

# O LÚDICO COMO FORMA DE INCENTIVAR UMA ALIMENTAÇÃO INFANTIL SAUDÁVEL EM AMBIENTE DOMICILIAR NO CONTEXTO DA PANDEMIA DE COVID-19

XXIX Encontro de Extensão

Ivna Pedrosa da Silva, Juliana Maria Rabeilo Bessa, Socorro Vanesca Frota Gaban

A primeira infância e fase pré-escolar são determinantes para o futuro da alimentação de uma criança. Nesse período, iniciam-se os primeiros hábitos alimentares, fortemente influenciados pelo comportamento de familiares frente aos alimentos. Essa influência foi ainda ampliada pela pandemia de Covid-19, que forçou um período de quarentena onde as famílias permaneceram confinadas no ambiente domiciliar. Nesse contexto, iniciou-se uma pesquisa com os responsáveis de crianças matriculadas na Unidade Universitária Núcleo de Desenvolvimento da Criança - UUNDC, tendo como objetivo a realização de uma análise dos hábitos alimentares infantis, para com isso haver o desenvolvimento de ferramentas lúdicas, que auxiliassem pais e crianças na busca por uma alimentação mais saudável. Foi estabelecido o desenvolvimento de três jogos, sendo eles: quebra-cabeça e jogo da memória, com o intuito de criar familiaridade entre a criança e o alimento; bem como um dado com faces contendo frutas, que ajudaria na escolha de frutas para um possível lanche, trazendo a brincadeira para o momento da refeição. Foram escritos ainda dois livros de história infantil, como forma de incentivar a criança a adotar hábitos mais saudáveis usando como exemplo o arco de desenvolvimento das personagens. Em sequência, foi realizada a confecção de uma cartilha direcionada aos pais e responsáveis, com dicas e instruções que pudessem ser aplicadas na busca de uma melhor nutrição infantil, ressaltando a grande influência da alimentação familiar, anteriormente citada. Por fim, todo o material foi enviado por meio de correio eletrônico aos responsáveis participantes do estudo, junto a instruções de utilização, para que possa ser aplicado e possa trazer uma mudança em certos hábitos observados pelos dados obtidos, evitando desordens alimentares futuras.

Palavras-chave: Nutrição infantil. Ferramentas lúdicas. Evitação de desordens.