9° Jornada Internacional de Enfermagem | 8° Simpósio de Enfermagem Brasil-Alemanha | 7° Seminário em Saúde Materno-infantil
ISSN: 2318-0234
Empreendedorismo social e tecnologias inclusivas em Enfermagem e Saúde Materno-infantil
06 a 08 de Maio de 2025 Universidade Franciscana | Santa Maria | RS | Brasil
https://doi.org/10.48195/jie2025.28993

EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL COM CRIANÇAS EM AMBIENTE HOSPITALAR: SUPERBITES KIDS

Luiza Bolzan Roth[1]; Bianca Uhmann Rigodanzo[2]; Júlia Cambraia Mendonça[3]; Vitória Frigi Perufo[4]; Narllyann Farias Lira da Silva[5], Franceliane Jobim Benedetti[6]

RESUMO

O estudo teve como objetivo promover a Educação Alimentar e Nutricional (EAN) em crianças hospitalizadas por meio de intervenções lúdicas. A metodologia consistiu na aplicação de atividades educativas e na disponibilização de uma cartilha digital aos responsáveis na unidade pediátrica de um hospital de média complexidade. Os resultados indicaram que a abordagem favoreceu o aprendizado e a adoção de hábitos saudáveis, apesar dos desafios impostos pelo consumo de ultraprocessados. Conclui-se que ações educativas estruturadas e multiprofissionais são fundamentais dentro e fora dos hospitais, para a promoção da saúde infantil e a prevenção de doenças associadas à alimentação inadequada.

Palavras-chave: Nutrição da criança; Desenvolvimento infantil; Avaliação nutricional: Jogos e brinquedos.

1. INTRODUÇÃO

O Brasil, cuja sociedade é historicamente marcada por enfrentar grandes problemas socioeconômicos que refletem nas condições de Educação Alimentar e Nutricional (EAN), essa questão é intrinsecamente ligada a diversos fatores complexos, como a desigualdade social, a pobreza, a insegurança alimentar e nutricional e o acesso restrito a alimentos saudáveis. Considerando a determinação social das condições de vida, essa problemática da alimentação inadequada pode

[1] Trabalho Completo
[2] Acadêmica do Curso de Nutrição Luiza Bolzan Roth - UFN - Luiza.bolzan@ufn.edu.br
[3] Acadêmica do Curso de Nutrição Bianca Uhmann Rigodanzo - UFN - bianca.uhmann@ufn.edu.br
[4] Acadêmica do Curso de Nutrição Júlia Cambraia Mendonça - UFN - Julia.mendonca@ufn.edu.br
[5] Acadêmica do Curso de Nutrição Vitória Frigi Perufo - UFN - vitoria.frigi@ufn.edu.br
[6] Nutricionista Programa de Pós-Graduação Materno Infantil Narllyan Farias Lira da Silva- UFN - nutrinarllyanna@gmail.com
[7] Docente do Curso de Nutrição Franceliane Jobim Benedetti - UFN - franceliane@prof.ufn.edu.br

levar a uma série de problemas de saúde, sendo exemplos doenças crônico-degenerativas como sobrepeso/obesidade, hipertensão arterial, diabetes mellitus e entre outras (Sociedade Brasileira de Pediatria, 2018).

A prevenção da saúde por meio de uma alimentação saudável além de apresentar grande papel para melhoria da qualidade de vida, diminui consequentemente os custos das intervenções hospitalares. Mantendo exercícios físicos regulares, dieta equilibrada com o mínimo de alimentos ultraprocessados aliados com sono adequado e avaliações periódicas desde a infância evita-se doenças, controla-se doenças crônicas e aumenta a expectativa de vida da população (Furtado et al., 2023). Em contrapartida, se a prevenção e promoção da saúde for negligenciada complicações se desenvolvem acarretando ou agravando casos clínicos como em doenças crônicas e obesidade que é cada vez mais presente em hospitais gerais, geralmente acompanhada de outras modificações nutricionais prejudiciais à evolução da recuperação do paciente (ABCD, 2007).

O hospital é um local fundamental para a prestação de cuidados de saúde, englobando atividades como diagnóstico, tratamento, reabilitação e prevenção de doenças. Entre os diversos profissionais que atuam nesse ambiente, o nutricionista desempenha um papel essencial em seus diferentes graus de complexidade relacionados à alimentação e à nutrição. As ações interventivas de Educação Alimentar e Nutricional no ambiente hospitalar contribuem para melhoria do prognóstico e adesão ao tratamento dietoterápico infantil, e também promoção de hábitos alimentares saudáveis, período da vida que as escolhas alimentares começam a se formar e, geralmente, se mantêm ao longo da vida (Boog, 1999).

