

EDUCAÇÃO NUTRICIONAL

Perfil do profissional:

Ter liderança ou seja, domínio da turma

Gostar muito de criança, muito mesmo!!!!

Ser paciente

Criativo e saber trabalhar com imprevistos

Cuidar da voz

Ter consciência da responsabilidade com a criança

Usar roupas adequadas

EDUCAÇÃO NUTRICIONAL

Legislação

Senado (14/08/13)

O Estatuto da Criança e do Adolescente será modificado para determinar que o Sistema Único de Saúde (SUS) desenvolva ações de **educação nutricional**, promoção de alimentação saudável, bem como de prevenção e controle de distúrbios nutricionais e de doenças associadas à alimentação e nutrição de crianças e adolescentes.

PLANEJAMENTO

Deve ser anual

PLANO DE AULA 2013

1º BIMESTRE – Introdução à Nutrição

Fevereiro



Data		Data	
06/02	Avaliação antropométrica		
	Carnaval		
20/02	Noções de higiene (lavagem das mãos, touca, lavagem horti)	21/02	Avaliação antropométrica
27/02	Sistema digestório - experiências	28/02	Noções de higiene (lavagem das mãos, touca, lavagem horti)

2º BIMESTRE – Desperdício de alimentos e introdução à culinária

Maio

Data		Data	
01/05	Feriado	02/05	CHO – bolinho de abacaxi com aveia
08/05	Geléia para a mamãe	09/05	CHO – bolinho de abacaxi com aveia
15/05	Vitaminas - Sucos	16/05	Vitaminas - Sucos
22/05	Descascando legumes (tomate e batata)	23/05	Vitaminas - Sucos
29/05	Reconhecimento de folhas (cenoura, beterraba, rabanete) e realização de salada	30/05	Feriado

PLANEJAMENTO

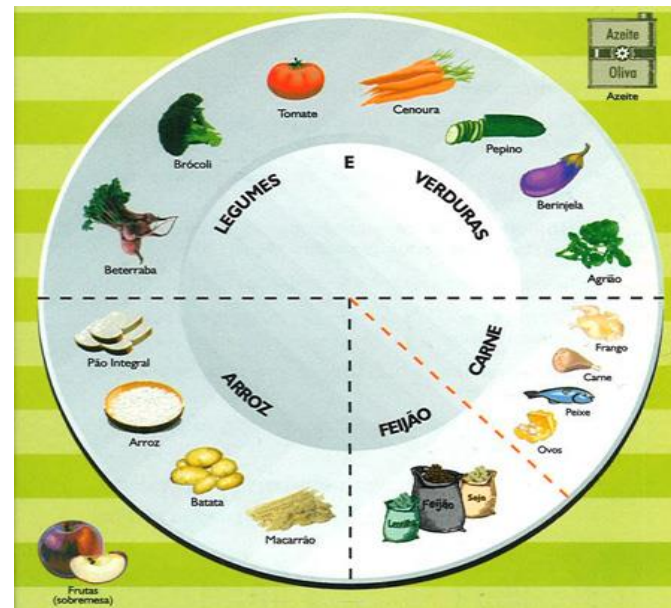
Apropriado para cada faixa etária e adequar a realidade para cada escola

PLANEJAMENTO

Aulas devem ser ilustrativas e práticas;


Material deve ser levado pelo profissional inclusive utensílio;

Prever uso de material que a instituição fornecerá;



PLANEJAMENTO

Comunicação antecipada do conteúdo para escola e posterior a aula para os pais;



EDUCAÇÃO NUTRICIONAL

Papai, mamãe e responsáveis:

Sódio é um mineral presente nos alimentos e, principalmente no sal de cozinha. Excesso de sódio pode causar: pressão alta, reumatismo, inchaço, dor de cabeça, problemas na visão, tontura, problema no fígado e rins.

Para diminuir o consumo de sódio, preparamos um tempero saudável:

- 1 xícara de sal;
- 1 xícara de orégano (seco);
- 1 xícara de alecrim (seco);
- 1 xícara de manjeriço (seco).

Bater todos os ingredientes no liquidificador e guardar em um recipiente seco e fechado.

Trouxemos uma amostra do que fizemos na aula, experimente nas preparações em casa!

