

BRINCANDO E APRENDENDO: PROMOÇÃO DA HIGIENE E ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NA PRIMEIRA INFÂNCIA

 <https://doi.org/10.56238/arev7n3-263>

Data de submissão: 25/02/2025

Data de publicação: 25/03/2025

Pedro Ryan Gomes da Silva Galvão

Graduando em Enfermagem
Universidade Estadual do Maranhão (UEMA)
E-mail: enferpedro2001@gmail.com

Eyshila Marilia Almeida Rocha

Bacharel em Enfermagem
Universidade Estadual do Maranhão (UEMA)
E-mail: eyshilamarilia@hotmail.com

Joseneide Teixeira Câmara

Doutora em Medicina Tropical
Universidade Estadual do Maranhão (UEMA)
E-mail: josaeneide.tc@gmail.com

Fabiana Michelly Ferreira da Silva

Graduanda em Enfermagem
Universidade Estadual do Maranhão (UEMA)
E-mail: fabianamichelly14@gmail.com

Letícia Vitória Sousa Lima

Graduanda em Enfermagem
Universidade Estadual do Maranhão (UEMA)
E-mail: 9810050411@gmail.com

Marlyson Santos de Sousa

Graduando em Enfermagem
Universidade Estadual do Maranhão (UEMA)
E-mail: sousamarlyson1@gmail.com

Vanessa da Silva Guimarães

Graduanda em Enfermagem
Universidade Estadual do Maranhão (UEMA)
E-mail: guimaraesvanessa65@gmail.com

Amilton Diniz dos Santos

Mestrando em Biodiversidade, Ambiente e Saúde
Universidade Estadual do Maranhão (UEMA)
E-mail: dinizamilton02@gmail.com

Marília Câmara Moura

Graduanda em Medicina Veterinária

Universidade Estadual do Maranhão (UEMA)

E-mail: camaramouramarilia@gmail.com

Catharina Câmara Moura

Graduanda em Psicologia

Centro Universitário Maurício de Nassau (UNINASSAU)

E-mail: catharinacm9091@gmail.com

Jonas Almeida Medeiros

Bacharel em Enfermagem

Universidade Estadual do Maranhão (UEMA)

E-mail: medeirosjonas050@gmail.com

Francilene Rodrigues de Pinho

Bacharel em Enfermagem

Centro Universitário de Ciências e Tecnologia do Maranhão (UniFacema)

E-mail: francilenepinhobarbosa@gmail.com

Leônidas Reis Pinheiro Moura

Mestre em Saúde da Família

Universidade Estadual do Maranhão (UEMA)

E-mail: leoreimo@hotmail.com

RESUMO

A infância é marcada pela fase do aprendizado sobre a vida. Assim, os primeiros seis anos de vida são cruciais para o desenvolvimento integral das crianças, abrangendo aspectos emocionais, físicos e, sobretudo, cognitivos. Nesse contexto, creches e pré-escolas desempenham um papel essencial em colaboração com os pais e a comunidade, ao proporcionar educação e contribuir para o desenvolvimento global desse público. O artigo objetivou relatar a experiência de acadêmicos de enfermagem quanto ao desenvolvimento e aplicação de práticas de higiene pessoal e incentivo à alimentação saudável entre crianças da primeira infância. Trata-se de um trabalho descritivo, de natureza qualitativa, do tipo relato de experiência, decorrente de um projeto de extensão desenvolvido em cinco Centros de Educação Infantil localizados no município de Caxias-MA, onde foram realizadas atividades de higiene pessoal e alimentação saudável. Assim, atingiu-se um público direto de 789 crianças e um público indireto de 968 pessoas, envolvendo pais e professores, totalizando 1.757 pessoas. O desenvolvimento das atividades permitiu maior compreensão das crianças acerca da importância das práticas de higiene e alimentação saudável para uma infância com mais saúde. Durante as dinâmicas, foi notória a participatividade dos pequenos na construção de novos aprendizados.

Palavras-chave: Alimentação Saudável. Educação Infantil. Higiene pessoal. Pré-escola.

