

EDUCAÇÃO NUTRICIONAL E ATIVIDADES LUDO PEDAGÓGICAS NA FORMAÇÃO DE HÁBITOS ALIMENTARES NA INFÂNCIA

Layana Eloá Mazaquatro Silva – Centro Universitário Filadélfia – Unifil

Orientadora – Prof^a. Ms. Lucievelyn Marrone – Centro Universitário Filadélfia – Unifil

Resumo

Introdução: Após o nascimento o instinto de sucção é o único ato humano geneticamente determinado. Com o crescimento e o desenvolvimento, o ser humano assimila e distingue suas experiências sensoriais que vão sendo acumuladas, formando assim o hábito de se alimentar com os alimentos disponibilizados da cultura à que pertence. **Objetivo:** Analisar o grau da importância das atividades ludo pedagógicas para o desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis na fase pré-escolar. **Metodologia:** Através da realização de um levantamento da bibliografia já publicada foi elaborada uma revisão bibliográfica com enfoque ludo pedagógico para discussão do tema proposto. A fase pré-escolar que vai ser abordada no estudo compreende a criança na faixa etária de 1 a 6 anos, onde a criança nesta fase apresenta uma redução ou irregularidade do apetite. **Resultados:** Os pais ainda fazem as escolhas alimentares, determinando e influenciando diretamente na formação do hábito alimentar das crianças. A escola por sua vez é um ambiente muito favorável para se desenvolver estratégias de educação nutricional, pois se consegue alcançar mais facilmente a família e a comunidade. A formação do hábito alimentar na fase pré-escolar implica automaticamente, em destacar a importância do profissional nutricionista e sua abordagem no âmbito escolar. **Conclusão:** A educação nutricional realizada através de atividades ludo pedagógica no ambiente escolar favorece a formação de hábitos alimentares na infância, pois neste período a criança está sendo movida por estímulos de uma nova realidade social.

Palavras-Chave: Educação Nutricional, Atividades lúdicas, Pré-escolar.