PI é um problema que necessita de intervenção. Hábitos alimentares inadequados representam hoje um dos grandes problemas de Saúde Pública, uma vez que, é a principal causa do excesso de peso e desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis. Esta proposta de intervenção tem como objetivo criar um grupo para adolescentes com vista na adoção voluntária de hábitos alimentares saudáveis. O presente estudo trata-se de um projeto de intervenção, seu público-alvo são os adolescentes do município de Jacobina do Piauí - PI, no qual foi elaborado um plano operativo. Este visa propiciar mudança de hábitos alimentares e melhoria da qualidade de vida dos adolescentes por meio da criação de um grupo de orientação nutricional e alimentar, que busca traçar ações e estratégias para o enfrentamento dos maus hábitos alimentares, desenvolvendo atividades como: palestras dialogadas sobre alimentação e nutrição, gincana educativa, oficinas de culinária saudável, elaboração de cartilha, criação de blog e slogan, exposição da quantidade de açúcar presente nos principais alimentos industrializados, além de avaliação do estado nutricional. Espera-se assim impactos positivos na vida alimentar dos adolescentes.

Descritores: Educação Alimentar e Nutricional. Comportamento alimentar. Adolescente.

ABSTRACT

Inadequate nutrition in adolescence, in the area covered by the Gila Almeida Family Health Strategy team in the city of Jacobina do Piauí - PI is a problem that needs intervention. Inadequate eating habits today represent one of the major problems of Public Health, since it is the main cause of overweight and the development of chronic non-communicable diseases. This intervention proposal aims to create a group for teenagers with a view to voluntarily adopting healthy eating habits. This study is an intervention project, its target audience is teenagers from the city of Jacobina do Piauí - PI, in which an operating plan was prepared. This aims to promote a change in eating habits and improve the quality of life of adolescents through the creation of a nutritional and food orientation group, which seeks to outline actions and strategies for coping with bad eating habits, developing activities such as: dialogued talks about food and nutrition, educational gymkhana, healthy cooking workshops, preparation of a booklet, creation of a blog and slogan, exposure of the amount of sugar present in the main industrialized foods, in addition to assessment of nutritional status. Thus, positive impacts on adolescents' food lives are expected.

Descriptors: Food and Nutrition Education. Eating behavior. Adolescent.

Introdução

A cidade de Jacobina do Piauí fica localizada no interior do estado do Piauí, situada na região do Alto Médio Canindé, com distância de 434 km da capital Teresina. Sua população estimada de acordo com o último censo foi de 5.722 habitantes. Ocupa uma área de 1.370,699 km², o que resulta numa densidade demográfica de 4,17 hab/km². É uma cidade com acesso fácil, principalmente pela qualidade da rodovia, apresenta baixo Índice de Desenvolvimento da Educação Básica e de Desenvolvimento Humano, além de baixo Crescimento Econômico e Social de acordo com dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE (IBGE, 2018).

A cidade faz limítrofe com os municípios de Patos do Piauí, Caridade do Piauí, Curral Novo do Piauí, Betânia do Piauí, São Francisco de Assis do Piauí, Conceição do Canindé e Paulistana e apresenta clima semiárido.

No município há três Unidades Básicas de Saúde - UBS em funcionamento, onde atuam três equipes da Estratégia de Saúde da Família - ESF, sendo uma localizada no centro da cidade e as outras duas na zona rural do município. Possui ainda, três equipes do Programa Saúde na Escola - PSE, três equipes de saúde bucal e apenas um Núcleo de Apoio a Saúde da Família - NASF, este é composto por uma equipe multiprofissional com três fisioterapeutas, uma fonoaudióloga, uma psicóloga e um nutricionista.

A Unidade Básica de Saúde Gila Almeida fica localizada no centro da cidade e possui no seu quadro de profissionais quatro médicos, três dentistas, quatro enfermeiros, três técnicas de enfermagem, oito auxiliares de enfermagem, três auxiliares de saúde bucal, além de 15 Agentes Comunitários de Saúde e seis Agentes de Endemias e conta com 1.776 famílias cadastradas. A UBS possui boa estrutura física e um ambiente de recepção amplo e satisfatório para atender aos usuários.