1 INTRODUÇÃO

A infância é marcada pela fase do aprendizado sobre a vida: como comer, se vestir, brincar, estudar, imaginar, é nessa fase que a criança toma gosto por coisas que vão perdurar a vida adulta. Assim, os primeiros seis anos de vida são cruciais para o desenvolvimento integral das crianças, abrangendo aspectos emocionais, físicos e, sobretudo, cognitivos. É durante essa fase que ocorre a formação de neurônios e o estabelecimento de novas conexões sinápticas, o que exerce uma influência direta no crescimento e no desenvolvimento na infância inicial (Vinancio, 2020).

Nesse contexto, creches e pré-escolas desempenham um papel essencial em colaboração com os pais e a comunidade, ao proporcionar educação e contribuir para o desenvolvimento global das crianças. Além disso, os Centros de Educação Infantil (CEI) atuam como uma rede de apoio, complementando a ação da família, auxiliando na formação de cidadãos e hábitos saudáveis, incluindo os de higiene e alimentação saudável. Esses espaços são privilegiados para disseminar conhecimento, por possibilitarem um trabalho coletivo, transdisciplinar e intersetorial, com foco também na promoção da saúde (Vinancio, 2020; Brasil, 2018).

Em primeira análise, as crianças são influenciadas pelo ambiente escolar e pela educação familiar e social, fundamentais para sua formação. Diversos fatores, incluindo aspectos socioeconômicos, moldam sua saúde, destacando-se a importância da higiene pessoal, como banho, escovação dos dentes e limpeza da pele. Assim, para promover a aprendizagem de cuidados integrais à saúde, é essencial empregar métodos de ensino ativos, que tornem o conhecimento mais atrativo e proporcionem bases sólidas para a compreensão dos conceitos fundamentais, contribuindo assim para sua formação (Ramos *et al.*, 2020; Queiroz *et al.*, 2020).

Outrossim, as creches são espaços fundamentais para a promoção da saúde infantil, visto que, nesses locais diversos fatores contribuem para uma maior facilidade de transmissão de doenças, como a aglomeração de pessoas suscetíveis a infecções comuns, a falta de adultos suficientes para fornecer cuidados individuais básicos e até mesmo ambientes insalubres. Além disso, a imaturidade do sistema imunológico nessa faixa etária dificulta a defesa do organismo contra agentes patogênicos, aumentando a vulnerabilidade das crianças ao adoecimento (Galvão, 2018; Mouta *et al.*, 2020).

Em segunda análise, o consumo de alimentos *in natura* é essencial em todas as fases da vida. Contudo, é incontestável que uma dieta inadequada nos primeiros anos pode resultar em consequências negativas, persistentes e irremediáveis. Não obstante, as práticas de alimentação complementar no Brasil são muitas vezes marcadas pela introdução precoce e pela elevada ingestão de alimentos inadequados, especialmente itens nutricionalmente deficientes, com alto teor de açúcar

adicionado deixando as crianças suscetíveis a desenvolverem doenças cardiovasculares, diabetes e obesidade (UNICEF, 2021; Fisberg *et al.*, 2021; Baldaso *et al.*, 2020).

Assim, o Direito Humano à Alimentação Adequada é reconhecido internacionalmente na Declaração Universal dos Direitos Humanos e no Pacto Internacional sobre Direitos Econômicos, Sociais e Culturais. No Brasil, é assegurado pela Constituição Federal após a Emenda Constitucional nº 64 de 2010, alinhando-se com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) da ONU para promover saúde e acesso a uma alimentação de qualidade. No entanto, para garantir uma alimentação saudável, é crucial estar bem informado e fazer escolhas conscientes, evitando bebidas açucaradas e alimentos ultraprocessados, que frequentemente carecem de nutrientes essenciais, especialmente durante os primeiros anos de vida (UNICEF, 2021).

Por tudo isso, observa-se que realizar atividades educativas sobre higiene pessoal e alimentação saudável desde cedo é fundamental, pois isso ajuda a prevenir doenças que surgem devido à falta de hábitos higiênicos básicos. Dessa forma, abordar essa temática permite a criação de um trabalho integrado e contextualizado, possibilitando às crianças estabelecerem conexões com outras disciplinas e com suas próprias vivências. Portanto, este trabalho busca relatar a experiência de acadêmicos de enfermagem quanto ao desenvolvimento e aplicação de práticas de higiene pessoal e incentivo a alimentação saudável entre crianças da primeira infância.

