

# **ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL, NUTRIÇÃO E SAÚDE DESDE A INFÂNCIA**

## **VII Encontro de Iniciação Acadêmica**

Alexandre de Souza Lesso, Inaralice Fontenele Leão Batista, Levi Damasceno Carvalho, Maria Auricelia da Silva

A Unidade Universitária Federal de Educação Infantil Núcleo de Desenvolvimento da Criança (UUNDC) desenvolve atividades voltadas para a Educação Infantil e está atenta à alimentação saudável durante a fase de crescimento das crianças. O Programa Núcleo de Desenvolvimento da Criança tem como objetivos: favorecer a formação de hábitos de alimentação saudável desde a Educação Infantil; contribuir para a manutenção da saúde das crianças por meio da alimentação saudável; divulgar, entre os familiares das crianças atendidas na UUNDC, orientações relativas à alimentação, à nutrição e à saúde infantil. O cardápio é elaborado e acompanhado por uma nutricionista, com vistas à percepção da aceitação do lanche saudável pelas crianças e ao desenvolvimento de receitas que agreguem saúde e boa aceitação dos alimentos. Mensalmente, é feita a antropometria das crianças, a fim de conhecer o Índice de Massa Corporal (IMC) e informar aos familiares os índices obtidos. As ações envolvem: a) registro das receitas culinárias por meio da preparação de fichas técnicas; b) acompanhamento das crianças durante o horário de alimentação (lanche); c) antropometria mensal de todas as crianças da UUNDC para registro, acompanhamento do seu desenvolvimento e crescimento, bem como o envio do Índice de Massa Corporal (IMC) aos familiares. Os resultados parciais indicam que: as crianças aceitam bem o lanche diário; experimentam novos sabores; ampliam seu paladar e hábitos gastronômicos; os familiares recebem com confiança os dados coletados (IMC); as fichas técnicas funcionam como registros que facilitam a organização do trabalho na cozinha da UUNDC. A experiência de acompanhar o processo de criação e adequação de receitas saudáveis, avaliação da aceitação das preparações escolhidas e o acompanhamento do desenvolvimento das crianças interfere na formação acadêmica, despertando estratégias para o público infantil, com foco em práticas alimentares saudáveis.

**Palavras-chave:** ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL. NUTRIÇÃO. EDUCAÇÃO INFANTIL.