Nesse cenário, em 2019, foi criado pelo Ministério da Saúde, o Guia Alimentar para crianças brasileiras menores de 2 anos (Brasil, 2019) visto que os os primeiros 1.000 dias de vida, que incluem a gestação e os primeiros dois anos, são vitais para o crescimento, desenvolvimento e saúde geral das crianças. Assim, tornou-se referência mundialmente por não apenas abranger nutrientes, mas também como

classificar os alimentos com base no grau de processamento, o grau de acessibilidade do material e linguagem, domínio de temas e praticidade.

Dessa maneira, estes autores do trabalho visam educar crianças sobre alimentação saudável de forma lúdica e interativa, como também busca informar os responsáveis por meio de uma cartilha, facilitando a aplicação dos conceitos em casa. Com isso, pretende-se promover hábitos alimentares saudáveis que impactem positivamente a saúde das crianças e dos seus responsáveis a curto e longo prazo. Os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS), especialmente o ODS 2 (Fome Zero e Agricultura Sustentável) e o ODS 3 (Saúde e Bem-Estar), pois estão ligados a segurança alimentar e a nutrição adequada os quais são essenciais para a promoção da saúde e a prevenção de doenças (Nação Unidas Brasil, 2015).

2. OBJETIVO

Consiste em socializar um relato de experiência sobre aplicação de atividade de Educação Alimentar e Nutricional (EAN), por meio de materiais didáticos lúdicos, no ambiente pediátrico hospitalar.

3. METODOLOGIA

No presente trabalho será apresentado um relato de experiências a partir das atribuições de uma disciplina universitária, prática e extensionista, desenvolvidas por acadêmicas do curso de Nutrição, da Universidade Franciscana.

Primeiramente, identificou-se o local de aplicação das intervenções, sendo crianças internadas na unidade pediátrica, de faixa etária variando de um a oito anos de idade, e ainda gestantes e puérperas com recém-nascidos, em um hospital de média complexidade na Região Central do Rio Grande do Sul. A unidade pediátrica contém 16 leitos distribuídos em 8 quartos para internação infantil. Evidenciou-se a carência de material no ambiente hospitalar para aplicação de atividades lúdicas

sobre alimentação saudável com as crianças, de maneira a promover hábitos alimentares saudáveis que impactem positivamente a saúde.

Nesse sentido, os autores do presente trabalho desenvolveram um pré-projeto que consiste no desenvolvimento de duas atividades fundamentado no Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores de 2 Anos (Brasil, 2019), e também o Guia Alimentar para a População Brasileira (Brasil, 2014) fornecendo orientações práticas e baseadas em evidências para garantir que tanto as crianças, como adultos recebam e tenham consciência sobre a nutrição básica necessária. Com isso, a primeira atividade consistiu em uma atividade lúdica com as crianças, que foi realizada a partir da montagem de um prato saudável com uma caixa para guardar o conteúdo dos alimentos em brinquedo após apresentação de folder ilustrativo, todos produtos com material higienizável para ambiente hospitalar**.** A segunda atividade, visou informar os responsáveis por meio de uma cartilha online, a qual o QR code será disponibilizado impresso em um cartão, nesta cartilha, foram incluídas informações que ajudarão no conhecimento para uma alimentação saudável e nutritiva, tanto para a criança quanto para o acompanhante, além disso, informações didáticas para introdução alimentar de maneira mais fácil, possibilitando assim, uma alimentação adequada de acordo com a realidade individual de cada família.

Dessa forma, foi aplicado os materiais no leito dos pacientes, após contato prévio com a família e anamnese para identificar previamente as fragilidades tanto no recordatório alimentar quanto no exame físico e antropométrico, assim iniciou-se a aplicação da atividade lúdica com as crianças, as quais de início montaram seu prato de acordo com as próprias preferências sem nenhuma interferência das estudantes e depois foi apresentado a forma ideal de montar seu prato com proporções e grupos alimentares corretos em um folder ilustrativo, utilizando linguagem simplificada e lúdica, a partir disso elas montaram novamente da forma que absorverem as informações expostas com as próprias preferências alimentares, enquanto isso as estudantes sanaram dúvidas dos pacientes e de seus familiares

sobre alimentação no geral. O QR code da cartilha explicativa sobre alimentação saudável foi disponibilizado ao responsável que estiver acompanhando o paciente, o qual foi explicado e detalhado o material, assim como ressaltada a importância do mesmo.