2 METODOLOGIA

Trata-se de um trabalho descritivo, de natureza qualitativa, do tipo relato de experiência, decorrente do projeto de extensão “É brincando que se aprende: promoção da higiene e alimentação saudável desde a infância”, executado por acadêmicos de enfermagem da Universidade Estadual do Maranhão (UEMA), no período de novembro de 2023 a julho de 2024.

2.1 CARACTERIZAÇÃO DA ÁREA DE ATUAÇÃO

O projeto de extensão foi desenvolvido em cinco Centros de Educação Infantil (CEI) localizados no município de Caxias, Maranhão. Caxias é a quinta cidade mais populosa do estado, com uma população de 164.880 habitantes e uma área de 5.150, 667 quilômetros quadrados, o que a torna a terceira maior cidade do estado do Maranhão em extensão territorial (IBGE, 2019).

A escolha dos CEI se deu pelas unidades com maior número de crianças matriculadas em idade pré-escolares, sendo eles: CEI Maria das Neves Coutinho; CEI Marcelo Dino; CEI Prof.^a Francileide Leal Moreira; CEI Isabel Dolores Leão Brito e CEI Prof.^a Maria Benedita Pereira da Silva. O público-alvo foram crianças de 2 a 6 anos.

2.2 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

As ações realizadas abordaram a higiene corporal e bucal, bem como as medidas de biossegurança e alimentação saudável, sendo que, ao final de cada atividade, verificou-se através de questionamentos às crianças se elas entenderam o que viram ou ouviram sobre higiene e alimentação saudável e como deveriam realizá-las.

Cada CEI recebeu quatro visitas nos turnos matutino e vespertino, totalizando 8 visitas por centro, e 40 no total. Foram realizadas reuniões com os pais ou responsáveis; atividades de higiene pessoal; atividades de alimentação saudável e gincana educativa para verificação dos conhecimentos adquiridos durante o projeto, respectivamente.

2.2.1 Higiene pessoal

A primeira etapa da atividade consistiu em um teatro lúdico intitulado “O Reino das Sujeiras”, que serviu como uma introdução ao tema de forma criativa, com o objetivo de capturar a atenção das crianças e destacar a importância das práticas de higiene de forma abrangente. Nessa peça teatral, haviam duas personagens principais: a “fada da sujeira” e a “fada da higiene”, acompanhadas pelo “príncipe do dente”, que coordenou toda a encenação envolvendo as crianças e as personagens.

Ainda nessa etapa, foi abordada a escovação dentária, onde o “príncipe do dente”, utilizando um kit didático, explicou de maneira dinâmica todas as etapas da higiene bucal. Durante essa demonstração, fez-se um comparativo entre a limpeza dos dentes realizada pela “fada da sujeira” e pela “fada da higiene”, proporcionando oportunidades para que as crianças expressassem suas opiniões sobre higiene oral e destacassem as práticas que contribuem para uma saúde bucal satisfatória.

Além disso, a importância do banho foi destacada por meio da “fada da sujeira”, que tinha figuras de microrganismos representando os seus impactos na saúde, como dermatites, diarreias e doenças respiratórias. Após a explicação, fez-se uma simulação com a “Cabine da limpeza”, um acessório didático feito de bambolê e tecido azul, que representava o banho que removia os microrganismos. Durante o ato, as crianças foram incentivadas a participar, compartilhando opiniões e reafirmando as etapas do banho.

Por conseguinte, a segunda etapa da atividade consistiu na realização prática da higiene das mãos com água e sabão líquido. Nesse momento, cada turma se deslocou até às pias presentes no pátio da creche. A “fada da higiene” aplicava o sabão líquido nas mãos das crianças, enquanto o “príncipe do dente” explicava didaticamente a importância da higiene das mãos e o passo a passo do

procedimento asséptico. Além disso, foram utilizadas figuras de mãos limpas e sujas para demonstrar às crianças como suas mãos ficavam antes e após a limpeza.

