



## RELATOS E CONCEÇÕES DOS EDUCADORES, TÉCNICOS DE SAÚDE E PAIS SOBRE HÁBITOS SAUDÁVEIS NA EDUCAÇÃO PRÉ-ESCOLAR

Márcio Rocha<sup>1</sup>, Catarina Vasques<sup>2</sup>, Cristina Mesquita<sup>2</sup>

<sup>1</sup>IFSMG, Instituto Federal de Minas Gerais – Campus – Barbacena, Brasil

<sup>2</sup>Centro de Investigação em Educação Básica, Instituto Politécnico de Bragança, Portugal

### INTRODUÇÃO

A obesidade infantil é multifatorial, incluindo determinantes biológicos, comportamentais, ambientais e sociais. Educar para a saúde é um desafio da contemporaneidade. O acesso à tecnologia indutor de comportamentos sedentários e os hábitos alimentares assumem-se como concorrentes à manutenção de estilos de vida saudáveis. Especificamente, os hábitos adquiridos na infância, como o sedentarismo, dieta rica sal, açúcares e gorduras tem contribuído para o alargamento desse quadro. Por consequência a obesidade tem-se tornado um problema de saúde pública a nível mundial.

### OBJETIVO

Este estudo teve como objetivos:

- analisar as concepções dos educadores, encarregados de educação e técnicos de saúde sobre a promoção de estilos de vida saudáveis em crianças em idade pré-escolar.
- compreender as causas do aumento da obesidade infantil através da recolha de dados, apontando preferências comportamentais, hábitos de vida e ações de indivíduos que pertencem a determinados grupos da sociedade.

