

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

EDUCAÇÃO ALIMENTAR E CUIDADO NUTRICIONAL EM CRIANÇAS DE UMA ESCOLA RURAL: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Isaque Alves Leão Silva¹
Sandra Cristina Guimarães Bahia Reis²

RESUMO

A escola possui papel importante na promoção da saúde infantil. Nesse contexto, acadêmicos do 1º período de medicina realizaram ações educativas e avaliação antropométrica com 212 crianças de uma escola rural em Anápolis-GO. A experiência promoveu a alimentação saudável e monitorização nutricional, identificando alterações em 37 crianças encaminhadas para acompanhamento. As ações fortaleceram o cuidado integral infantil e o aprendizado acadêmico.

PALAVRAS-CHAVE: Educação em saúde. Promoção da saúde alimentar e nutricional. Nutrição da criança. Saúde da criança. Índice de massa corporal.

INTRODUÇÃO

A infância constitui período fundamental para o crescimento e desenvolvimento físico, cognitivo e social, sendo diretamente influenciada pelos hábitos alimentares e pelas atividades realizadas no cotidiano (BRASIL, 2014; OMS, 2016). O aumento do consumo de alimentos ultraprocessados, associado ao sedentarismo infantil, tem contribuído para o crescimento dos índices de obesidade e outros distúrbios nutricionais entre crianças brasileiras (BRASIL, 2013; OMS, 2016). Nesse contexto, a escola representa espaço estratégico para o desenvolvimento de ações educativas voltadas à promoção da saúde e prevenção de agravos relacionados à alimentação inadequada e à inatividade física (BRASIL, 2014).

Desenvolvemos esta experiência em uma escola rural do município de Anápolis-GO, nos dias 19 e 21 de maio de 2026, como acadêmicos do primeiro período do curso de Medicina da UniEVANGÉLICA. A proposta surgiu a partir da identificação da necessidade de fortalecermos práticas relacionadas à alimentação saudável, atividades lúdicas e monitorização do crescimento infantil.

¹ Graduando no curso Medicina. Universidade Evangélica de Goiás-med.isaque10@gmail.com

² Docente no curso Medicina. Universidade Evangélica de Goiás- sandracris.guimas@gmail.com

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

Fundamentamos as atividades nos conteúdos curriculares relacionados ao crescimento e desenvolvimento humano, avaliação nutricional, promoção da saúde e prevenção de doenças na infância (BRASIL, 2014; FREIRE, 2021). Com esta experiência, objetivamos identificar crianças em risco nutricional e promover hábitos alimentares e atividades lúdicas que favorecessem o crescimento saudável, considerando o contexto social das crianças participantes.

RELATO DA EXPERIÊNCIA

A experiência caracterizou-se como ação extensionista curricular que desenvolvemos como acadêmicos do primeiro período de Medicina da UniEVANGÉLICA em uma escola rural de Anápolis-GO, no ano de 2026. O público-alvo foi composto por crianças entre 4 e 10 anos de idade (infantil 4 ao 5º ano) e a abordagem antropométrica foi realizada com o mesmo grupo.

Inicialmente, realizamos o planejamento das atividades educativas com base em metodologias ativas, participativas, lúdicas e experienciais, fundamentadas na Educação em Saúde e alinhadas às recomendações da Organização Mundial da Saúde e do Ministério da Saúde relacionadas à alimentação saudável, prática de atividades físicas na infância e aos parâmetros antropométricos. Iniciamos as ações com problematização dialogada, incentivando as crianças a refletirem sobre os alimentos que mais consumiam e as brincadeiras preferidas no cotidiano.

Posteriormente, adaptamos as atividades conforme a faixa etária dos participantes. Com as crianças entre 4 e 6 anos, distribuímos folhas em branco e lápis de cor para que desenhassem os alimentos e brincadeiras de que mais gostavam. Em seguida, realizamos dinâmica educativa sobre alimentos que devem ser consumidos “sempre” e “raramente”, bem como brincadeiras saudáveis que estimulam o movimento corporal. Com as crianças entre 8 e 10 anos, realizamos dinâmica de mímicas sobre alimentos saudáveis e não saudáveis. Utilizamos gestos e complementação verbal para estimular a identificação dos alimentos e a discussão sobre suas propriedades nutricionais.

