



## **CURRICULARIZAÇÃO DA EXTENSÃO: UM OLHAR PARA AS AÇÕES DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL<sup>1</sup>**

**Andreia Kussler<sup>2</sup>, Brenda Franco Alves<sup>3</sup>, Karina Ribeiro Rios<sup>4</sup>, Adriane Huth<sup>5</sup>**

<sup>1</sup> Trabalho desenvolvido por docentes e estudantes do Curso de Graduação em Nutrição - Unijuí.

<sup>2</sup> Acadêmica de Nutrição Unijuí. E-mail: andreia.kussler@yahoo.com

<sup>3</sup> Acadêmica de Nutrição Unijuí. E-mail: brendaalves52@hotmail.com

<sup>4</sup> Nutricionista, Extensionista coordenadora do Projeto de Extensão Atenção à Saúde da Pessoa com Deficiência - Unijuí, Docente do Núcleo de Suporte aos Cursos - Saúde.

<sup>5</sup> Nutricionista, Extensionista do Projeto de Extensão Educação em Saúde - Unijuí, Docente do Núcleo de Suporte aos Cursos - Saúde, Coordenadora do curso de Nutrição.

### **RESUMO**

**Introdução:** A extensão universitária é um processo educativo que integra teoria e prática através de conhecimentos adquiridos na sala de aula e cenários sociais. **Objetivo:** Descrever ações de educação em saúde e educação alimentar e nutricional, vivenciadas na comunidade que reforçam a importância da extensão universitária na tríade ensino, pesquisa e extensão. **Método:** Estudo descritivo na modalidade relato de experiência, vivenciado em disciplinas de estágio do curso de Nutrição, desenvolvido em duas escolas públicas e com um grupo de idosos vinculado a uma instituição hospitalar. **Resultados:** A extensão universitária oferece novos desafios e vai além das disciplinas obrigatórias, contribuindo para a formação profissional. As ações são importantes para a comunidade e o desenvolvimento de competências e autonomia. **Conclusão:** As ações apresentaram boa aceitação, reforçando o compromisso da instituição, corpo docente e discente com a EAN. A curricularização da extensão universitária amplia as possibilidades de crescimento e olhar humanizado para os futuros profissionais.

### **INTRODUÇÃO**

A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) constitui uma estratégia preconizada pelas políticas públicas em alimentação e nutrição, sendo considerada um importante instrumento para promoção de hábitos alimentares saudáveis. O consumo alimentar adequado necessita de cuidados desde a infância, para que as preferências em relação à alimentação não se tornem um consumo excessivo de alimentos inadequados. Nesse sentido, a escola é vista como um espaço adequado para se desenvolver ações de educação alimentar e nutricional, promovendo maior qualidade de vida (RAMOS, SANTOS, REIS, 2022).



A ação de extensão universitária é caracterizada como um processo educativo dinâmico que favorece a junção entre o ensino em sala de aula e o aprendizado, conforme proposto no planejamento pedagógico de curso, e no cotidiano social, por meio da vivência do cenário da realidade. Para a comunidade, a ação de extensão oportuniza um momento de participação ativa, discussão e reflexão em grupo para aquisição de conhecimentos sobre assuntos ligados ao processo saúde-doença e das boas práticas em saúde. Desta forma, a aproximação universidade-comunidade com interlocução de saberes, estabelece contribuições para o aprofundamento da cidadania, fortalecimento da autonomia e a transformação social. Assim, a sociedade impulsiona a aproximação das instituições com o cenário social e o desenvolvimento de estratégias para formação de profissionais mais preparados para a execução de suas competências, e a geração e difusão de conhecimentos para a comunidade (SAMPAIO et al, 2018).

Como processo educativo, a extensão universitária proporciona o intercâmbio entre o saber e o fazer, por meio da aplicação prática dos conhecimentos adquiridos no ambiente da sala de aula, articulando o processo de ensino por meio da ação em cenários reais. A interação entre a academia e a sociedade, por meio da extensão, é amplamente discutida e utilizada para a formação dos profissionais da saúde. Destaca-se, nos requisitos para formação do profissional de saúde o desenvolvimento de competências específicas que irão possibilitar a execução de ações em todos os níveis de atenção, junto ao indivíduo ou coletividade, com qualidade e ética, discernimento crítico-reflexivo e corresponsabilização social. Segundo estudos de SAMPAIO et al. (2018), a vivência de extensão universitária oportuniza experiências aos discentes, direcionando-os para atitudes responsáveis e seguras, o que contribui para a promoção da comunicação entre a universidade e o ambiente externo e interliga desta forma o ensino, a pesquisa e a extensão (SANTANA et al, 2021).

