

ANAIS DA MOSTRA DA CURRICULARIZAÇÃO DA EXTENSÃO DO CURSO DE MEDICINA DA UNIEVANGÉLICA

A IMPORTÂNCIA DA ALIMENTAÇÃO E DO BRINCAR PARA O DESENVOLVIMENTO FÍSICO E PSICOMOTOR NA INFÂNCIA: RELATO DE EXPERIÊNCIA EM CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL

Anna Vitória Silva Oliveira¹
Bárbara Candido de Menezes²
Brendha Mikaelly Alves de Lima³
Carla Machado Fernandes⁴
Evelinni Guimarães Macêdo⁵
Gabriel Alves Guimaraes⁶
Geovana Silva Soares⁷
Humberto Moreira Borges Filho⁸
João Pedro Borges Ricomini Squilassi⁹
Maria Gabriela Martins Bizinoto¹⁰
Carla Guimarães Alves¹¹

RESUMO

Este relato descreve ação educativa realizada por estudantes de Medicina com crianças de dois a cinco anos no Centro de Educação Infantil Betesda Esperança, em Anápolis. Teve como objetivo promover hábitos alimentares saudáveis e estimular o desenvolvimento psicomotor por meio de teatro de fantoches e jogos lúdicos. As crianças participaram ativamente e demonstraram grande envolvimento.

PALAVRAS-CHAVE

Alimentação Saudável; Educação Infantil; Promoção da Saúde; Desenvolvimento Infantil.

INTRODUÇÃO

Este relato descreve o projeto “A importância da alimentação e do brincar para o desenvolvimento físico e psicomotor na infância”, desenvolvido por acadêmicos de Medicina da Universidade UniEvangélica de Goiás, na disciplina Medicina de Família e Comunidade II, no Centro de Educação Infantil (CEI) Betesda Esperança. A alimentação adequada nos primeiros anos de vida é essencial para o crescimento, o desenvolvimento cognitivo e a prevenção de doenças crônicas ao longo da vida. No entanto, observa-se que a introdução precoce de alimentos ultraprocessados e o sedentarismo têm se tornado frequentes nessa faixa etária, o que compromete a saúde e desenvolvimento infantil. A escola é um espaço essencial

¹ Graduando no curso Medicina. Universidade Evangélica de Goiás - UniEVANGÉLICA. annavitoria.silva.oliv@gmail.com

² Graduando no curso Medicina. Universidade Evangélica de Goiás - UniEVANGÉLICA. barbaracmenezes2006@gmail.com

³ Graduando no curso Medicina. Universidade Evangélica de Goiás - UniEVANGÉLICA. brenkal.lima@gmail.com

⁴ Graduando no curso Medicina. Universidade Evangélica de Goiás - UniEVANGÉLICA. carlamfernandes001@gmail.com

⁵ Graduando no curso Medicina. Universidade Evangélica de Goiás - UniEVANGÉLICA. evelinnimacedo123@hotmail.com

⁶ Graduando no curso Medicina. Universidade Evangélica de Goiás - UniEVANGÉLICA. gabriel.alvesguimaraes1000@gmail.com

⁷ Graduando no curso Medicina. Universidade Evangélica de Goiás - UniEVANGÉLICA. geovanasilvasoares19@gmail.com

⁸ Graduando no curso Medicina. Universidade Evangélica de Goiás - UniEVANGÉLICA. humberto.hmbf@gmail.com

⁹ Graduando no curso Medicina. Universidade Evangélica de Goiás - UniEVANGÉLICA. jpsquilassi@gmail.com

¹⁰ Graduando no curso Medicina. Universidade Evangélica de Goiás - UniEVANGÉLICA. ma.gabinova@gmail.com

¹¹ Docente no curso Medicina. Universidade Evangélica de Goiás - UniEVANGÉLICA. carlaguimas5@gmail.com

ANAIS DA MOSTRA DA CURRICULARIZAÇÃO DA EXTENSÃO DO CURSO DE MEDICINA DA UNIEVANGÉLICA

para a formação de hábitos saudáveis, e a PNPS reforça a importância de ações educativas e intersectoriais envolvendo família, escola e saúde. Visando estimular práticas saudáveis desde a infância e aproximar os acadêmicos da realidade comunitária, foi desenvolvida uma intervenção educativa com atividades lúdicas, como teatro de fantoches, jogos e brincadeiras. Este relato descreve o planejamento e a execução do projeto, destacando sua relevância para a formação acadêmica e para a promoção da saúde no ambiente escolar.