2.2.2 Alimentação saudável

Para abordar o tema da alimentação saudável, utilizou-se o “Avental dos Alimentos”, que continha duas partes: de um lado, alimentos saudáveis e, do outro, alimentos não saudáveis. Em complemento, realizou-se atividade de pintura com o comando: “Pinte os alimentos que você considera saudáveis”, incluindo opções como maçã, banana, peixe, refrigerante e picolé. O objetivo era avaliar a compreensão das crianças sobre os conceitos apresentados. Iniciou-se a ação com rodas de conversa em salas de aula, criando um vínculo maior com os pequenos e possibilitando uma abordagem mais aprofundada antes da atividade prática de pintura.

2.2.3 Gincana educativa

Para o encerramento das atividades em cada Centro de Educação Infantil, foi proposto aos professores, que elaborassem uma apresentação referente às temáticas trabalhadas durante o projeto. Assim, as crianças puderam participar ativamente da elaboração das apresentações, colecionando conhecimentos em suas bagagens intelectuais.

3 RESULTADOS

Foram realizados oito encontros nos cinco Centros de Educação Infantil selecionados para este projeto, nos turnos matutino e vespertino, totalizando 40 visitas. Com essas ações, alcançou-se um público direto de 789 crianças, distribuídas conforme mostra a Tabela 1. No CEI Prof.^a Francileide Leal Moreira, o público-alvo foi muito inferior em relação aos demais centros devido a uma reforma na unidade logo após o início das atividades. Além disso, foi atingido um público indireto de 968 pessoas, incluindo professores, pais e responsáveis dos cinco centros de ensino mencionados. Assim, o público total alcançado por este projeto foi de 1.757 pessoas, conforme ilustrado na Tabela 1.

Tabela 1: Distribuição quantitativa do público alcançado em cada Centro de Educação Infantil.

CEI	CRIANÇAS	PROFESSORES	RESPONSÁVEIS	TOTAL
Marcelo Dino	165	15	210	390
Isabel Dolores	193	15	197	405
Maria Benedita	172	16	182	370
M ^a . das Neves	222	20	205	447
Francileide M.	37	05	103	145
Público Total >	789	71	897	1.757

Fonte: Elaborada pelos autores.

A dinâmica das visitas aos CEI se deu da seguinte forma: primeiramente, realizou-se uma reunião com os responsáveis pelas crianças para apresentação do projeto e introdução da temática a esse público, afinal, orientar somente as crianças não seria eficaz para o alcance dos hábitos saudáveis no dia a dia. Assim, abordou-se nesses encontros a importância da higiene pessoal, estratégias de combate à propagação do *Pediculus humanus*, popularmente conhecido como piolho, além do vírus Influenza. Ademais, os pais também receberam folders contendo informações sobre as temáticas abordadas.

Por conseguinte, deu-se início às atividades lúdicas com as crianças nos centros de ensino. Dessa forma, ao chegar nas unidades, a equipe executora introduziu o tema de forma criativa com uma paródia da música “Meu pintinho amarelinho”, e com uma peça teatral intitulada “O Reino das Sujeiras” objetivando capturar a atenção das crianças e destacar a importância das práticas de higiene de forma abrangente. Na peça teatral haviam duas personagens principais: a “fada da sujeira” e a “fada da higiene”, acompanhadas pelo “príncipe do dente” (Imagem 1.A), que coordenou toda a encenação envolvendo as crianças e as personagens. Assim, durante o teatro foi abordada a importância do banho e da higiene bucal (Imagem 1.B e 1.C).

Imagem 1: Realização das atividades lúdicas referentes à higiene pessoal para as crianças dos Centros de Educação Infantil de Caxias-MA.



Fonte: Elaborada pelos autores.

