Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação — REASE

OPEN ACCESS

doi.org/10.51891/rease.v12i11.32415

DESENVOLVENDO A EDUCAÇÃO EM SAÚDE NO CONTEXTO ESCOLAR: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA SOBRE A OFICINA SENSORIAL PARA CRIANÇAS

DEVELOPING HEALTH EDUCATION IN THE SCHOOL SETTING: AN EXPERIENCE REPORT ON A SENSORY WORKSHOP FOR CHILDREN

DESARROLLO DE LA EDUCACIÓN EN SALUD EN EL CONTEXTO ESCOLAR: UN RELATO DE EXPERIENCIA SOBRE UN TALLER SENSORIAL PARA NIÑOS

Annely Lessa Dias[1]
Emanuelle Silva de Araujo[2]
Joana Mendes dos Santos[3]
Jorge Luiz Lima da Silva[4]

RESUMO: O Programa Saúde na Escola (PSE) fomenta ações de educação em saúde voltadas à promoção de hábitos alimentares saudáveis na infância. **Objetivo:** relatar a experiência de acadêmicos de Enfermagem no planejamento e execução de uma oficina de alimentação sensorial direcionada a escolares do ensino fundamental. **Métodos:** relato de experiência qualitativo realizado por graduandas de Enfermagem da Universidade Federal Fluminense no Colégio Universitário Geraldo Reis (Niterói/RJ). A intervenção envolveu cerca de 70 estudantes em dinâmicas lúdico-sensoriais utilizando alimentos *in natura* com diferentes texturas e sabores (frutas, legumes e verduras), mediante mediação tátil-gustativa e uso de um "passaporte de atividades" com carimbos como estratégia de gamificação. **Resultados:** a oficina promoveu ampla participação dos alunos, demonstrando que a abordagem lúdica permitiu desmistificar repulsas sensoriais iniciais a alimentos como legumes e verduras, favorecendo a aproximação e a curiosidade gustativa de forma não punitiva. O uso do passaporte atuou como reforço positivo e consolidador do aprendizado. **Conclusão:** a estratégia lúdico-sensorial evidenciou-se eficaz na educação alimentar escolar no âmbito do PSE, proporcionando aos discentes de Enfermagem a vivência prática da extensão universitária, o desenvolvimento de competências pedagógicas e o fortalecimento da promoção da saúde na infância.

Palavras-chave: Educação em saúde. Criança. Educação infantil. Programa saúde na escola.

[1]Discente em enfermagem, Universidade Federal Fluminense(UFF). Niterói, Rio de Janeiro, Brasil.
[2]Discente em enfermagem, Universidade Federal Fluminense(UFF). Niterói, Rio de Janeiro, Brasil.
[3]Discente em enfermagem, Universidade Federal Fluminense(UFF). Niterói, Rio de Janeiro, Brasil.
[4]Doutor em Saúde Pública. Docente de Saúde Coletiva e Políticas Públicas. Universidade Federal Fluminense (UFF). Departamento de Enfermagem Materno-Infantil e Psiquiátrica, Niterói, Rio de Janeiro, Brasil.

ABSTRACT: The Health in Schools Program (PSE) encourages health education initiatives focused on promoting healthy eating habits in childhood. **Objective:** To report the experience of nursing undergraduates in planning and implementing a sensory-based nutrition workshop for elementary school students. **Methods:** A qualitative experience report conducted by nursing students from the Fluminense Federal University at the Geraldo Reis University School (Niterói/RJ). The intervention engaged approximately 70 students through playful sensory dynamics using fresh foods with varied textures and flavors (fruits, vegetables, and greens), mediated by tactile-taste exploration and a "activity passport" with stamps as a gamification strategy. **Results:** The workshop fostered high student engagement, showing that the playful approach helped demystify initial sensory aversions to vegetables and fruits, encouraging taste curiosity in a non-punitive manner. The activity passport served as positive reinforcement and consolidated learning. **Conclusion:** The sensory-based strategy proved effective for school nutrition education within the scope of the PSE, providing nursing students with practical experience in university extension, the development of pedagogical skills, and the reinforcement of child health promotion.

Keywords: Health education. Child. Early childhood education. School health services.

RESUMEN: El Programa Salud en la Escuela (PSE) fomenta acciones de educación en salud orientadas a la promoción de hábitos alimentarios saludables en la infancia. **Objetivo**: relatar la experiencia de académicos de Enfermería en la planificación y ejecución de un taller de alimentación sensorial dirigido a escolares de educación primaria. **Métodos**: relato de experiencia cualitativo realizado por estudiantes de Enfermería de la Universidade Federal Fluminense en el Colégio Universitário Geraldo Reis (Niterói/RJ). La intervención involucró a cerca de 70 estudiantes en dinámicas lúdico-sensoriales utilizando alimentos in natura con diferentes texturas y sabores (frutas, legumbres y verduras), mediante mediación táctil-gustativa y el uso de un "pasaporte de actividades" con sellos como estrategia de gamificación. **Resultados**: el taller promovió una amplia participación de los alumnos, demostrando que el enfoque lúdico permitió desmitificar repulsas sensoriales iniciales hacia alimentos como legumbres y verduras, favoreciendo el acercamiento y la curiosidad gustativa de forma no punitiva. El uso del pasaporte actuó como refuerzo positivo y consolidador del aprendizaje. **Conclusión**: la estrategia lúdico-sensorial se mostró eficaz en la educación alimentaria escolar en el ámbito del PSE, proporcionando a los estudiantes de Enfermería la vivencia práctica de la extensión universitaria, el desarrollo de competencias pedagógicas y el fortalecimiento de la promoción de la salud en la infancia.

