



VI SEMANA DO CONHECIMENTO

**UNIVERSIDADE EM TRANSFORMAÇÃO:
INTEGRALIZANDO SABERES E EXPERIÊNCIAS**

2 A 6 DE SETEMBRO/2019



Marque a opção do tipo de trabalho que está inscrevendo:

() Resumo (X) Relato de Experiência () Relato de Caso

REFLEXÃO INTERDISCIPLINAR A LUZ DOS HÁBITOS SAUĐAVEIS DOS ALUNOS DA EMEF ELOY PINHEIRO MACHADO ATRAVÉS DO PIBID DE EDUCAÇÃO FÍSICA-UPF

AUTOR PRINCIPAL: Vinícius Martins

CO-AUTORES: Gabriel de Lima da Silva Greici Fior

ORIENTADOR: Andrea Bonna

UNIVERSIDADE: Universidade de Passo Fundo

INTRODUÇÃO

A temática foi escolhida vista à falta de movimentos físicos e hábitos de alimentação saudável dos estudantes da Escola. Devido a percepção dos fatos, e entendendo o papel da escola em orientá-los e educá-los para vida pessoal e profissional, o PIBID de Educação Física com apoio de alguns docentes de outras disciplinas, realizaram tal intervenção, que surgiu com objetivo de conscientizar os estudantes da EMEF Eloy Pinheiro Machado para uma melhor qualidade de vida visando a melhora no estado nutricional destes, bem como o desenvolvimento e aprimoramento de outras capacidades cognitivas e sócio-afetivas. Através do tema sedentarismo foi possível medir o nível de sedentarismo dos alunos, identificar o papel da atividade física no seu combate, realizar medidas antropométricas e cálculos para obter o IMC. E por fim, delimitar medidas preventivas e refletir acerca da alimentação saudável e os seus benefícios.

DESENVOLVIMENTO:

Na era digital, é muito comum adolescentes substituírem atividades que demandam dispêndio energético por atividades interativas e tecnológicas. O sedentarismo é definido como a diminuição da atividade física habitual, onde os progressos tecnológicos e culturais ganharam espaços e o ser humano passou a gastar menos calorias por semanas em esforço físico.(SOUZA e SILVA 2006). Pesquisas realizadas por Fiates, Amboni e Teixeira em 2008, constataam que as crianças e adolescentes permanecem mais tempo assistindo televisão e menos tempo fazendo atividade física,



VI SEMANA DO CONHECIMENTO

**UNIVERSIDADE EM TRANSFORMAÇÃO:
INTEGRALIZANDO SABERES E EXPERIÊNCIAS**

2 A 6 DE SETEMBRO/2019



os programas voltados para o público infantil (Desenhos, jogos de videogame) e propagandas de anúncios de alimentos que não são nutritivos a saúde como: fast-foods e guloseimas isso aumenta o índice de obesidade. O estado nutricional de um indivíduo, é o equilíbrio entre a ingestão e necessidade de nutrientes influenciados por diversos fatores, dentre eles: condições econômicas, comportamento alimentar, influências culturais, alteração de apetite, capacidade de consumir e absorver nutrientes adequadamente, estresse fisiológico, processos crônicos ou agudos de doenças, crescimento, e estresse psicológico. (PORTAL EDUCAÇÃO, 2016). Diante do exposto, o PIBID juntamente com os alunos do 9º ano, realizou um questionário sobre atividade física com os estudantes do 6º ao 9º ano da Escola, a fim classificá-los em níveis de sedentarismo. E a partir daí, foram desenvolvidos e organizados os conteúdos e as metodologias de cada área do conhecimento, partindo da Temática: Sedentarismo. O foco do PIBID de Educação Física, foi na mobilização dos alunos acerca da qualidade de vida e a medição do estado nutricional e antropométrico. Além de atividades práticas que estimulem hábitos saudáveis, foi realizada a análise de calorias de rótulos de alimentos e o tempo e a atividade física ideal eliminar tal acúmulo no corpo. O projeto teve a duração de um trimestre, foram realizadas as medidas antropométricas e o cálculo pelo IMC (Índice de Massa Corporal). Através de seu resultado, o IMC mostra o real estado nutricional em que cada faixa da população se encontra. (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2005). Os resultados dos questionários, das medidas antropométricas e do IMC, serão tabulados modelo estatístico por percentuais e apresentados pela turma 9º ano, para todos os alunos da escola, ao final do II trimestre, na feira interdisciplinar. Durante a feira será realizada uma exposição de rótulos de alimentos e as análises realizadas pelos estudantes, como forma de conscientizar as práticas físicas e alimentação saudável, as quais devem ser estimuladas desde cedo e os seus benefícios também devem ser sempre lembrados, pois favorecem a prevenção de diversas doenças, ajudando o indivíduo a ter uma melhor qualidade de vida.

CONSIDERAÇÕES FINAIS:

Pensar e propor um projeto é sempre desafiador, ainda mais quando envolve questões interdisciplinares, pois sabe-se da dificuldade em construir propostas significativas que compreendam as mais diversas disciplinas. No entanto tal processo é extremamente importante e possibilita momentos de aprendizagem para professores e alunos, fazendo-os sair da zona de conforto.

REFERÊNCIAS



VI SEMANA DO CONHECIMENTO

**UNIVERSIDADE EM TRANSFORMAÇÃO:
INTEGRALIZANDO SABERES E EXPERIÊNCIAS**

2 A 6 DE SETEMBRO/2019



FIATES, G. M. R.; AMBONI, R. D. M. C.; TEIXEIRA, E. Comportamento consumidor, hábitos alimentares e consumo de televisão por escolares de Florianópolis. Revista de Nutrição, Campinas, v. 21, n.1, p.105-114, jan./fev, 2008.

SOUZA, C. O.; SILVA, R. C. Fatores associados ao excesso de peso em crianças e adolescentes brasileiros: revisão. Sociedade Brasileira Alimentação e Nutrição. São Paulo. Vol. 34. Num. 03. 2009.

MINISTÉRIO DA SAÚDE (BR). Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Área Sato APS, Fujimori E. Brasília: Ministério da Saúde; 2005.

PORTAL EDUCAÇÃO. Estado Nutricional. Disponível em (<https://www.portaleducacao.com.br/nutricao/artigos/12057/estado-nutricional>). Acessado em 24 maio 2019.

NÚMERO DA APROVAÇÃO CEP OU CEUA (para trabalhos de pesquisa): Número da aprovação. SOMENTE TRABALHOS DE PESQUISA

ANEXOS

Aqui poderá ser apresentada **somente UMA página com anexos** (figuras e/ou tabelas), se necessário.