

UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS
ESCOLA DE ENFERMAGEM

ANELISA TERROLA MARTINS FERREIRA

**AÇÕES DE EDUCAÇÃO NUTRICIONAL VOLTADAS AO PÚBLICO INFANTIL E
ADOLESCENTE**

Conselheiro Lafaiete - Minas Gerais

2014

ANELISA TERROLA MARTINS FERREIRA

**AÇÕES DE EDUCAÇÃO NUTRICIONAL VOLTADAS AO PÚBLICO INFANTIL E
ADOLESCENTE**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Universidade Federal de Minas Gerais, como parte das exigências do Curso de Pós-Graduação *Lato Sensu* em Formação Pedagógica para Profissionais de Saúde, para a obtenção do título de Especialista em Formação Pedagógica para Profissionais de Saúde.

Orientador: Prof. Ms. Kátia Ferreira Costa Campos

Conselheiro Lafaiete - Minas Gerais

2014

Ficha de identificação da obra elaborada pelo autor, através do Programa de Geração Automática da Biblioteca Universitária da UFMG

Ferreira, Anelisa Terrola Martins Ferreira

Ações de educação nutricional voltadas ao público infantil e adolescente [manuscrito] / Anelisa Terrola Martins Ferreira Ferreira. - 2014.

37 p.

Orientador: Kátia Ferreira Costa Campos Campos.

Monografia apresentada ao curso de Especialização em Formação Pedagógica Para Profissionais da Saúde - Universidade Federal de Minas Gerais, Escola de Enfermagem, para obtenção do título de Especialista em Formação Pedagógica para Profissionais de Saúde.

1.educação nutricional. 2.educação em saúde. 3.crianças . 4.adolescentes. 5. Alimentação. I.Campos, Kátia Ferreira Costa Campos. II.Universidade Federal de Minas Gerais. Escola de Enfermagem. III.Título.

Anelisa Terrola Martins Ferreira

**AÇÕES DE EDUCAÇÃO NUTRICIONAL VOLTADAS AO
PÚBLICO INFANTIL E ADOLESCENTE**

Trabalho apresentado ao Curso de Especialização de Formação Pedagógica para Profissionais de Saúde da Escola de Enfermagem da Universidade Federal de Minas Gerais, como requisito parcial para obtenção do Certificado de Especialista.

BANCA EXAMINADORA:



Prof. Ma. Kátia Ferreira Costa Campos (orientadora)



Prof. Dra. Marlene Azevedo Magalhães Monteiro

Data de aprovação: 15/02/2014

RESUMO

A educação nutricional para crianças e adolescentes revela-se uma estratégia eficaz para promoção de hábitos alimentares saudáveis, além de ser uma forma de prevenção de doenças e controle do peso corporal. Para isso, as ações de educação nutricional devem ter suas metodologias desenvolvidas de acordo com cada faixa etária, abrangendo o conhecimento prévio dos indivíduos e a comunidade em que vivem. A presente revisão integrativa teve como objetivo identificar quais são as ações de educação nutricional desenvolvidas para as crianças e adolescentes. Para a seleção dos artigos utilizou-se os bancos de dados eletrônicos BVS e Portal de Evidências. A amostra desta revisão constituiu-se de 16 artigos. Após análise dos artigos incluídos na revisão os resultados dos estudos apontaram que várias são as ações de educação nutricional aplicadas ao público infantil e adolescente, utilizando tanto metodologias tradicionais como inovadoras. Porém, não há um consenso de qual melhor estratégia a ser utilizada para esse público, necessitando que os métodos de educação nutricional utilizados sejam validados e que mais estudos sejam realizados para melhores resultados.

Palavras-chave: educação nutricional, educação em saúde, crianças, adolescentes, alimentação.

ABSTRACT

Nutrition education for children and adolescents appears to be an effective strategy to promote healthy eating habits as well as being a form of disease prevention and weight control. For this, the actions of nutrition should have their methodologies developed according to each age group, including prior knowledge of individuals and the community in which they live. This integrative review aimed to identify what actions developed nutrition education for children and adolescents. To select the articles, we used the electronic databases BVS, and Evidence Portal. A sample of this review of 16 articles. After analyzing the articles included in the review the results of the studies showed that there are several actions implemented nutrition education to children and adolescents, using both traditional and innovative methodologies. However, there is no consensus on what the best strategy to be used for this audience, requiring that the methods used should be validated and that more studies be conducted for best results.

Keywords: nutrition education, health education, children, adolescents, alimentation.

LISTA DE TABELAS

TABELA 1 População e Amostra.....	12
TABELA 2 Características das publicações quanto à fonte e o ano.....	14
TABELA 3 Características dos autores.....	15
TABELA 4 Características das publicações.....	16
TABELA 5 Ações de educação nutricional que são realizadas voltadas ao público infantil e adolescente.....	18

SUMÁRIO

1-INTRODUÇÃO.....	06
2- OBJETIVO.....	10
3- PROCEDIMENTOS METODÓLOGICOS.....	11
3.1- Método.....	11
3.2- População e Amostra.....	11
3.3- Variáveis do estudo.....	12
3.4- Instrumento de coleta de dados.....	13
3.5- Análise dos dados.....	13
4- RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	14
5- CONCLUSÃO.....	30
REFERÊNCIAS.....	31
ANEXO 1.....	34

1 INTRODUÇÃO

O conceito de educação em saúde vai além da transmissão de informações, configurando combinações de experiências de aprendizagem delineadas com vistas a facilitar ações voluntárias conducentes à saúde. Essas combinações envolvem troca de experiências de vida, aspectos comportamentais, medidas terapêuticas e interacionais (COSCRATO; MELLO, 2010).

Apesar da crescente ampliação das reflexões teóricas e metodológicas da educação em saúde, ainda é comum a utilização de métodos e estratégias pautadas em modelos teóricos tradicionais. A prática pedagógica em saúde mantém-se baseada na ideia de que a apreensão do saber instituído sempre leva à aquisição de novos comportamentos e práticas, desconsiderando a história de vida do indivíduo, suas crenças, seus valores e sua subjetividade (TORAL; CONTI; SLATER, 2009).

Historicamente, os programas de assistência à saúde nos países em desenvolvimento são quase sempre orientados sob a forma de cuidados médico-hospitalares, nos quais são priorizados esforços de otimização ao tratamento da doença. Nesta mesma ótica, os programas de atenção à saúde infantil e ao adolescente se caracterizam principalmente por apresentarem ações e atividades também marcadamente hospitalocêntricas (OLIVEIRA et al., 2009).

Nas últimas décadas a prevalência da obesidade vem apresentando um aumento em vários países ao redor do mundo. Este fato é preocupante, já que o excesso de gordura corporal, principalmente a abdominal, está diretamente relacionado com alterações do perfil lipídico, com o aumento da pressão arterial e a hiperinsulinemia, considerados fatores de risco para o desenvolvimento de doenças crônicas, como o diabetes tipo 2 e doenças cardiovasculares (OLIVEIRA, 2004).

A descrição das práticas alimentares adotadas atualmente na infância e na adolescência tem correspondido a dietas ricas em gorduras, açúcares e sódio, com pequena participação de frutas e hortaliças. Este quadro está relacionado à manifestação cada vez mais precoce de doenças crônicas entre crianças e adolescentes, o que envolve um grande impacto em saúde pública. Nesse sentido, é fortemente estimulado o desenvolvimento de estratégias de intervenção nutricional, inseridas no campo da educação em saúde, como uma perspectiva para o controle do problema nessa fase da vida (TORAL; CONTI; SLATER, 2009).

Assim, verifica-se que existem muitas frentes possíveis para a prática da nutrição no âmbito da saúde coletiva. Todavia, a atenção básica em saúde, se constitui em um lócus

privilegiado para se avançar na promoção da alimentação saudável e na conquista da Segurança Alimentar e Nutricional (SAN), constituindo a integralidade e a intersetorialidade princípios fundamentais para obter tais avanços (VASCONCELOS; PEREIRA; CRUZ, 2008).

