



## CRIAÇÃO DE APLICATIVO PARA O ENSINO DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NA PRIMEIRA INFÂNCIA<sup>1</sup>

Thaiza AGUIAR<sup>2</sup>  
Bruna ALMEIDA<sup>3</sup>  
Faculdade Laboro, MA

### RESUMO

O ensino da alimentação saudável na primeira infância, fase de grande desenvolvimento e facilidade de aprendizado da criança, é imprescindível. Devido ao mundo tecnológico em que vivemos, a inserção dessas crianças nesse meio se torna cada vez mais comum. Com isso, a estratégia do desenvolvimento de um aplicativo para o aprendizado da alimentação saudável dessas crianças se torna extremamente necessário.

**PALAVRAS-CHAVE:** Alimentação saudável; Primeira infância; Nutrição infantil; Gamificação; Tecnologia.

Sabe-se da importância de ter uma boa alimentação nas primeiras fases da vida, principalmente na primeira infância, que compreende o período de 0 a 6 anos. E a primeira infância por ser um período crucial, em que ocorre intenso processo de desenvolvimento e crescimento (que depende de fatores genéticos e externos, incluindo a alimentação) e maior vulnerabilidade às doenças, deve-se ser estimulada uma educação nutricional (obtenção de uma alimentação saudável) para essas crianças (COSTA, 2021; LOURENÇÃO *et al*, 2021; BARBOSA *et al*, 2021).

É preciso adotar materiais e estratégias que captem o seu interesse e estimulem a sua participação através de comportamentos saudáveis, e que ao mesmo tempo sejam adequadas à sua capacidade cognitiva e fase de desenvolvimento (MIRANDA *et al*, 2021). Pois crianças com desenvolvimento integral saudável, durante a primeira infância, têm maior facilidade de se adaptarem a diferentes ambientes e de adquirirem novos conhecimentos, contribuindo principalmente para um bom desempenho escolar e de objetivos futuros à medida que passem pelas próximas fases de desenvolvimento (COSTA, 2021).

---

<sup>1</sup> Trabalho apresentado para a disciplina de Produção e Inovação Científica da Faculdade Laboro realizada no dia 08 de março de 2022

<sup>2</sup> Aluno de Nutrição Clínica e Funcional, e-mail: [tr\\_aguiar1994@hotmail.com](mailto:tr_aguiar1994@hotmail.com)

<sup>3</sup> Orientadora do trabalho. Professora da Faculdade Laboro. Mestra em Comunicação. e-mail: [professorabruna.almeida@gmail.com](mailto:professorabruna.almeida@gmail.com)

Cada vez mais, estamos mais conectados com o mundo cibernético, e as crianças atualmente já crescem inseridas nesse meio, através de amplas tecnologias, como computador, *tablets* e videogames (MCGONIGAL, 2012).

Segundo Vianna *et al* (2013), o termo gamificação vem da tradução de *gamification*, termo em inglês utilizado pela primeira vez em 2002 por Nick Pelling, no qual se refere à aplicação da mecânica e de elementos dos jogos em atividades que não estão dentro do contexto do jogo propriamente dito. No caso da educação refere-se à implementação de estratégias e aplicações que lidem com o ensino e aprendizagem, utilizando elementos de jogos, como objetivos, regras, pontuação e recompensas, com a finalidade de ensinar de maneira eficiente e eficaz (VIANNA *et al*, 2013).

Em uma revisão de literatura realizada por Barbosa *et al* (2021), percebeu-se que a realização de atividades lúdicas, que estimulam a criança na prática, facilitam seu aprendizado. Com a realização de oficinas culinárias gerou-se resultados positivos quanto à alimentação infantil, desde que analisando o contexto social em que ela está inserida, de maneira que a equipe pedagógica e a família também participem das atividades, considerando que foram analisadas atividades realizadas em escolas, já que estas apresentam-se como um ambiente viável para a aplicação de intervenções. E essa faixa etária também é a melhor para serem feitas modificações comportamentais, já que há uma grande facilidade de aprendizado (BARBOSA *et al*, 2021; MENESES *et al*, 2021).

Miranda *et al* (2021) desenvolveu atividades lúdicas, tanto presencialmente quanto por meio de rede social, para o ensino da alimentação saudável para uma pré-escola (crianças com idade de 4 a 5 anos) na cidade de Balsas, Maranhão, em que teve-se um resultado positivo ao nível de entendimento por parte das crianças em relação as atividades apresentadas.

Da mesma forma, pretende-se com este trabalho propor a criação de um aplicativo para o ensino da alimentação saudável de forma lúdica, através de imagens ilustradas e coloridas. E, após isso, *a priori*, joguinhos em que estimulem a fixação desse ensino, podendo ter a escolha dos alimentos saudáveis e não saudáveis, condizendo com o nível de aprendizado destas crianças.

## **REFERÊNCIAS**



BARBOSA, Larissa Ferreira *et al.* A influência de oficinas culinárias na formação de hábitos alimentares na infância. **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 9, p. 94564-94576, 2021.

COSTA, Dayane de Souza. **Avaliação do estado nutricional e hábitos alimentares de crianças na primeira infância.** Fortaleza: 2021. 83 f. : il. color.

LOURENÇÃO, Luiz Felipe de Paiva *et al.* Intervenção educativa em saúde nutricional para educadores infantis da rede pública: um estudo avaliativo. **Práxis Educacional**, v. 17, n. 46, p. 293-314, 2021.

MCGONIGAL, Jane. **A realidade em jogo - por que os games nos tornam melhores e como eles podem mudar o mundo.** Trad. Eduardo Rieche. 1. ed. Rio de Janeiro: Best Seller, 2012.

MENESES, Mayara dos Santos *et al.* Do plantio ao prato: aprendendo de forma lúdica a consumir alimentos saudáveis e cuidar da natureza através de horta escolar na primeira infância. **Revista Práticas em Extensão São Luís**, v. 5, n. 01, p. 03-117, 2021.

MIRANDA, Beatriz Sousa de *et al.* Educação ambiental e nutricional como práticas educativas para a inclusão de hábitos alimentares saudáveis na primeira infância. **Revista Práticas em Extensão São Luís**, v. 5, n. 01, p. 03-117, 2021.

VIANNA, Ysmar *et al.* **Gamification Inc.: como reinventar empresas a partir de jogos.** 1. ed. Rio de Janeiro: MJV Press, 2013. E-book