

# 9ª MOSTRA DE INOVAÇÃO E TECNOLOGIA SÃO LUCAS



## SABORES SUSTENTÁVEIS: PIRÂMIDE ALIMENTAR NA INFÂNCIA

**Alexia Paiva Brasil de AZEVEDO\*<sup>1</sup>, Alice Araújo CHAVES<sup>1</sup>, Brenda Pinto GONÇALVES<sup>1</sup>,  
Denise Oliveira da SILVA<sup>1</sup>, Katyuze Felix COELHO<sup>1</sup>, Patrícia Andrielly Pereira de SOUZA<sup>1</sup>,  
Felipe Sant'Anna CAVALCANTE<sup>1</sup>.**

1. Centro Universitário São Lucas, Porto Velho, Rondônia, Brasil

\*Autor correspondente: [alexiapaiva0204@gmail.com](mailto:alexiapaiva0204@gmail.com)

Ao se promover saúde nas escolas, incentivando as esperanças e as aptidões das crianças e adolescentes, o potencial de criar um mundo melhor torna-se ilimitado, uma vez que, se estão saudáveis, podem aproveitar ao máximo toda a oportunidade de aprender. Nesse contexto, a escola, em conjunto com a família, passa a ter uma importante participação no desenvolvimento individual da criança, visto que essa fica grande parte de seu tempo nessa instituição, que se torna um ambiente importante para o desenvolvimento de hábitos saudáveis. Dessa forma o resumo tem por meta buscar informar e orientar esse público alvo específico em relação a uma boa alimentação na infância e seu envolvimento na sustentabilidade, e ainda abranger para os cuidados de alimentação e saúde bucal, para que estes tenham contato com esse tipo de informação ainda na infância, aproveitando-se de suas fases de descobrimentos, desenvolvimentos e que sejam levados para fase adulta, pois esta é considerada a melhor fase para aplicar projetos envolvendo a sociedade. O projeto de extensão Sabores Sustentáveis: Pirâmide Alimentar na Infância, tem por objetivo, promover a conscientização e o engajamento das crianças em relação a alimentação saudável e sustentável, sendo pontuado especificamente certos objetivos, como conscientizar sobre a importância e os motivos nutricionais e alimentares; despertar o interesse dos alunos quanto a valorização do meio ambiente ao reutilizar os restos alimentares para manipular o adubo e aprimorar as tomadas de decisões quanto aos alimentos, afim de favorecer alimentos benéficos à saúde. O projeto foi realizado no Centro de Ensino Mineiro localizada no estado de Rondônia, Porto

# 9ª MOSTRA DE INOVAÇÃO E TECNOLOGIA SÃO LUCAS



Velho, na Rua Av. Calama, nº5262 - Flodoaldo Pinto, é uma instituição educacional privada onde vem atuando há mais de 30 anos no ramo da educação. O projeto, contou com a participação da turma de nível fundamental do 3º ano, composto por 31 alunos, por possuir uma faixa etária de idade que terá um maior rendimento ao receber o projeto proposto. Sendo assim, para a colocação em prática desse projeto foi planejado para ser proposto no local, a explicação de diversos tópicos, como por exemplo, o que é pirâmide alimentar e seus grupos; a importância de uma alimentação saudável; alimentos benéficos e maléficos; saúde bucal e corporal; reaproveitamento dos restos orgânicos para a produção de adubo, valorização do meio ambiente, dentre outros tópicos. Utilizou-se recursos visuais por meio de slides, imagens figurativas, com intuito de chamar a atenção para as informações expostas, além da aplicação de um quiz referente ao assunto abordado, elaborado de forma simples para melhor compreensão das crianças, onde essas poderiam desenvolver um raciocínio crítico e formar opiniões independentemente. Ademais, realizou-se como forma de interação, a identificação do conhecimento e grau de contato que as crianças possuíam frente aos diversos alimentos mais comuns, com uma brincadeira onde todos os alunos receberam várias porções desses alimentos, onde cada criança identificou cada alimento através do seu sabor e toque, sem vê-los, podendo, assim, trabalhar o lado sensitivo da criança (tato, paladar e olfato). Ao final da ministração da palestra e interações das crianças, os acadêmicos demonstraram na prática o manuseio da reutilização dos alimentos, montando vários canteirinhos com plantação de sementes de chia, onde foram deixados a cada aluno como forma de práticas integradoras. As crianças compreenderam a importância de uma alimentação saudável desde a infância e através de atividades participativas e lúdicas, elas aprenderam sobre os benefícios dos alimentos nutritivos para o crescimento, desenvolvimento e bem-estar geral. Ao entenderem a relação entre a alimentação e saúde geral e bucal, as crianças agora possuem a autonomia para realizar escolhas alimentares mais saudáveis e conscientes. Além do conhecimento teórico, as crianças tiveram a oportunidade de participar de atividades práticas, isso não só reforçou os conceitos aprendidos, mas também

# 9ª MOSTRA DE INOVAÇÃO E TECNOLOGIA SÃO LUCAS



desenvolveu habilidades e informações culinárias. Portanto, este resumo teve seu êxito de alcançar os objetivos propostos de levar o conhecimento sobre alimentação saudável de forma lúdica a faixa etária aplicada, onde, assim, promoveu-se como consequência a conscientização, curiosidade e um olhar mais sensível ao consumir os alimentos tanto importante nessa fase da infância.

**Palavras-Chaves:** Infância, alimentação, sustentabilidade, educação, saúde.