



EDUCAÇÃO EM SAÚDE ESCOLAR: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA SOBRE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E PREVENÇÃO DA OBESIDADE

ANA CAROLINE HIPOLITO NOBRE; MARIANE PERPÉTUA DE SOUSA MOURA;
CAMILLY KAUANY ALVES DE MACEDO; IALLY SOARES DE CARVALHO; ROSEANE LUZ
MOURA

Introdução: A alimentação saudável desempenha um papel crucial na prevenção da obesidade, que se tornou um grande desafio de saúde pública em todo o mundo. Com isso, percebe-se a importância de adotar hábitos alimentares mais equilibrados, como uma forma efetiva de promoção à saúde e prevenção de condições crônicas. Neste relato, é observada a experiência e aprendizado de um educador em saúde, ao abordar a relação entre alimentação saudável e a prevenção da obesidade. **Objetivo:** Relatar a experiência vivenciada por acadêmicos do curso de Enfermagem da Universidade Estadual do Piauí em relação à promoção de hábitos alimentares saudáveis e a prevenção da obesidade por meio de ações de educação em saúde escolar. **Relato de experiência:** Estudo descritivo, qualitativo, do tipo de relato de experiência, realizado na escola Francisco Barbosa de Moura, Picos - Piauí, com alunos dos anos iniciais do ensino fundamental durante o mês de novembro de 2024. As ações foram realizadas por meio de exposição dialogada, com palestra e um momento de descontração feito com brincadeiras para verificar o aprendizado dos alunos. Através da palestra e das atividades interativas, foi possível observar um aumento significativo do interesse dos participantes sobre o tema, com diversas participações sobre o conteúdo apresentado. A atividade proporcionou um espaço para que os participantes dialogassem, trocassem informações e experiências sobre o tema, o que contribuiu para maior aquisição de conhecimento. Foi realizada uma dinâmica, feita por meio de um bingo de frutas, em que os alunos se dispuseram a executar a mesma e demonstraram ter compreendido o tema abordado. Dessa forma, observou-se uma maior conscientização sobre a importância de uma alimentação saudável, para assim prevenir o surgimento de complicações futuras. **Conclusão:** Diante disso, observou-se a eficácia das ações de educação em saúde na promoção de hábitos alimentares saudáveis e prevenção da obesidade entre os alunos. Essa experiência reforça a importância da educação em saúde como ferramenta fundamental na prevenção da obesidade, a fim de contribuir para as mudanças comportamentais e conscientização sobre escolhas alimentares, prevenindo o surgimento de doenças e complicações advindas da má alimentação.

Palavras-chave: **EDUCAÇÃO EM SAÚDE; SERVIÇO DE SAÚDE ESCOLAR; DIETA SAUDÁVEL; OBESIDADE; CRIANÇA**