



VAMOS JOGAR



A CAÇADA DOURADA

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) torna desafiador elaborar um cardápio saudável, pois as pessoas no espectro autista podem ter pouco apetite, desinteresse pelo alimento, disfunção sensorial em níveis diferentes, inaptidões motoras orais (mastigação e deglutição) devido a limitações no olfato, paladar, visão, audição, de absorção de nutrientes, o que pode afetar a qualidade de vida dessas pessoas (Pereira et al., 2021). Isso acaba levando-as a preferir alimentos com alto teor de amido, processados, mais calóricos, ricos em gordura e, conseqüentemente, à baixa ingestão de frutas e vegetais, baixa quantidade de vitaminas e minerais, ou seja, uma pequena variedade alimentar, favorecendo o ganho de peso (Marques, 2021; Moraes et al., 2021; Schmitt et al., 2008).

Assim, propomos o jogo **A Caçada Dourada**, com o intuito de colaborar para que as pessoas que estão no espectro autista possam conhecer uma alimentação saudável e se interessar por ela através de uma atividade lúdica.



OBJETIVO

- Dar a conhecer os alimentos saudáveis;
- Colaborar para a melhora nos hábitos alimentares.

COMPONENTES

- 1 tabuleiro;
- 1 dado;
- regras do jogo;
- Cards;
- 4 pinos (peões).

REGRAS DO JOGO

Jogam de dois a quatro jogadores, a partir de 4 anos de idade. Colocar o peão na casa do início para dar a partida, ele será usado por todos os jogadores. Os cards são as cartas que irão formar a estrutura na montagem dos pratos conforme a casa pedir. Cada jogador joga o dado uma vez. Quem tirar a maior pontuação inicia o jogo. Os demais seguem a ordem decrescente, do maior para o menor, no sentido horário.

COMO JOGAR

Jogue o dado, o número apresentado será a quantidade de casas que você irá avançar no tabuleiro. Se o peão cair na casa:

>>> "Que fruta é essa?" <<<

Nessa casa, o peão terá que dizer qual é o nome da fruta. Se acertar, avance uma casa. Se errar, volte uma casa.

>>> "Monte seu Prato" <<<

Nessa casa, o peão terá que montar uma refeição saudável utilizando os cards. A escolha deve ser entre alimentos com proteínas, carboidratos, legumes e verduras. Além dos cards, é livre desenhar outros alimentos também.

>>> "Desenhe alimentos" <<<

Nessa casa, o peão terá que desenhar em uma folha e colorir, no mínimo, três alimentos de origem animal ou vegetal, dependendo da casa em que cair.

Vence o jogo o primeiro jogador que chegar à última casa do tabuleiro. Se houver mais de dois jogadores, o restante poderá continuar a jogada para disputar o segundo lugar.

VAMOS JOGAR

Miguel está a caminho da escola quando, de repente, viu uma árvore diferente que chamou sua atenção. Seus frutos eram dourados; quando se aproximou, um fruto caiu no chão.

Curioso, Miguel chegou mais perto para pegar, mas quando tocou na fruta, uma cesta grande de alimentos dourados apareceu. Ela continha todos os tipos de alimentos, como frutas, vegetais, legumes, entre outros. Ele se encantou!

– UAU!! Que coisa brilhante e linda! Nunca vi uma cesta que brilha e nem todos esses alimentos!! – Exclamou Miguel.

Ao tocar em um desses alimentos, vários feixes de luz saíram dela, e apareceu o *Mister*, dando a seguinte tarefa:

– Olá, Miguel! Sou o *Mister*. Soube que você não gosta muito de alimentos saudáveis. Então, te trouxe até aqui para jogar. Você só sairá daqui quando um dos seus amigos vencer esse jogo. É o jogo do tabuleiro, ganha quem chegar primeiro e, para isso, terá que pedir ajuda para te tirarem daqui.

– Preparado? – Perguntou o MISTER.

– Sim, Senhor!! – Respondeu Miguel.



ORIENTAÇÕES

Este folheto, essencial e valioso, é um espaço dedicado aos professores, mediadores e pais, sobre o jogo do tabuleiro, com algumas orientações a serem trabalhadas durante a atividade.