Palabras clave: Educación en salud. Niño. Educación infantil. Programa salud en la escuela.

INTRODUÇÃO

A educação em saúde é primordial para que sejam difundidas as diretrizes de promoção do bem-estar geral. O conceito “saúde”, por muito, foi reduzido à falta de doenças e homeostase biológica, como resultado da hegemonia do padrão biomédico, que priorizava o tratamento medicamentoso, a instituição hospitalar e o cuidado à condição de saúde, sem adentrar profundamente nas questões psicossociais do paciente (Pedrosa *et al.*,2024).

O descontentamento popular com o atendimento dos profissionais de saúde, por vezes ríspido, sem humanização ou abrangência da totalidade dos indivíduos, trouxe aos trabalhadores e estudiosos da área reflexões sobre a incompletude de sua percepção sobre a

saúde. Tais insatisfações constituíram a força motriz para a transformação do modelo assistencial. Como fruto do trabalho multiprofissional, da integração das ciências humanas à saúde, e do melhor entendimento da subjetividade do comportamento humano- isto é, de como é moldado pelo ambiente, cultura, época, entre outros fatores – houve uma quebra desse paradigma, reformulando a concepção de saúde (Muniz *et al*., 2023).

A definição mais aceita atualmente é aquela que possui a maior abrangência possível: a saúde é um estado de bem-estar físico, mental e social, e não apenas a ausência de sintomas e enfermidades, fundamentando-se na relação de harmonia da pessoa com a sua própria realidade. É imprescindível enfatizar que o conceito de bem-estar é variável tendo em vista os determinantes sociais, tais como: atributos econômicos, posição social, cultural, concepção religiosa, entre outros. Aceitar essa ideia leva à compreensão mais precisa da integralidade do paciente, princípio do SUS instaurado pela Lei Orgânica da Saúde (Lei nº 8.080) de 1990, que o considera por inteiro em seus mais diversos atributos. O cumprimento desse cuidado completo exige a integração de vários serviços e profissionais-equipe multidisciplinar - e o envolvimento de diversas esferas, como hospitais, postos de saúde e clínicas da família, em prol de seu atendimento (Schramme, 2023).

Na jornada rumo ao alcance da saúde, os sujeitos precisam ser guiados por alguém capacitado. Sob essa perspectiva se dá a atuação do enfermeiro, no exercício da função de educador, sendo o elo entre a comunidade leiga e o conteúdo voltado à saúde humana, adquirido durante a academia, mas adaptado ao entendimento geral. Ao estabelecer uma relação de confiança com a comunidade, ele pode reforçar conceitos, desmistificar concepções errôneas, e consequentemente, promover a saúde (Vasconcelos; Freiberg; Mello, 2024).

Dito isso, a saúde deve se estender para além das instituições tradicionalmente mantenedoras e doadoras dela, a exemplo dos hospitais e clínicas da família: precisa chegar a todos os locais que exerçam influência e significância na vida da população, sobretudo aquela cujas condições socioeconômicas são desfavoráveis. A instituição de ensino oferece a seus frequentadores a oportunidade de experienciar o diálogo entre vivências e comportamentos diversos, e consequentemente, a quebra de paradigmas e conceitos pré-estabelecidos, o que resulta em aprendizado. A escola é, portanto, um dos principais instrumentos na propagação da saúde, uma vez que abriga, expostas aos ensinamentos ali passados, pessoas em tenra idade, momento de formação intelectual e de caráter (Caffagni, 2024).

O Programa saúde na Escola (PSE), instituído por meio do Decreto Presidencial nº 6.286, objetiva a educação em saúde com enfoque em crianças, adolescentes, jovens e adultos da rede pública de educação básica, contando com o trabalho de profissionais e acadêmicos das mais diversas áreas da saúde, desenvolvendo programações relacionadas à sua atuação. Esse instrumento atua na promoção à saúde, uma vez que fomenta o bem-estar nessa população utilizando linguagem lúdica - atividades pedagógicas como jogos e brincadeiras- para tornar o aprendizado mais eficaz e significativo, acessível a ela, e na educação em saúde, que se baseia no ensino da prevenção e combate ao abuso sexual e físico, dos bons hábitos alimentares, de higiene, entre outras condutas benéficas (Brasil, 2007).

Trazendo enfoque para o trabalho com infantes, sobretudo na primeira infância, a ludicidade é essencial, pois abre portas para conectar o ensino àquilo que chama sua atenção, garantindo maior adesão e fixação dos conteúdos apresentados durante as atividades. Ao adentrar o mundo dos pequenos, o educador tem a oportunidade de entender suas demandas, anseios, dificuldades e interesses (Costa, Almeida, 2023).