Foram instituídas por meio da Resolução N°7, de 18 de Dezembro de 2018, as Diretrizes para Extensão na Educação Brasileira que define os princípios, os fundamentos e os procedimentos que devem ser observados no planejamento, nas políticas, na gestão e na avaliação das instituições de educação superior de todos os sistemas de ensino do país. Entre outros pontos, a resolução estabelece que as atividades de extensão devem compor 10% do total da carga



horária curricular dos cursos de graduação. Traz ainda, no Art. 8º, que as atividades extensionistas, segundo sua caracterização nos projetos políticos pedagógicos dos cursos, se inserem nas seguintes modalidades: I-programas; II-projetos; III-cursos e oficinas; IV-eventos; V-prestação de serviços. A extensão universitária é definida, nesse momento, como:

“O processo educativo, cultural e científico que articula o ensino e a pesquisa de forma indissociável e viabiliza a relação transformadora entre universidade e sociedade. [...] uma via de mão dupla, com trânsito assegurado à comunidade acadêmica, que encontrará, na sociedade, a oportunidade de elaboração da práxis de um conhecimento acadêmico. No retorno à universidade, docentes e discentes trarão um aprendizado que, submetido à reflexão teórica, será acrescido àquele conhecimento. Esse fluxo, que estabelece a troca de saberes sistematizados, acadêmico e popular, terá como consequências a produção do conhecimento resultante do confronto com a realidade brasileira e regional, a democratização do conhecimento acadêmico e a participação efetiva da comunidade na atuação da universidade” (BRASIL,2018).

A Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul – UNIJUÍ, busca, com projetos de extensão, estabelecer uma relação com a comunidade para que o conhecimento e a pesquisa promovam o desenvolvimento e a qualidade de vida local. A atividade de extensão universitária aponta potencialidades e problemas que poderão ser aprofundados na pesquisa e trabalhados por quadros profissionais preparados pelo ensino. Estas atividades incluem ações de cunho educacional, sociocultural, artístico e tecnológico, realizadas de forma sistemática e continuada. Além disso, a Universidade incentiva os projetos de extensão pela concessão de bolsas para estudantes, realização de convênios com instituições e entidades comunitárias e produção de materiais de divulgação do conhecimento, dentre outros (UNIJUÍ,2022).

Vale ressaltar ainda que a extensão universitária é regida por regulamentação da Resolução do Conselho Universitário Nº 08/2013 que cria e regulamenta a política, as diretrizes e a estrutura para a Extensão da UNIJUÍ, visando assegurar que as ações de extensão, nas diferentes modalidades, construam-se de forma articulada com o ensino e a pesquisa e desenvolvam de forma sistemática, continuada e dialógica ações de impacto social para a comunidade loco-regional (UNIJUÍ,2013).



O presente trabalho tem como objetivo descrever ações de educação em saúde e educação alimentar e nutricional, vivenciadas na comunidade que reforçam a importância da extensão universitária na tríade ensino, pesquisa e extensão.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de um estudo descritivo na modalidade relato de experiência, vivenciado nas disciplinas Estágio em Nutrição Clínica I e Estágio em Nutrição Clínica II, do Curso de Graduação em Nutrição da Universidade Regional do Noroeste do Rio Grande do Sul - UNIJUÍ, desenvolvido de fevereiro a novembro de 2022. Durante o desenvolvimento de atividades de estágios curriculares, a autora participou como voluntária no Projeto de Extensão Educação em Saúde, a fim de planejar, vivenciar e problematizar ações em saúde, e de educação alimentar e nutricional. Tais atividades são planejadas, desenvolvidas e avaliadas sob supervisão dos docentes extensionistas da instituição em consonância com as três missões fundadoras (ensino, pesquisa e extensão) que devem estar bem vinculadas para o sucesso dos projetos.