Por fim, após a aplicação do material e a entrega do QR code para o acompanhante do paciente, observou-se que, a percepção sobre alimentação como um todo vem do ambiente o qual a criança está inserida, assim como algumas crianças entenderam o que foi proposto, algumas tiveram dificuldades.

As acadêmicas sempre receberam orientações das professoras antes e após cada atendimento sobre como conduzir, orientar e prestar serviços para cada família com foco na saúde materno-infantil, visando o desenvolvimento de competências essenciais para o trabalho nessa área específica.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

O projeto de extensão foi aprovado pela docente orientadora, com isso a prática extensionista no hospital foi colocada em execução nos meses de outubro e novembro de 2024. Sendo assim, na primeira intervenção "SuperBites Kids: transformando a alimentação em um superpoder" foi realizada a aplicação de um produto de aprendizagem voltado para a educação nutricional de crianças internadas na pediatria do Hospital, com o objetivo de promover hábitos alimentares saudáveis. A proposta foi estruturada em torno de um jogo interativo e materiais didáticos que incentivassem o entendimento sobre a montagem de um prato nutricionalmente equilibrado de maneira lúdica direcionada para crianças maiores de dois anos, e inicialmente, era apresentado o pôster informativo, foi desenvolvido um cartaz plastificado em folha A3.

O cartaz (figura 1) contém informações didáticas e de fácil compreensão sobre a composição de uma refeição saudável com o intuito de introduzir o tema da alimentação saudável e seus benefícios para a saúde infantil, utilizando linguagens

como “imagine que metade do seu prato é como um arco-íris”, “o arroz e batata são como o combustível de um carro” e “carne, frango, ovos, ou feijão são alimentos que vai deixar forte, como um super-heroi, que têm poderes especiais para seus músculos” e serão convidadas a montar seus próprios pratos, utilizando um jogo educativo com réplicas de alimentos in natura, como frutas, verduras, carnes e ovos, além de pequenas embalagens representando arroz, feijão, lentilha e massas.

O jogo também incluía versões plásticas de alimentos ultraprocessados, como pizza, hambúrguer, donuts, pirulito, refrigerante e batata frita, para destacar aqueles que devem ser consumidos com moderação, após a montagem dos pratos, foi promovida uma discussão sobre as escolhas alimentares e o que elas mais gostam de comer no dia a dia, com a finalidade de reforçar o aprendizado e esclarecer dúvidas sobre o tema.

Em conjunto a atividade elaborada, convidamos a criança, caso haja coparticipação da mesma, a fazer sua avaliação física, que consiste em medir estatura, peso e cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC), transcrevendo os valores aferidos na Caderneta de Saúde da Criança, visto que há parâmetros de referência para cada idade, atuando como um registro abrangente da saúde infantil, compilando dados cruciais sobre o desenvolvimento, vacinação, nutrição e outros aspectos significativos para o bem-estar da criança. Assim, ficou evidente que, nenhuma criança atendida no período da prática extensionista apresentava IMC alterado, conforme as curvas de crescimento da Caderneta da Criança.

Além disso, a segunda intervenção foi desenvolvida para os responsáveis das crianças e embasada no Guia Alimentar (Brasil, 2019) e denominada "SuperBites Kids: Cartilha da família” (figura 1). A cartilha informativa online apresenta linguagem clara e acessível, com o intuito de facilitar a compreensão e o aprendizado sobre o tema, acessível por meio de um cartão com QR code impresso (figura 1). Este material tem como objetivo fornecer mais informações relevantes sobre alimentação saudável e nutritiva, tanto para as crianças quanto para seus pais ou responsáveis, com temas de dicas nutricionais para os primeiros 1.000 dias,

nutrição para crianças em fases de crescimento a partir de 2 anos e como montar o prato colorido, de forma que, foi feita a ficha catalográfica da cartilha para simplificar o processo de identificação, organização e localização deste item bibliográfico, com códigos da ISBN (*International Standard Book Number*) tanto online (978-65-5852-377-2) como impresso (978-65-5852-375-8).

A abordagem foi implementada em dois momentos distintos, com diferentes pacientes. A partir das informações coletadas, foram fornecidas orientações personalizadas aos responsáveis, com o intuito de favorecer a adesão a uma alimentação mais equilibrada.