Os acadêmicos de enfermagem, buscando cumprir seu papel como educadores, ofereceram suas capacidades em prol de ensinar aos alunos a cultivar hábitos saudáveis. Trazer a alimentação sadia aos infantes participantes das atividades foi crucial, pois é nessa fase que são fornecidos os nutrientes necessários para o crescimento e o desenvolvimento físico e mental, além de haver a formação de hábitos alimentares que podem se perpetuar em suas vidas.

O contato com alimentos variados e nutritivos também favorece a construção e manutenção de uma boa relação com a comida, e previne mazelas associadas ao consumo excessivo de produtos prejudiciais e ultraprocessados.

O estudo traz como objetivo relatar a experiência de acadêmicos de Enfermagem no planejamento e execução de uma oficina de alimentação sensorial direcionada a escolares do ensino fundamental, cumprindo com os ideais estipulados pela Política Nacional de Promoção da Saúde e pelo Programa Saúde na Escola. O programa prevê práticas de promoção da saúde com intersetorialidade de redes públicas de ensino com ações do SUS, como modo de ampliar o acesso e a implicação nos condicionantes de saúde dos estudantes e suas famílias. Essas ações de promoção da saúde, apresentam em suas características, correlações com a integralidade, interdisciplinaridade e controle social (Silva, 2019).

MATERIAL E MÉTODO

Estudo qualitativo de caráter descritivo que foi realizado por meio de um relato de experiência elaborado a partir das vivências das alunas durante a realização das atividades desenvolvidas no campo de estudo, no Colégio Universitário Geraldo Reis, situado no município de Niterói (Mussi; Flores; Almeida, 2021). A instituição contempla a educação infantil e a educação básica, oferecendo atendimento desde as primeiras etapas da infância: os anos iniciais do ensino fundamental (com contemplação de crianças na faixa etária de 7 a 10 anos), além do ensino fundamental II e o terceiro ano do ensino médio.

As ações promovidas no campo prático foram supervisionadas e acompanhadas pelo docente responsável pela disciplina de Saúde Coletiva II, tendo como foco temas relacionados à alimentação saudável, na presença de professores. Para garantir a consistência metodológica, a intervenção foi estruturada em etapas de planejamento, organização e execução: as atividades foram planejadas previamente em agosto de 2026 por meio de reuniões e encontros de alinhamento com o docente supervisor e o coletivo de discentes para a confecção dos recursos lúdico-pedagógicos, e realizadas durante o segundo período letivo de 27 de agosto de 2026. As atividades foram planejadas e realizadas durante o início do segundo período letivo de 2026. O relato foi construído com base nas experiências vivenciadas por acadêmicas do curso de Enfermagem da Universidade Federal Fluminense (UFF), durante a participação nas atividades práticas propostas pela disciplina de Enfermagem em Saúde Coletiva II.

A experiência foi desenvolvida a partir de uma visita ao Colégio Universitário, destinada à execução das atividades propostas, além de encontros realizados previamente para o planejamento e a preparação dos materiais que seriam apresentados às crianças. Os materiais utilizados foram: caixas, vendas, carimbos, talheres descartáveis, cartazes, cadeiras, mesas, passaporte de atividades, verduras, frutas e legumes, palitos e guardanapos. Os alimentos usados foram: pepino, abacaxi, cenoura, romã, manga, purê de batata, inhame, tomate cereja, brócolis, mamão, caju, tangerina, quiabo e maçã. A seleção dos alimentos considerou aqueles que pudessem despertar a curiosidade e a atenção dos alunos, favorecendo seu envolvimento na atividade. A execução prática no pátio escolar ocorreu no horário de recreio, com duração total de 35 minutos (das 9h10 às 9h45), contando com a participação voluntária de aproximadamente

70 alunos do ensino fundamental, organizados livremente em microgrupos com permanência de 1 a 3 minutos por estação.

O registro das observações que fundamentou os resultados apresentados foi conduzido por meio de notas de campo e diário de bordo elaborados pelas acadêmicas durante e logo após a intervenção, estabelecendo-se uma distinção clara entre as percepções subjetivas do grupo discente e os comportamentos empíricos efetivamente observados nos escolares (tais como reações fisionômicas, manifestações verbais de curiosidade e adesão voluntária às estações).

Por se tratar de um relato baseado exclusivamente nas experiências dos autores e nos registros das atividades desenvolvidas no campo, sem realização de coleta de dados ou identificação dos participantes, não houve necessidade de submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa (CEP).

RESULTADOS

Neste segmento, serão descritas atividades ocorridas nos encontros e detalhes, de forma cronológica, e os recursos utilizados. Ressalta-se que, antes de a disciplina Enfermagem em Saúde Coletiva II iniciar suas atividades, foram realizadas reuniões com a direção e coordenadores do colégio, onde houve acolhimento para inserção dos acadêmicos de enfermagem, como vem ocorrendo, desde 2008, de forma semestral.