Quaisquer intervenções feitas por profissionais da saúde devem levar em conta a adoção de hábitos alimentares saudáveis, estando inseridas em um amplo contexto de promoção de saúde e adaptadas à realidade social infanto-juvenil, atuando, sobretudo no ambiente familiar e escolar (PONTES et al., 2009).

O profissional de saúde que realiza a orientação nutricional de crianças e adolescentes precisa, principalmente, se informar sobre propagandas, o tipo de alimentação, a frequência do consumo de alimentos processados, que compõem a dieta dessa população infanto-juvenil. Acrescenta-se aqui que a educação nutricional é um instrumento da nutrição, onde através da aprendizagem contínua sobre hábitos alimentares uma população, grupo ou paciente podem ter consciência de que alimentar-se é diferente de nutrir-se. Além disso, espera-se que os mesmos possam identificar se seu hábito alimentar é o correto, e assim, se for necessário, promover algumas mudanças no seu estilo de vida (ARAÚJO, 2010).

Desde a sua origem, a prática educativa em nutrição tem sido pautada por processos verticais e autoritários, centrada em modelos prescritivos e biologicistas, menosprezando o diálogo, a autonomia do educando e os aspectos socioculturais que envolvem as práticas alimentares e a realidade (VASCONCELOS; PEREIRA; CRUZ, 2008).

Em intervenções nutricionais, o foco central costuma ser a difusão de informações sobre os benefícios de determinados alimentos e nutrientes e os malefícios de outros. Acredita-se, assim, que o oferecimento de novas informações sobre alimentação e nutrição promove um aumento do conhecimento individual, o que, por sua vez, resultará em melhorias no comportamento alimentar. Contudo, o fracasso de intervenções do tipo conhecimento-atitude-comportamento é esperado (TORAL; CONTI; SLATER, 2009).

Até o ano de 2006, o Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome apoiou e desenvolveu diversos projetos educativos destacando-se entre eles os projetos: Educação a Mesa; Criança Saudável; Educação Dez; Cozinha Brasil; Alimentação Inteligente e Eu Aprendi, Eu Ensinei (OLIVEIRA, S.; OLIVEIRA, K., 2008). Projetos, com um olhar diferenciado sobre a forma de ensinar.

O novo foco da educação nutricional deve abranger o conhecimento do comportamento alimentar do indivíduo e de seu grupo social e a construção coletiva das estratégias adotadas. Intervenções pautadas nos conceitos, necessidades e crenças da

população-alvo apresentam maior probabilidade de sucesso para a promoção de práticas alimentares saudáveis (TORAL; CONTI; SLATER, 2009).

Lança-se mão do aconselhamento dietético, que também busca enriquecer essa forma de intervenção mais eficiente, atrelando a ela a visão de problematização, que consiste na busca ativa pelo educando do desvelamento dos mecanismos de opressão, de forma que ele venha a empreender esforços para lograr melhor condição de vida, emancipação, defesa da existência digna e autonomia. É uma intervenção de educação voltada para a formação de valores, do prazer, da responsabilidade, da criticidade, do lúdico e da liberdade (RODRIGUES; BOOG, 2006).

De acordo com tais pressupostos a elaboração e o uso de materiais educativos em saúde deve se pautar no debate entre os significados e na valorização de experiências entre os responsáveis pelas intervenções e os integrantes do grupo-alvo. O diálogo crítico, que possibilite um processo comunicativo aberto, permite identificar interesses em comum entre as crianças e os adolescentes e os responsáveis pela estratégia educativa, permitindo uma intervenção nutricional fundada na promoção da saúde e no alcance concreto dos objetivos esperados (TORAL; CONTI; SLATER, 2009).

Outro possível mediador do processo ensino-aprendizagem seria a atividade lúdica, figurando-se como método alternativo que auxilia esse processo. Nesse sentido, verifica-se que o lúdico contempla os critérios para uma aprendizagem efetiva, no sentido de que chama a atenção para um determinado assunto (intencionalidade / reciprocidade), seu significado pode ser discutido entre todos os participantes e o conhecimento gerado a partir da atividade lúdica pode ser transportado para o campo da realidade, caracterizando a transcendência (COSCRATO; PINA; MELLO, 2010).

Pode-se contar ainda, além das diversas abordagens pedagógicas existentes no processo de ensino-aprendizagem, com a abordagem humanística, segundo a qual a educação tem sentido ampliado e está representada por tudo o que favorece o crescimento pessoal, interpessoal e intergrupar. É nesta abordagem que vemos a Educação em Saúde, em particular a Educação Nutricional, na medida em que o profissional de saúde, enquanto educador que é, deixa seu modo tradicional de educar, para ocupar um papel de facilitador do processo de aprendizagem em que os sujeitos assumem a Educação em Saúde como conceito de promoção da saúde (LIMA et al., 2000).

Face ao contexto exposto que caracteriza os problemas nutricionais como problema de saúde pública e a necessidade de se aprimorar as práticas pedagógicas para a efetividade nas mudanças desse quadro no Brasil, percebe-se que os relatos de experiências em Educação em

Saúde e Nutrição nos serviços públicos de saúde e educação são escassos, muito embora esta abordagem venha merecendo o reconhecimento dos técnicos e do próprio governo como forma de intervenção na saúde da população em geral (LIMA et al., 2000). Dessa forma, faz-se importante investigar quais as estratégias de educação nutricional para crianças e adolescentes estão sendo desenvolvidas e aplicadas em busca de uma maior efetividade desses processos. Nesse sentido busca-se responder a seguinte indagação com o presente estudo: “Quais as ações de educação nutricional são realizadas voltadas ao público infantil e adolescente?”.

2 OBJETIVO

Identificar as ações de educação nutricional que são realizadas voltadas ao público infantil e adolescente e resultados obtidos.

3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

3.1 Método

A revisão integrativa da literatura é uma técnica que reúne e sintetiza o conhecimento produzido por meio da análise dos resultados evidenciados em estudos primários de autores especializados. O desenvolvimento deste método prevê seis etapas a serem utilizadas para a realização do trabalho, a saber: 1) identificação do tema e formulação da questão norteadora, 2) busca na literatura e seleção criteriosa dos artigos, 3) categorização dos estudos encontrados, 4) análise dos estudos incluídos, 5) interpretação dos resultados e comparações com outras pesquisas e 6) relato da revisão e síntese do conhecimento evidenciado nas pesquisas (CARVALHO; CHAVES, 2011).

3.2 População e amostra

Foi realizado um levantamento bibliográfico de artigos científicos publicados e indexados nos bancos de dados eletrônicos: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), que engloba as bases de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Índice Bibliográfico Espanhol de Ciências da Saúde (IBECS), Literatura Internacional em Ciências da Saúde (MEDLINE), Scientific Electronic Library Online (SciELO) e Cochrane, além do Portal de Evidências (bvsalud); referentes às ações de educação nutricional realizadas para crianças e adolescentes, no período de 2003 a 2013, utilizando os descritores: “educação; nutricional; crianças” e “educação; nutricional; adolescentes”; e como índice “palavras no resumo”, e o assunto principal: “Educação Alimentar e Nutricional” e “Educação em Saúde”. A opção por estes bancos de dados se deve à concentração de artigos nacionais e às singularidades do sistema de saúde e educacional brasileiro. Os critérios para inclusão dos estudos na amostra foram artigos científicos indexados nos bancos de dados selecionados, no período de 2003 a 2013, textos completos disponíveis na íntegra nos bancos de dados, sem restrição de idiomas. O critério de exclusão foram os artigos que não continham ações práticas de educação nutricional voltadas a esse público em seus textos.

Encontrou-se um total, no Lilacs, de 12 artigos no primeiro descritor, sendo oito incluídos na amostra, e de cinco artigos no segundo descritor, sendo três incluídos na amostra. Desses, um artigo foi selecionado em ambos descritores.