Nutricionista Michele [Chibior](http://www.nutritiba.com.br) CRN 6632

PLANEJAMENTO

Utilizar alimentos da época, datas festivas, comidas típicas (regionais e internacionais);



PLANEJAMENTO



PLANEJAMENTO

Trazer os pais para escola;
Fazer atividades que a família participe;



EXECUÇÃO DA AULA

Duração deve ser no máximo 50 minutos

Usar linguagem apropriada para cada faixa etária

Dinâmica da aula – chamar a atenção do alunos na aula

EXECUÇÃO DA AULA

Imprevistos



EXECUÇÃO DA AULA

Plano B



EXECUÇÃO DA AULA

Degustar a preparação

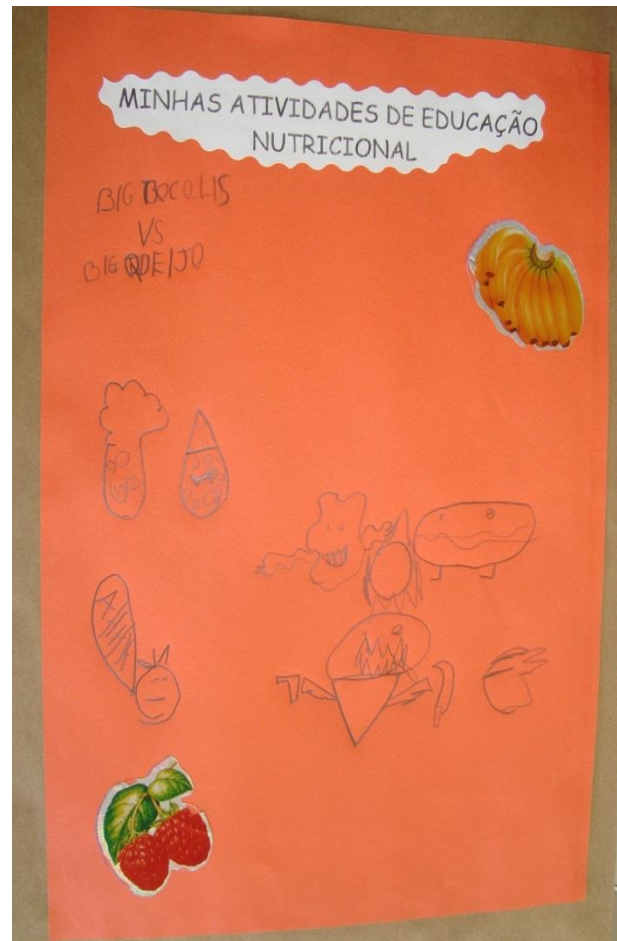


EXECUÇÃO DA AULA



EXECUÇÃO DA AULA

Parecer descritivo e ou elaboração de portfólio;



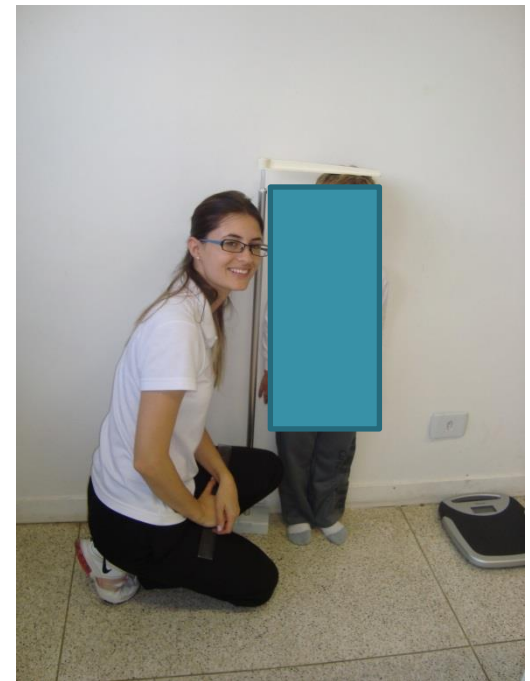
AVALIAÇÃO NUTRICIONAL

Antropometria

A partir 1 ano

Tabela/gráfico (OMS 2010)

Equipamentos adequados



AVALIAÇÃO NUTRICIONAL

Inquérito alimentar familiar

Nutritiba
SERVIÇO DE NUTRIÇÃO

EDUCAÇÃO NUTRICIONAL PROJETO "COMO É O JANTAR NA MINHA CASA"

Papai, mamãe e responsáveis:

Nesse semestre vamos trabalhar com todas as refeições do dia: café da manhã, lanche, almoço e jantar.

Para debatermos em sala, estamos com o projeto "Como é o jantar na minha casa". Hoje em dia, com a rotina corrida, as famílias geralmente fazem um lanche à noite, cada um em um horário, não comem mais na mesa, todos reunidos e uma alimentação completa.