Após a realização das atividades lúdicas no pátio dos CEI, as crianças foram direcionadas às salas de aula para uma melhor coordenação da atividade seguinte: a realização da higiene das mãos na prática. Dessa forma, a equipe executora do projeto convidou uma turma por vez às pias das unidades de ensino e reforçou a importância da limpeza das mãos ao público presente. Nessa perspectiva, foram ensinado o passo a passo para a higiene das mãos à medida que se aplicava sabão líquido nas mãos das crianças (Imagem 2.A e 2.B). Ao término do processo, os infantes recebiam papel toalha para secagem, enquanto observavam, por meio de ilustrações, a remoção dos

microrganismos da superfície de suas mãos (Imagen 2.C). Essa dinâmica se repetiu com todas as turmas dos centros de ensino, e estas puderam vivenciar momentos divertidos acompanhados de muito aprendizado.

Imagen 2: Realização das atividades práticas de higienização das mãos com as crianças dos Centros de Educação Infantil de Caxias-MA.



Fonte: Elaborada pelos autores.

Quanto às atividades referentes à alimentação saudável, estas aconteceram da seguinte forma: realizou-se rodas de conversa com as crianças com o auxílio do “avental dos alimentos” abordando a importância dos macros e micronutrientes e o incentivo ao consumo dos alimentos *in-natura* (Imagen 3.A). Na oportunidade, alertou-se o público para os impactos negativos dos alimentos ricos em sal e açúcar na saúde.

Imagen 3: Realização das atividades lúdicas referentes à alimentação saudável para as crianças dos Centros de Educação Infantil de Caxias-MA.



Fonte: Elaborada pelos autores.

Em seguida, os pré-escolares receberam uma atividade solicitando que pintassem os alimentos que consideravam saudáveis, sendo as opções disponíveis: peixe, banana, refrigerante, maçã e picolé

(Imagen 3.B e 3.C). Contudo, nem todas as crianças seguiam corretamente ao comando da atividade, sendo que, a ocorrência de erros tornou-se inversamente proporcional à idade das crianças, ou seja, quanto menor a idade, mais erros eram cometidos.

Observou-se que as crianças de 5 e 6 anos tiveram uma tendência de 100% dos acertos, dominando completamente a atividade, salvo em casos de crianças portadoras de algum transtorno, como o do Espectro do Autismo, por apresentarem dificuldades em identificar alguns alimentos, ou se recusarem a responder a tarefa. Além disso, observou-se uma tendência maior a erros entre crianças de 3 e 4 anos, sugerindo melhorias no aprendizado.

Ao final de cada atividade, foram feitas perguntas ao pré-escolares para verificação dos conteúdos aplicados (Imagen 4.A), e foi possível observar que eles absorveram grande parte dos ensinamentos, bem como a influência dos alimentos ricos em açúcar no aparecimento de cáries, os riscos de consumir alimentos não lavados, a importância do banho, da lavagem das mãos, e da ingestão de alimentos naturais.

Imagen 4: Registros do encerramento das atividades extensionistas nos Centros de Educação Infantil de Caxias-MA.



Fonte: Elaborada pelos autores.

Para o encerramento do projeto, foi realizada uma gincana educativa onde cada turma pôde elaborar, mediante a ajuda de seus professores, uma apresentação referente aos assuntos abordados ao longo dessa trajetória. Crianças do Infantil IV, por exemplo, apresentaram o “semáforo dos alimentos”, e alunos do Infantil V, apresentaram uma música abordando a importância da higiene bucal (Imagen 4.B). Além das apresentações, houve um momento de degustação de frutas (Imagen 4.C). Por fim, cada creche recebeu um certificado com recortes dos melhores momentos dessa trajetória.

4 DISCUSSÃO

As atividades lúdicas promovem uma significativa melhoria no processo de ensino-aprendizagem, criando momentos interativos que estimulam o desenvolvimento de hábitos e habilidades de autocuidado. Essas práticas têm como objetivo central contribuir para a melhoria da qualidade de vida e da saúde das crianças. Ao serem incorporadas ao ensino, tornam o processo mais dinâmico, envolvente e acessível, facilitando a compreensão dos conteúdos pelo público-alvo.

Durante a realização dessas atividades, percebeu-se um grande interesse das crianças pelos recursos didáticos empregados nos encontros. Esse envolvimento foi evidenciado pela receptividade em ouvir as informações compartilhadas durante as palestras, bem como pela disposição em participar ativamente, oferecendo opiniões e respondendo às perguntas propostas (Silva, 2023).