### RESULTADOS E DISCUSSÃO

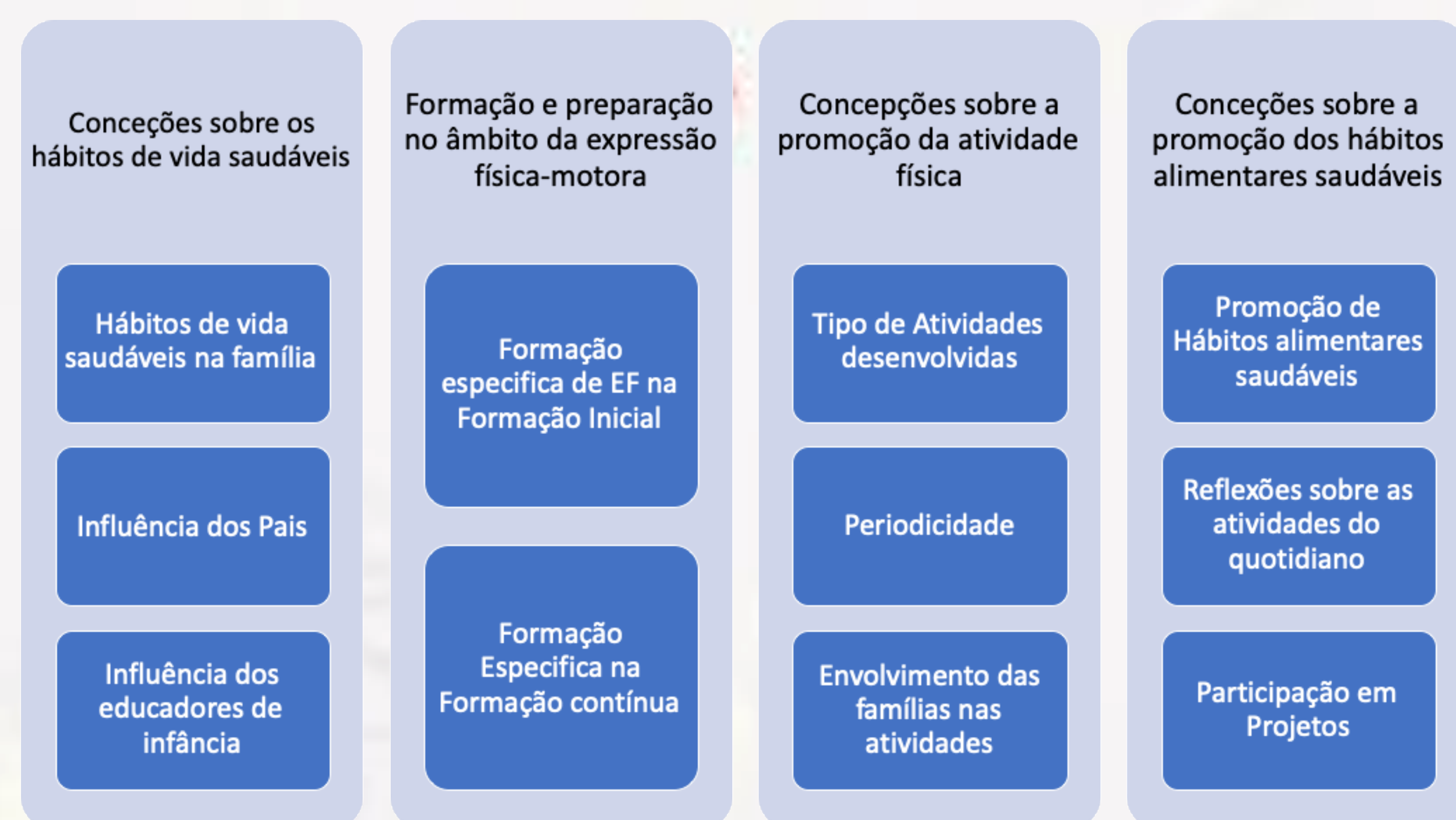


Figura 2. Sistema categorial

As entrevistas foram submetidas a análise de conteúdo da qual emergiram as categorias indicadas na figura 2.

Os entrevistados referiram que a família, os meios de comunicação social e a publicidade são agentes influenciadores dos hábitos alimentares e dos estilos de vida saudáveis. Educadores e Técnicos de Saúde consideram que há bons e maus exemplos familiares e que é difícil alterar esses hábitos. Contudo, todos referem que a ação pedagógica dos educadores de infância influencia positivamente os estilos de vida saudáveis das crianças. Os educadores revelam ter tido formação específica na formação inicial para a promoção da atividade física, mas no âmbito da formação contínua consideram não ter sido muito significativa. Revelam também que existe alguma resistência na promoção deste tipo de atividades no dia à dia. Para a promoção de hábitos de alimentação saudáveis refere-se a importância da reflexão nas atividades dos quotidiano sobre a alimentação, a publicidade, os lanches que as crianças levam para o JI e a participação em programas que apoiem profissionais, famílias e crianças.

### CONCLUSÃO

Do estudo emerge o reconhecimento da importância da implementação de programas de atividades físicas e alimentação saudável, visando a promoção de estilos de vida saudáveis, que incluam a educação alimentar, a prática de atividade física e a reflexão sobre os hábitos de vida e sobre a publicidade. Sobressai ainda que as crianças são o segmento mais ativo da população e que agem e atuam baseados no que observam diariamente, pelo que importa que os programas abranjam não só as crianças mas também as suas famílias e os profissionais de educação.