No Scielo encontrou-se um total de 33 artigos no primeiro descritor, sendo selecionados sete artigos. Desses, cinco já haviam sido selecionados no Lilacs. No segundo descritor encontrou-se um total de 13 artigos, sendo selecionados quatro artigos, dos quais um já havia sido selecionado anteriormente no Lilacs.

No Portal de Evidências foram encontrados três artigos no primeiro descritor, sendo selecionado um artigo que um já havia sido selecionado anteriormente. No segundo descritor encontrou-se um total de oito artigos, sendo selecionados dois, desses, um já havia sido selecionado anteriormente.

Assim, a amostra final constituiu-se de 16 artigos, conforme descrito na Tabela 1.

Tabela1- População e amostra

Banco de dados	Estratégia de busca	População	Amostra
Lilacs	“educação and nutricional and crianças”	12	08
	“educação and nutricional and adolescentes”	05	02
Scielo	“educação and nutricional and crianças”	33	02
	“educação and nutricional and adolescentes”	13	03
Portal de Evidências	“educação and nutricional and crianças”	03	00
	“educação and nutricional and adolescentes”	08	01
Total			16

3.3 Variáveis do estudo

As variáveis a serem compiladas nos estudos em relação aos autores foram: área de atuação do autor e país de origem (Tabela 3) e quanto às publicações foram: fonte e ano (Tabela 2) e delineamento, tipo de publicação e população-alvo (Tabela 4). A variável de interesse do estudo: ações de educação nutricional realizadas voltadas ao público infantil e adolescente foram sintetizadas na Tabela 5.

3.4 Instrumento de coleta de dados

Questionário de perguntas abertas com questões que abordam dados das publicações, autores e variável de interesse, elaborado com o intuito de facilitar a coleta de dados e seu tratamento (Anexo 1).

3.5 Análise dos dados

Os dados foram analisados de forma descritiva e agrupados em categorias, proporcionando uma síntese das informações coletadas nos estudos, além de convergências e divergências entre os autores da amostra sobre a variável de interesse.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Na presente revisão integrativa, analisou-se 16 artigos que atenderam aos critérios de inclusão previamente estabelecidos, conforme Tabela 2. E, a seguir apresentar-se-á um panorama geral dos artigos avaliados.

Em relação ao tipo de periódico nos quais foram publicados os artigos incluídos na revisão, 37,5% (n=6) tem como fonte a Revista de Nutrição; 12,5% (n=2) a Revista da Sociedade Brasileira de Alimentação e Nutrição e 6,25% (n=1) a Revista do Instituto de Ciências de Saúde, “Journal of Human Growth and Development”, Revista CuidArte Enfermagem, Interface Comunicação Saúde e Educação, Caderno de Saúde Coletiva, “Journal of American Dietetic Association”, Caderno de Saúde Pública e Jornal de Pediatria, cada um.

Dos artigos selecionados 25% (n=4) foram publicados no ano de 2009; 12,5% (n=2) nos anos de 2006, 2011 e 2012 cada, e 6,25% (n=1) nos anos de 2003, 2005, 2007, 2008, 2010 e 2013.

Nota-se pela Tabela 2 que a maioria das publicações são de periódicos relacionados à nutrição, e em relação ao ano de publicação, observa-se que a partir de 2005 estas foram frequentes.

Tabela 2- Características das publicações quanto à fonte e o ano

Autores	Fonte	Ano
BARBOSA, Roseane Moreira Sampaio; SALLES-COSTA, Rosana; SOARES, Eliane de Abreu.	Revista de Nutrição	mar./abr., 2006
BIZZO, Maria Letícia Galluzzi; LEDER, Lídia.	Revista de Nutrição	set./out., 2005
BOOG, Maria Cristina Faber et al.	Revista de Nutrição	jul./set., 2003
CASTRO, Inês Rugani Ribeiro et al.	Revista de Nutrição	nov./dez., 2007
COSTA, Andréa Gigliotti Moreira et al.	Revista do Instituto de Ciências de Saúde	2009
FEFERBAUM, Rubens et al.	Journal of Human Growth and Development	2012
LUCHETTI, Adriano José; MOREALE, Vanessa Cristina; PARRO, Maria Cláudia.	Revista CuidArte Enfermagem	jul./dez., 2011
MARTELO, Silvana.	Revista da Sociedade Brasileira de Alimentação e Nutrição	dez., 2009
OLIVEIRA, Kathleen Sousa.	Interface Comunicação Saúde e Educação	abr./jun., 2008
PEREIRA, Alessandra da Silva et al.	Caderno de Saúde Coletiva	2013
ROBINSON-O'BRIEN, Ramona; STORY, Mary; HEIM, Stephanie.	Journal of the American Dietetic Association	fev., 2009

Autores	Fonte	Ano
RODRIGUES, Érika Marafon; BOOG, Maria Cristina Faber.	Caderno de Saúde Pública	mai., 2006
SILVEIRA, Jonas A. C. et al.	Jornal de Pediatria	2011
YOKOTA, Renata Tiene de Carvalho et al.	Revista de Nutrição	jan./fev., 2010
ZANCUL, Mariana de Senzi; VALETA, Leandro Neves.	Revista da Sociedade Brasileira de Alimentação e Nutrição	dez., 2009

Para os dados dos autores foi considerado as características do primeiro autor (Tabela 3).

Dentre os artigos incluídos na revisão integrativa, 56,25% (n=9) dos autores atuam na área de nutrição; 25% (n=4) na área de enfermagem; 12,5% (n=2) na área de pediatria e 6,25% (n=1) na área de ciências biológicas.

Quanto ao país de origem dos autores, 93,75% (n=15) são brasileiros e 6,25% (n=1) norte-americanos.

Tabela 3- Características dos autores

Autores	País de origem	Área de atuação
BARBOSA, Roseane Moreira Sampaio; SALLES-COSTA, Rosana; SOARES, Eliane de Abreu.	Brasil	Nutrição
BIZZO, Maria Letícia Galluzzi, LEDER, Lídia.	Brasil	Nutrição Social
BOOG, Maria Cristina Faber et al.	Brasil	Enfermagem
CASTRO, Inês Rugani Ribeiro et al.	Brasil	Nutrição
COSTA, Andréa Gigliotti Moreira et al.	Brasil	Nutrição
FEFERBAUM, Rubens et al.	Brasil	Pediatria
LUCHETTI, Adriano José; MOREALE, Vanessa Cristina; PARRO, Maria Cláudia.	Brasil	Enfermagem
MAIA, Evanira Rodrigues et al.	Brasil	Enfermagem
MARTELO, Silvana.	Brasil	Nutrição
OLIVEIRA, Kathleen Sousa.	Brasil	Nutrição
PEREIRA, Alessandra da Silva et al.	Brasil	Nutrição Clínica
ROBINSON-O'BRIEN, Ramona; STORY, Mary; HEIM, Stephanie.	EUA	Nutrição
RODRIGUES, Érika Marafon; BOOG, Maria Cristina Faber.	Brasil	Enfermagem
SILVEIRA, Jonas A. C. et al.	Brasil	Pediatria
YOKOTA, Renata Tiene de Carvalho et al.	Brasil	Nutrição Humana
ZANCUL, Mariana de Senzi; VALETA, Leandro Neves.	Brasil	Ciências Biológicas

Em relação ao delineamento dos artigos, 25% (n=4) são levantamentos bibliográficos; 25% (n=4) estudos longitudinais prospectivos; 25% (n=4) longitudinais prospectivos de intervenção, sendo um controlado; 6,25% (n=1) relatos de experiência; 6,25% (n=1) estudos descritivos; 6,25% (n=1) casos-controles e 6,25% (n=1) estudos transversais. Quanto ao tipo de publicação, 25% (n=4) são revisões bibliográficas e 75% (n=12) são artigos originais.

