

A PRÁTICA TEATRAL COMO FERRAMENTA DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL PARA ESCOLARES

Natália Vitória Naigles Dornelles, Aluno de graduação

Hecson Jesser Segat, Docente

Marina dos Santos, Docente

E-mail: nataliadornelles.aluno@unipampa.edu.br

Ao longo dos últimos anos se observa um aumento constante do consumo de alimentos ultraprocessados em todas as faixas etárias, inclusive na população infantil. Estes alimentos são, geralmente, constituídos por cinco ou mais ingredientes, apresentando alta densidade energética, gorduras, açúcares e sódio, os quais contribuem para sua alta palatabilidade destes alimentos. No entanto, estes produtos são considerados pobres em nutrientes e estão associados ao desenvolvimento de diversas doenças crônicas não transmissíveis. Uma alimentação equilibrada e adequada deve ser constituída predominantemente de alimentos in natura e minimamente processados, os quais são ricos em nutrientes essenciais para o crescimento e desenvolvimento saudável. Destacando-se a importância do estabelecimento deste padrão alimentar desde a infância. Deste modo, o presente projeto de extensão desenvolveu ações de educação em saúde e educação alimentar e nutricional no ambiente escolar, utilizando uma abordagem lúdica por meio de peças teatrais. O projeto foi realizado por discentes do curso de Nutrição da Universidade Federal do Pampa, que participaram de todas as etapas, desde o planejamento até a execução das apresentações teatrais. Foram realizadas reuniões para discutir a temática, elaborar o enredo, escolher a indumentária, definir cenários e determinar o tempo de cada peça, estimulando a criatividade e o trabalho em equipe entre os estudantes. A peça teatral adaptou uma história popular, como Chapeuzinho Vermelho, para "Chapeuzinho em: O mistério de sua Cesta Mágica", com o objetivo de destacar a importância da alimentação saudável, baseada no consumo de alimentos in natura e minimamente processados, como frutas, verduras e legumes, e alertar sobre os malefícios do consumo excessivo de alimentos ultraprocessados. As apresentações foram realizadas na Escola Estadual de Ensino Fundamental Tito Corrêa Lopes, no dia 21 de junho de 2024, para alunos matriculados do 1º ao 5º ano, totalizando 78 escolares. Para avaliar o impacto das atividades, foram distribuídos questionários com duas questões: uma sobre o reconhecimento de alimentos saudáveis e outra sobre a satisfação com a atividade. A maioria dos alunos identificou corretamente os alimentos saudáveis e 88,5% relataram que adoraram a atividade. Os resultados demonstram a eficácia do projeto em promover a educação alimentar e nutricional de forma lúdica, engajando os alunos e facilitando o aprendizado sobre escolhas alimentares saudáveis. A alta taxa de satisfação indica que essa abordagem é bem recebida pelo público infantil, ressaltando a importância de continuar com iniciativas semelhantes que combinem

educação, criatividade e interação social para promover a saúde na comunidade escolar. Durante as apresentações teatrais realizadas na escola, os alunos demonstraram grande interesse, animação e participação. Essa resposta positiva pode ser atribuída ao fato dos alunos já estarem familiarizados com o conto e os personagens apresentados, o que facilitou a aceitação e compreensão dos novos temas sobre alimentação saudável. A análise dos questionários de avaliação indicou que os alunos de todas as séries, desde o primeiro até o quinto ano, entenderam bem os conteúdos, evidenciado por um alto índice de acertos, independentemente da idade. Assim, conclui-se que o uso de peças teatrais, com personagens, cores, músicas e diálogos simples, é uma maneira eficaz de ensinar conceitos importantes sobre alimentação saudável, métodos lúdico-pedagógicos como este se mostram eficientes para engajar os alunos e promover o aprendizado de forma divertida e envolvente.

Palavras-chave: Teatro, infância, escolares, alimentação, saúde.

Agradecimentos: O presente trabalho foi realizado com o apoio de:
Agradecimentos: Marina dos Santos, Hecson Segat, Unipampa, e Programa de Desenvolvimento Acadêmico.