RELATO DE EXPERIÊNCIA

A ação intervencionista foi desenvolvida com base na Metodologia da Problematização, com a aplicação do Arco de Charles Maguerez. A proposta articulou os conteúdos programáticos das disciplinas de Educação em saúde e Projeto de Saúde na Comunidade. A elaboração ocorreu entre 29 de outubro e 12 de novembro de 2025. De início, as etapas 1 e 2, que consistem na observação da realidade e levantamento dos pontos-chaves, foram realizadas por meio de uma entrevista com a orientadora, a qual possui conhecimento prévio sobre o Centro de Educação Infantil (CEI) Betesda Esperança e repassou as respostas fornecidas pela diretora, devido realocação da reunião de pais para o dia. Nesse sentido, a instituição é conveniada à prefeitura e possui estrutura simples, compartilhada com a igreja local. Conta com pátio para refeições e atividades, salas de aula, cantina, banheiros adaptados e um pequeno parque desativado. Atualmente, há 131 crianças matriculadas, distribuídas em uma turma de 2 anos e duas de 3 anos em período integral. Como também uma turma de 4 anos e outra de 5 anos organizadas nos turnos matutino e vespertino. A gestora pontuou que os principais problemas no CEI são questões relacionadas à higiene, nutrição e alimentação saudável, uso de telas, relação familiar, valorização das diferenças, cultura e convívio com pessoas e animais. Após análise e discussão entre os discentes e orientadora foram escolhidos alimentação saudável e desenvolvimento psicomotor como eixos temáticos da intervenção.

Para a elucidação teórica, caracterizada pela etapa 3, os alunos realizaram buscas na literatura científica disponível na base de dados MeSH/PubMed, utilizando os descritores em saúde “Child”, “Psychomotor Performance” e “Diet”, combinados pelo operador booleano AND. Os artigos selecionados foram filtrados pelos últimos cinco anos, com o objetivo de subsidiar a discussão e promover uma reflexão crítica capaz de contribuir para a formulação de possíveis hipóteses de solução relacionadas ao problema identificado.

ANAIS DA MOSTRA DA CURRICULARIZAÇÃO DA EXTENSÃO DO CURSO DE MEDICINA DA UNIEVANGÉLICA

Com base nos problemas identificados na instituição de ensino - alimentação inadequada e carência de estímulos psicomotores - elaborou-se uma proposta de intervenção. A ideia central do projeto era promover atividades educativas e lúdicas para favorecer o aprendizado sobre alimentação saudável e o desenvolvimento motor. A ação foi planejada de forma integrada entre os conteúdos programáticos de Educação em Saúde e Projeto de Saúde na Comunidade, envolvendo 91 crianças do período vespertino do CEI Betesda Esperança, distribuídas em cinco turmas, com idade entre 2 e 5 anos.

Foram elaborados dois subprojetos conforme a faixa etária. Para as crianças de 2 e 3 anos desenvolveu-se um teatro de fantoches sobre alimentação saudável e brincadeiras psicomotoras, entre elas “alto e baixo”, “mestre mandou” e boliche, com foco em coordenação e socialização. Já para o grupo de 4 e 5 anos, as atividades incluíram a montagem de um “prato saudável” com figuras de alimentos e um circuito motor, que incluiu brincadeiras como jogo da memória, corda, cones e boliche, afim estimular raciocínio, equilíbrio e noção espacial. Para tais atividades foram usados fantoches, pratos plásticos, figuras ilustrativas, cordas, cones, bolas e frutas (melancia) doadas. O planejamento foi validado pela orientadora e adaptado à estrutura física da instituição. Ao final, foi servido um lanche coletivo com melancia, o que reforçou de forma prática o incentivo ao consumo de frutas e a importância da alimentação saudável. Apesar das limitações de espaço e tempo, os objetivos do projeto foram alcançados. A experiência demonstrou que metodologias lúdicas são eficazes na educação em saúde voltada para crianças e reforçam o papel do estudante de Medicina na promoção da saúde e integração com a comunidade.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A intervenção educativa desenvolvida no CEI Betesda Esperança dirigiu-se a 91 crianças de 2 a 5 anos com o objetivo de incentivar hábitos motores e alimentares saudáveis. A escolha dessa faixa etária se justifica por ser um período decisivo para a formação de padrões de comportamento que influenciam toda a vida. Evidências apontam que crianças com sobrepeso aos 5 anos têm risco significativamente maior de permanecerem obesas na vida adulta, o que reforça a importância de intervenções preventivas precoces. (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2016)