Já na distribuição dos artigos quanto ao público-alvo, 37,5% (n=6) são direcionados a crianças e 31,25% (n=5) a adolescentes, e crianças e adolescentes, concomitantemente (Tabela 4).

Tabela 4- Características das publicações

Autores	Delineamento	Tipo de publicação	Público-alvo
BARBOSA, Roseane Moreira Sampaio; SALLES-COSTA, Rosana; SOARES, Eliane de Abreu.	Levantamento bibliográfico	Revisão Bibliográfica	Crianças
BIZZO, Maria Letícia Galluzzi, LEDER, Lídia.	Levantamento bibliográfico	Revisão Bibliográfica	Crianças/ Adolescentes
BOOG, Maria Cristina Faber et al.	Longitudinal prospectivo	Artigo original	Adolescentes
CASTRO, Inês Rugani Ribeiro et al.	Longitudinal prospectivo	Artigo especial	Adolescentes
COSTA, Andréa Gigliotti Moreira et al.	Longitudinal prospectivo de intervenção	Artigo original	Crianças
FEFERBAUM, Rubens et al.	Prospectivo controlado de intervenção	Artigo original	Crianças/ Adolescentes
LUCHETTI, Adriano José; MOREALE, Vanessa Cristina; PARRO, Maria Cláudia.	Relato de experiência	Artigo original	Crianças
MAIA, Evanira Rodrigues et al.	Transversal	Artigo original	Crianças
MARTELO, Silvana.	Longitudinal caso-controle	Artigo original	Adolescentes
OLIVEIRA, Kathleen Sousa.	Descritivo	Artigo original	Crianças
PEREIRA, Alessandra da Silva et al.	Longitudinal prospectivo	Artigo original	Crianças
ROBINSON-O'BRIEN, Ramona; STORY, Mary; HEIM, Stephanie.	Levantamento Bibliográfico	Revisão Bibliográfica	Crianças/ adolescentes
RODRIGUES, Érika Marafon; BOOG, Maria Cristina Faber.	Longitudinal prospectivo	Artigo original	Adolescentes
SILVEIRA, Jonas A. C. et al.	Levantamento bibliográfico	Revisão Bibliográfica	Crianças/ Adolescentes
YOKOTA, Renata Tiene de Carvalho et al.	Longitudinal prospectivo de intervenção	Artigo original	Crianças/ Adolescentes
ZANCUL, Mariana de Senzi; VALETA, Leandro Neves.	Longitudinal prospectivo de intervenção	Artigo original	Adolescentes

A Tabela 5 descreve as ações de educação nutricional que são realizadas para o público infantil e adolescente.

Tabela 5– Ações de educação nutricional que são realizadas para o público infantil e adolescente

Autores	Ações de educação nutricional utilizadas	Objetivos	Resultados e Considerações
BARBOSA, Roseane Moreira Sampaio; SALLES-COSTA, Rosana; SOARES, Eliane de Abreu, 2006.	Guias alimentares desenvolvidos especificamente para crianças.	Apresentar um histórico dos guias alimentares e suas características, bem como fazer uma revisão dos guias dietéticos desenvolvidos especificamente para crianças.	Observou-se através do levantamento bibliográfico realizado que os guias alimentares elaborados para crianças são recentes e que poucos países o desenvolvem de acordo com o hábito alimentar das crianças, respeitando seus hábitos alimentares e faixas etárias. Assim é importante desenvolver, implementar e validar os guias alimentares infantis, pois são uma ferramenta eficaz de educação nutricional.
BIZZO, Maria Leticia Galluzzi, LEDER, Lídia, 2005.	Inserção da educação nutricional como disciplina nos currículos do Ensino Fundamental.	Refletir acerca da inserção da educação nutricional como Tema Transversal nos Parâmetros Curriculares Nacionais para o Ensino Fundamental, em especial para as Escolas Públicas.	Esse artigo deu origem a dois projetos de lei, ambos estabelecendo princípios diretrizes para a educação nutricional e a segurança alimentar e nutricional d escolares. A implementação da disciplina de educação nutricional como obrigatória no currículo escolar do ensino fundamental demonstra a importância do tema para saúde pública e demanda para sua concretização de investimentos na área fortalecimento técnico-científico.
BOOG, Maria Cristina Faber et al., 2003.	Oficina educativa com exposição do vídeo “Comer... o fruto ou o produto?” e sua avaliação.	Avaliar o uso do vídeo “Comer... o fruto ou o produto?” como elemento disparador de reflexão sobre a alimentação do adolescente.	Os elementos que despertaram reflexão nos adolescentes após exposição do vídeo foram os personagens simbolizando a influência das marcas e o poder da publicidade e uma cena de um homem comendo lixo. Os fatores que dificultaram o entendimento do vídeo foram cenas mudas e abstratas e aquelas baseadas em valores de classe social diferente da qual pertenciam os adolescentes. A utilização da arte cênica (nessa caso em forma de filme) é um bom instrumento para transmissão de ideias aos adolescentes, visto que é uma forma de comunicação com a qual estão habituados. Dessa forma, a colaboração da área das artes para o campo da educação nutricional promissora e pode contribuir significativamente para o desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis.

CASTRO, Inês Rugani Ribeiro et al., 2007.	Oficina educativa estruturada em: vivência culinária; debate entre os participantes e encontro denominado “Temperando Conceitos”, no qual foram aprofundados os temas surgidos no debate.	Apresentar o delineamento e a experimentação de método educativo para promoção da alimentação saudável, tendo a culinária como seu eixo estruturante.	O modelo experimentado nessa oficina configura-se em inovação metodológica no campo das práticas educativas para promoção da alimentação saudável e mostrou-se factível de ser aplicado. A vivência culinária foi avaliada como uma experiência gratificante, integradora e divertida, demonstrando ser possível aliar prazer culinária e motivando para a prática culinária cotidiana. As atividades realizadas deram oportunidade aos adolescentes de repensarem suas práticas alimentares e de saúde, incorporando novos hábitos alimentares a si e a suas famílias.
COSTA, Andréa Gigliotti Moreira et al., 2009.	Educação nutricional através de atividades como palestras, teatros de fantoches, dinâmicas de grupo e arte culinária.	Avaliar o consumo alimentar, o diagnóstico nutricional e a aderência ao processo de educação nutricional através de conhecimento de nutrição em crianças de sete a dez anos.	O presente trabalho demonstrou que a educação nutricional obteve resultados significativos quanto ao conhecimento dos alunos relacionados à nutrição e melhores escolhas alimentares dos alunos avaliados. Não houve alteração no diagnóstico nutricional após as sete semanas do processo de educação nutricional quando avaliou-se o peso corporal, o IMC e a circunferência da cintura, necessitando de um prazo maior para observar essas alterações. Assim, fica demonstrado, diante do aumento dos índices de excesso de peso corporal, a necessidade da implementação de atividades voltadas à educação nutricional serem aplicadas desde os primeiros anos de vida e que essas ações sejam integradas, envolvendo famílias, escolas, comunidades, indústrias alimentícias e o sistema de saúde.
FEFERBAUM, Rubens et al., 2012.	Intervenção nutricional realizada através de reuniões, palestras, oficinas culinárias, aulas práticas e atividades lúdicas de acordo com a faixa etária considerada.	Determinar a influência de um programa de educação nutricional na promoção de hábitos alimentares saudáveis e no estado nutricional de alunos em idade escolar.	Observou-se após realização da intervenção nutricional redução do grau de obesidade, assim como aumento da massa magra na Escola 1 (caso), em detrimento de aumento de massa gorda na Escola 2 (controle). Estes resultados correlacionados com a redução significativa do IMC, às proporções corporais, e ao crescimento estatural atingido pelos alunos da escola1, indicam que a alimentação adotada, juntamente com as ações de educação nutricional foram benéficas. É importante ressaltar, que para que crianças e adolescentes alcancem uma mudança de vida por meio da educação nutricional integrada a outras ações, como prática de atividade física, o processo de intervenção precisa ser contínuo e precoce.

