

FOLDER COMO INSTRUMENTO DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE SOBRE HÁBITOS ALIMENTARES SAUDÁVEIS

Ágatha Bernardes Costa¹; Brenda Lorrane Alves¹; Brunna Martins Silva¹; Felipe Rodrigues Cardoso¹; Luara de Melo Reis¹; Maria Tereza Pereira Rodrigues¹; Ana Monique Gomes Brito².

1-Estudantes do curso de Enfermagem das Faculdades Unidas do Norte de Minas – FUNORTE.

2-Professora do curso de Enfermagem das Faculdades Unidas do Norte de Minas – FUNORTE.

Objetivo: Relatar a experiência de estudantes de Enfermagem com a utilização do folder como instrumento para a execução e desenvolvimento da Educação em Saúde. **Materiais e Métodos:** Trata-se de um relato de experiência sobre uma Educação em Saúde realizada na cidade de Montes Claros – MG. Desenvolveu-se um Folder contendo informações sobre a adequação da alimentação saudável de acordo com diferentes realidades e hábitos alimentares saudáveis. Logo após, foi realizado um momento de reflexão para o desenvolvimento de novos hábitos alimentares. **Resultados:** Os resultados obtidos com a utilização do folder como estratégia educativa mostrou-se eficiente para a melhor compreensão do tema abordado, somando-se à percepção de que informações e abordagens de temas desta natureza são necessárias e contribuem para a escolha adequada dos alimentos. **Conclusão:** A utilização do Folder para o desenvolvimento da Educação em Saúde apresentou-se como a principal estratégia de orientação e ensino adotada para a abordagem do tema: Hábitos Alimentares Saudáveis. A ação contribuiu para o entendimento de que a alimentação adequada influencia na qualidade de vida e na promoção da saúde.

Palavras-chave: Alfabetização alimentar. Educação em saúde. Hábitos alimentares.