As ações de educação alimentar e nutricional foram realizadas em duas escolas públicas e com um grupo de idosos, vinculado à uma instituição hospitalar da comunidade.

As ações utilizaram recursos pedagógicos com exposição de slides, vídeos, material imagético, atividades lúdicas, degustação de preparações culinárias saudáveis, entre outros. O Guia Alimentar Para a População Brasileira (BRASIL, 2014), foi utilizado como documento base para planejamento das ações da EAN.

## **RESULTADOS**

### **3.1 Ação Educativa em Saúde para Estudantes do Ensino Fundamental, de uma Escola localizada na zona rural, do município de Ijuí-RS**

As atividades realizadas na escola abordaram higiene pessoal (banho, escovação dental, lavagem adequada das mãos) e sua importância na promoção da saúde e prevenção de



doenças, além da abordagem sobre higiene correta dos alimentos e alimentação saudável. Para as atividades foram utilizados slides, vídeo, e cartaz educativo, bem como a exibição de exemplares de parasitas preservados em vidros com formol, para ilustrar as doenças que os mesmos podem acarretar devido à higiene inadequada. Foi utilizado tintas, detergente e orégano para ilustrar a importância da lavagem correta das mãos. Para abordarmos o tópico da alimentação, segundo a categorização dos alimentos conforme o Guia Alimentar para População Brasileira (BRASIL,2014), montamos uma mesa com exemplos de alimentos in natura, minimamente processados, processados e ultraprocessados. Os alimentos ultraprocessados foram demonstrados com a respectiva quantidade de açúcar, sal e gordura. Ademais, para finalizarmos as atividades, ofertamos aos estudantes degustação de preparações saudáveis, que atendem a Resolução nº20, de 02 de Dezembro de 2020 do Programa Alimentar Nacional de Alimentação Escolar (BRASIL,2020) sem adição de açúcar, incluindo alimentos in natura e minimamente processados, sem adição de ultraprocessados.

Percebeu-se grande êxito nesta ação, pois como traz o Marco de Referência em Educação Alimentar e Nutricional para Políticas Públicas (BRASIL,2012, p.23) “Educação Alimentar e Nutricional, no contexto da realização do Direito Humano à Alimentação Adequada e da garantia da Segurança Alimentar e Nutricional, é um campo de conhecimento e de prática contínua e permanente, transdisciplinar, intersetorial e multiprofissional que visa promover a prática autônoma e voluntária de hábitos alimentares saudáveis”. A nossa atividade prática de EAN buscou utilizar abordagens e recursos educacionais problematizadores e ativos, que estimularam as discussões e reflexões, com objetivo de construir conhecimentos e autonomia para escolhas alimentares adequadas e saudáveis, culminando na promoção da saúde.

Além de abordar o Programa Saúde na Escola e a EAN, também foi momento oportuno para dialogarmos sobre o PNAE e as alterações na resolução, como por exemplo, o aumento da obrigatoriedade do fornecimento semanal, por estudante, de frutas in natura, de legumes e verduras de três para cinco vezes na semana.

Reafirmamos assim, a importância de tais ações no âmbito do aprendizado, da implementação e do fortalecimento dos bons hábitos alimentares e de saúde, para o crescimento e desenvolvimento saudável das crianças, perpassando pela comunidade escolar.



### **3.2 Ação de Educação Alimentar e Nutricional com grupo de idosos “Grupo Envelhecimento Humano com Protagonismo e Qualidade de Vida”, vinculado a um Hospital do município Ijuí/RS.**

Participaram da atividade 16 idosos entre 65 e 90 anos, sendo 12 do sexo feminino e 4 masculino. No primeiro momento foi explanada sobre a importância da alimentação adequada no processo de envelhecimento, pois, as alterações do estado nutricional (desnutrição e obesidade) estão relacionadas com sérios agravos para a saúde (ACUÑA; CRUZ,2004), destacam que o estado nutricional expressa o grau no qual as necessidades fisiológicas por nutrientes estão sendo alcançadas, para manter a composição e funções adequadas do organismo resultando do equilíbrio entre ingestão e necessidade de nutrientes. Também foi destacada a importância das principais vitaminas e minerais advinda de uma alimentação adequada, e baixo consumo de ultraprocessados. Ainda, foi explicado o objetivo da avaliação nutricional que é identificar o estado nutricional, classificar de acordo com os resultados e reconhecer as necessidades de cada um. Dessa forma, pode-se intervir adequadamente para a manutenção e/ou recuperação da saúde, através da alimentação.