LUCETTI, Adriano José; MOREALE, Vanessa Cristina; PARRO, Maria Cláudia, 2011.	Teatro de fantoches (Lili e os alimentos falantes), pirâmide alimentar e discussão sobre alimentação saudável com as crianças.	Desenvolver ações de educação em saúde alimentar no âmbito escolar com a utilização de estratégias de ludoterapia.	Após a intervenção nutricional observou-se diferentes respostas entre o pré e o pós teste, o que mostrou que o teatro de fantoches e a exploração da pirâmide alimentar influenciaram as crianças nas suas respostas. Assim, a abordagem lúdica, por meio do teatro de fantoches, é uma excelente ferramenta para desenvolver atividades de educação em saúde. Ela consegue despertar a criatividade e manter a atenção das crianças, além de estimular com maior facilidade a participação ativa.
MAIA, Evanira Rodrigues et al., 2012.	Minuto-cinema, momento-teatro e caixa dos sentidos.	Descrever a validação de metodologias ativas de educação em saúde, na promoção da alimentação saudável de crianças do Ensino Fundamental.	As metodologias utilizadas favoreceram o desenvolvimento de conhecimentos e competências sobre alimentação saudável nas crianças. Nas quatro metodologias validadas as crianças participaram ativamente das atividades, interagindo com os profissionais que as aplicavam. Elas mostraram interesse nos temas abordados e motivação para incorporarem os saberes sobre nutrição adequada em seu cotidiano.
MARTELO, Silvana, 2009.	Intervenção nutricional através de material educativo impresso e programa de educação nutricional coletivo e semanal com os temas: guia da pirâmide alimentar e grupos; porcionamento alimentar; diet x light; sucos naturais x refrigerantes; gorduras totais x gorduras insaturadas; gorduras Trans x gorduras saturadas; a importância do café da manhã; rotulagem dos alimentos; alimentos industrializados; o que comer na hora do intervalo;	Avaliar os efeitos de um programa de educação nutricional associado à prática de exercício físico sobre parâmetros bioquímicos sanguíneos e de composição nutricional em adolescentes com excesso de peso.	Após o período de 12 semanas de intervenção, observaram-se resultados positivos no grupo que aliou educação nutricional, dieta e atividade física, havendo melhora dos índices antropométricos e de alguns parâmetros bioquímicos. Um período superior de estudo faz-se necessário para potencialização dos resultados. Aliado a isso, também é importante a inclusão do profissional nutricionista no quadro de funcionários escolares para que as atividades de educação nutricional sejam permanentes e alcancem resultados eficazes na promoção da saúde.

		a importância das fibras; tipos de fibras alimentares; transtornos alimentares e atividade física.		
OLIVEIRA, Kathleen Sousa, 2008.	Cartilhas com histórias em quadrinhos para crianças.	Analisar as cartilhas em quadrinhos como material didático para instruir sobre alimentação saudável.		Após análise das cartilhas encontrou-se inconsistências na elaboração do material sendo elas as restrições relacionadas à presença de aspectos de discriminação racial ao incentivo ao consumo de produtos industrializados, e à presença de erros conceituais relacionados à alimentação e nutrição. Reconhece-se que as cartilhas com histórias em quadrinhos são importantes como ferramenta para educação nutricional infantil, porém essas devem conter informações corretas e com linguagem adequada a cada faixa etária. Finalmente, espera-se que a metodologia utilizada neste trabalho possa subsidiar na análise dos materiais que serão desenvolvidos na continuidade do projeto, se for mantida como estratégia a utilização de histórias em quadrinhos.
PEREIRA, Alessandra da Silva et al., 2013.	Atividade pedagógica com o tema: “reconhecendo” e “conhecendo” os alimentos, oficina culinária e teatro de fantoches cujos personagens eram alimentos.	Monitorar o estado nutricional de pré-escolares de uma creche pública.		Após a intervenção nutricional observou-se redução de prevalência para déficit de estatura e peso para idade, redução da prevalência de anemia, aumento do consumo de energia, carboidratos, proteínas, vitaminas A e C, ferro e redução discreta de cálcio. Concluiu-se que se torna importante o monitoramento do estado nutricional de crianças pré-escolares atendidos em creches públicas e a inserção das ações de educação nutricional como cotidianas e como modificadoras do hábito alimentares locais.
ROBINSON-O'BRIEN, Ramona; STORY, Mary; HEIM, Stephanie, 2009.	Intervenção nutricional através de programa de hortas escolares e comunitárias.	Analisar o impacto de hortas escolares e na comunidade na melhoria da preferência alimentar e no consumo de frutas e verduras.		Através dessa revisão bibliográfica observou-se que as hortas escolares comunitárias tem potencial para promoverem o aumento do consumo de frutas e legumes e verduras entre as crianças e os jovens, no entanto, ainda há poucos estudos desenvolvidos nessa área. Existe a necessidade da realização destes, com base em evidências, e revisados por especialistas para determinar a eficácia e impacto de

			programa. Sugerem-se novas direções para pesquisas futuras, incluindo planejamento da intervenção, o desenho do estudo, a avaliação do mesmo e sua sustentabilidade.
RODRIGUES, Érika Marafon; BOOG, Maria Cristina Faber, 2006.	Aconselhamento dietético através de dinâmicas de grupo, atrelando a ele a visão de problematização, a qual rejeita situações formais de ensino-aprendizagem e engloba a construção autônoma de estratégias e ações que se identificam com a realidade e a história de vida do sujeito.	Descrever a problematização efetuada pelos adolescentes ao longo da atividade educativa e as mudanças no comportamento alimentar decorrentes desse processo.	A intervenção nutricional realizada foi eficaz para ajudar os adolescentes compreenderem sua história de vida e os determinantes do comportamento alimentar, efetivarem mudanças na sua alimentação espontaneamente, conscientizarem-se das possibilidades de perpetuação da mudança das práticas alimentares e exercerem com autonomia o papel de sujeitos no cuidado à saúde.
SILVEIRA, Jonas A. C. et al., 2011.	Ações de educação nutricional através de atividades em sala de aula, jogos educativos, aconselhamento individual e uso da internet.	Avaliar a efetividade da educação nutricional em escolas na redução ou prevenção de sobrepeso e obesidade em crianças e adolescentes.	A presente revisão bibliográfica demonstrou evidências da relação entre melhora nos índices antropométricos das crianças e adolescentes e aumento no consumo de frutas e verduras após as intervenções nutricionais realizadas. As intervenções com as seguintes características demonstraram serem efetivas: duração > 1 ano, introdução como atividade regular da escola, envolvimento dos pais, introdução da educação nutricional no currículo regular e fornecimento de frutas e verduras pelos serviços de alimentação da escola.
YOKOTA, Renata Tiene de Carvalho et al., 2010.	Intervenção nutricional através de palestras educativas, pirâmide alimentar e história em quadrinho.	Analisar e comparar o conhecimento sobre nutrição de professores e alunos do Projeto “a escola promovendo hábitos alimentares saudáveis”, submetidos a duas estratégias de educação	Observou-se que todos os tipos de intervenção de educação nutricional foram igualmente úteis para promover o conhecimento dos alunos e são processos igualmente úteis de intervenção nutricional no âmbito escolar. Portanto, faz-se necessário incentivar a realização de ações de educação nutricional no ambiente escolar, e que o nutricionista seja o responsável pela intermediação dos saberes sobre alimentação e nutrição. Além dessa estratégia ser incluída em um program

		nutricional em escolas do Distrito Federal.	permanente de saúde pública pelos poderes públicos.
ZANCUL, Mariana de Senzi; VALETA, Leandro Neves, 2009.	Intervenções em educação nutricional consistindo de discussões em sala de aula, apresentação de filmes, elaboração de cartazes, dramatização, leitura de textos, aplicação de jogos e dinâmicas.	Analisar os reflexos de um Programa de Educação Nutricional nas condutas alimentares de alunos, e verificar se a intervenção foi capaz de provocar mudanças comportamentais nos hábitos alimentares e no estilo de vida desses adolescentes.	A análise após as intervenções nutricionais realizadas identificou melhoria nos aspectos relacionados à percepção e ao conhecimento alimentar dos alunos, com maior número de alunos realizando a refeição matinal e com o aumento do consumo de verduras cruas. Assim, é importante ressaltar, que o fenômeno educativo é fruto de uma construção contínua e, desse modo, acredita-se que a prática constante de hábitos alimentares saudáveis pode ser estabelecida a partir de um processo de educação nutricional permanente dentro da escola.