Em relação aos atendimentos realizados na UBS podemos citar: consulta médica, consulta de enfermagem, consulta odontológica e consulta com os profissionais do NASF, tanto para a demanda espontânea como para a demanda programada. Além disso, também são realizadas consultas ao grupo hiperdia, de pré-natal, puericultura, realização de exame preventivo de câncer de colo do útero, ações de promoção da saúde e prevenção de doenças, atividades educativas, visita domiciliar e reuniões de equipe.

Procedimentos como avaliação antropométrica, curativo, inalação, medicação, sutura, vacinação bem como verificação da pressão arterial e também coleta de sangue para realização de exames simples como hemograma completo e coleta de fezes e urina também

são realizados na UBS Gila Almeida. Os usuários que necessitam de atenção especializada são referenciados para o Hospital Regional de Paulistana, Picos e Teresina.

A partir do diagnóstico inicial e situacional, realizado na área de abrangência da equipe da ESF Gila Almeida, do município de Jacobina do Piauí, observou-se que a alimentação inadequada na adolescência é um problema que necessita de intervenção.

Hábitos alimentares inadequados representam hoje um dos grandes problemas de Saúde Pública, uma vez que, esta é a principal causa do excesso de peso e conseqüentemente desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis (SANTANA et. al, 2015).

Assim, os maus hábitos alimentares detectados entre os adolescentes do município, além da influência da mídia e propagandas dos alimentos industrializados vêm contribuindo para a atual situação de saúde dos adolescentes e para o surgimento de doenças relacionadas aos alimentos como diabetes, colesterol, hipertensão e obesidade, doenças estas antes vistas apenas em adultos e que hoje se torna comum entre crianças e adolescentes.

Ao verificar o relatório do estado nutricional dos adolescentes acompanhados durante o ano de 2018 do município de Jacobina do Piauí, disponibilizado para acesso no site do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional – SISVAN do Ministério da Saúde observou-se que de um total de 817 adolescentes acompanhados, 186 (22,77%) estavam com sobrepeso, 107 (13,1%) foram classificados com obesidade e apenas 64 (7,83%) dos adolescentes apresentaram obesidade grave. Quando se compara os dados encontrados do município com os dados do estado do Piauí, Nordeste e do país verifica-se que tanto o percentual de sobrepeso, obesidade como de obesidade grave encontram-se superiores aos mesmos (BRASIL, 2018).

Diante do exposto, é que se entende a relevância da presente proposta de intervenção, a qual busca proporcionar aos adolescentes a oportunidade de fazerem escolhas alimentares conscientes e seguras, além de favorecer a autonomia, a adoção de hábitos alimentares saudáveis, a prevenção de doenças relacionadas aos alimentos e, assim melhorar a qualidade de vida deste público alvo.

Nesse sentido, essa proposta de intervenção tem como objetivo criar um grupo para adolescentes com vista na adoção voluntária de hábitos alimentares saudáveis na área de abrangência da ESF Gila Almeida do município de Jacobina do Piauí.

Revisão de literatura

Educação Alimentar e Nutricional

A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) se configura como um conjunto de estratégias direcionadas a todos os indivíduos ao longo das fases do curso da vida. Ela pode ser direcionada a um único indivíduo ou a grupos e também comunidades. É fundamental que todos os profissionais de saúde da atenção primária identifiquem oportunidades a partir de referências baseadas em evidência e instrumentos adequados (UMPIERRE et al., 2017).

Já que a EAN se constitui um instrumento da nutrição que, por meio da aprendizagem contínua, tem como objetivo capacitar uma população, grupo ou indivíduo a ter hábitos alimentares saudáveis (ARAÚJO, 2010). É o meio que proporciona melhora na saúde do indivíduo, uma vez que o capacitada a realizar escolhas alimentares adequadas ocasionando assim promoção da saúde (RISSATO; KNEIP, 2010).

Dessa forma, instrumentos e estratégias de Educação Alimentar e Nutricional devem apoiar pessoas, famílias e comunidades para que adotem práticas alimentares promotoras da saúde e para que compreendam os fatores determinantes dessas práticas, contribuindo para o fortalecimento dos sujeitos na busca de habilidades para tomar decisões e transformar a realidade, assim como para exigir o cumprimento do direito humano à alimentação adequada e saudável. É fundamental que ações de educação alimentar e nutricional sejam desenvolvidas por diversos setores, incluindo saúde, educação, desenvolvimento social, desenvolvimento agrário e habitação (BRASIL, 2014).