Em segundo momento foi realizada a avaliação nutricional, utilizando os instrumentos Mini Avaliação Nutricional (NESTLÉ NUTRITION INSTITUTE,2006) e o Índice de Vulnerabilidade Clínico Funcional (NUGG,2015) Ao final do encontro foi oferecido uma degustação de preparações saudáveis, elaboradas pelos estudantes, sem adição de açúcar e produtos ultraprocessados.

Após a ação de educação em saúde para a devolutiva da avaliação nutricional, os estudantes se reuniram novamente com o grupo de idosos para então fazer a entrega individual do diagnóstico nutricional e as devidas orientações. Após a devolutiva, houve um momento de demonstração lúdica de como o excesso de sal, açúcar e gordura agem no nosso organismo. Além disso, foram expostos temperos, ervas e especiarias naturais e desidratados para incentivar o consumo, diminuindo assim, o consumo de sal de adição e de ultraprocessados. Por fim, foram levantadas algumas dúvidas pelos idosos participantes acerca da alimentação, como por exemplo ‘o leite faz mal?’, ‘é preferível usar óleo ou banha?’. O encontro foi



finalizado com uma confraternização e lanche (pão integral com fibras e patê de frango com temperos frescos).

A extensão pressupõe a relação entre Universidade e Sociedade, que os pode irmanar em uma ação solidária, entre sujeitos ativos, autônomos e responsáveis; sujeitos de conhecimento, que refletem, modificam seus conhecimentos e buscam caminhos para a construção/reconstrução do mundo. O envelhecimento da população brasileira trouxe para a Universidade desafios no sentido de buscar respostas para questões relativas à identificação de necessidades, à compreensão dos processos de saúde-doença, ao cuidado individual e à intervenção em face de demandas específicas, entre outras. Nesse cenário, a extensão entra como construção de articulações entre ensino, pesquisa e extensão, para conhecer, compreender e agir. As dúvidas, incertezas, erros, acertos, impuseram reflexões, transformando conhecimentos, saberes e práticas (PRADO et al,2004).

Analisando os resultados do instrumento MNA (NESTLÉ NUTRITION INSTITUTE,2006), constatou-se que 93,75% dos idosos participantes da atividade não correm risco de desnutrição e 6,25% estão sob o risco de desnutrição. Quanto ao IVCF-20 (NUGG,2015), 50% dos idosos foram classificados com baixo risco de vulnerabilidade clínico-funcional; 31,25% considerados com moderado risco e 18,75% com alto risco.

Foi possível observar o baixo índice de idosos sob risco de desnutrição, conforme MAN(NESTLÉ NUTRITION INSTITUTE,2006). Já no quesito IVCF-20 (NUGG,2015) os dados são mais preocupantes visto que, nessa avaliação constata-se por exemplo, a necessidade do idoso precisar ajuda para muitos afazeres do dia a dia, o que nem sempre acontece. MAIA et al. (2019) salientam que o instrumento engloba oito dimensões consideradas preditoras de perda clínico-funcional e óbito em pessoas idosas: a idade, a autopercepção da saúde, as atividades de vida diária (três AVDs instrumentais e uma AVD básica), a cognição, o humor/comportamento, a mobilidade (alcance, preensão e pinça; capacidade aeróbica/muscular; marcha e continência esfinteriana), a comunicação (visão e audição) e a presença de comorbidades múltiplas, representada por polipatologia, polifarmácia e/ou internação recente.



A definição do IVCF-20 (NUGG,2015) trazida por MAIA et al. (2019), é um questionário para triagem inicial de idosos potencialmente frágeis, de caráter multidimensional, simples e de rápida aplicação (5 a 10 minutos). Desenvolvido e validado no Brasil, ele é capaz de identificar o indivíduo em risco de declínio clínico-funcional. Apresenta pontuação de 0 a 40, sendo que os idosos com escore final de 0 a 6 têm alta probabilidade de serem robustos, enquanto aqueles com a pontuação de 7 a 14 pré-frágeis, e o escore de 15 ou mais pontos, tem uma elevada probabilidade de fragilidade.

