



Viabilidade de Estratégias de Educação Alimentar e Nutricional Para Mudança de Comportamento Alimentar dos Escolares

Maria Clara Bento Rosin¹; Melyna Mayumi Umada²; Alexandra Perdigão Maia de Souza³

¹Acadêmica do Curso de Nutrição, Campus Maringá-PR, Universidade Cesumar – UniCesumar. maria.rosin@alunos.unicesumar.edu.br. ²Acadêmica do Curso de Nutrição, Campus Maringá-PR, Universidade Cesumar - UniCesumar. melynaumada@gmail.com

³Orientadora, docente no Curso de Nutrição, UniCesumar. alexandra.souza@docentes.unicesumar.edu.br.

Introdução: O comportamento alimentar compreende um conjunto de ações que vão desde a escolha até a ingestão de alimentos, considerando aspectos fisiológicos, psicológicos e ambientais. Conforme VAZ E BENNEMANN (2014), os hábitos alimentares são padrões de comportamento adquiridos pela repetição frequente dessas ações. Na infância, o comportamento alimentar é fortemente influenciado pelos pais, que fornecem os alimentos e atuam como modelos na formação das práticas alimentares. Já na adolescência, segundo Poll (2020), ocorrem mudanças significativas no comportamento alimentar e na composição corporal, além de maior sensibilidade à insulina, caracterizando um período crítico para intervenções no estilo de vida, visando prevenir o acúmulo exacerbado de gordura corporal e estabelecer hábitos saudáveis duradouros. Com o aumento das taxas de obesidade e suas consequências para a saúde a longo prazo, tem-se intensificado a atenção para a promoção de comportamentos alimentares saudáveis. Nesse contexto, De Costa (2017) menciona que a infância e a adolescência são fases essenciais para a formação e consolidação desses hábitos. A escola, juntamente com os pais, desempenha um papel fundamental na criação e manutenção desses novos hábitos, oferecendo uma oportunidade vital para intervenções no estilo de vida que podem ter impactos significativos na saúde futura dos indivíduos, segundo Corrêa (2017). Dessa forma, demonstra-se necessário explorar a viabilidade de estratégias de educação alimentar e nutricional no ambiente escolar, com o objetivo de promover mudanças comportamentais significativas em crianças e adolescentes. Essa abordagem é essencial na prevenção de doenças crônicas não transmissíveis e na promoção de um estilo de vida saudável, contribuindo para a melhoria do cenário epidemiológico e da saúde pública a longo prazo. **Objetivo:** O principal objetivo deste estudo é investigar a viabilidade e a eficácia de estratégias de educação alimentar e nutricional implementadas no ambiente escolar para promover mudanças comportamentais significativas em crianças e adolescentes. Busca-se avaliar o impacto dessas intervenções na prevenção de doenças crônicas não transmissíveis e na promoção de um estilo de vida saudável, contribuindo para a formação de hábitos alimentares saudáveis que perdurem ao longo da vida. **Metodologia:** O levantamento de informações será realizado através da consulta a artigos científicos, teses, dissertações e livros disponíveis em bases de dados eletrônicas, como Google Acadêmico, SCIELO Brasil, Portal CAPES, Biblioteca Virtual de Saúde e PubMed. Os descritores utilizados para a pesquisa serão: comportamento alimentar; mudança de comportamento alimentar; comportamento alimentar infantil; comportamento alimentar de adolescentes; educação alimentar e nutricional; obesidade. O processo metodológico incluirá a identificação e mapeamento de publicações entre 2014 e



2024. As leituras serão direcionadas a responder questões relacionadas ao comportamento alimentar (definição, determinantes do comportamento alimentar, diferença entre os comportamentos alimentares de cada faixa etária do público em questão) e intervenções de mudança de comportamento no âmbito escolar. Serão selecionadas e analisadas 10 estratégias de educação alimentar e nutricional que apresentaram melhores resultados na mudança de comportamento de crianças e adolescentes. Este trabalho buscará identificar as estratégias utilizadas no âmbito escolar, os fatores que influenciaram o surgimento dessas estratégias, a verificação dos resultados obtidos e a eficácia das intervenções na mudança de comportamentos alimentares. **Resultados Esperados:** Espera-se que a pesquisa revele a viabilidade e a eficácia das estratégias de educação alimentar e nutricional implementadas no ambiente escolar, em diferentes graus e níveis de ensino, com idades variadas de alunos. Com base na revisão crítica da literatura, espera-se ainda que sejam identificadas evidências concretas de que tais intervenções podem ser aplicadas de maneira eficiente e sustentada nas escolas, contribuindo para a formação de hábitos alimentares saudáveis em crianças e adolescentes. Um dos principais resultados esperados é a obtenção de um panorama detalhado sobre as estratégias mais eficazes, destacando aquelas que apresentaram melhores resultados em termos de aceitação e engajamento dos estudantes. Além disso, a pesquisa busca identificar os fatores facilitadores e as barreiras encontradas na implementação dessas estratégias, proporcionando uma compreensão aprofundada dos elementos que influenciam a adesão e o sucesso das intervenções. A análise poderá ainda servir como subsídio para recomendações práticas para a formulação de políticas públicas e programas educativos que sejam replicáveis e adaptáveis a diferentes contextos escolares. Isso inclui a identificação de práticas bem-sucedidas e a proposição de modelos de intervenção que possam ser integrados ao currículo escolar, promovendo a educação alimentar de forma contínua e eficaz. A pesquisa, para tanto, considerará também a adaptação das estratégias às diversas características das instituições de ensino, assegurando que sejam relevantes e eficazes para uma ampla gama de ambientes educacionais. Espera-se, portanto, que esta pesquisa contribua significativamente para o desenvolvimento acadêmico e científico na área da Nutrição, ampliando o conhecimento sobre as estratégias de educação alimentar e nutricional no ambiente escolar e fornecendo bases teóricas e práticas para futuras pesquisas e intervenções nessa área. O estudo poderá, por fim, servir como referência para a implementação de programas educativos que visem não apenas a melhoria dos hábitos alimentares, mas também a promoção da saúde e a prevenção de doenças relacionadas aos hábitos alimentares inadequados.

Palavras-chave: Mudança de comportamento alimentar; Comportamento alimentar infantil; Comportamento alimentar de adolescentes; Educação alimentar e nutricional; Obesidade.