As estratégias pedagógicas adotadas — teatro de fantoches, atividades psicomotoras e construção do “prato saudável” — demonstraram boa aceitação e capacidade

ANAIS DA MOSTRA DA CURRICULARIZAÇÃO DA EXTENSÃO DO CURSO DE MEDICINA DA UNIEVANGÉLICA

de engajamento infantil. A literatura internacional oferece suporte para os métodos utilizados. Intervenções com estrutura semelhante apresentam melhorias significativas na coordenação motora, na adesão dietética e até na redução de IMC quando associadas ao envolvimento familiar contínuo. Estudos demonstram ainda que exercícios de maior intensidade, praticados várias vezes por semana, são essenciais para ganhos em densidade óssea e composição corporal, o que sugere a necessidade de ampliar a intensidade e frequência das atividades propostas no projeto. (PORRI *et al.*, 2025)

No campo da nutrição, a intervenção se torna especialmente relevante diante do contexto epidemiológico brasileiro, no qual cerca de 35% das crianças pré-escolares apresentam excesso de peso. O consumo elevado de ultraprocessados e a baixa ingestão de frutas e vegetais, associado à oferta inadequada de alimentos em algumas escolas, favorecem o ganho de peso e exigem ações educativas permanentes. Evidências mostram que a exposição repetida e lúdica a alimentos saudáveis, como realizada no projeto, pode aumentar a aceitação e preferências alimentares das crianças. (SOARES; DEL CIAMPO, 2024)

Entretanto, diversos desafios estruturais e socioculturais dificultam a sustentabilidade das ações. A baixa continuidade do engajamento familiar — com queda de 100% para 22% nas sessões de reforço — constitui um dos principais entraves. Estudos brasileiros apontam que muitos familiares não identificam o sobrepeso infantil como problema (“negação parental”), além de enfrentarem barreiras como falta de tempo, insegurança urbana que limita o brincar ao ar livre e maior acesso econômico a ultraprocessados do que a alimentos in natura. Outro obstáculo é a fragilidade dos serviços de saúde, marcados por longas filas para atendimento nutricional e ausência de equipes multiprofissionais suficientes para uma abordagem integral da obesidade infantil. (GATO-MORENO *et al.*, 2021; BAGGIO *et al.*, 2021).

Apesar dos desafios, o projeto evidenciou potencialidades importantes, sobretudo a articulação ensino–serviço–comunidade, a receptividade da escola e a possibilidade de formação crítica e socialmente engajada dos estudantes. A análise conjunta de experiências internacionais também reforça que ações multicomponentes, realizadas de maneira contínua e com participação ativa das famílias, são mais eficazes do que intervenções isoladas. (GATO-MORENO *et al.*, 2021; PROIA *et al.*, 2021; Davis *et al.*, 2024)

Durante a intervenção, observou-se alto nível de engajamento das crianças: todas participaram ativamente das atividades propostas, demonstrando receptividade, entusiasmo e