Os resultados da ação realizada comparam-se com os dados de MAIA et al.(2019), onde a análise da fragilidade pelo IVCF-20 (NUGG,2015) revelou que 48,7% dos idosos foram considerados robustos, 32,2% eram os pré-frágeis, e 20,1% foram avaliados como os frágeis. Em relação às condições de saúde dentre as variáveis independentes, verificou-se que 28,8% dos idosos apresentavam uma percepção negativa acerca da própria saúde, avaliando-a como ruim ou péssima; 32,2% faziam uso de cinco ou mais medicamentos e 27,6% referiam ter mais de cinco doenças.

Em relação a MNA (NESTLÉ NUTRITION INSTITUTE,2006), PARENTE; PEREIRA e MATA (2018), mencionam como, ferramenta de avaliação do estado nutricional de idosos, sendo o método de avaliação nutricional mais fundamentado sob o ponto de vista da investigação, sendo por isso o mais usado pelos profissionais de saúde que trabalham em Geriatria.

Sobre os resultados das avaliações na ação realizada, se assemelham com os dados encontrados por PARENTE; FERREIRA e MATA(2018) pois, através da pontuação total obtida pelo instrumento MNA (NESTLÉ NUTRITION INSTITUTE,2006), classificam-se 3 (0,8%) idosos em estado desnutrido; 93 (24,16%) em risco de desnutrição e os restantes 289 (75%) em estado nutricional normal. Os resultados demonstram que o estado nutricional segundo MNA (NESTLÉ NUTRITION INSTITUTE,2006) está significativamente associado ao nível de independência em cada uma das atividades básicas da vida diária, bem como ao nível de independência global ( $p < 0,001$ ). Realça-se ainda que os idosos independentes em cada uma das atividades básicas da vida diária apresentam maior probabilidade de possuírem um estado nutricional normal face aos idosos com algum grau de dependência, corroborando





assim com os resultados da ação, pois no grupo de idosos prevalecem os que são independentes.

### **3.3 Ação Educativa em Saúde para Estudantes do 6º ano do Ensino Fundamental, de uma escola localizada na zona urbana do município de Ijuí-RS.**

O curso de Nutrição da Unijuí é frequentemente solicitado pelas escolas para atender demandas de EAN, que corrobora com os estudos que estão sendo desenvolvidos no momento. Neste caso, as ações de EAN foram planejadas em consonância com a formação de conhecimentos e habilidades desenvolvidas pelos professores de matemática e ciências da natureza do ensino fundamental.

Foram realizados dois dias de ações nesta escola, devido ao grande número de estudantes das quatro turmas do 6ºano (120 estudantes).

A atividade da EAN foi dividida em três momentos. Em primeiro momento foram divididos grupos de cerca de 5 estudantes cada, para responder a um questionário denominado COMIDOGRAMA (BRASIL,2018), que baseia-se nas seguintes questões acerca de alimentos e/ou bebidas: -como e gosto; -não como e gosto; -como e não gosto; -não como e não gosto.

No segundo momento foi realizada uma oficina dialogada com o tema gerador “Saúde pra quê?”. As discussões e problematizações abordaram a importância da alimentação adequada e saudável, consequências de uma alimentação não saudável, reflexão sobre os alimentos descritos no COMIDOGRAMA (BRASIL,2018) e a influência deles no contexto da alimentação saudável e adequada. Foram exploradas as respostas, propondo que os estudantes do ensino fundamental as comentassem/ justificassem. A atividade de EAN foi finalizada com um vídeo animado dos 10 passos da Alimentação Saudável, preconizada pelo Guia Alimentar para População Brasileira (BRASIL,2014).

Em seguida foi apresentada uma mesa com alimentos distribuídos de acordo com a categorização preconizada pelo Guia Alimentar para População Brasileira (BRASIL,2014):in natura, minimamente processados, processados e ultraprocessados. Um detalhe importante foi



que, os organizadores da ação trocaram propositalmente, alguns itens na categorização para os estudantes identificarem o “erro”.

