

INTRODUÇÃO DE ALIMENTOS FUNCIONAIS NA INFÂNCIA

Júlia Mayumi Maciel Hada^a, Morgana Catafesta^a, Patrícia Carvalho Piva^a, Vanessa Comerlatto^a, Fernanda Bissigo Pereira^{a*}

a) FSG Centro Universitário

*Autor correspondente (Orientador)

Fernanda Bissigo Pereira, endereço: Rua Os Dezoito do Forte,
2366 - Caxias do Sul - RS - CEP: 95020-472

Palavras-chave:

Alimentos Funcionais. Alunos. Receitas.

INTRODUÇÃO/FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA: O conceito de alimento funcional surgiu na década de 80 no Japão, com a intenção de acrescentar na dieta ingredientes naturais com funções específicas no organismo (GARCIA, 2004). De acordo com Angelis (2001) um alimento funcional é semelhante na aparência a um alimento convencional, porém, além da nutrição básica, pode beneficiar as funções fisiológicas e metabólicas proporcionando boa saúde física e mental, e podendo reduzir riscos de doenças crônico-degenerativas. Já a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) define como um alimento com propriedade funcional: “aquela relativa ao papel metabólico ou fisiológico que o nutriente e/ou não nutriente tem no crescimento, desenvolvimento, manutenção e/outras funções normais do organismo humano” (BRASIL, 1999). Com o passar do tempo, vem-se exigindo mais dos alimentos. Além de não fazer mal à saúde, eles devem ainda desempenhar funções terapêuticas, com isso o papel da promoção da saúde cresce em sua importância como uma estratégia fundamental para o enfrentamento dos problemas do processo saúde-doença-cuidado e da sua determinação. A direção, nesse caso, é o fortalecimento do caráter promocional e preventivo, contemplando o diagnóstico e a detecção precoce das doenças crônico-degenerativas e aumentando a complexidade da atenção primária, o que ainda são considerados como desafios para o sistema de saúde (SANTOS, 2005). A alimentação adequada na infância previne a obesidade infantil, auxilia no crescimento e

desenvolvimento saudáveis e exerce importante influência na vida adulta. Com base nestas premissas, o objetivo deste trabalho foi elaborar uma ação educativa com crianças, oferecendo em sala de aula preparações contendo alimentos funcionais.

MATERIAL E MÉTODOS: Foi realizada uma visita na Escola Municipal Vinte e Um de Abril, no bairro de Vila Cristina de Caxias do Sul/RS. Nesta visita foi realizada uma interação entre as acadêmicas do curso de Nutrição e os alunos com o intuito de demonstrar através de embalagens e material didático a quantidade de açúcar, sódio e óleo presente em alguns alimentos. Após estas atividades, quatro receitas, previamente reproduzidas, foram oferecidas para os alunos para que os mesmos provassem e, em seguida foi realizado um teste de aceitação com escala hedônica. Os alunos tinham que marcar na escala hedônica qual “carinha” que mais representasse o que ele achou das preparações. As receitas dos alimentos oferecidos foram disponibilizadas para os alunos e para as professoras através de um *e-book* digital.

RESULTADOS E DISCUSSÕES: Ao final da intervenção, observou-se que houve grande interesse e participação dos alunos, realizando perguntas relacionadas aos alimentos industrializados e aderindo a degustação das preparações. Após a realização do teste de escala hedônica, verificou-se 63% de aceitação das preparações, 16% relataram indiferença e 21% rejeição. Tal comportamento indica resultados positivos, pois além dos estudantes concordarem em provar novos alimentos, houve a prevalência de aceitação da introdução alimentar de preparações com alimentos funcionais. Também, foi possível perceber que grande parte das crianças não possuíam conhecimentos relacionados aos assuntos abordados.

CONCLUSÃO: A realização de ações educacionais que envolvem conhecimentos em nutrição e alimentação no ambiente escolar tem o poder de auxiliar nas escolhas alimentares dos alunos, refletindo em melhores hábitos que podem se prolongar para a vida adulta e colaborar para a qualidade de vida. Ressalta-se a necessidade de novos encontros com a presença dos pais, pois entende-se que a introdução de alimentos na infância depende também do incentivo familiar.

REFERÊNCIAS

ANGELIS, R. C. de. **Importância de alimentos vegetais na proteção da saúde: fisiologia da nutrição protetora e preventiva de enfermidades degenerativas.** São Paulo, Rio de Janeiro, Belo Horizonte: Atheneu, 2001.

BRASIL. AGÊNCIA NACIONAL DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA – ANVISA. Resolução nº. 18, de 30 de abril de 1999. **Aprova o Regulamento Técnico que estabelece as diretrizes básicas para análise e comprovação de propriedades funcionais e ou de saúde alegadas em rotulagem de alimentos, constante do anexo desta portaria.** Diário Oficial da União; Poder Executivo, de 03 de maio de 1999.

GARCIA, A. P. M. Alimentos funcionais: contribuindo para a saúde e prevenindo doenças. **Qualidade em Alimentação: Nutrição.** São Paulo: Ponto Crítico, n. 19, jun./set. 2004.

SANTOS, L. A da S. Educação Alimentar e nutricional no contexto da promoção de práticas alimentares saudáveis; **Revista de Nutrição**, Campinas, 18(5):681-692, set./out., 2005.