PRIMEIRA ETAPA: ELABORAÇÃO DA ATIVIDADE

Compreendeu a reunião de 13 discentes para elaboração de uma atividade de educação em saúde que abordasse um tema pertinente para o público-alvo. O planejamento baseou-se na experiência prévia do docente orientador com metodologias ativas em saúde escolar. Em encontro preparatório (realizado em 26 de agosto), 13 discentes reuniram-se para confeccionar os recursos lúdico-pedagógicos e alinhar os objetivos da intervenção..

Após a definição dos objetivos, foi escolhido um momento (dia 26 de agosto), para os discentes confeccionarem os recursos que seriam utilizados durante a prática. A divisão dos discentes para realizar a confecção foi ao encontro das escolhas de cada um, garantindo simultaneamente a contribuição de todos e a produção de recursos de qualidade, que foi finalizada após aproximadamente meia hora, individualmente, de elaboração.

Figura 1- Materiais utilizados na oficina de alimentação sensorial saudável, Niterói -RJ, 2026.



Fonte: os autores, 2026

Conforme apresentado na figura 1, é possível perceber que o processo de confecção dos materiais interativos consistiu no uso de tapa olhos e diversos alimentos, para que as crianças pudessem ter uma experiência sensorial através do paladar.

Figura 2 - Espaço da oficina sensorial, Niterói -RJ, 2026.



Fonte: os autores, 2026.

Na figura 2, pode-se observar o espaço utilizado para fazer a atividade, além do uso de cadeiras e mesa.

SEGUNDA ETAPA: EXECUÇÃO DA ATIVIDADE

A execução da atividade envolveu os próprios discentes da etapa anterior, que foram responsáveis por levar os acessórios necessários para a prática da atividade "Oficina Sensorial". Ficou acordado que eles estariam presentes no local de atuação uma hora antes do início das atividades no dia 27 de agosto de 2026, com chegada às 8h da manhã e início previsto para às 9h. Com todos os discentes presentes, a montagem e a preparação da atividade foram realizadas no pátio da instituição, estando tudo pronto até às 8h40.

O recreio do colégio começou às 9h10, e o primeiro grupo de estudantes compareceu ao projeto de educação em saúde às 9h12. A sequência da atividade ocorreu da seguinte maneira: acolhimento do grupo de alunos com apresentação dos discentes, explicação da atividade, realização da mesma e logo em seguida um carimbo foi dado aos infantes após a realização de cada atividade.

A participação dos grupos de estudantes na atividade foi livre, envolvendo aproximadamente 70 alunos do ensino fundamental. O tempo de interação com cada grupo variou entre 1 e 3 minutos, podendo ser menor conforme as dúvidas do grupo participante. O tempo total da realização do estágio foi de aproximadamente 30 min, das 9h10 às 9h40 da manhã, devido ao término do recreio das séries escolares que seriam submetidas à atividade. Após o fim do intervalo, os discentes realizaram a coleta dos recursos e materiais utilizados no pátio. Em seguida, todos seguiram para a sala para uma breve discussão sobre as percepções e aprendizagem que a atividade trouxe.

Figura 3 - Caixa sensorial para adivinhação dos alimentos, Niterói -RJ, 2026



Fonte: os autores, 2026.

Na figura 3, observa-se a caixa utilizada para explorar o tato das crianças, que precisavam adivinhar qual alimento era somente com o uso das mãos.

Figura 4 - Alimentos preparados para a oficina sensorial, Niterói -RJ, 2026.



Fonte: os autores, 2026.

A figura 4 ilustra os alimentos in natura ou a vapor e acondicionados termicamente pelo grupo.

Figura 5 - Materiais utilizados na oficina sensorial de tato, Niterói -RJ, 2026.



Fonte: os autores, 2026.

Figura 6 - Alimentos preparados para a atividade sensorial gustativa, Niterói -RJ, 2026.



Fonte: os autores, 2026.

Nas figuras 5 e 6, nota-se todos os elementos utilizados durante a apresentação, e principalmente os materiais com os quais os alunos puderam interagir.

TERCEIRA ETAPA: IMPRESSÕES SOBRE A ATIVIDADE

A terceira e última etapa constituíram na análise da experiência, resultando na consolidação do presente estudo. A primeira parte da análise foi através de uma discussão em grupo realizada em sala após a atividade, na qual foi possível perceber que os alunos se atentaram à explicação e compreenderam o tema proposto, visto que durante a experimentação eles atenderam às expectativas de adivinhar qual era o alimento e também de provar comidas novas, que a princípio não gostavam, manifestando curiosidade imediata e recusa reduzida.

Além disso, durante o debate em sala a respeito desses resultados, foi ressaltada a importância da intersetorialidade e da educação em saúde no âmbito escolar, a partir do que foi possível observar, de forma positiva, durante a dinâmica com as crianças.

Ademais, a segunda etapa da análise constituiu-se de uma reunião entre os membros do grupo, na qual os mesmos relataram suas percepções subjetivas, adquiridas durante a interação com as crianças no dia da atividade no ambiente escolar, e quais as suas visões a respeito da

resposta dos alunos à explicação e à demonstração passadas. Refletiram também sobre como os infantes pareceram aprender, de fato, sobre a importância de uma alimentação saudável.