Houve uma grande interação por parte dos estudantes, ficou clara a importância do assunto sobre alimentação e de como faz parte da rotina de todos. FRANCO e BOOG (2007), afirmam que a relação entre teoria e prática, em educação nutricional, é uma relação entre teoria de nutrição e teoria de educação com prática de nutrição em campo. Não podemos acreditar que a formação educativa se dá espontaneamente, mediante a execução em campo de práticas de nutrição, não atreladas a uma formação sólida em educação.

Muitos estudantes fizeram referência a saber cozinhar, o que corrobora um dos dez passos para alimentação saudável, trazidas pelo Guia Alimentar para População Brasileira (BRASIL, 2014): desenvolver, exercitar e partilhar habilidades culinárias.

A relevância destas ações fica evidente nas palavras do professor de Ciências da Natureza, que na ocasião acompanhou a ação educativa e contribuiu com a informação referente ao interesse da escola em ofertar atividades: “O Instituto Municipal de Educação Assis Brasil – IMEAB – busca sempre estar com atividades e diferentes formas de estudo com seus alunos. Para que ocorra um bom entendimento dos conteúdos e que as habilidades e competências sejam atendidas e desenvolvidas de acordo com todos os parâmetros necessários, temos as parcerias com diferentes entidades para desenvolver essas atividades.”

O professor expressa ainda que “A Unijuí como a Universidade do Noroeste do Estado é referência para diferentes estudos e fonte de apoio em todas as áreas do conhecimento que ela está focada e alicerçada. Pensando assim, um dos cursos que está sempre com muitos estudos e pesquisas é o da Nutrição. O qual buscamos desenvolver junto ao nosso grupo de estudantes o tema educação nutricional e alimentar.”

## **DISCUSSÃO**

A intervenção de ações educativas durante o período escolar é importante, porque os padrões alimentares estabelecidos na infância e na adolescência frequentemente perduram até a vida adulta. Nosso ambiente alimentar atual tem sido descrito como “obesogênico” por causa da



pronta disponibilidade de grandes porções, da elevada quantidade e variedade de lanches, doces e fast foods altamente calóricos e de baixa acessibilidade a cereais integrais, bem como a frutas e legumes frescos. Crianças e adolescentes estão comendo quantidades excessivas de alimentos densamente energéticos e pobres em nutrientes. Já no processo de envelhecimento, determinadas alterações fisiológicas e metabólicas têm o potencial de aumentar o risco nutricional. As necessidades de alguns nutrientes podem ser alteradas por essa mudança. A triagem e a avaliação nutricional devem fazer parte do padrão de cuidado para todos os adultos com idade mais avançada. O objetivo da triagem nutricional é identificar os indivíduos que estão sob alto risco de subnutrição ou desnutrição. Para aqueles considerados em risco nutricional, é justificável uma avaliação completa (SHILS et al,2016).

As ações de EAN são de suma importância para a comunidade, para a formação e desenvolvimento das competências, habilidades e autonomia de crianças e adolescentes na alimentação e nutrição adequadas. Os participantes relataram sobre sua rotina, seus hábitos e, no caso dos idosos, as mudanças na alimentação desde a infância. Tivemos o privilégio de trabalhar com esse grupo de idosos pois a comunicação fluiu muito bem, foi na verdade uma permuta de histórias e experiências entre todos.

As atividades de extensão constituem aportes decisivos para a formação do estudante de graduação, seja pela ampliação do universo de referência que ensinam, seja pelo contato direto com as grandes questões contemporâneas que possibilitam, de algum modo, a reflexão sobre assuntos em voga. Além disso, a aproximação de disciplinas curriculares à extensão universitária propicia aos estudantes a experiência de estar em contato direto com a comunidade e com os demais constituintes, não só como atividade complementar ao currículo, mas também como agente provedor de vivências e aprendizados, resultando em ensinamentos que serão levados durante toda a graduação e, posteriormente, utilizados na vida profissional (ÁVILA et al,2022).

