



IMPORTÂNCIA DAS PRÁTICAS INTEGRATIVAS CORPORAIS E AÇÕES DE EDUCAÇÃO NUTRICIONAL NO SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE NO COMBATE AO SEDENTARISMO INFANTIL

MARIA RITA ANASTACIA DOS SANTOS LIMA

INTRODUÇÃO: O fortalecimento da alimentação industrializada e o avanço tecnológico tem mudado a realidade do Brasil. Crianças e adolescentes passam mais tempo em eletrônicos do que com esportes ou atividades que demandam um gasto calórico maior, ao mesmo tempo ocorre um abuso crescente de alimentos ultra processados com grandes quantidades calóricas, conservantes e açúcares, influenciando a dependência alimentar, o comportamento e peso. Ações com práticas integrativas corporais assim como a educação nutricional na atenção básica da família é fundamental para a prevenção e promoção à saúde e formação de novos hábitos **OBJETIVO:** Proporcionar educação nutricional e novas práticas corporais visando o combate ao sedentarismo infantil e melhoria na qualidade de vida das crianças da Unidade Básica de Saúde do Bairro Cidade Nova/Liberdade, Valente Bahia. **RELATO DE CASO:** O projeto “Viva Esporte - Ginástica Rítmica (G.R) no combate ao sedentarismo infantil” desenvolvido pela equipe multiprofissional do Núcleo de Apoio à Saúde da Família entre maio a setembro, 2018 que promoveu à saúde e bem-estar com a prática de atividade física fomentando a G.R às meninas sedentárias de 07 a 14 anos de idade, público-alvo do projeto. O qual ofertou novas práticas corporais e educação nutricional direcionando melhoria na qualidade de vida e combate ao sedentarismo infantil por meio de palestras e roda de conversa interativa **DISCUSSÃO:** A G.R se destacou por ser uma modalidade distante da realidade das crianças envolvidas, sendo capaz de estimular o pensamento e a inclusão de hábitos saudáveis na rotina. **CONCLUSÃO:** O projeto demonstrou que políticas sociais desenvolvidas no Sistema Único de Saúde, gera melhoria na qualidade de vida, não apenas de crianças e adolescentes como em toda sociedade, sendo um instrumento de mudança na cultura alimentar, social e esportiva.

Palavras-chave: Práticas integrativas, Educação nutricional, Sedentarismo infantil, Qualidade de vida, Sistema único de saúde.