Em relação ao objetivo deste trabalho, observou-se que a maioria das ações foram realizadas em ambiente escolar (75%) (n=12), seguindo de 18,75% (n=3) de realização em centros de saúde e 6,25% (n=1) em escolas e centros de saúde, concomitantemente.

As atividades de educação nutricional desenvolvidas para crianças e adolescentes foram: oficinas culinárias e palestras, 25% (n=4), cada; distribuição de material impresso sobre alimentação e nutrição, aulas expositivas, utilização de vídeos e cinema, debate entre os participantes, teatro de fantoches e dinâmicas de grupo, 18,75% (n=3), cada; atividades lúdicas, atividades com a pirâmide alimentar, dramatizações, histórias em quadrinhos, jogos educativos, 12,5% (n= 2), cada; e 6,25% (n=1) horta escolar e uso da internet, cada.

Em todos os estudos selecionados, os autores apresentaram resultados positivos na utilização de estratégias de educação nutricional na promoção de uma alimentação saudável e mudanças de hábitos alimentares em crianças e adolescentes.

Castro (2007) utilizou a dinâmica da oficina culinária, denominada “Temperando Conceitos”, no qual aliou prazer e culinária, além de proporcionar aos adolescentes a oportunidade de avaliar suas práticas alimentares, e incorporar ao seu dia-a-dia e ao familiar hábitos alimentares mais saudáveis. O protagonismo proposto por essa ação fortaleceu a condição de sujeito proativo, comprometido com a transformação da realidade, visando à construção de novas formas de viver e conviver.

Os adolescentes tendem a viver o momento atual, não dando importância às consequências de seus hábitos alimentares, que podem ser prejudiciais. Sabe-se que hábitos alimentares inadequados na infância e adolescência podem ser fatores de risco para o desenvolvimento de doenças crônicas e obesidade (GAMBARDELLA; FRUTUOSO; FRANCH, 1999). Desta forma, destaca-se a importância da vigilância nutricional nessa idade e da promoção de hábitos alimentares saudáveis.

Pereira (2013) também usou em seu estudo oficina culinária como ferramenta para promover a educação nutricional das crianças, utilizando novos alimentos e aqueles que já faziam parte do seu cotidiano. Aliado a oficina o autor também trabalhou com teatro de fantoches, nos quais os personagens da peça teatral eram figuras de alimentos. Foi observado que pós a intervenção nutricional houve redução de prevalência para “déficit” de estatura e peso para idade, redução da prevalência de anemia, aumento do consumo de energia, carboidratos, proteínas, vitaminas A e C, ferro e redução discreta do cálcio. Assim, torna-se importante o monitoramento do estado nutricional de

crianças pré-escolares atendidos em creches públicas, bem como a inserção das ações de educação nutricional como cotidianas e modificadoras do hábito alimentar.

Costa (2009), como ferramenta de educação nutricional, adotou palestras, teatro de fantoches, dinâmicas de grupo e arte culinária, obtendo resultados significativos quanto ao incremento no conhecimento sobre nutrição das crianças, melhora em suas escolhas alimentares e ingestão de diferentes grupos alimentares. Não foram observadas alterações no diagnóstico nutricional das crianças após o período de intervenção. Fato este que pode-se atribuir ao pequeno período da intervenção (sete semanas). Para verificação dos conhecimentos em nutrição foi aplicado um questionário estruturado, contendo questões relativas aos conteúdos expostos, como: fibras, gorduras, vitaminas, minerais, energia e alimentação saudável, no momento inicial e após realização das intervenções, que obteve resultado positivo quando comparado o momento inicial com, o final.

Costa (2009) também observou que as crianças durante as práticas de educação nutricional realizadas, demonstraram maior interesse e participação, reduzindo o grau de inibição das mesmas. Desta forma, entende-se que o trabalho lúdico, ao contextualizar as ações, permite um aprendizado mais eficiente e prazeroso.

Outro estudo que também utilizou as palestras como intervenção de educação nutricional foi o de Feferbaum (2012). Além desta, foram adotadas as aulas práticas e atividades lúdicas. Foram obtidos resultados significativos, como diminuição do valor médio do escore z de IMC das crianças obesas, maior crescimento estatural e não aumento da massa gorda nas crianças da escola objeto da intervenção nutricional, comparadas a escola controle. Para resultados mais eficazes de mudanças de composição corporal há necessidade de intervenções de longo prazo aliadas a sensibilização dos participantes, envolvendo além deles, seus pais e professores.

Yokota (2010) empregou como estratégia de educação nutricional em seu estudo palestras educativas, pirâmide alimentar e histórias em quadrinho, e observou que todos os tipos de intervenções adotadas foram igualmente úteis para promover o conhecimento em nutrição das crianças e adolescentes, sendo processos eficazes de intervenção nutricional no âmbito escolar.

O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) é o programa responsável pelas diretrizes de alimentação escolar no Brasil e pela manutenção da alimentação nas creches e escolas. Ele garante por meio de transferência de recursos financeiros, a alimentação escolar de alunos de toda rede básica matriculados em

escolas públicas e filantrópicas. Seu objetivo é atender as necessidades nutricionais dos alunos durante sua permanência em sala de aula, contribuindo para o crescimento, o desenvolvimento, a aprendizagem e o rendimento escolar dos estudantes, bem como promover a formação de hábitos alimentares saudáveis (BRASIL, 2013).

Na alimentação escolar é preconizada a oferta de energia, proteínas e micronutrientes adequadas às faixas etárias e ao tempo de permanência dos alunos nas escolas. Além disso, o programa prevê restrição de alimentos calóricos e com elevado teor de sódio e gorduras. Estimula o consumo de alimentos frescos, regionais e da agricultura familiar. Todo o planejamento alimentar das escolas deve ser realizado por nutricionista capacitado e registrado junto ao Ministério da Educação.

É importante que as escolas ofereçam uma merenda saudável atendendo as recomendações do Ministério da Educação, e que os municípios apoiem essa estratégia, complementando a verba federal repassada e criando políticas de alimentação locais. Atenção especial também deve ser dada às cantinas escolares e às escolas particulares que possuem sua política de alimentação própria. Elas também devem esforçar-se para ofertar uma alimentação de qualidade aos seus alunos, promovendo hábitos alimentares saudáveis. Só assim, será alinhado o que é ensinado nas salas de aula e as ações de educação nutricional desenvolvidas, ao cotidiano dos alunos.

Zancul (2009), em um estudo de intervenção nutricional em escola do ensino fundamental demonstrou através da utilização de discussões em sala de aula, apresentação de filmes, elaboração de cartazes, dramatização, leitura de textos, aplicação de jogos e dinâmicas, que houve melhoria nos aspectos relacionados à percepção e ao conhecimento alimentar dos alunos, com maior número de alunos realizando a refeição matinal e o aumento do consumo de verduras cruas.

Barbosa (2006) utilizou um recurso impresso em seu estudo. Ele descreveu a utilização de guias alimentares como estratégia de educação nutricional para crianças.

Os guias alimentares possuem duas propostas: ser um guia de saúde pública e uma ferramenta de educação nutricional. Os guias dietéticos para crianças têm como foco tanto a desnutrição e deficiências nutricionais, quanto o sobrepeso em crianças. Eles oferecem recomendações dietéticas, através de comunicados à população, para promover o bem-estar nutricional, podendo ser expressos sob a forma de orientações nutricionais ou através de grupos alimentares (HARRIS; BLACK; HARVEY, 2003).