Para ambos os grupos, utilizamos cartazes educativos e pirâmide alimentar adaptada à faixa etária como recursos visuais de apoio. Tivemos preocupação em trabalhar com alimentos acessíveis e compatíveis com a realidade social das crianças,

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

tornando as orientações mais viáveis para o cotidiano familiar. Na sequência, realizamos avaliação antropométrica por meio da verificação do peso, altura e cálculo do índice de massa corporal (IMC), permitindo a identificação do estado nutricional das crianças. Avaliamos 212 crianças, das quais 37 apresentaram alterações no índice de massa corporal. Registramos os dados em fichas utilizadas pela Unidade Básica de Saúde de Interlândia (Município de Anápolis) e, a partir da parceria estabelecida com a Unidade Básica de Saúde da localidade, encaminhamos as informações à para acompanhamento multiprofissional das crianças identificadas com alterações nutricionais. Além disso, planejamos a realização de busca ativa das crianças residentes na zona rural, visando ampliar o acompanhamento longitudinal do crescimento e desenvolvimento infantil fortalecendo a integração entre escola, universidade e atenção básica em saúde, sendo a escola um ponto focal dessa ação.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

As atividades promoveram o aprendizado sobre alimentação saudável e a sua importância para o crescimento e desenvolvimento infantil. Observamos grande envolvimento dos participantes durante as dinâmicas, especialmente nas atividades de desenho e mímica, que estimularam interação, criatividade e reflexão sobre hábitos cotidianos.

A avaliação antropométrica permitiu avaliar as alterações no índice de massa corporal das 212 crianças avaliadas, evidenciando a importância da monitorização nutricional no ambiente escolar como estratégia de prevenção da obesidade, desnutrição e outros agravos relacionados ao crescimento infantil (BRASIL, 2013; ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2016). Nesse sentido, identificamos alterações significativas no índice de massa corporal em 37 das 212 crianças avaliadas, o que pode estar relacionado aos hábitos e à rotina da comunidade escolar acompanhada.

Ademais, a parceria estabelecida com a Unidade Básica de Saúde local fortaleceu a continuidade do cuidado, permitindo encaminharmos as crianças para acompanhamento de sua saúde e desenvolvimento pela rede de atenção básica (BRASIL, 2013). De maneira análoga, a proposta de realizarmos busca ativa das crianças residentes na área rural representou importante estratégia para ampliação do acesso aos serviços de saúde e monitorização contínua das condições nutricionais da população infantil.

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

Além dos resultados relacionados à saúde infantil, a vivência nos proporcionou importante crescimento acadêmico e humano como estudantes de Medicina. Aplicarmos os conhecimentos adquiridos em sala de aula e o contato direto com a comunidade foi uma experiência gratificante e transformadora.

Com relação às dificuldades encontradas, a estrutura da escola e as salas cheias dificultaram um pouco a logística da ação e, portanto, o nosso planejamento inicial teve que ser flexibilizado buscando um espaço mais amplo para realizar a ação. Todavia, o acolhimento das crianças, a participação nas atividades e a percepção do impacto positivo da ação fizeram com que a alegria e a satisfação se tornassem alguns dos principais resultados da experiência. Além disso, a atividade também fortaleceu nossas habilidades relacionadas à comunicação, trabalho em equipe, escuta qualificada e adaptação da linguagem científica ao público infantil. Destacamos ainda o papel da curricularização da extensão universitária na aproximação entre universidade, escola e serviços de saúde, fortalecendo a formação humanizada dos futuros profissionais (FREIRE, 2021).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A experiência demonstrou a relevância das ações extensionistas voltadas à educação alimentar, promoção do crescimento saudável e monitorização nutricional no ambiente escolar rural. As atividades lúdicas e participativas favoreceram a construção do conhecimento sobre alimentação saudável, atividade física e autocuidado desde a infância. A identificação de possíveis alterações nutricionais nas crianças e o encaminhamento de todas para avaliação na Unidade Básica de Saúde evidenciaram a importância da integração entre universidade, escola e atenção primária à saúde para garantia do cuidado integral da população infantil.

Dessa maneira, a experiência nos proporcionou crescimento pessoal, acadêmico e social, permitindo integração entre teoria e prática e fortalecendo a formação humanizada e comprometida com as necessidades da comunidade. A vivência transformou a insegurança inicial em sentimento de realização, alegria e pertencimento à prática médica voltada à promoção da saúde e cuidado integral da população.

REFERÊNCIAS

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

BRASIL. Ministério da Saúde. *Guia alimentar para a população brasileira*. 2. ed. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2014.

BRASIL. Ministério da Saúde. *Política Nacional de Alimentação e Nutrição*. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2013.

FREIRE, Paulo. *Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa*. 67. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2021.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. *Report of the commission on ending childhood obesity*. Geneva: World Health Organization, 2016.

UNIEVANGÉLICA. *Orientações para escrita de relato de experiência: cartilha educativa*. Anápolis: UniEVANGÉLICA, 2023.