

**EXTENSÃO CURRICULAR EM EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NA
APAE: OFICINA CULINÁRIA COMO PRÁTICA DE EDUCAÇÃO PERMANENTE,
AUTONOMIA E PARTICIPAÇÃO ATIVA**

**VASSÃO, T. S. C. [1]; HILBIG, G. [1]; SARAIVA, M. L. C. [1]; RAMOS, F. P. [2];
PENTEADO, J. O. [2]**

As atividades de extensão constituem um importante elo entre a formação acadêmica e as demandas sociais, possibilitando a construção de saberes de forma compartilhada. A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) é uma estratégia de ação extensionista para a promoção da saúde e autonomia, especialmente em grupos em situações de vulnerabilidade. Portanto, oficinas culinárias podem ampliar a EAN com grupos como os alunos da Associação de Pais e Amigos dos Excepcionais (APAE), unindo teoria e prática, favorecendo o desenvolvimento de habilidades culinárias promovendo inclusão social. O presente trabalho teve como objetivo relatar a oficina culinária realizada com alunos da APAE, através de uma ação desenvolvida no componente curricular Educação Alimentar e Nutricional. Para a preparação da atividade, foi confeccionado um folder informativo sobre as técnicas de preparo e pré-preparo dos alimentos na plataforma de designer gráfico digital Canva, impresso na Assessoria de Comunicação e Eventos do *Campus Realeza* da Universidade Federal da fronteira Sul (ASCOMRE). A atividade ocorreu no laboratório de Técnica Dietética da UFFS *campus Realeza*, com a realização de uma oficina culinária. As preparações escolhidas foram torta de frango, suco natural de abacaxi e chá com as cascas da fruta, com o intuito de colocar em prática as técnicas aprendidas, pensando na sustentabilidade. Durante a atividade, os alunos puderam tirar dúvidas e interagir com as acadêmicas de nutrição, estimulando participação ativa e troca de saberes. Com 9 participantes, a oficina teve início com a paramentação e orientação sobre higienização das mãos. Foram apresentados os ingredientes e o cardápio: torta de frango, suco natural de abacaxi e chá feito com a casca da fruta, promovendo o aproveitamento integral dos alimentos. Os participantes receberam os folders acrescentado de uma explicação dos itens: limpeza, desinfecção, divisão, união, cocção, calor úmido, calor seco, calor misto, branqueamento, gratinar, irradiação, condução e convecção e, durante o preparo, aplicaram as técnicas aprendidas. Divididos em dois grupos, um preparou o suco e o chá e o outro a torta, sob orientação das discentes. Durante a cocção, houve diálogo sobre experiências prévias na cozinha. Ao final, todos degustaram as preparações. A avaliação da atividade, realizada por meio de desenhos expressando sentimentos, indicou que 100% dos 9 participantes se sentiram felizes. A oficina culinária com alunos da APAE mostrou-se uma estratégia para promover a

[1] Thalia Stefany de Castro Vassão. Nutrição. Universidade Federal da Fronteira Sul campus Realeza/PR. thaliavassao@gmail.com.

[1] Gabriela Hilbig. Nutrição. Universidade Federal da Fronteira Sul campus Realeza/PR. gabriellamaninha21@gmail.com.

[1] Maria Luiza Costa Saraiva. Nutrição. Universidade Federal da Fronteira Sul campus Realeza/PR. malusaraiva0506@gmail.com.

[2] Dra. Flávia Pascoal Ramos. Nutrição. Universidade Federal da Fronteira Sul campus Realeza/PR. flavia.ramos@uffs.edu.br.

[2] Dra. Julia Oliveira Penteado. Nutrição. Universidade Federal da Fronteira Sul campus Realeza/PR. julia.penteado@uffs.edu.br

EAN, alinhada ao Princípio VI do Marco de EAN, que aponta a educação como um processo permanente, gerador de autonomia e de participação ativa e informada dos sujeitos. A atividade integrou conhecimentos, permitindo que os participantes aplicassem técnicas estimulando habilidades e o trabalho em grupo. O folder informativo reforçou a compreensão das etapas de preparo e o aproveitamento integral dos alimentos, promovendo práticas sustentáveis. O momento de diálogo valorizou as experiências prévias com troca de saberes. A avaliação indicou que 100% dos participantes sentiram-se felizes, evidenciando o engajamento. Oficinas culinárias são instrumentos eficazes de EAN, promovendo aprendizado prático, autonomia, protagonismo e inclusão social. Além disso, fortalece a integração da universidade com a comunidade, confirmando a relevância das ações de extensão como espaços de educação permanente.

Palavras-chave: Inclusão Social; Ciências da Nutrição; Manipulação de Alimentos.

Área do Conhecimento: Ciências da Saúde.

Origem: Ensino.

Instituição Financiadora/Agradecimentos: Universidade Federal da Fronteira Sul UFFS.

[1] Thalia Stefany de Castro Vassão. Nutrição. Universidade Federal da Fronteira Sul campus Realeza/PR. thaliavassao@gmail.com.

[1] Gabriela Hilbig. Nutrição. Universidade Federal da Fronteira Sul campus Realeza/PR. gabrielamaninha21@gmail.com.

[1] Maria Luiza Costa Saraiva. Nutrição. Universidade Federal da Fronteira Sul campus Realeza/PR. malusaraiva0506@gmail.com.

[2] Dra. Flávia Pascoal Ramos. Nutrição. Universidade Federal da Fronteira Sul campus Realeza/PR. flavia.ramos@uffs.edu.br.

[2] Dra. Julia Oliveira Penteadó. Nutrição. Universidade Federal da Fronteira Sul campus Realeza/PR. julia.penteadó@uffs.edu.br