

A IMPORTÂNCIA DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL PARA CRIANÇAS EM DESENVOLVIMENTO ESCOLAR E OS ASPECTOS QUE INFLUENCIAM O COMPORTAMENTO ALIMENTAR NESTA FASE: UMA REVISÃO DA LITERATURA.

Congresso Internacional em Produção de Refeições, Alimentação e Nutrição, 1ª edição, de 25/10/2021 a 28/10/2021
ISBN dos Anais: 978-65-81152-13-0

SILVA; Carla Fregona da ¹, ALVES; Maria dos Santos da Silva², RAMPIM; Gabriela Alves Ferreira³, SILVA; Telma Melo da ⁴, ABREU; Dalya da Silva de⁵, SILVA; Jailson Matos da ⁶, GUEDES; Sheila Veloso Marinho ⁷, CASTRO; Giovana Nogueira de⁸, SILVA; Mauriane Maciel da ⁹, ALVES; Denússia Maria de Moraes ¹⁰

RESUMO

A nutrição possui um papel essencial para garantir o crescimento e desenvolvimento de aprendizagem e rendimento escolar. Através de uma alimentação balanceada o organismo é suprido de energia e nutrientes necessários ao seu desenvolvimento e manutenção de sua saúde capaz de prevenir várias doenças que podem repercutir até a vida adulta. Sabe-se que as crianças, muitas vezes tem hábitos alimentares não favoráveis que interferem negativamente na saúde, em virtude da grande facilidade e diversidade em obter alimentos industrializados com baixa qualidade nutricional. Além disso, é indispensável que a criança esteja consumindo uma alimentação de qualidade para servir de auxílio na sua evolução e construção de um comportamento alimentar adequado. Na pesquisa objetivou-se analisar a importância da alimentação saudável para desenvolvimento escolar e os aspectos que influenciam no comportamento alimentar da criança. Trata-se de uma revisão de literatura utilizando a base de dados: Scientific Eletronic Library Online (SciELO) e National Libraty of Medicine and the National institutes (Medline/Pubmed). Definiu-se como critério de inclusão artigos científicos sobre a importância da alimentação saudável no desenvolvimento escolar de crianças bem como os aspectos que influenciam o comportamento alimentar nessa fase, com publicação dos últimos cinco anos, na língua portuguesa. Foram excluídas monografias, dissertações e teses de conclusão de curso, assim como artigos que não responderam ao objeto do estudo. Foram selecionados doze artigos por se enquadrarem nos critérios da pesquisa. Os resultados evidenciaram que uma alimentação de qualidade, nutricionalmente equilibrada é um instrumento fundamental para promoção de hábitos saudáveis e, sobretudo para a promoção da segurança alimentar da criança, contribuindo para o aprendizado, especialmente na fase escolar. Podem ser citados como aspectos influenciadores do comportamento alimentar os fatores psicológicos envolvidos na vontade de se alimentar, contexto histórico-cultural e socioeconômicos dos grupos populacionais que as crianças fazem parte e a disponibilidade e qualidade do alimento. Assim, conclui-se a importância do papel da família no comportamento alimentar da criança, sendo a escola parceira do processo de construção dos hábitos alimentares, enfatizando estratégias para a promoção da educação alimentar e nutricional. A reflexão sobre a importância da alimentação saudável para as crianças no processo de desenvolvimento, crescimento e aprendizado precisa ser fomentada e concretizada pelos envolvidos no processo.

PALAVRAS-CHAVE: Alimentação Saudável, Comportamento Alimentar, Desempenho Escolar, Família

¹ Unidade de Ensino Superior Sul do Maranhão -IESMA/UNISULMA, carlafregona@hotmail.com

² Unidade de Ensino Superior Sul do Maranhão -IESMA/UNISULMA, marisantos.dbv.77@gmail.com

³ Unidade de Ensino Superior Sul do Maranhão -IESMA/UNISULMA, gabriela.rampim@unisulma.edu.br

⁴ Unidade de Ensino Superior Sul do Maranhão -IESMA/UNISULMA, telmamelos22@gmail.com

⁵ Unidade de Ensino Superior Sul do Maranhão -IESMA/UNISULMA, dalya.abreu@hotmail.com

⁶ Unidade de Ensino Superior Sul do Maranhão -IESMA/UNISULMA, jailsonsilva.mattos@gmail.com

⁷ Unidade de Ensino Superior Sul do Maranhão -IESMA/UNISULMA, Sheilamguedes@hotmail.com

⁸ Unidade de Ensino Superior Sul do Maranhão -IESMA/UNISULMA, giovananogueira1998@gmail.com

⁹ Unidade de Ensino Superior Sul do Maranhão -IESMA/UNISULMA, mauriane.silva@unisulma.edu.br

¹⁰ MA/UNISULMA, denusiaalves@hotmail.com