Por ser definida como um campo de conhecimento e de prática contínua, permanente, transdisciplinar, intersetorial e multiprofissional, que visa promover a autonomia e a prática voluntária de hábitos alimentares saudáveis por meio de abordagens e recursos de educação problematizadores (BRASIL, 2012).

Assim, a EAN busca promover autonomia, utilizando estratégias e ferramentas que incentivem as boas práticas alimentares. Ela é um processo ativo de troca de conhecimentos e não apenas a transmissão de informações, tornando-se importante tanto na fase do pré-escolar como também durante toda a vida escolar, por contribuir para formação de bons hábitos alimentares (CARMO; CASTRO; NOVAES, 2013).

A ampliação da autonomia nas escolhas de alimentos implica no fortalecimento das pessoas, famílias e comunidades para se tornarem agentes produtores de sua saúde,

desenvolvendo a capacidade de autocuidado e também de agir sobre os fatores ambiente que determinam sua saúde (BRASIL, 2014).

O conceito de autocuidado faz parte da solução para manter e melhorar a saúde, quando os sujeitos assumem a responsabilidade de adotar atitudes positivas relacionadas à alimentação (autonomia) que ajudam a prevenir e controlar DCNT e distúrbios (RIET et al., 2011; SCHWARTZ, 2011).

No Brasil, tem-se observado nas últimas décadas uma mudança no perfil nutricional, com um aumento significativo das doenças relacionadas ao excesso nutricional, associado à melhoria das condições de vida de alguns setores da sociedade, ao avanço tecnológico e à modernidade. Esse processo, caracterizado como transição nutricional brasileira, tem despertado a necessidade de novos enfoques explicativos e intervencionistas no campo da nutrição no país, com vistas ao desenvolvimento de estratégias de prevenção eficazes (ROMBALDI et. al, 2014).

Pois, os adolescentes costumam ter práticas alimentares inadequadas, como omissão de refeições, escolhas erradas de alimentos, menor ingestão de frutas e verduras e troca das refeições por lanches rápidos. Por isso, a Educação Alimentar é fundamental para que ocorra motivação para mudança de hábitos, colocando em prática o vínculo com os conceitos aprendidos, buscando sempre a autonomia das escolhas. É importante desenvolver atividades de forma lúdica e ativa, que favoreçam as mudanças de hábitos e as práticas alimentares e que superem a simples informação passada pelo profissional (GALISA et al., 2014).

Pensando nisso, o Ministério da Saúde lançou em 2014 o Guia Alimentar para a População Brasileira que é um documento desenvolvido a fim de auxiliar a população no esclarecimento e escolha dos alimentos, classificando-os em três categorias, são elas in natura, processados e ultra processados. Ele aborda questões referentes ao ato de se alimentar, quais tipos de alimentos se enquadram em cada categoria, como deve ocorrer seu consumo e lugar mais apropriado (BRASIL, 2014).

Hábitos alimentares na adolescência

A adolescência é uma fase de transição entre a infância e a vida adulta, período em que acontecem inúmeras transformações biológicas, como desenvolvimento físico, além de mudanças psicológicas e sociais. Esses processos são influenciados por fatores genéticos, ambientais, nutricionais, hormonais, sociais e culturais, ocorrendo uma interação constante

entre eles. Nessa fase, as escolhas alimentares são determinadas por fatores fisiológicos, econômicos e socioculturais. Nesse período, os adolescentes estão formando seus hábitos alimentares, momento crucial para a formação de um estilo de vida saudável (VITOLLO, 2015).

Nos processos de formação de hábitos alimentares, os pais exercem um papel fundamental no comportamento alimentar dos adolescentes. Entretanto, as interações sociais com amigos e colegas também intensificam a construção desses hábitos. A disponibilidade de dinheiro e a facilidade do acesso aos alimentos não saudáveis também são fatores influenciadores, sendo, muitas vezes, mais difícil realizar a escolha de boas fontes alimentares (CARDOSO et al., 2015).

Assim, os hábitos alimentares iniciam-se primeiramente por meio da genética, que interfere na preferência dos alimentos, sofrendo diversas influências do ambiente como, por exemplo, o aleitamento recebido nos primeiros seis meses de vida, os alimentos complementares inseridos com o decorrer da idade, os hábitos familiares, condições socioeconômicas, entre outros (RIGO et al., 2010).