Oliveira (2008) utilizou cartilhas educativas com histórias em quadrinhos desenvolvidas para o público infantil. Foi observado ser este um instrumento de

educação útil, porém necessita de adequação a cada faixa etária. A particularidade do uso de histórias em quadrinhos como ferramenta pedagógica encontra-se na combinação de duas formas de expressão: a literatura e as artes plásticas. Quando bem exploradas, elas têm o poder de transmitir mensagens e de servir como intermédio para abordar conceitos e disciplinas (OLIVEIRA, 2008).

Martelo (2009) também utilizou impressos sobre alimentação saudável, gorduras totais, gorduras saturadas e *trans*, juntamente com palestras educativas, atividade física e dieta, a fim de alcançar melhoras nos índices antropométricos e no parâmetro bioquímico dos adolescentes. Após o período de 12 semanas de intervenção o grupo que conciliou atividade física aeróbia, a atividade física anaeróbia e a dieta apresentou redução significativa do IMC. Isto ressalta que a educação nutricional provoca mudanças no padrão alimentar e conseqüentemente adoção de hábitos mais saudáveis.

Bizzo (2005) propôs a inserção da educação nutricional como disciplina permanente no currículo dos alunos do ensino fundamental como estratégia de promoção da educação nutricional, tornando-a prática permanente dentro das escolas. Tal trabalho motivou dois projetos de lei, ambos estabelecendo princípios e diretrizes para a educação nutricional e a segurança alimentar e nutricional de escolares, que tramitam na Câmara Municipal do Rio de Janeiro e no Congresso Nacional.

Luchetti (2011) adotou o teatro de fantoches como principal instrumento de educação nutricional. A peça “Lili e os alimentos falantes” demonstrou ser eficaz na promoção de hábitos alimentares saudáveis nas crianças, fato observado na comparação entre o pré e o pós-teste realizado. Ele afirma que a educação nutricional para crianças deve envolvê-las em seu mundo de fantasias, e interligar os conhecimentos discutidos na sua prática e a partir do seu cotidiano. Essa ação, a partir da vivência da criança, propiciará construir e modificar conhecimentos na busca da prática da alimentação e hábitos de vida saudável.

Boog (2003) usou em seu trabalho a exposição do vídeo: “Comer... o fruto ou o produto?” como forma de educação nutricional para adolescentes. A arte cênica mostrou-se uma forma eficaz de conhecimento, visto que, é um instrumento inserido no cotidiano dessa faixa etária. Por isso, o conteúdo exposto deve ser específico para cada idade.

Maia (2012) utilizou e validou três estratégias de educação nutricional para crianças: o minuto-cinema, o momento-teatro e a caixa dos sentidos. O minuto-cinema

ocorreu com a exposição de um vídeo que retratava o papel das frutas e verduras no desenvolvimento infantil. O momento-teatro aconteceu mediante a leitura e reinterpretação do conto infantil “Joãozinho e Maria”, seguida da elaboração de uma peça teatral adaptada ao público do estudo. A caixa dos sentidos consistiu-se na criação de uma caixa de madeira, no qual alimentos regionais eram colocados dentro, e os participantes estimulados através do tato a descobrir o alimento contido na urna. Ao final discutiu-se o valor nutricional dos mesmos na alimentação humana. Todas as técnicas utilizadas desenvolveram nas crianças deste estudo o incremento no conhecimento sobre nutrição e alimentação saudável, verificado através de dinâmica de avaliação pré e pós-teste.

Uma estratégia pouco relatada foi a utilizada por Robinson-O’Brien (2009). Em sua revisão bibliográfica foi descrito a utilização de hortas escolares e comunitárias como ferramenta eficaz de educação nutricional, tanto para crianças quanto para adolescentes. Demonstrou-se esta, uma estratégia concreta e prática para estimular o consumo alimentar saudável.

Atualmente, muitas crianças e adolescentes não conhecem os alimentos que consomem. O elevado consumo de alimentos processados e a baixa ingestão de alimentos frescos faz com que estes sejam desconhecidos. A evasão do campo, bem como a verticalização das cidades diminuiu também drasticamente o número de hortas em casas e escolas. Necessitando que estratégias sejam criadas para estimular esta prática.

Silveira (2011) realizou um levantamento bibliográfico e demonstrou que as atividades de educação nutricional mais utilizadas em sua busca foram: atividades em sala de aula, jogos educativos, aconselhamento individual e uso da internet. Estas estratégias tiveram correlação positiva com melhora nos índices antropométricos das crianças e adolescentes e aumento no consumo de frutas e verduras.

Já Rodrigues (2006) adotou a metodologia da problematização, a qual rejeita situações formais de ensino-aprendizagem, e engloba a construção autônoma de estratégias e ações que se identificam com a realidade e a história de vida do sujeito. O aconselhamento nutricional foi desenvolvido através de encontros e dinâmicas de grupo. Através desse método ele observou uma participação ativa dos adolescentes envolvidos, com mudanças efetivas no âmbito alimentar em seus cotidianos.

Numa análise final das metodologias utilizadas para promoção de educação nutricional, quatro passaram por validação do método (história em quadrinho, minuto-

cinema, momento-teatro e caixa dos sentidos), demonstrando sua aplicabilidade e eficácia.

Dos estudos que relacionaram mudanças no parâmetro antropométrico às intervenções nutricionais, quatro demonstraram mudanças positivas nos índices antropométricos e em um não houve alteração significativa.

A qualidade da alimentação de crianças e adolescentes está diretamente ligada ao seu crescimento e desenvolvimento desde seu nascimento. As medidas de estatura, peso e composição corporal são influenciadas diretamente pelo seu consumo alimentar.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) reuniu 79 inquéritos nacionais realizados entre 1980 e 1992 nos países em desenvolvimento da África, Ásia e América Latina, cobrindo 87% da população de crianças menores de cinco anos, no sentido de avaliar a prevalência da desnutrição energético-proteica e sua repercussão sobre o crescimento infantil, a partir de dados de peso e altura das crianças. Verificou que os déficits de altura são mais comuns nos países em desenvolvimento como um todo, atingindo 43% dos pré-escolares, apesar da prevalência de déficits de peso ainda ser alta, especialmente na África e na Ásia (ROMANI; LIRA, 2004).

As atividades de educação nutricional são capazes de produzir alterações ou transformações nos padrões de comportamento alimentar de forma individual ou coletiva. O comportamento alimentar pode vir a modificar-se em consequência de mudanças do meio, relativas à escolaridade ou relacionadas às mudanças psicológicas dos indivíduos (DAVANÇO; TADDEI; GAGLIANONE, 2004).

5 CONCLUSÃO

Todos os estudos avaliados na presente revisão integrativa demonstraram mudanças significativas no conhecimento das crianças e adolescentes sobre alimentação e nutrição, e consumo alimentar. Porém, não foram identificados estudos que mostrem evidências de quais metodologias utilizadas apresentam maior eficácia em educação nutricional em cada faixa etária. Portanto, uma indicação de que há a necessidade de mais estudos que validem as metodologias utilizadas e que as mesmas sejam delineadas de forma clara e precisa para que possam ser reproduzidas em outros locais.

Em relação às mudanças nos parâmetros antropométricos e bioquímicos, para que as mesmas ocorram é necessário que as intervenções de educação nutricional sejam constantes e acompanhadas por profissionais especializados.

As atividades de Educação Nutricional específicas para crianças e adolescentes são importantes, pois constituem faixas etárias que proporcionam a formação de hábitos saudáveis para o desenvolvimento de um consumo alimentar consciente e para que esses indivíduos hajam como multiplicadores de conhecimento na família e na comunidade. E para que os resultados sejam eficazes essas ações devem ser realizadas permanentemente, como uma política de saúde pública.