Este **jogo educativo** deve estar disponível para **todas as crianças**, para ensiná-las sobre **alimentação saudável** através da criatividade e do lúdico. Ele foi produzido para trabalhar com as crianças com **TEA**, em razão de sua dificuldade em desenvolver hábitos saudáveis, considerando a preferência por **alimentos multiprocessados**, o que as leva à seletividade alimentar. É importante salientar que a seletividade alimentar **não é exclusiva** em crianças com TEA, atinge a maioria das crianças, tanto neurotípicas quanto neuroatípicas.

Com isso, almejamos que a temática seja tratada quando se pensa o mundo infantil, a partir de situações reais que podem acontecer com as crianças. Por isso, propomos trabalhar de forma lúdica a seletividade alimentar para crianças com TEA, como também mostrando a importância de uma alimentação saudável.

MAS ANTES DE INICIAR O JOGO...

1. Prepare o ambiente

oferecendo às crianças um ambiente agradável, organizado e motivador. Introduza as crianças no ambiente com calma e paciência.

2. Permita que as crianças

se aproximem de você e do jogo, mas lembre-se de que crianças autistas têm individualidades na forma de ser, por isso é importante compreender suas limitações cognitivas nessa aproximação, quando o vínculo está em construção na memória afetiva e na formação cognitiva.

3. Explique as regras do

jogo apresentando quais são as peças principais, as cartas e informando para que serve o tabuleiro contendo as figuras e qual é o caminho a ser percorrido pelos participantes durante o jogo.

4. Pode acontecer de a

criança autista não estar aberta a ponto de se expressar claramente. Isso não significa que ela não entenda o jogo e não tenha interesse em aprender.

5. Seja gentil no tempo de

aquisição não exija respostas corretas, mas crie oportunidades que as ajudem a compreender seu caminho no processo da dinâmica do jogo.

6. É importante ressaltar

que o aprendizado acontece de forma diferente com cada criança e isso torna a experiência única, então então, querida professora, querido professor, não limite a experiência que um aluno pode ter com o jogo.

7. Por fim, converse sobre o

jogo para que esse momento seja leve e de respeito entre você professor e seus alunos.

REFERÊNCIAS

MORAES, L. S. de; BUBOLZ, V. K.; MARQUES, A. C.; BORGES, L. R.; MUNIZ, L. C.; BERTACCO, R. T. A. Seletividade alimentar em crianças e adolescentes com transtorno do espectro autista. **Revista da Associação Brasileira de Nutrição – RASBRAN**, Pinheiros, v. 12, n. 2, p. 42-58, 2021. DOI: 10.47320/rasbran.2021.1762. Disponível em: <https://www.rasbran.com.br/rasbran/article/view/1762/379>. Acesso em: 5 set. 2024.

MARQUES, C. A. **Desenvolvimento de instrumento de educação nutricional para pacientes do transtorno do espectro autista**. 2021. 69f. Dissertação (Mestrado em Saúde da Criança e do Adolescente) – Faculdade de Medicina, Universidade Federal Rio Grande do Sul, Porto alegre, 2021. Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/230628/001131751.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em: 5 set. 2024.

SCHMITT, L.; HEISS, C. J.; CAMPBELL, E. E. A comparison of nutrient intake and eating behaviors of boys with and without autism. **Topics in Clinical Nutrition**, Philadelphia, v. 23, n. 1, p. 23-31, Jan. 2008. DOI: 10.1097/01.TIN.0000312077.45953.6c. Disponível em: https://journals.lww.com/topicsinclinicalnutrition/abstract/2008/01000/a_comparison_of_nutrient_intake_and_eating.3.aspx. Acesso em: 5 set. 2024.

FICHA TÉCNICA

Autoras: Ingrid da Silva Martins
Cristiane Henriques de Oliveira
Grazielle Rodrigues Pereira

Consultoria científica: Felipe Costa de Carvalho

Ilustradora: Luisa Borlido Ventura

Financiamento: CNPq



sinapselab
laboratório de neurociência,
design e divulgação científica