Dessa forma, percebe-se que a adolescência é uma fase da vida bastante suscetível a influências sobre os hábitos alimentares, em grande parte pelas experiências vivenciadas fora do âmbito familiar, seja pela ideia de formação de uma identidade grupal ou por rebeldia ou aceitação social (PACHECO, 2008; SANTOS et al., 2012). Os adolescentes vivenciam um dilema entre consumir alimentos que os identificam como “alguém moderno e descontraído” (representado por consumo de refrigerantes, *fastfood*, entre outros) ou adotar hábitos saudáveis que proporcionem benefícios à saúde (SANTOS et al., 2012; FONSECA, 2015).

Portanto, em se tratando de consumo alimentar, nota-se que entre as crianças e adolescentes a alimentação habitual em sua maioria é restrita em nutrientes importantes para atender às necessidades específicas da idade, com tendência à omissão de refeições, aumento na ingestão de açúcares e gorduras saturadas e diminuição da ingestão de micronutrientes. Estes fatores contribuem para tornar essa população vulnerável do ponto de vista nutricional. Ainda, somado ao consumo alimentar inadequado, está a ausência de atividade física, fatores que favorecem o surgimento de doenças metabólicas associadas ao excesso de peso (MALTA; SZWARCOWALD, 2015).

A crescente alteração nos hábitos alimentares de crianças e adolescentes, a qual se relaciona ao período de transição nutricional encontrada mundialmente, caracterizada pelo aumento considerável nas prevalências de sobrepeso e obesidade e diminuição da desnutrição

(MOURA; KANAMURA; RODRIGUES, 2014). Sabe-se que a adoção de hábitos alimentares adequados desde a infância favorece o desenvolvimento físico e intelectual, e estimula a capacidade de aprendizado (BOTELHO et al., 2010). Por outro lado, o excesso de peso é um dos principais fatores de risco para doenças metabólicas e cardiovasculares, influenciando negativamente no crescimento e desenvolvimento, acarretando em doenças na vida adulta (CASTRO et al., 2014).

Acredita-se que a alimentação do adolescente deve garantir o fornecimento de alimentos suficientes em quantidade e qualidade nutricional visando a atender às necessidades nutricionais e garantir o crescimento e o desenvolvimento adequados. Hábitos alimentares saudáveis na adolescência poderão prevenir doenças crônicas degenerativas na vida adulta como diabetes, obesidade, neoplasias, doenças do coração e hipertensão (CARVALHO et al., 2015).

Porém, se tratando da alimentação dos jovens, o aumento do consumo de lanches e “fastfoods” entre as refeições ou substituindo-as se tornou cada vez mais comum. Isso ocorre devido à falta de tempo disponível para se dedicar a uma refeição completa, a preferências individuais, modismo e por ser uma refeição que pode ser feita com os amigos. Este fato contribui de forma negativa para o desenvolvimento de doenças relacionadas à alimentação inadequada, o que torna essencial o desenvolvimento de atividades a fim de melhorar o consumo alimentar deste grupo que é altamente influenciado pela mídia e local onde estão inseridos (OLIVEIRA et al., 2015).

Além disso, a substituição de alimentos in natura ou minimamente processados de origem vegetal (arroz, feijão, mandioca, batata, legumes e verduras) e preparações culinárias à base desses alimentos, por produtos industrializados prontos para consumo, determinam, entre outras consequências, o desequilíbrio na oferta de nutrientes, ingestão excessiva de calorias e, conseqüentemente, o surgimento do sobrepeso e da obesidade (BRASIL, 2014). No entanto, sabe-se que esse fator de risco, juntamente com as DCNT relacionadas são, em grande parte, evitáveis através da adoção de escolhas alimentares mais saudáveis e pela prática de atividade física regular (WHO, 2017).

Segundo Yang et al., os hábitos alimentares inadequados e o alto índice de sobrepeso e obesidade entre adolescentes já se apresentam como um grave problema de saúde pública mundial, o que reforça a urgência de se adotar programas de EAN tendo como público alvo principal estes indivíduos, destacando-se neste caso a escola como um dos canais mais efetivos para incorporação destas ações.

