



Estratégias de alimentação saudável para prevenção do câncer através de atividades lúdicas no aproveitamento integral dos alimentos: relato de experiência

Raphael Henrique Gomes Costa¹
Vitória Carla Conceição Almeida²
Andréa Gomes de Souza³
Adriano Bento Santos⁴
Emmanuela Kethully Mota dos Santos⁵
Gabriel Henrique de Lima⁶
Jose Eduardo Garcia⁷
Rayanny Rafaella de Andrade Lima⁸
Taiza Gomes Santos⁹
Valeria Bezerra da Silva¹⁰

Introdução: Por ano cerca de 1,3 bilhões de toneladas de alimentos são desperdiçados no mundo, onde poderiam ser reaproveitados e utilizados em uma alimentação saudável prevenindo diversas doenças como o câncer, onde já se sabe que uma boa alimentação reduz o risco para o seu aparecimento. **Objetivo:** Relatar a experiência da utilização de atividades lúdicas visando á pra educação em saúde como ferramenta na prevenção do câncer com ajuda do aproveitamento integral dos alimentos. **Metodologia:** Estudo descritivo do tipo relato de experiência, realizado durante a operação Tocantins no período de 23 de janeiro a 3 de fevereiro de 2017, implementada nas escolas Duque de Caxias, Nossa Senhora do Carmo, creche CEMEI e nas Unidades Básica de Saúde I e II, no município de Aliança do Tocantins - TO. **Resultados:** Utilizou-se como estratégia lúdica através de vídeos e jogos populares para estimular a prática de alimentação saudável utilizando frutas, verduras e vegetais da região, em um primeiro

¹ Universidade Federal de Pernambuco

² Universidade Federal de Pernambuco

³ Universidade Federal de Pernambuco

⁴ Universidade Federal de Pernambuco

⁵ Universidade Federal de Pernambuco

⁶ Universidade Federal de Pernambuco

⁷ Universidade Federal de Pernambuco

⁸ Universidade Federal de Pernambuco

⁹ Universidade Federal de Pernambuco

¹⁰ Universidade Federal de Pernambuco

momento foi realizada uma roda de conversa sobre a importância de uma alimentação como prevenção no surgimento de diversos tipos de câncer, em um segundo momento foi realizado uma oficina para que todos aprendessem como aproveitar foram utilizadas duas receitas a de farinha da casca de maracujá e alguns tipos de doce de manga, o uso de uma estratégia em dois momentos foi de fundamental importância para que os participantes entendessem a importância de uma alimentação saudável e a construção e reaproveitamento do seu próprio alimento. Conclusão: Em síntese, as utilizações de ações de lúdicas na promoção da saúde apoiam a ampliação do universo dos participantes, o uso de cunho lúdico em saúde proporciona a mudança do comportamento dos participantes favorecendo uma mudança no estilo de vida, promovendo promoção de saúde para os participantes e a comunidade onde estão inseridos multiplicando os conhecimentos visando à utilização de uma linguagem adequada.