

**AÇÕES DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL DESENVOLVIDAS
PELOS ALUNOS EXTENSIONISTAS DE UM PROJETO DE EXTENSÃO
UNIVERSITÁRIA NA ÁREA CLÍNICA AMBULATORIAL**

Caroline De Maman Oldra¹

Mariluci dos Santos Fortes²

Bruna Aparecida Ribeiro Rel²

Julia Carvalho Lima²

Kátia Luana Jaskulski²

Vanusa Cavalheiro²

Maiara Frigo²

Gelvani Locateli²

Everlin Massing²

Ariane de Lurdes Gomes Bueno²

Thaiane da Silva Rios³

Franciele Aparecida de Oliveira Câmara³

Márcia Fernandes Nishiyama⁴

Eloá Angélica Koehnlein⁵

Késia Zanuzo⁶

¹Acadêmica do Curso de Nutrição da UFFS Campus Realeza. Bolsista PIBEX/UFFS do projeto de extensão aprovado no Edital N° 804/UFFS/2014. E-mail: carol_oldra@hotmail.com.

²Acadêmicas do Curso de Nutrição da UFFS Campus Realeza. Voluntárias do projeto de extensão aprovado Edital N° 804/UFFS/2014. E-mail: lucci.utfpr@gmail.com, brunarel6@gmail.com, carvalhouffs@gmail.com, katialuanajaskulski@gmail.com, vanuusacavalheiro@gmail.com, maiarafrigo29@gmail.com, gelvanilocateli@gmail.com, everlinmassing@gmail.com, buanoariane.g.b@gmail.com.

³Acadêmicas do Curso de Nutrição da UFFS Campus Realeza. Colaboradoras. E-mail: thaiane_rios2@hotmail.com, francamara85@gmail.com.

⁴Docente do Curso de Nutrição da UFFS Campus Realeza. Colaboradora do projeto de extensão aprovado no Edital N° 804/UFFS/2014. Email: marciafernandesnutri@gmail.com.

⁵Docente do Curso de Nutrição da UFFS Campus Realeza. Coordenadora do projeto de extensão aprovado no Edital N° 804/UFFS/2014. E-mail: eloa.koehnlein@uffs.edu.br.

⁶Nutricionista Responsável Técnico da Clínica Escola de Nutrição da UFFS Campus Realeza. Colaboradora projeto de extensão aprovado no Edital N° 804/UFFS/2014. E-mail: kesiazanuzo@gmail.com.

O desenvolvimento de ações de educação alimentar e nutricional (EAN) são de extrema importância, pois se apresentam como estratégias que visam impulsionar a cultura e o verdadeiro significado de uma alimentação saudável, respeitando as necessidades individuais, as crenças e os valores. Neste mesmo sentido, as formas de abordagens educativas tomadas em EAN devem privilegiar os processos ativos, tendo como foco principal a realidade de cada indivíduo, sua família e grupo, de modo a proporcionar uma integração permanente entre teoria e prática, com vistas à disseminação de informações sobre a prevenção de agravos e a promoção da saúde. Diante disso, o presente estudo teve como objetivo realizar educação nutricional em grupos de acordo com suas necessidades nutricionais fisiológicas ou patológicas, assim como, suas descrições de ações que foram realizadas no município de Realeza e região Sudoeste do Paraná. Tais ações foram executadas pelas participantes do projeto de extensão intitulado “Atenção Nutricional para indivíduos e grupos atendidos na Clínica Escola de Nutrição da Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS)”. As ações foram desenvolvidas a partir de demandas que surgiram de forma espontânea de escolas, empresas, instituições religiosas e filantrópicas interessadas, por meio do contato com a Clínica Escola de Nutrição, e foram realizadas nas dependências da Clínica Escola de Nutrição, nas próprias empresas e em eventos abertos realizados em praças, centros de eventos e sedes de instituições. Os materiais utilizados durante as ações foram elaborados de acordo com a faixa etária e solicitação da temática, e eram apresentados em power point. Materiais educativos que demonstravam as quantidades de sal, açúcar e gordura presentes em alguns alimentos e réplicas de alimentos, também foram expostos ao público. Entre os meses de abril de 2015 e julho de 2016, foram realizadas um total de 12 ações de EAN, as quais atingiram aproximadamente 450 pessoas, abrangendo desde pré-escolares até indivíduos idosos. O tema central abordado nessas ações foi alimentação saudável e o papel do Nutricionista perante a prevenção de doenças, recuperação da saúde, educação alimentar e qualidade de vida, enfatizando-se a importância do consumo de frutas, legumes e verduras (FLV), ingestão adequada de água e o incentivo para a prática de atividade física, além de especificidades para cada demanda e faixa etária, de modo a contribuir para o entendimento e disseminação das informações apresentadas. