RELATO DE EXPERIÊNCIA: APLICAÇÃO DA TERCEIRA VERSÃO DO QUESTIONÁRIO ALIMENTAR DO DIA ANTERIOR (QUADA-3) PARA ESCOLARES

MILENA FRANCISQUETI MACHADO; MARIA MARCELA LIMA RAPCHAN

Introdução: O Brasil possui grande potencial agrícola, sendo abundante em alimentos. Entretanto, sua distribuição não é igualitária, fator esse que, somado à falta de orientação alimentar da população corroborou para que a alimentação irregular se tornasse uma grande problemática no país, responsável também pela grande incidência de problemas de saúde na população. Diante desse cenário, desenvolvemos uma atividade na Escola Municipal de Ensino Infantil e Ensino Fundamental Franco Montoro, em Álvares Machado, com a aplicação do questionário QUADA-3 - Questionário Alimentar do Dia Anterior - para posterior análise. **Objetivo:** Fornecer aos alunos informações relativas aos alimentos que são compreendidos em uma dieta saudável e balanceada. E, através do resultado do QUADA-3 compreender a composição das refeições das crianças no período analisado. **Relato de experiência:** Foi aplicado o Questionário de Alimentação Saudável do Dia Anterior (QUADA), composto por banners de 6 refeições incluindo 21 alimentos cada. Participaram 96 crianças de 6 a 11 anos, que foram orientadas para o devido preenchimento do questionário. A análise do resultado considerou os alimentos circulados e/ou pintados pelos alunos. **Discussão:** No café da manhã, o alimento de maior sucesso foi o pão, que é uma ótima fonte de carboidrato, seguido de bolacha, um alimento pouco nutritivo. O almoço e a janta ficaram bem distribuídos com arroz, feijão e frango como principais constituintes. Vale destacar que 43,2% dessas crianças não realizam a refeição de lanche da tarde e 34,56% não realizam a refeição de lanche da noite, portanto devem suprir os nutrientes nas demais refeições ao longo do dia. **Conclusão:** A pesquisa aponta dados que mostram a distribuição da alimentação ao longo do dia dessas crianças e que ressaltam que as refeições com maior peso nutricional são o almoço e a janta. Portanto, é evidente a importância dessas refeições para que as crianças tenham energia ao longo do dia, assim como um café da manhã mais nutritivo, distribuído em vitaminas, carboidratos e proteína para colaborar com a nutrição delas.

Palavras-chave: Alimentação, Escola, Escolares, Saudável, Nutrição.

DOI: 10.51161/conasf2024/31444