Para esse projeto, o aluno (a) deve trazer para a aula um relato de como é o jantar na sua casa, fazer um registro alimentar por escrito (anotar o que foi consumido no jantar pela família por 1 dia) e retratar por desenho ou foto o momento.

Aguardo o material até o dia 14/08! Caprichem nas anotações e fotos, vai ser muito produtivo essa conversa sobre o jantar!!!

Michele Chibior
Nutricionista CRN 6632



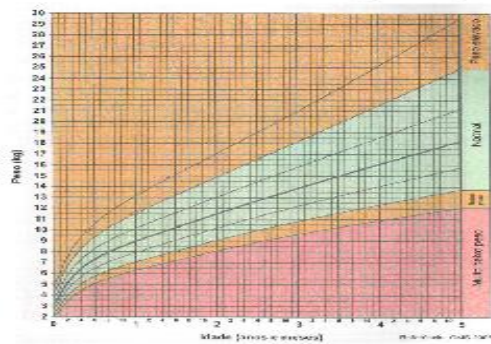
AVALIAÇÃO NUTRICIONAL

Comunicação para os pais

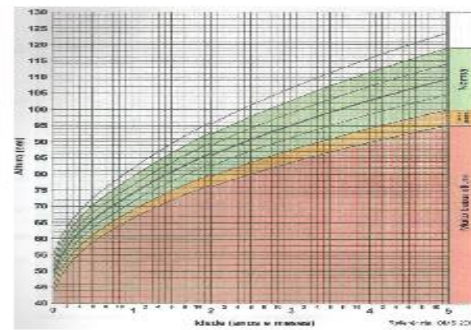


Nome: _____ Idade: _____
Turma: _____ Escola: _____

Peso / Idade 0 - 5 anos (meninas)



Altura / Idade 0 - 5 anos



OLHE COMO EU CRESCI!

1ª avaliação:
Peso: _____
Altura: _____

2ª avaliação:
Peso: _____
Altura: _____

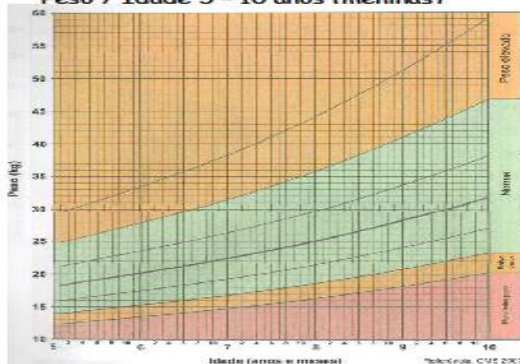
3ª avaliação:
Peso: _____
Altura: _____

Diagnóstico: _____

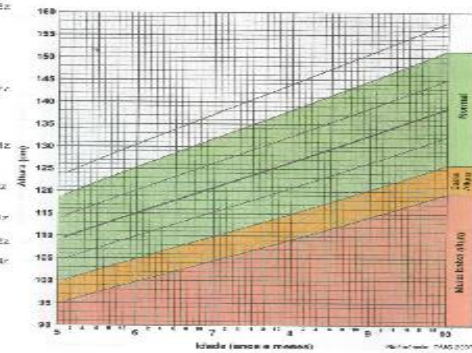


Nome: _____ Idade: _____
Turma: _____ Escola: _____

Peso / Idade 5 - 10 anos (meninas)



Altura / Idade 5 - 10 anos



OLHE COMO EU CRESCI!

1ª avaliação:
Peso: _____
Altura: _____

2ª avaliação:
Peso: _____
Altura: _____

3ª avaliação:
Peso: _____
Altura: _____

Diagnóstico: _____

AVALIAÇÃO NUTRICIONAL

O que fazer com dados/resultados



PROJETO CANTINA SAUDÁVEL

Cardápio adequado

Material educativo

Projetos em conjunto com a instituição

Segurança alimentar

Legislação

PROJETO CANTINA SAUDÁVEL

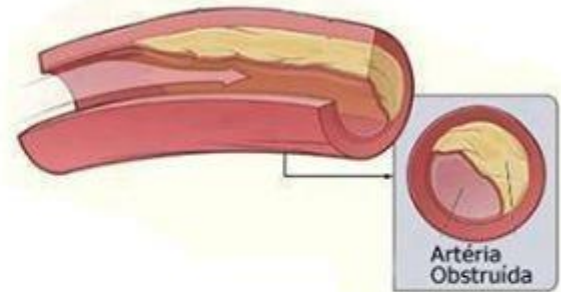
Senado aprova projeto que proíbe cantinas escolares vender alimentos não saudáveis, 14 de agosto de 2013