ANAIS DA MOSTRA DA CURRICULARIZAÇÃO DA EXTENSÃO DO CURSO DE MEDICINA DA UNIEVANGÉLICA

curiosidade diante do teatro de fantoches e das brincadeiras psicomotoras. Notou-se que algumas já possuíam conhecimentos prévios sobre alimentos saudáveis, o que favoreceu a construção coletiva do aprendizado. A abordagem lúdica, dinâmica e adequada à faixa etária facilitou a compreensão dos conteúdos, em consonância com a literatura sobre promoção da saúde na educação infantil. A montagem do “prato saudável” e o circuito motor mostraram-se estratégias eficazes para estimular tanto o raciocínio quanto habilidades motoras. Como potencialidade, destaca-se o vínculo estabelecido com as crianças e o interesse despertado pelo tema; como dificuldade, o tempo reduzido e as limitações estruturais do espaço. A experiência permitiu aplicar na prática os conhecimentos adquiridos e contribuiu para o desenvolvimento das habilidades comunicativas dos acadêmicos, reforçando a relevância de metodologias lúdicas no cuidado e na educação em saúde infantil.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A intervenção realizada no CEI Betesda Esperança permitiu integrar teoria e prática por meio de estratégias educativas lúdicas, alcançando de forma efetiva os objetivos propostos. As atividades desenvolvidas promoveram a participação ativa das crianças e contribuíram para o aprendizado sobre hábitos alimentares adequados e para o estímulo do desenvolvimento motor. Observou-se grande envolvimento do público-alvo, demonstrando que metodologias interativas são adequadas para a faixa etária e potencializam o impacto das ações de educação em saúde.

A experiência reforçou a importância da atuação do estudante de Medicina em ambientes comunitários, ampliando a compreensão sobre as necessidades reais da população e fortalecendo a articulação entre conhecimento científico e práticas de promoção da saúde. Dessa forma, a intervenção reafirma sua relevância social e educativa, contribuindo para a formação integral dos alunos e para o bem-estar das crianças atendidas.

REFERÊNCIAS

BAGGIO, Maria Aparecida; ALVES, Karine Ribeiro; CAVALHEIRO, Raiana Friedrich; MATIAS, Laurinda; HIRANO, Aline Renata; MACHINESKI, Gicelle Galvan; CALDEIRA, Sebastião. Obesidade infantil na percepção de crianças, familiares e profissionais de saúde e de educação. **Texto & Contexto Enfermagem**, Florianópolis, v. 30, e20190331, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2019-0331>.

ANAIS DA MOSTRA DA CURRICULARIZAÇÃO DA EXTENSÃO DO CURSO DE MEDICINA DA UNIEVANGÉLICA

DAVIS, Jaimie N.; MILLER, Emily; ESTRADA, George C.; PERALES-GUERRERO, Esteban; REYNOLDS, Kristin D.; SPRUIELL, Michelle *et al.* School-based gardening, nutrition, and cooking intervention reduces soft drink consumption in low-income middle school students: the Texas Sprouts Cluster RCT. **Nutrition Reviews**, Oxford, v. 82, n. 2, p. 127–140, 2024. DOI: <https://doi.org/10.1093/nutrit/nmad018>.

GATO-MORENO, Mario; MARTOS-LIRIO, María F.; LEIVA-GEA, Isabel; BERNAL-LÓPEZ, M. Rosa; VEGAS-TORO, Fernando; FERNÁNDEZ-TENREIRO, María C.; LÓPEZ-SIGUERO, Juan P. Early nutritional education in the prevention of childhood obesity. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, Basel, v. 18, n. 12, p. 6569, 2021. DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph18126569>.

PORRI, Debora; LA ROSA, Elisa; PEPE, Giorgia *et al.* Promoting healthy lifestyles in early childhood at school with the 0-6 EpPOI project: efficacy on motor skills and Mediterranean diet adherence. **Nutrients**, Basel, v. 17, n. 13, e2181, 2025. DOI: <https://doi.org/10.3390/nu17132181>

PROIA, Patrizia; AMATO, Alessandra; DRID, Patrik; KOROVLJEV, Darinka; VASTO, Sonya; BALDASSANO, Sara. The impact of diet and physical activity on bone health in children and adolescents. **Frontiers in Endocrinology**, Lausanne, v. 12, p. 1–17, 2021. DOI: <https://doi.org/10.3389/fendo.2021.704647>.

SOARES, Letícia Alves; DEL CIAMPO, Luiz Antonio. Nutritional status and food consumption of preschool-age children: an observational cross-sectional study carried out in schools covered by the Brazilian School Feeding Program. **International Journal of Nutrology**, São Paulo, v. 17, n. 3, e24312, 2024. DOI: <https://doi.org/10.54448/ijn24312>.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. *Report of the Commission on Ending Childhood Obesity*. Geneva: WHO, 2016. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/204176>. Acesso em: 13 nov. 2025.