Ademais, as Diretrizes para as Políticas de Extensão da Educação Superior Brasileira (BRASIL,2018), trazem que o princípio da indissociabilidade entre ensino, pesquisa e extensão reafirma a extensão universitária como processo acadêmico. As atividades de extensão adquirem maior efetividade se estiverem vinculadas ao processo de formação de



peças, ou seja, ao ensino e à geração de conhecimento, no caso a pesquisa. O estudante é o protagonista de sua formação técnica, processo de obtenção de competências necessárias à atuação profissional e à formação cidadã. Sendo assim, a sala de aula não se limita mais ao espaço físico tradicional, mas sim, vários locais da comunidade em geral.

Salienta-se ainda a importância que os acadêmicos busquem agregar o conhecimento ao longo de sua jornada. Logo, é imprescindível a participação em projetos de extensão, visando aprimoramento pessoal e profissional, o que vai além das horas complementares. A extensão garante enriquecimento no âmbito do conhecimento, de aprendizado e utilização da experiência adquirida na carreira após a graduação, capacitando profissionais aptos a exercerem suas ocupações de forma íntegra (ÁVILA et al,2022).

Por fim, considera-se altamente pertinente reiterar que a função extensionista deve caracterizar-se por levar conhecimento à população que não tem acesso à Universidade, com interação contínua com a sociedade. Quanto à promoção e visualização das ações de extensão, recomenda-se o foco na divulgação dos resultados para o Estado, setor empresarial, meio social e comunidade universitária, destacando o papel desempenhado pela universidade na construção de uma sociedade mais justa; torna-se imperativo padronizar o processo de apresentação de resultados (MOSQUERA-ABADÍA, CARVAJAL-ORDOÑEZ, 2021).

## **CONCLUSÕES**

As ações realizadas tiveram boa aceitação e interação entre todos os envolvidos, reforçando assim o compromisso da instituição, corpo docente e discente para continuar com o trabalho de educação alimentar e nutricional. Reforçou-se o papel da curricularização da extensão universitária para agregar experiências extra estágios curriculares às vivências dos estudantes, ampliando assim as possibilidades de crescimento e o olhar mais humanizado para os futuros profissionais. Vivências extra sala de aula proporcionam construções mais próximas da realidade da comunidade, a transposição de questões levantadas na teoria para a realidade local, proporcionando a interlocução entre o conhecimento científico e o popular, visando a relação transformadora entre universidade e sociedade. Ademais, permite que o graduando



enfrente situações diferentes e desafiadoras, que permitem o amadurecimento tanto pessoal como profissional.

Quanto ao trabalho do profissional nutricionista, fica evidente a importância no âmbito escolar, no trabalho com idosos e com a população em geral, pois só ele está preparado para melhor orientar quanto a adequada alimentação com os nutrientes necessários para cada fase da vida, na prevenção de doenças e melhor funcionamento do organismo.

Ademais, no que se refere a curricularização da extensão, ficou claro na realização deste trabalho que as três missões fundadoras (ensino, pesquisa e extensão) devem estar bem vinculadas para o sucesso dos projetos.

**PALAVRAS-CHAVE:** Educação Alimentar e Nutricional; Educação em Saúde; Universidade.

## **REFERÊNCIAS**

ACUÑA, K.; CRUZ, T. Avaliação do estado nutricional de adultos e idosos e situação nutricional da população brasileira. **Arquivos Brasileiros de Endocrinologia & Metabologia**, v. 48, n. 3, p. 345–361, jun. 2004. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/abem/a/bvJJHRYzjZqfYwRPB4qmrSg/abstract/?lang=pt>

ÁVILA, LA et al. A curricularização da extensão: feedback de acadêmicos do curso de educação física sobre uma vivência realizada junto ao projeto atenção à saúde da pessoa com deficiência da Unijuí. **BIOMOTRIZ**. 2022. Disponível em:

<https://revistaeletronica.unicruz.edu.br/index.php/biomotriz/article/download/758/525/4388>.

Acesso em: 21 out. 2022.

BRASIL. Ministério da Educação. Conselho Nacional de Educação. **Portaria nº 1.350, de 17 de dezembro de 2018**. Diretrizes para as Políticas de Extensão da Educação Superior Brasileira. Diário Oficial da República Federativa do Brasil: seção 1, p 34, 17 dez. 2018.