“Os estabelecimentos deixam de vender aqueles produtos apenas quando necessitassem renovar seu alvará, voltando a vendê-los após terem concluído esse trâmite”. Senadora Angela Portela

PROJETO CANTINA SAUDÁVEL



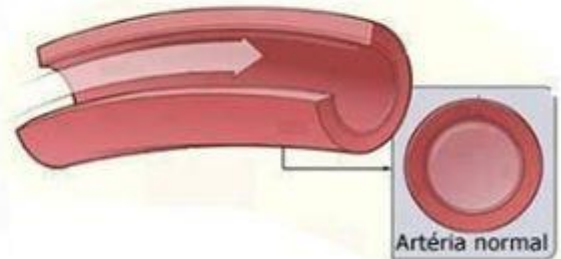
=



A ESCOLHA É SUA!!



=



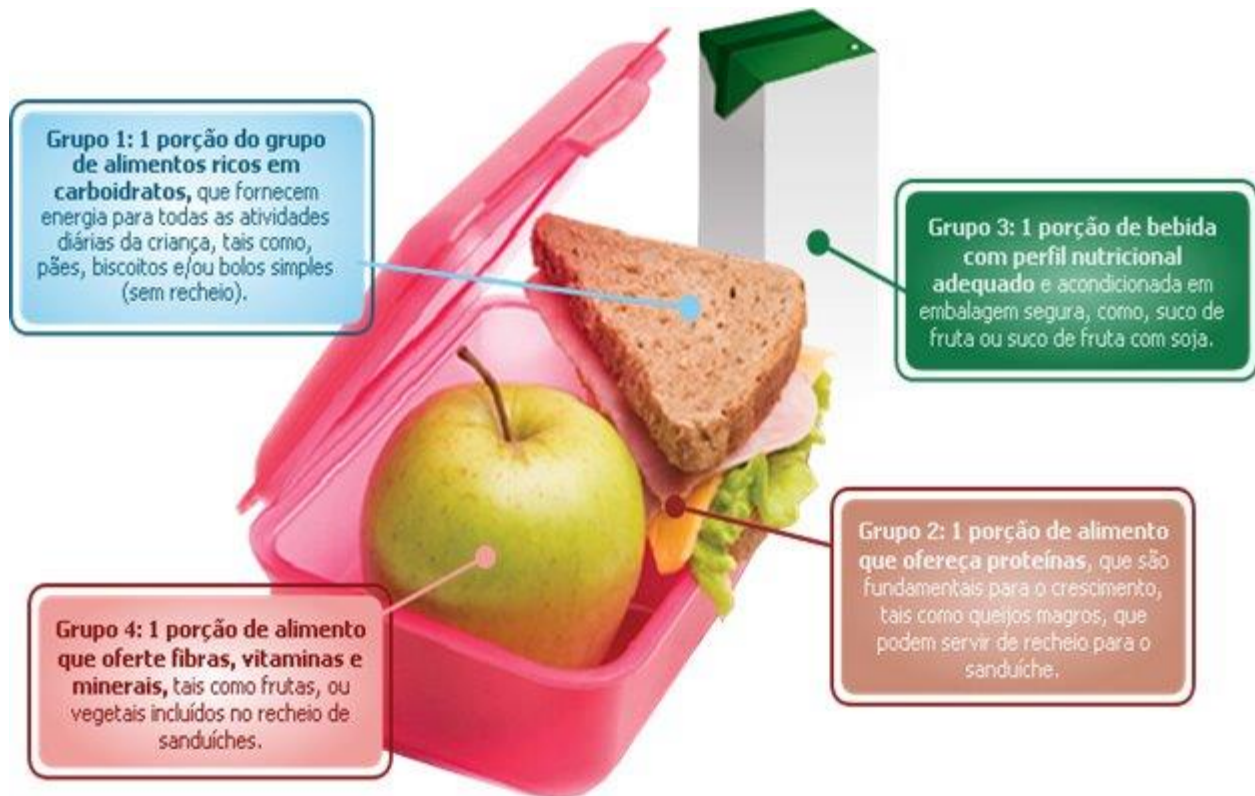
PROJETO LANCHEIRA SAUDÁVEL



X



PROJETO LANCHEIRA SAUDÁVEL



OBRIGADA !

