

RELATÓRIO TC 195/2022

PROJETO “A IMPORTÂNCIA DA PROTEÍNA NA ALIMENTAÇÃO”

RESULTADOS OBSERVADO NO CONSUMO DE PROTEÍNA NA REFEIÇÃO DÁRIA DAS CRIANÇAS

A proteína é considerada um nutriente nobre. Ela compõe todas as células do corpo, assim como ossos, músculos, cartilagens, pele e sangue.

A proteína ainda é utilizada para construir e reparar tecidos, produzir enzimas, hormônios e outras substâncias.

Os músculos são responsáveis pelos movimentos e também pela força. Quanto melhor a nossa massa muscular, mais resistentes estaremos para realizar as tarefas do dia a dia e também para praticar esportes, com menos risco de sofrer quedas ou lesões, por exemplo.

O corpo não armazena proteínas. Por isso, o organismo não tem um reservatório para recorrer quando precisa de um novo suprimento. Isso significa que precisamos suprir a necessidade de proteína por meio da alimentação diária.

As nossas crianças estão sendo bem nutridas e assim observamos que o desenvolvimento da sua capacidade intelectual e física, bem como a interação social, melhorou muito.

A equipe pedagógica e de nutrição destaca que o desenvolvimento de projetos e atividades ficou superior nas crianças, por receberem a quantidade suficiente de proteína na refeição.

Outro aspecto notado é a condição de saúde onde a criança desenvolve o crescimento esperado, apresenta mais massa muscular, os dentes/unhas/ossos ficaram mais fortes bem como ocorreu melhora da imunidade com menor incidência de gripes e infecções.