Com isso, a análise como um todo pôde constatar que houve uma boa adesão durante a atividade, ocasionando em um resultado positivo ao objetivo do trabalho desenvolvido, ressalvando-se, no entanto, que tais constatações refletem as percepções e observações imediatas decorrentes da oficina, sem o condão de atestar mudanças permanentes ou definitivas nos hábitos alimentares dos escolares, dado o caráter pontual e a ausência de acompanhamento longitudinal.

DISCUSSÃO

A alimentação tem se mostrado central no desenvolvimento da humanidade, não apenas por suprir as necessidades fisiológicas, mas também por estar presente na construção dos aspectos sociais, psicológicos e econômicos. Sob esse viés, a infância é fundamental para que o indivíduo adquira hábitos alimentares saudáveis, pois eles se perpetuarão e podem moldar padrões vindouros. Os nutrientes devem ser bem distribuídos e abundantes para possibilitar o crescimento físico e mental: comidas prejudiciais levarão à obesidade, diabetes, hipertensão, déficit cognitivo, e até mesmo social (Nascimento, 2026).

A alimentação e o ato de comer se tornam determinantes da vida social, estando relacionados à cultura, à identidade e ao sentimento de pertencimento. Além disso, aspectos como o compartilhamento das refeições, os conhecimentos sobre alimentação, as tradições e as condições de acesso aos alimentos também fazem parte das práticas alimentares. Dessa forma, essas práticas devem ser compreendidas a partir dos diferentes espaços sociais em que estão inseridas, considerando as dimensões individual, familiar, comunitária e regional (Brasil, 2015).

As ações desenvolvidas foram direcionadas ao incentivo da alimentação balanceada, buscando compreender as concepções pré-existentes dos alunos sobre os alimentos experimentados, para alguns deles, pela primeira vez. A maioria está habituada à ingestão de ultra processados (alimentos com poucas fibras e excesso de calorias, açúcar, sódio e gordura trans) o que contraria a recomendação dada pelo Ministério da Saúde quanto ao consumo predominante de alimentos in natura na infância. 80% das crianças abaixo de cinco anos de idade consomem ultraprocessados e 25% das calorias ingeridas por elas vêm exclusivamente

desse tipo de produto. Na faixa de dois a cinco anos, a proporção chega a 30% do grupo analisado pelo Estudo Nacional de Alimentação e Nutrição Infantil (Enani)/ (Guia alimentar, 2014).

Na infância, período em que se desenvolvem as preferências alimentares, a exposição constante a alimentos ultraprocessados pode auxiliar na familiarização das crianças a sabores mais intensos. O Guia Alimentar para a População Brasileira ressalta que tais produtos são elaborados com o intuito de proporcionar características sensoriais atrativas e costumam substituir alimentos in natura ou minimamente processados (Brasil, 2014).

Os estímulos a esse tipo de alimentação são muitos. A desigualdade social é um fator marcante, pois o preparo de víveres saudáveis, por vezes, requer condições financeiras e tempo hábil, faltosos no cotidiano de muitos pais desprovidos de poder monetário. A praticidade oferecida pelos industrializados é um grande chamariz: é preciso apenas abrir a embalagem para ter a fome saciada. O apelo publicitário, por sua vez, se dá pelo uso de cores vibrantes e de personagens amados pelas crianças. Ademais, há o sabor artificial e a textura extremamente palatável, construídos para gerar alterações cerebrais que causam prazer instantâneo no intuito de gerar no infante um ciclo vicioso de consumo (Costa, *et al*., 2022).

Sob a perspectiva sociológica, o comportamento alimentar infantil não se restringe a uma escolha puramente biológica ou individual, mas reflete o habitus alimentar, conceito estruturado nas dimensões de classe, cultura e meio familiar. Os alimentos que compõem o cotidiano da criança carregam significados simbólicos que moldam suas preferências precocemente. Nesse sentido, a oficina sensorial atua como um espaço de disrupção temporária desse padrão restritivo, permitindo que o escolar experimente novos códigos sensoriais e culturais de forma lúdica, ressignificando sua relação com o alimento fora do ambiente puramente doméstico (Bourdieu, 2007; Poulain, 2004).

A responsabilidade dos tutores frente a esse quadro é inegável, já que são aqueles que possibilitam o acesso aos alimentos, e deveriam agir como um filtro, determinando o que deve, ou não, ser consumido. Essa negligência transparece ao serem analisadas as reações dos infantes participantes do projeto após terem contato com alimentos in natura, pois geralmente são de curiosidade e/ou repulsa, demonstrando a falta de familiaridade com estes (Murillo; Arévalo, 2023).