### Metodologia

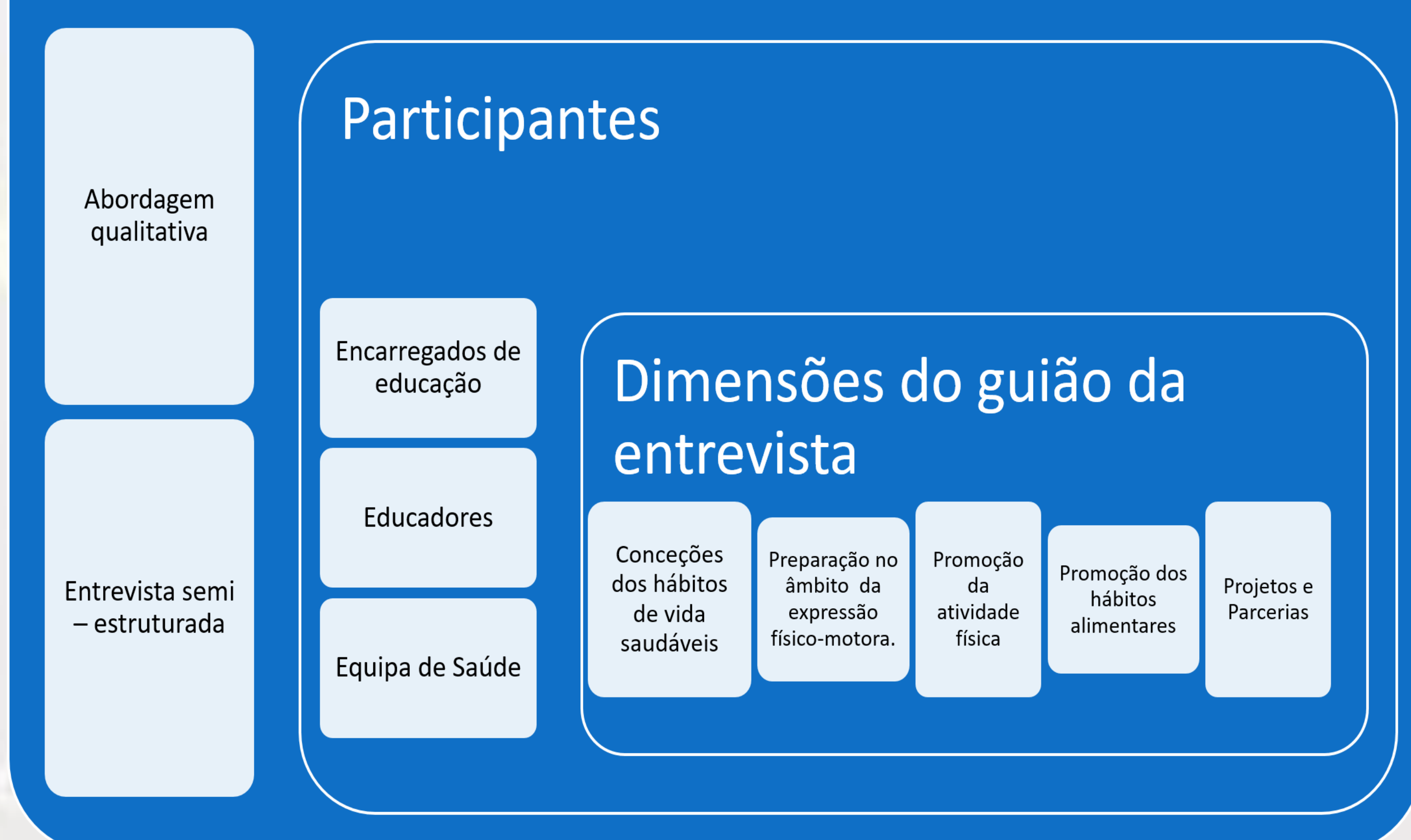


Figura 1. Desenho Metodológico

### REFERÊNCIAS

- Felipe, J., Godinho, CA., Graça, P. Intervenções comportamentais de prevenção da obesidade infantil: Estado da arte em Portugal. *Psychology, Community & Health*, 2016, Vol. 5(2), 170–184.
- Onis, M. Prevenção do sobrepeso e da obesidade infantil. *Jornal de Pediatria*, vol. 91, núm. 2, março-abril, 2015, pp. 105-107. Sociedade Brasileira de Pediatria. Porto Alegre, Brasil.
- World Health Organization (WHO). Global status report of noncommunicable diseases 2010. Geneva: WHO; 2011.
- Bardin, L. Análise de conteúdo (L. A. Reto & A. Pinheiro, Trad.). São Paulo: Edições 70, Livraria Martins Fontes (Obra original publicada em 1977).