BRASIL. Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação Conselho Deliberativo. **Resolução nº 20, de 02 de dezembro de 2020**. Altera a Resolução/CD/FNDE nº 6, de 8 de maio de 2020, que dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE. Diário Oficial da República Federativa do Brasil. 02. dez. 2020.

BRASIL. Ministério da Educação. **Programa Saúde nas Escolas**. 2022. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/expansao-da-rede-federal/194secretarias-112877938/secad-educacao-continuada-223369541/14578-programa-saude-nas-escolas>. Acesso em: 17 out. 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014. 156 p. Disponível em: [https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia\\_alimentar\\_para\\_a\\_pop\\_brasileira\\_miolo\\_internet.pdf](https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_para_a_pop_brasileira_miolo_internet.pdf). Acesso em: 22 set. 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. Universidade do Estado do Rio de Janeiro. Caderno de atividades: **Promoção da Alimentação Adequada e Saudável**: Ensino Fundamental I. 1. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2018. 128 p. ISBN: 978-85-334-2593-4. Disponível em: [http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/caderno\\_atividades\\_ensino\\_fundamental\\_I.pdf](http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/caderno_atividades_ensino_fundamental_I.pdf). Acesso em: 7 dez. 2022.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional Brasília. **Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas**. 2012. Disponível em: [https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2017/03/marco\\_EAN.pdf](https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2017/03/marco_EAN.pdf)

CONSELHO FEDERAL DE NUTRICIONISTAS (CFN). **A Educação Alimentar e Nutricional é atividade a ser exercida pelo nutricionista?**. CFN. 2018. Disponível em: <https://www.cfn.org.br/index.php/noticias/a-educacao-alimentar-e-nutricional-e-atividade-a-ser-exercida-pelo-nutricionista/>. Acesso em: 27 nov. 2022.



FRANCO, Ana Carolina; BOOG, Maria Cristina Faber. Relação teoria-prática no ensino de educação nutricional. **Revista de Nutrição**. v. 20, ed. 6, p. 643-55, 28 dez. 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rn/a/8Ds4mxBCZ3fRQ7R66ffKx3k/?format=pdf&lang=pt>

MAIA, L. C. et al. Fragilidade em idosos assistidos por equipes da atenção primária. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, n. 12, p. 5041–5050, dez. 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/wfG4ncXNcgqMnyMRwxNHsrz/?lang=pt>

MOSQUERA-ABADÍA, H. A.; CARVAJAL-ORDOÑEZ, V. F. M. Interacción universidad sociedad a través de la función de extensión\*. **Entramado**, v. 17, n. 1, p. 186–203, 2021. Disponível em: <https://www.redalyc.org/journal/2654/265467418012/html/>

NESTLÉ NUTRITION INSTITUTE. **Mini Nutritional Assessment**. 2006. Disponível em: [https://www.mna-elderly.com/forms/MNA\\_portuguese.pdf](https://www.mna-elderly.com/forms/MNA_portuguese.pdf)

NUCLEO DE GERIATRIA E GERONTOLOGIA DA UFMG (NUGG). **Índice de Vulnerabilidade Clínico-Funcional do Idoso**. 2015. Disponível em: <https://ivcf20.org/>

PARENTE, A. et al. 8 18 Estado Nutricional, Idoso, Malnutrição, Nível de Independência. [s.d.]. **Acta Portuguesa de Nutrição**. v. 12, p. 18-26. 2018. Disponível em: <https://actaportuguesadenutricao.pt/wp-content/uploads/2018/05/a04.pdf>. Acesso em: 13 out. 2022.

PRADO, S. D. et al. Nutrição e envelhecimento: algumas reflexões sobre a integração entre ensino, pesquisa e extensão no Projeto Nutrição e Terceira Idade. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 10, n. 1, p. 39–48, abr. 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbagg/a/H6sxxYCFKCbfpCq4fDT4QJJ/?lang=pt>. Acesso em: 27 nov. 2022.

RAMOS, F. P.; SANTOS, L. A. DA S.; REIS, A. B. C. [Food and nutrition education in school: a literature review]. **Cadernos De Saude Publica**, v. 29, n. 11, p. 2147–2161, 1 nov. 2013. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24233031>. Acesso em: 13 out. 2022.