É preciso reverter o quadro de má alimentação na infância. A atuação do enfermeiro se dá nesse contexto: como agente de educação em saúde na escola, pois nela se encontram os

infantes em período de aprendizado. Essa instituição é ideal para a implementação dessas ações de promoção à saúde , pois tem como papel primordial a formação de valores e hábitos, como o da alimentação, que deve ser abordada valorizando a cultura e a história pregressa dos alunos. O alimento deve ser implementado no processo educativo, a fim de estimular o consumo de produtos in natura e ricos em nutrientes, deixando de lado os excessos de industrializados à luz das diretrizes da Educação Alimentar e Nutricional (EAN) no âmbito do Programa Saúde na Escola (PSE) (Vasconcelos; Freiberg; Mello, 2024)

A efetivação de iniciativas no âmbito do Programa Saúde na Escola (PSE) exige a superação da histórica fragmentação entre as políticas públicas de saúde e de educação. A inserção dos acadêmicos de Enfermagem nesse cenário materializa a intersetorialidade como diretriz operativa do Sistema Único de Saúde (SUS), transformando a instituição escolar em um território vivo de práticas coletivas e promoção da saúde. Essa vivência corrobora que a extensão universitária cumpre um papel formador insubstituível, ao capacitar o futuro enfermeiro para atuar nos determinantes sociais da saúde, extrapolando o espaço clínico tradicional e consolidando a Atenção Primária como eixo articulador do cuidado integral desde a infância (Brasil, 2015; Silva, 2019).

A ludicidade deve ser trazida à tona nesse contexto, por se tratar de crianças. Esse tipo de abordagem é crucial na formação de cidadãos informados e autônomos, uma vez que os insere no conhecimento, não apenas o impõe ao utilizar-se de meras proibições, controle comportamental e expressões imperativas, tais como: “lave as mãos antes das refeições” ou “não consuma alimentos ultraprocessados”.

O conhecimento adequado ao entendimento de quem o recebe desperta interesse e se eterniza na memória, além de formar pessoas que reconhecem seus direitos e deveres, compreendem as informações corretamente, e tem potencial para se tornarem educadoras em saúde futuramente, independentemente de sua situação laboral ou social. Isso se relaciona diretamente à filosofia de “Autonomia do Aprendizado” proposta por Paulo Freire, em que o sujeito não apenas recebe ordens ou conhecimentos, mas participa de sua construção (Frutuoso *et al.*, 2023).

Jogos sensoriais podem ser extremamente eficazes para familiarizar as crianças com alimentos novos, ao envolver seus sentidos e fundamentar teoricamente as práticas pedagógicas de estímulo multissensorial. O jogo sensorial gustativo as instiga a perceber e diferenciar os

sabores e a exposição repetida pode levá-las a aceitar novos alimentos. A brincadeira sensorial de tato permite ao infante manipular e explorar alimentos com diferentes texturas e consistências, estimulando o tato e possibilitando conhecer as características dos alimentos antes mesmo de comê-los, o que o ajuda a se familiarizar com as texturas. Além disso, desperta sua curiosidade para saber qual alimento está tocando. Atividades lúdicas e práticas com alimentos podem favorecer a disposição das crianças para experimentar frutas e vegetais, aumentando o consumo de alimentos desconhecidos, contribuindo para uma maior aceitação (Crawford; Low; Newman, 2023, Dazeley; Houston-Price, 2015).

Durante o jogo sensorial foi observado um interesse significativo das crianças pela romã. Isso transformou o ato de comer em uma brincadeira interativa, visualmente atraente e cheia de novas texturas. Fatores que podem despertar a atração dos infantes são as sementes e a textura delas. As sementes de romã são brilhantes, translúcidas e tem uma cor vermelha intensa, com uma cápsula firme por fora, e cheia de suco por dentro, então quando a criança morde, ocorre uma pequena "explosão" de suco doce. Outro fator importante a ser considerado é a percepção dos sabores doces e ácidos pelas crianças, que pode influenciar na aceitação dos alimentos, sendo observada uma preferência pela intensidade do sabor doce em estudo realizado com o público infantil (Mueller *et al.*, 2024).

Um ponto importante foi constatado durante a dinâmica: quando o papel foi oferecido aos infantes para que expelissem o alimento caso o gosto não os agradasse, a tendência era que fizessem isso. No entanto, quando esta opção não era dada, deglutiam a comida. Esse comportamento pode estar relacionado à autonomia e ao controle sobre a escolha deles. Quando era oferecido o papel se dava a possibilidade de recusar o alimento, o que propiciava sua participação nas decisões, dando à criança uma sensação de controle e segurança para poder experimentar. Estudos sobre as interações entre pais e crianças durante as refeições apontam a importância de estratégias que apoiem a autonomia infantil, promovendo a participação do infante nas decisões relacionadas à alimentação, enquanto práticas coercitivas podem interferir negativamente em seu comportamento alimentar (Grammer *et al.*, 2021).

Durante a execução da "Oficina Sensorial", a estratégia de utilizar o lúdico e a exploração tátil-gustativa mostrou-se um potente catalisador para o engajamento e a participação ativa dos 70 alunos do ensino fundamental. O primeiro contato com a caixa surpresa e as vendas gerou curiosidade imediata e expectativa no grupo. Ao serem convidados a tatear, cheirar e degustar

alimentos variados que alternavam entre itens de consumo habitual e outros menos familiares ao cotidiano infantil, como a romã, o quiabo, o inhame e o brócolis, observou-se uma rica gama de reações sensoriais que ilustram o potencial pedagógico da intervenção, limitando-se, contudo, ao escopo descritivo das observações imediatas da equipe.

