

## **EDUCAÇÃO ALIMENTAR: PROFESSOR, AGENTE PROMOTOR DE HÁBITOS ALIMENTARS SAUDÁVEIS**

PADOVINI, Bruna  
SILVA, Luciene F.  
FC – UNESP/Bauru

O cenário da saúde social indica que muitas doenças atuais resultam de maus hábitos alimentares pelas pessoas de diferentes classes sócio-econômicas. Muitas pesquisas apontam para uma sociedade de consumo capitalista, sedentária e amplamente manipulada pela mídia para consumo desenfreado de produtos industrializados. Neste contexto, faz-se necessária à valorização da cultura de hábitos saudáveis e o desenvolvimento de práticas de reeducação alimentar. Tendo em vista que é no período da infância que os hábitos alimentares estão em formação, entende-se que este é um momento oportuno para a educação da e para a saúde. Portanto, o papel exercido pela família e pelos educadores torna-se essencial e de suma responsabilidade neste processo da formação de valores, condutas e hábitos saudáveis. Porém, para que haja uma reeducação alimentar é preciso que as famílias, as escolas e suas equipes de profissionais estejam preparados para rompimento com paradigmas oriundos do desconhecimento e portanto da aceitação da nova proposta. Pensando assim, nosso trabalho de pesquisa e intervenção ocorre com escolares de 03 a 06 anos de idade, de uma escola de Bauru-SP. Lá investigamos os hábitos alimentares freqüentes no período escolar através de aplicação de questionário lúdico aos alunos e promovemos, a partir do contexto, uma “nova educação alimentar” através de métodos conceituais e lúdicos, com aplicação de jogos e brinquedos. Nossa proposta consiste entre outras coisas na análise da importância do docente na conscientização e na influência que possui sobre as escolhas e condutas dos alunos para alcance de mais saúde e qualidade de vida. Até o momento, já observamos a necessidade de novos hábitos alimentares e já desenvolvemos a proposta de educar para a boa alimentação que se faz com parceria entre a escola, os professores e as famílias. Os jogos e brinquedos têm conferido conhecimentos significativos aos participantes. Hábitos levam tempo para serem modificados, porém a prática pedagógica eficaz, a conscientização dos envolvidos e o apoio da escola podem transformar os valores alimentares, contribuindo para uma sociedade mais saudável.