Os resultados obtidos demonstraram que a proposta foi bem aceita por algumas crianças, gerando engajamento e aprendizado. No entanto, também foram observadas dificuldades na aceitação da prática por parte de pacientes com hábitos alimentares já estabelecidos baseados em ultraprocessados, uma vez que, os pontos destacados pelos responsáveis foi que é de fácil disponibilidade, não exige tempo e preparo, como fazer um sanduíche ou cortar frutas para levar na escola. Esses achados ressaltam a importância da continuidade de ações educativas voltadas para a conscientização nutricional desde a infância.

Diante disso, percebeu-se que hábitos alimentares já estavam influenciados pelo consumo de alimentos ultraprocessados e como as atividades de EAN são importantes para reforçar orientações que promovem hábitos alimentares saudáveis, os quais tendem a perdurar nas etapas posteriores da vida (Da Silva *et al*., 2019). Observou-se também que mais estudos são necessários para avaliar a efetividade de abordagens semelhantes em diferentes cenários, bem como abordar os fatores que dificultam a adoção de hábitos alimentares saudáveis desde a infância. Além disso, seria relevante investigar a aplicabilidade de metodologias digitais e tecnológicas como suporte complementar na educação, possibilitando um acompanhamento mais amplo e personalizado das famílias.

Figura 1- capa da cartilha SuperBites Kids, cartão de acesso a cartilha com QR code, material didático utilizado de como montar o prato, respectivamente.



Figura 2- Imagens da aplicação do material didático com as crianças no hospital.



5. CONCLUSÃO

Conclui-se que a aplicação da intervenção de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) no ambiente hospitalar demonstrou ser uma ferramenta pedagógica eficaz para conscientizar crianças e seus responsáveis sobre a importância de hábitos alimentares saudáveis. A abordagem lúdica, com materiais interativos e linguagem acessível, permitiu que os pacientes se envolvessem ativamente no aprendizado, tornando o processo educativo mais dinâmico e

significativo. Além disso, a entrega da cartilha digital via QR code possibilitou que os responsáveis tivessem acesso a informações adicionais, contribuindo para a continuidade da educação alimentar fora do hospital. Por fim, ressalta-se a importância de políticas públicas voltadas para a promoção da alimentação saudável dentro e fora de hospitais, por meio de trabalho contínuo e interdisciplinar, visando não apenas a recuperação dos pacientes internados, mas também a prevenção de doenças crônicas associadas à má alimentação, assim será possível garantir impactos duradouros na qualidade de vida das crianças e no bem-estar da população como um todo.

REFERÊNCIAS

ABCD – **Arquivos Brasileiros de Cirurgia Digestiva.** v. 20, n. 4, 2007. Disponível em: https://doi.org/10.1590/S0102-67202007000400010. Acesso em: 12 mar. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Guia alimentar para a população brasileira. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

BRASIL. Ministério da Saúde. Guia alimentar para crianças brasileiras menores de 2 anos. Brasília: Ministério da Saúde, 2019.

BOOG, M.C.F. Educação nutricional em serviços públicos de saúde. Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, 15. sup. 2. p.139-147, 1999.

DA SILVA, A. E. A. et al. Crianças pré-escolares: uma revisão sobre o consumo de alimentos industrializados. **Revista Humano Ser**, v. 3, n. 1, p. 19-32, 4 fev. 2019.

FURTADO, R. E.; COSTA, P. H. S.; GOMES, L. L. S.; VIEIRA, M. R. V.; SILVA, A. L. L. A importância da prevenção à saúde. **Brazilian Journal of Health Review**, *[S. l.]*, v. 6, n. 5, p. 24431–24438, 2023. DOI: 10.34119/bjhrv6n5-492. Acesso em: 12 mar. 2025.

NAÇÕES UNIDAS NO BRASIL. **ODS 2 - Fome Zero e Agricultura Sustentável**. Disponível em:https://brasil.un.org/pt-br/sdgs/2. Acesso em: 11 de março, 2024.

NAÇÕES UNIDAS NO BRASIL. **ODS 3 - Saúde e Bem-Estar**. Disponível em: <https://brasil.un.org/pt-br/sdgs/3 . Acesso em: 11 de março, 2024.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. *Nutrição e alimentação saudável na infância.* 3. ed. Rio de Janeiro: SBP, 2018. 45 p.