Além disso, a abordagem da higiene corporal utilizando o teatro “O reino das Sujeiras” permitiu uma maior afinidade entre os acadêmicos de enfermagem e os pré-escolares, uma vez que, essa ferramenta valiosa se destaca no contexto da ludicidade por oferecer diversos benefícios que contribuem para o desenvolvimento de habilidades. Ainda, a dramatização estimula a espontaneidade e capacita os estudantes a conectar os conteúdos teóricos de maneira mais prática e significativa (Leal *et al.*, 2019).

Somado a isso, a realização da higienização das mãos na prática, permitiu uma maior compreensão da importância desse hábito essencial para uma vida mais saudável. Durante a dinâmica foi perguntado aos pré-escolares sobre a importância da lavagem das mãos e, em seguida, foi realizada a explicação de como higieniza-las corretamente (Herculano, 2024). Nos encontros seguintes, observou-se que grande parte das crianças passaram primeiro nas pias do pátio das creches para lavarem as mãos, antes de se direcionarem à fila do lanche, atestando a eficácia do emprego do lúdico no compartilhamento de conhecimento.

Não obstante, o uso das atividades lúdicas também tem gerado resultados expressivos na promoção da alimentação saudável no ambiente escolar, fortalecendo de maneira positiva a relação das crianças com os alimentos nutricionalmente benéficos (Almeida, 2024). Desse modo, nas rodas de conversa sobre alimentação saudável, os acadêmicos de Enfermagem, trajados de cozinheiros e utilizando o “avental dos alimentos”, explanaram de forma interativa a importância dos alimentos nutricionalmente eficientes. O objetivo dessa dinâmica foi proporcionar aos infantes uma reflexão sobre os seus comportamentos relativos aos hábitos alimentares, além de uma revisão sobre o conceito de saudável e não-saudável (Gaspar, 2023).

No que se refere a atividade de pintura, que tinha o comando “pinte os alimentos que você considera saudável”, pôde-se observar que, quanto menos idade tinha a criança, maiores eram os erros

cometidos na hora de pintar os alimentos corretos. Entretanto, grande parte dos infantes de 5 e 6 anos de idade obtiveram quase 100% dos acertos, indo ao encontro do resultado esperado para essas idades.

Por fim, encerrar todo esse projeto colocando as crianças como protagonistas na construção do aprendizado, ao possibilitar que elas, acompanhadas pelos professores, pudessem apresentar uma música, uma poesia ou uma peça teatral, potencializou a absorção dos conhecimentos com o uso das ferramentas lúdicas. Ademais, ofertar frutas para degustação nesse mesmo dia, permitiu que os pequenos desfrutassem desses momentos divertidos, munidos de muito conhecimento e descontração.

5 CONCLUSÃO

O desenvolvimento das atividades lúdicas permitiu maior compreensão das crianças acerca da importância das práticas de higiene e alimentação saudável para uma infância com mais saúde. Durante as dinâmicas, foi notória a participatividade dos pequenos na construção de novos aprendizados. Além disso, durante a atividade prática de higiene das mãos, a maioria das crianças demonstraram saber realizar os movimentos de fricção tanto das palmas das mãos, quanto do dorso, dos espaços interdigitais, dos polegares, do dorso e pontas dos dedos, e do punho.

Além disso, as dinâmicas sobre alimentação saudável revelaram que as crianças possuem um conhecimento significativo sobre os alimentos que são benéficos ou prejudiciais à saúde. No entanto, as crianças mais novas demonstraram dificuldades em reconhecer todos esses alimentos. O encerramento do projeto, marcado pelas apresentações realizadas pelas próprias crianças, reforçou suas experiências com as temáticas abordadas, posicionando-as como protagonistas na construção de novos aprendizados. Desse modo, tanto o corpo docente dos Centros de Educação Infantil quanto os pais expressaram satisfação com a implementação do projeto nas creches, destacando os benefícios que ele pode trazer para a vida das crianças a curto, médio e longo prazo.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Danielle Portela de; REIS, Douglas do Nascimento; ARAÚJO, Diogenes Alves de; SANTOS, Carla Daiane; OLIVEIRA, Geverson Oliver de Assis; NASCIMENTO, Lucas Victalino. O lúdico como ferramenta para alimentação saudável no ambiente escolar. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, [S.l.], v. 10, n. 4, p. 997-1007, 2024. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/13413>. Acesso em: 25 jan. 2025. DOI: 10.51891/rease.v10i4.13413.