O uso de alimentos com diferentes texturas e perfis gustativos (como o azedo da tangerina, a crocância do pepino, a suavidade do purê de batata e a viscosidade característica do quiabo cru ou cozido) permitiu romper com a repulsa inicial frequentemente associada a legumes e verduras pelas crianças. Observou-se que texturas consideradas desafiadoras fora de contextos lúdicos, a exemplo do quiabo, tornaram-se objeto de interesse, investigação e diálogo quando mediadas pelos acadêmicos de Enfermagem, evidenciando a relevância da articulação entre a práxis da Enfermagem e o ambiente escolar. As reações oscilaram entre a surpresa e o estranhamento inicial, rapidamente superados pelo incentivo coletivo e pela curiosidade lúdica. Esse movimento corrobora os achados de autores da área de educação em saúde infantil, que destacam que a aproximação sensorial com o alimento desmistifica preconceitos alimentares e estimula a curiosidade gustativa de forma não punitiva (Costa e Almeida, 2023, Silva, 2019).

Ademais, o uso do "passaporte de atividades" acompanhado de carimbos cumpriu uma função pedagógica essencial de reforço positivo e gamificação leve. Cada estação concluída representava uma conquista no passaporte, validando a participação da criança e transformando a experiência de aprendizagem em um percurso dinâmico e recompensador. Essa metodologia lúdica não apenas facilitou a retenção momentânea do conhecimento sobre hábitos alimentares saudáveis preconizados pelo Programa Saúde na Escola (PSE), mas também fortaleceu o vínculo entre os acadêmicos de enfermagem e os escolares. Para os graduandos, a vivência evidenciou a importância de adaptar a linguagem acadêmica ao universo infantil, consolidando a extensão universitária como espaço privilegiado para a práxis da Enfermagem em Saúde Coletiva e para a promoção da saúde no ambiente escolar.

CONCLUSÃO

As ações foram desenvolvidas objetivando infantes em contexto escolar, exigindo dos acadêmicos de enfermagem diversas competências: a capacidade de transmitir os conhecimentos de forma lúdica, agradável e atrativa; a compreensão dos comportamentos

infantis de forma a lidar com as intercorrências ocasionadas por estes; o resgate dos saberes adquiridos em sala de aula e o trabalho em equipe.

As atividades realizadas despertaram nos alunos do ensino fundamental o interesse pelos alimentos saudáveis, sobretudo os in natura, tais como os experimentados por elas, de modo a motivar seu consumo. Além disso, possibilitaram momentos de descontração e satisfação para ambos os grupos, assim como a aproximação entre a academia e a comunidade, que é um dos objetivos desse tipo de ação. Isso só foi possível através da união entre os âmbitos da saúde e da educação, configurando uma intersetorialidade fundamental para seu avanço, pois leva a população ao conhecimento necessário para a mudança de seus hábitos.

Apreendeu-se dessa experiência a imprescindibilidade do enfermeiro como propagador dos conhecimentos em saúde nas mais diversas ocasiões e ambientes, ele deve ser a ponte que liga a comunidade às ações necessárias para seu maior bem-estar. Para os estudantes da graduação essa experiência foi crucial, por ser uma amostra de seu trabalho vindouro, e por revelar que, de fato, são hábeis a realizar mudanças concretas na sociedade. Se ações como essa forem implementadas em mais larga escala, os frutos serão o desenvolvimento da autonomia popular na procura por um estilo de vida saudável, mediante informações verídicas e com respaldo científico, resultando em melhor qualidade de vida.

REFERÊNCIAS

BOURDIEU, Pierre. *A distinção*: crítica social do julgamento. São Paulo: Edusp; Porto Alegre: Zouk, 2007.

BRASIL. Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. *Documento de referência: 5ª Conferência Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional: comida de verdade no campo e na cidade: por direitos e soberania alimentar*. Brasília, DF: Consea, 2015. Atualizado em 5 jul. 2024. Disponível em: https://www.gov.br/secretariageral/pt-br/consea/noticias/2015/artigos/o-ato-de-comer. Acesso em: 6 out. 2026.

BRASIL. *Decreto nº 6.286, de 5 de dezembro de 2007*. Institui o Programa Saúde na Escola - PSE, e dá outras providências. Brasília, DF: Presidência da República, 2007. Disponível em: Planalto. Acesso em: 6 out. 2026.

BRASIL. Ministério da Saúde. *Estudo Nacional de Alimentação e Nutrição Infantil: Enani-2019*. Rio de Janeiro: Universidade Federal do Rio de Janeiro, 2019. Disponível em: https://enani.nutricao.ufrj.br/enani-2019/. Acesso em: 6 out. 2026.

BRASIL. Ministério da Saúde. *Guia alimentar para a população brasileira*. 2. ed. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2014.

BRASIL. Ministério da Saúde. *Sistema Único de Saúde (SUS)*. Brasília, DF: Ministério da Saúde, [s. d.]. Disponível em: https://www.gov.br/saude/pt-br/sus . Acesso em: 6 out. 2026.