Portanto, a utilização de padrões alimentares constitui recurso de grande relevância para a identificação e a caracterização de comportamentos alimentares que se enquadram como inadequados. Neste sentido, pode permitir o desenvolvimento de estratégias que visem à mudança deste comportamento alimentar de risco, a fim de garantir o pleno potencial de crescimento e desenvolvimento dos adolescentes (SILVA; LYRA; LIMA, 2016).

Metodologia

O presente estudo tem o formato de um projeto de intervenção, seu principal público-alvo são os adolescentes do município de Jacobina do Piauí - PI, no qual foi elaborado um plano operativo. O referido plano visa propiciar mudança de hábitos alimentares e melhoria da qualidade de vida dos adolescentes por meio da criação de um grupo de orientação nutricional e alimentar, que busca traçar ações e estratégias para o enfrentamento dos maus hábitos alimentares, desenvolvendo atividades como: palestras dialogadas sobre alimentação e nutrição, gincana educativa, oficinas de culinária saudável, elaboração de cartilha, criação de blog e slogan, exposição da quantidade de açúcar presente nos principais alimentos industrializados, além de avaliação do estado nutricional.

Plano operativo

Situação problema	OBJETIVOS	METAS/ PRAZOS	AÇÕES/ ESTRATÉGIAS	RESPONSÁVEIS
Maus hábitos alimentares em adolescentes do município de Jacobina do Piauí	Verificar o estado nutricional dos adolescentes	Aferir peso e estatura no período de uma semana nas escolas com todos os adolescentes	Entregar aos adolescentes o resultado da avaliação nutricional com a classificação do seu estado nutricional	Nutricionista do NASF e equipe do PSE
	Criar um blog sobre alimentação e nutrição	Uma publicação por dia para manter o blog atualizado	Criar um espaço para tirar dúvidas, bem como para discussão	Nutricionista
	Criar slogan sobre alimentação saudável	Desenvolver em uma semana com os adolescentes das escolas	Divulgação nas redes sociais pelos adolescentes	Nutricionista
	Elaborar cartilha sobre alimentação saudável	Confeccionar a cartilha em até um mês; imprimir duas mil cópias	Distribuir a cartilha para os adolescentes durante os encontros do grupo, bem como, para as que comparecerem a UBS; - Visitar as escolas pertencentes a área de abrangência da ESF Gila Almeida para	Nutricionista e equipe da ESF e NASF

Cleiane Clementino de Araújo¹ - Especialista em Saúde do Escolar – IFPI, graduada em Nutrição – UFPI.

E-mail: cleianearaujo@hotmail.com.

			fazer entrega da cartilha para os adolescentes.	
	Expor a quantidade de açúcar presente nos principais alimentos industrializados consumidos pelos adolescentes	Expor durante um dia da semana nas escolas	Apresentação de uma exposição dialogada da quantidade de açúcar presente nos alimentos industrializados nas escolas da área de abrangência da ESF Gila Almeida	Nutricionista
	Oferecer oficina de culinária saudável para os adolescentes	Um encontro/mês, durante 2 meses com os adolescentes e a nutricionista do município; 20 participantes	Apresentação de um caderno de receitas saudáveis para os adolescentes; Ensinar temperos saudáveis em substituição ao sal e outros produtos industrializados.	Nutricionista do NASF
	Realizar gincana educativa sobre alimentação saudável e não	Todos os dias, durante uma semana nas escolas com no máximo 30 participantes	Realização de jogos e brincadeiras sobre alimentação saudável e não saudável	Nutricionista, equipe do PSE e professores

Cleiane Clementino de Araújo¹ - Especialista em Saúde do Escolar – IFPI, graduada em Nutrição – UFPI.

E-mail: cleianearaujo@hotmail.com.

	saudável			
	Realizar palestra sobre educação alimentar e nutricional	Um encontro/mês, durante 1 ano com os adolescentes, abordando em cada encontro uma temática diferente; nas escolas com todos os alunos	Preparar o material que será utilizado na palestra; Realizar dinâmica de grupo antes da palestra para um maior entrosamento entre os participantes; - Aplicar metodologias ativas para explicar o conteúdo.	Nutricionista, Médico, Enfermeiro, Educador Físico, Fisioterapeuta, Farmacêutico e Psicóloga

Conclusão

Espera-se que o projeto de intervenção aqui proposto, traga impactos positivos na vida alimentar dos adolescentes, tais como: adoção de hábitos alimentares adequados, de autonomia durante suas escolhas alimentares, prevenção de doenças decorrentes de uma alimentação inadequada, além de formar consumidores conscientes.