FISBERG, M.; DUARTE BATISTA, L.; NOGUEIRA-DE-ALMEIDA, C. A.; SARTI, F. M.; DE ALBUQUERQUE, M. P.; FISBERG, R. M. Integrative strategies for preventing nutritional problems in the development of children in Brazil. *Frontiers in Nutrition*, v. 8, 662817, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.3389/fnut.2021.662817>. Acesso em: 25 jan. 2025.

FONSECA, J. J. S. *Metodologia da pesquisa científica*. Fortaleza: UEC, 2002.

GALVÃO, D. M. P. G. O enfermeiro na creche/jardim-de-infância: perspectiva dos professores de uma Escola Superior de Enfermagem. *Revista Enfermería Global*, v. 51, p. 381-393, 2018. Acesso em: 20 jan. 2025.

GASPAR, Débora Couyumjian; SICA, Maria Beatriz Carvalho; DIAS, Luiza Cristina Godim Domingues. Oficinas pedagógicas com pré-escolares da rede pública de Botucatu para a promoção da alimentação saudável. *Revista Campo da História*, v. 8, n. 2, p. 749-758, 2023. Acesso em: 19 jan. 2025.

HERCULANO, Marília Silva et al. Atividade de promoção da alimentação saudável: relato de experiência. *Cadernos ESP*, v. 18, n. 1, p. e1920, 2024. Acesso em: 28 jan. 2025.

IBGE - INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. Estimativa populacional – Caxias, Maranhão, 2019. [S.l.], 2019. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/cidades-e-estados/ma/caxias.html>. Acesso em: 12 jan. 2025.

LEAL, E. A. *Revolucionando a sala de aula: como envolver o estudante aplicando as técnicas de metodologias ativas de aprendizagem*. São Paulo: Atlas, 2019.

MOUTA, A. A. N. et al. Saúde na escola: utilização do lúdico na educação básica para conscientização sobre a higienização pessoal e a prática da lavagem das mãos. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, v. 50, p. 1-8, 2020. Acesso em: 20 jan. 2025.

QUEIROZ, T. D. R. et al. Impressões de estudantes do ensino médio acerca da reverberação do ensino anatômico e fisiopatológico de agravos à saúde transposto à zona rural de Mossoró/RN: um relato de experiência. *Extendere*, v. 7, n. 1, p. 35-46, 2020. Disponível em: <http://periodicos.apps.uern.br/index.php/EXT/article/view/4187>. Acesso em: 10 jan. 2025.

RAMOS, L. S. et al. Instruções de higiene na escola e na sociedade como ação de saúde e prevenção de doenças: uma revisão bibliográfica. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, v. 12, n. 10, e4558, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.25248/reas.e4558.2020>. Acesso em: 12 jan. 2025.

SILVA, Tatiana Santos da; SILVA, Daniele Maria da; OLIVEIRA, Israel de Medeiros; COSTA, Erika Vanessa Serejo; SOUSA, Luana Silva; MARTINS, Ana Cristina Rodrigues; BARBOSA FILHO, José Soares. A utilização de estratégias lúdicas para promoção de saúde à escolares no interior do Ceará. Revista Ciências da Saúde, v. 27, n. 126, set. 2023. DOI: 10.5281/zenodo.8428469. Acesso em: 25 jan. 2025.

UNICEF et al. Alimentação na primeira infância: conhecimentos, atitudes e práticas. [S.l.: s.n.], 2021. Acesso em: 22 jan. 2025.

VENANCIO, S. I. Por que investir na primeira infância? Revista Latino-Americana de Enfermagem, v. 28, p. 1-2, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rlae/a/bv5zZdjNh79spvnL9H7jkLm/?lang=en>. Acesso em: 10 jan. 2025.