

A NUTRIÇÃO NO CRESCIMENTO E DESENVOLVIMENTO INFANTIL

Breno Valladares de Amorim Donatli¹, Calita Cominoti Apolinário¹, Carolina Moreira de Paula², Erica Soares Serapião¹, Karen Christina Luciano Santiago², Stéphany Ribeiro de Oliveira², Thalita de Oliveira Fiorote¹, Thalles Matheu Dias¹, Tiago Conceição Bins¹, Yris Sobreira Nunes¹, Silas Nascimento Ronchi³

¹Graduandos em Nutrição pela Faculdade Multivix Cariacica.

² Graduandos em Fisioterapia pela Faculdade Multivix Cariacica.

³ Doutor - Docente da Faculdade Multivix Cariacica.

RESUMO

A infância é o período responsável por moldar a saúde e os hábitos das fases futuras. Portanto, é de grande importância a oferta de uma alimentação saudável e boas práticas nesse período. Quando crianças se alimentam de forma errada e não praticam exercícios físicos, elas correm risco de desenvolverem doenças, atrasos no crescimento e desenvolvimento, e distúrbios alimentares. Com essa problemática, o objetivo do trabalho foi informar as crianças sobre a importância da Nutrição e Fisioterapia na infância. O trabalho foi desenvolvido na disciplina de Prática de Extensão Interdisciplinar, com o tema “A Nutrição no crescimento e desenvolvimento infantil”, mas também foi abordado a importância da Fisioterapia nas escolas. Onde foi realizado através de uma palestra, em uma escola pública localizada em Vila Cajueiro – Cariacica, e duas atividades lúdicas com as crianças, sendo uma em que as crianças eram vendadas e elas tinham que adivinhar qual era a fruta, e a outra foi pular corda para mostrar a importância de exercitar o corpo. No final da palestra foi feita a entrega de panfletos, com dicas de como montar um prato saudável e de como melhorar a postura. Com esse trabalho foi possível concluir a importância de se falar sobre a alimentação saudável e bons hábitos na infância, ainda mais em comunidades mais carentes e de difícil acesso à informação.

Palavra-Chave: Infância, nutrição, crescimento