CAFFAGNI, C. W. A. Qual a função social da escola? Reflexões e nuances sociais e políticas a respeito da instituição escolar. *Revista Ensaio Avaliação e Políticas Públicas em Educação*, v. 32, n. 122, 2024. Disponível em: https://doi.org/10.1590/S0104-40362024003204250

COSTA, Bruno Gonçalves Galdino da et al. Desigualdades socioeconômicas no consumo de alimentos minimamente processados e ultraprocessados em adolescentes no Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 27, n. 4, abr. 2022. DOI: 10.1590/1413-81232022274.03372021. Disponível em: Artigo na SciELO. Acesso em: 6 out. 2026.

COSTA, Edith Gonçalves; ALMEIDA, Ana Cristina Pimentel Carneiro de. Ensino de Ciências na Educação Infantil: entrelaces com práticas lúdicas para uma formação cidadã. *Revista de Ensino de Ciências e Matemática*, v. 14, n. 1, 2023. DOI: https://doi.org/10.26843/rencima.v14n1a10. Disponível em: SciELO – artigo completo. Acesso em: 6 out. 2026.

CRAWFORD, Brooke; LOW, Julia Y. Q.; NEWMAN, Lisa. Understanding barriers of eating unfamiliar fruits and vegetables in children using 'Sensory Play': a narrative review. *International Journal of Food Science & Technology*, v. 58, n. 8, p. 4075-4087, 2023. DOI: 10.1111/ijfs.16521.

DAZELEY, Paul; HOUSTON-PRICE, Carmel. Exposure to foods' non-taste sensory properties: a nursery intervention to increase children's willingness to try fruit and vegetables. *Appetite*, v. 84, p. 1–6, 2015. DOI: 10.1016/j.appet.2014.08.040.

FRUTUOSO, Maria Fernanda Petroli et al. Outros modos de ensinar: a experiência de criar comunidade e movimentar o pensamento crítico a partir da curricularização da extensão. *Interface - Comunicação, Saúde, Educação*, Botucatu, v. 27, e230159, 2023. DOI: 10.1590/interface.230159. Disponível em: Artigo na SciELO. Acesso em: 6 out. 2026.

GRAMMER, Anne Claire et al. Parent-child influences on child eating self-regulation and weight in early childhood: a systematic review. *Appetite*, v. 168, 105733, 2022. DOI: 10.1016/j.appet.2021.105733.

HERRÁN MURILLO, Yurdey Fernanda; VARELA ARÉVALO, María Teresa. Child eating habits and its relation to parental practices and nutritional knowledge. *Revista Chilena de Nutrición*, v. 50, n. 6, p. 617-626, 2023. Disponível em: BVS – Biblioteca Virtual em Saúde. Acesso em: 6 out. 2026.

MUELLER, Carina; ZEINSTRA, Gertrude G.; FORDE, Ciarán G.; JAGER, Gerry. Sweet and sour sips: no effect of repeated exposure to sweet or sour-tasting sugary drinks on children's

sweetness preference and liking. *Appetite*, v. 196, 107277, 2024. DOI: https://doi.org/10.1016/j.appet.2024.107277.

MUNIZ, Emanoel Avelar; QUEIROZ, Maria Veraci Oliveira; PINHEIRO, Patrícia Neyva da Costa; SILVA, Maria Rocineide Ferreira da; MOREIRA, Thereza Maria Magalhães; OLIVEIRA, Eliany Nazaré; ALMEIDA, Isabelline Freitas Dantas Paiva de; BARBOSA FILHO, Valter Cordeiro. Guia de Enfermagem Escolar para promoção da saúde de jovens estudantes: construção e validação. *Revista Brasileira de Enfermagem*, Brasília, v. 76, n. 1, e20220260, 2023. DOI: 10.1590/0034-7167-2022-0260pt. Disponível em: SciELO. Acesso em: 6 out. 2026.

MUSSI, R. F. F.; FLORES, F. F.; ALMEIDA, C. B. Pressupostos para a elaboração de relato de experiência como conhecimento científico. *Revista práxis educacional*, v. 48, 2021. Disponível em: https://doi.org/10.22481/praxisedu.v17i48.9010

NASCIMENTO, Maria Angélica Barbosa do. *A influência do consumo de alimentos ultraprocessados no comportamento alimentar de crianças e adolescentes e seus impactos na vida adulta: uma revisão integrativa*. 2026. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Nutrição) — Centro de Ciências da Saúde, Departamento de Nutrição, Universidade Federal de Pernambuco, Recife, 2026. Disponível em: Repositório UFPE. Acesso em: 6 out. 2026.

POULAIN, Jean-Pierre. *Sociologias da alimentação:* os comedores e o espaço social alimentar. Florianópolis: Editora da UFSC, 2004.

SILVA, C. S. *Saúde na Escola:* intersetorialidade e promoção da saúde. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, 2019.

SCHRAMME, Thomas. Health as complete well-being: the WHO definition and beyond. *Public Health Ethics*, v. 16, n. 3, p. 210-218, 2023. DOI: 10.1093/phe/phad017. Disponível em: PubMed Central. Acesso em: 6 out. 2026.

VASCONCELOS, Kedma de; FREIBERG, Clara Korukian; MELLO, Ana Paula Queiroz. Intervenções do enfermeiro escolar no combate da obesidade infantil. *Nursing*, v. 28, n. 316, p. 10181-10189, 2024.