REFERÊNCIAS

- ARAÚJO, Simara Maria Lopes. Desenvolvimento de atividades para crianças e adolescentes em educação nutricional: realização de dinâmicas educativas. **Encontro de ensino, pesquisa e extensão da Faculdade Senac**, p.1-6, out., 2010.
- BARBOSA, Roseane Moreira Sampaio; SALLES-COSTA, Rosana; SOARES, Eliane de Abreu. Guias alimentares para crianças: aspectos históricos e evolução. **Revista de Nutrição**, v.19, n.2, p.255-263, mar./abr., 2006.
- BIZZO, Maria Letícia Galluzzi; LEDER, Lídia. Educação nutricional nos parâmetros curriculares nacionais para o ensino fundamental. **Revista de Nutrição**, v.18, n.5, p.661-667, set./out., 2005.
- BOOG, Maria Cristina Faber et al. **Revista de Nutrição**, v.16, n.3, p.281-293, jul./set., 2003.
- BRASIL, **Resolução nº 26, de 17 de junho de 2013**. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE. Brasília, 17 jun. 2013.
- CARVALHO, Juliana Santana Ferreira; CHAVES, Lucieli Dias Pedreschi. Supervisão de enfermagem no contexto hospitalar: uma revisão integrativa. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, v.13, n.3, p.546-553, jul./set., 2011.
- CASTRO, Inês Rugani Ribeiro et al. A culinária na promoção da alimentação saudável: delineamento e experimentação de método educativo dirigido a adolescentes e a profissionais das redes de saúde e educação. **Revista de Nutrição**, v.20, n.6, p.571-588, nov./dez., 2007.
- COSCRATO, Gisele; PINA, Juliana Coelho; MELLO, Débora Falleiros. Utilização de atividades lúdicas na educação em saúde: uma revisão integrativa da literatura. **Acta Paulista de Enfermagem**, v.23, n.2, p.257-263, 2010.
- COSTA, Andréa Gigliotti Moreira et al. Avaliação da influência da educação nutricional no hábito alimentar de crianças. **Revista do Instituto de Ciências de Saúde**, v.27, n.3, p.237-243, 2009.
- DAVANÇO, Giovana Mochi; TADDEI, José Augusto de Aguiar Carrazedo; GAGLIANONE, Cristina Pereira. Conhecimentos, atitudes e práticas de professores de ciclo básico, expostos e não expostos a Curso de Educação Nutricional. **Revista de Nutrição**, v.17, n.2, p.177-184, abr./jun., 2004.
- FEFERBAUM, Rubens et al. A 10-month anthropometric and bioimpedance evaluation of a nutritional education program for 7- to 14-year-old students. **Journal of Human Growth and Development**, v. 22, n.3, p.283-290, 2012.
- GAMBARDELLA, Ana Maria Dianezi; FRUTUOSO, Maria Fernanda Petrolí; FRANCH, Claudia. Prática alimentar de adolescentes. **Revista de Nutrição**, v.12, n.1, p.5-19, jan./abr., 1999.

HARRIS, Suzanne; BLACK, Richard; HARVEY, Anderson G. Dietary guidelines: past experience and new approaches. **Journal of the American Dietetic Association**, v.103, supl.2, p.3-4, dez., 2003.

LIMA, Roberto Teixeira et al. Educação em saúde e nutrição em João Pessoa, Paraíba. **Revista de Nutrição**, v.13, n.1, p.29-36, jan./abr., 2000.

LUCHETTI, Adriano José; MOREALE, Vanessa Cristina; PARRO, Maria Cláudia. Educação em saúde: uma experiência com teatro de fantoches no ensino nutricional de escolares. **Revista CuidArte Enfermagem**, v.5, n.2, p.97-103, jul./dez., 2011.

MAIA, Evanira Rodrigues et al. Validação de metodologias ativas de ensino-aprendizagem na promoção da saúde alimentar infantil. **Revista de Nutrição**, v.25, n.1, p.79-88, jan./fev., 2012.

MARTELO, Silvana. Efeitos da educação nutricional associada à prática de exercício físico supervisionado sobre indicadores da composição corporal e marcadores bioquímicos em adolescentes com excesso de peso. **Revista da Sociedade Brasileira de Alimentação e Nutrição**, v. 34, n. 3, p. 31-44, dez., 2009.

OLIVEIRA, Carla Braga et al. As ações de educação em saúde para crianças e adolescentes nas unidades básicas da região de Maruípe no município de Vitória. **Ciência & Saúde Coletiva**, v.14, n.2, mar./abr., 2009.

OLIVEIRA, Cecília Lacroix et al. Obesidade e síndrome metabólica na infância e adolescência. **Revista de Nutrição**, v.17, n.2, p.237-245, abr./jun., 2004.

OLIVEIRA, Kathleen Sousa. Avaliação do material didático do projeto “Criança saudável – educação dez”, ano 2005. **Interface Comunicação Saúde e Educação**, v.12, n.25, p.401-410, abr./jun., 2008.

OLIVEIRA, Sabrina Ionata; OLIVEIRA, Kathleen Sousa. Novas perspectivas em educação nutricional e alimentar. São Paulo: **Psicologia USP**, v.19, n.4, p.495-504, out./dez., 2008.

PEREIRA, Alessandra da Silva et al. Estado nutricional de pré-escolares de creche pública: um estudo longitudinal. **Caderno de Saúde Coletiva**, v.21, n.2, p.140-147, 2013.

PONTES, Tatiana Elias et al. Orientação nutricional de crianças e adolescentes e os novos padrões de consumo: propagandas, embalagens e rótulos. **Revista Paulista de Pediatria**, v.27, n.1, p.99-105, 2009.

ROBINSON-O'BRIEN, Ramona; STORY, Mary; HEIM, Stephanie. Impact of garden-based youth nutrition intervention programs: a review. **Journal of the American Dietetic Association**, v.109, n.2, p.273-280, fev., 2009.

RODRIGUES, Érika Marafon; BOOG, Maria Cristina Faber. Problematização como estratégia de educação nutricional com adolescentes obesos. **Caderno de Saúde Pública**, v.22, n.5, p.923-931, mai., 2006.

ROMANI, Sylvia de Azevedo Mello; LIRA, Pedro Israel Cabral. Fatores determinantes do crescimento infantil. **Revista Brasileira de Saúde Materna e Infantil**, v.4, n.1, p.15-23, jan./mar., 2004.

SILVEIRA, Jonas A. C. et al. A efetividade de intervenções de educação nutricional nas escolas para prevenção e redução do ganho de peso excessivo de peso em crianças e adolescentes: uma revisão sistemática. **Jornal de Pediatria**, v. 87, n.15, p.382-392, 2011.

TORAL, Natacha; CONTI, Maria Aparecida; SLATER, Betzabeth. A alimentação saudável na ótica dos adolescentes: percepções e barreiras à sua implementação e características esperadas em materiais educativos. **Cadernos de Saúde Pública**, v.25, n.11, p.2386-2394, nov., 2009.

VASCONCELOS, Ana Cláudia Cavalcanti Peixoto; PEREIRA, Ingrid D'Avilla Freire; CRUZ, Pedro José Santos Carneiro. Práticas educativas em nutrição na atenção básica em saúde: reflexões a partir de uma experiência de extensão popular em João Pessoa-Paraíba. **Revista APS**, v.11, n.3, p.334-340, jul./set., 2008.

YOKOTA, Renata Tiene de Carvalho et al. Projeto “a escola promovendo hábitos alimentares saudáveis”: comparação de duas estratégias de educação nutricional no Distrito Federal, Brasil. **Revista de Nutrição**, v.23, n.1, p.37-47, jan./fev., 2010.

ZANCUL, Mariana de Senzi; VALETA, Leandro Neves. Educação nutricional no ensino fundamental: resultados de um estudo de intervenção. **Revista da Sociedade Brasileira de Alimentação e Nutrição**, v.34, n.3, p.125-140, dez., 2009.