Referências

- ARAÚJO, S. M. L. Desenvolvimento de Atividades para Crianças e Adolescentes em Educação Nutricional: Realização de Dinâmicas Educativas. Encontro de ensino pesquisa e extensão da Faculdade Senac. 2010.
- BOTELHO, L.P.; ZANIRATI, V.F.; PAULA, D.V.D.; LOPES, A.C.S.; SANTOS, L.C.D. Promoção da alimentação saudável para escolares: aprendizados e percepções de um grupo operativo. **Rev. da Soc. Bras. Aliment. Nutr.** 2010; 35(2): 103-116.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Departamento de Atenção Básica. Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional – SISVAN. 2018. Disponível em: <<http://sisaps.saude.gov.br/sisvan/relatoriopublico/estadonutricional> >
- _____. Ministério da Saúde. Guia Alimentar para a população brasileira. 2. ed. Brasília - DF, 2014.
- _____. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia Alimentar para População Brasileira. 2 ed., 1. Reimpr. – Brasília: Ministério da Saúde, 2014. 156p.
- _____. Ministério de Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para Políticas Públicas. Brasília, DF. MDS. Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. 2012.
- CARDOSO, S.; SANTOS, O.; NUNES, C.; LOUREIRO, I. Escolhas e hábitos alimentares em adolescentes: associação com padrões alimentares do agregado familiar. **Revista Portuguesa de Saúde Pública.** 2015; 33(2):128-136.
- CARMO, M.C.L.; CASTRO, L.C.V.; NOVAES, J.F. Educação nutricional para pré-escolares: uma ferramenta de intervenção. **Revista Em Extensão.** Uberlândia, v.12, n.2, p.66-79, jul./dez. 2013. Disponível em: <www.seer.ufu.br/index.php/revextensao/article/download/22391/13538> Acesso em: 06 nov. 2017. Acesso em: 22 nov. 2017.
- CARVALHO, C.A.; FONSÊCA, P.C.A.; PRIORE, S.E.; FRANCESCHINI, S.C.C.; NOVAES, J.F. Food consumption and nutritional adequacy in Brazilian children: a systematic review. **Rev Paul Pediatr.** 2015 June; 33(2):211-21. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.rpped.2015.03.002>
- CASTRO, D.M.D.; VELOSO, D.L.; CARMO, D.C.F.S.; PRIORE, S.E. Insegurança alimentar e indicadores antropométricos, dietéticos e sociais em estudos brasileiros: uma revisão sistemática. **Rev. Ciênc. Saúde Colet.** 2014; 19(5): 19147-1488.
- OLIVEIRA, A.P.; ARAÚJO, D.E.; MIRANDA, A. da S.; DOS SANTOS, R.N. Intervenções de educação alimentar e nutricional para crianças de uma fundação pública em vitória da
- Cleiane Clementino de Araújo¹ - Especialista em Saúde do Escolar – IFPI, graduada em Nutrição – UFPI.
E-mail: cleianearaujo@hotmail.com.

Conquista-BA: construindo novos hábitos alimentares. **Revista Extendere**. Vol. 3 nº 1, Jan. a Junh/2015.

FONSECA, M.C.P.M. *Determinantes dos hábitos alimentares nos estudantes do ensino profissional* [dissertação]. Viseu: Escola Superior de Saúde de Viseu; 2015 [acessado 2016 Jul 13]. Disponível em <http://hdl.handle.net/10400.19/2864>[Links]

GALISA, M.S.; NUNES, A.P.O.; GARCIA, L.S.; SILVA, S.M.C.S. Aconselhamento ao adolescente. Educação alimentar e nutricional: da teoria à prática. Roca, 2014. Livro Eletrônico.

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Censo 2018 da cidade de Jacobina do Piauí. [acessado 2019 jun 19]. Disponível em: <https://cidades.ibge.gov.br/brasil/pi/jacobina-do-piaui/panorama>.

MALTA, D.C.; SZWARCOWALD, C.L. Estilos de vida e doenças crônicas não transmissíveis da população brasileira de acordo com a Pesquisa Nacional de Saúde: balanço dos principais resultados. *São Paulo Jornal Medico* 2015; 133(4): 286-289.

MOURA, N.G.C.V.; KANAMURA, H.Y.; RODRIGUES, A.M. Estado nutricional de escolares da rede de ensino de um município do Vale do Paraíba do Sul, SP. **Rev. Ciênc. Hum.** 2014; 7(1): 87-103

PACHECO, S.S.M. O hábito alimentar enquanto comportamento culturalmente produzido. In: Freitas MCS, Fontes GAV, Oliveira N, organizadores. *Escritas e narrativas em alimentação e cultura*. Salvador: EdUFBA; 2008. p.217-238. [Links]

ROMBALDI, A.J.; SILVA, M.C.; NEUTZLING, M.B.; AZEVEDO, M.R.; HALLAL, P.C. Factors associated with the consumption of high-fat foods among adults in a Southern Brazilian city. **Ciênc Saúde Coletiva**.2014;19(5):1513-21.

RIET, J.; SIJTSEMA, S.J.; DAGEVOS, H.; DE BRUIJN, G-J. The importance of habits in eating behaviour. An overview and recommendations for future research. *Appetite* [Internet]. 2011 [cited 2018 ago 22];57(3):585–96. doi: <https://doi.org/10.1016/j.appet.2011.07.010>

RIGO, N.N.; MUSTIFAGA, R.; BOMBANA, V.B., BERTONI, V.M.; CENI, G.C. Educação nutricional com crianças residentes em uma associação beneficente de Erechim, RS. Vivências: **Revista Eletrônica de Extensão da URI**, 2010.

RISSATTO, A.; KNEIP, C. Educação Nutricional. 2010. Disponível em<<http://www.bancodealimentos.org.br/educacao-nutricional/>>. Acesso em: 07 out.

SANTANA, R.F.; OLIVEIRA, A.P.de; ARAÚJO, D.E.; MIRANDA, A.S.; SANTOS, R.N. Intervenções de educação alimentar e nutricional para crianças de uma fundação pública em vitória da conquista - BA: construindo novos hábitos alimentares. **Rev. Extendere** v.3 n 1 Jan-Jun/ 2015

SANTOS, C.C.; RESSEL, L.B.; ALVES, C.N.; WILHELM, L.A.; STUMM, K.E.; SILVA, S.C. A influência da cultura no comportamento alimentar dos adolescentes: uma revisão integrativa das produções em saúde. *Adolesc Saúde* [periódico na Internet]. 2012 [acessado 2016 Jul 11];9(4):37-43. Disponível em: http://www.adolescenciaesaude.com/detalhe_artigo.asp?id=343[Links]

SCHWARTZ, C.; SCHOLTENS, P.A.M.J.; LALANNE, A.; WEENEN, H.; NICKLAUS, S. Development of healthy eating habits early in life. Review of recent evidence and selected

guidelines. *Appetite* [Internet]. 2011 [cited 2018 ago 22];57(3):796–807. doi:
<https://doi.org/10.1016/j.appet.2011.05.316>

SILVA, D.F.O.; LYRA, C.O.; LIMA, S.C.V.C. Padrões alimentares de adolescentes e associação com fatores de risco cardiovascular: uma revisão sistemática. **Ciênc. saúde coletiva** vol.21 no.4 Rio de Janeiro abr. 2016

UMPIERRE, R.N. [et al.]. Alimentação e nutrição na atenção primária a saúde. Porto Alegre: UFRGS, 2017.197 p.: il. ISBN: 978-85-9489-084-9.

VITOLO, M.R.; COSTA, C.S. Recomendações nutricionais para adolescentes. In: VITOLO, Márcia Regina (Org.). Nutrição: da gestação ao envelhecimento. Rubio. 2015.

WHO.WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO).Obesity. 2017 [acesso em 2017 mai 22]. Encontrado em: <http://www.who.int/features/factfiles/obesity/en/>

YANG, Y.T.C.; WANG, C.J.; TSAI, M.F.; WANG, J.S. Technology-en-hanced game-based team learning for improving in-take of food groups and nutritional elements. **Comput.Educ.** 2015; 88:143-159.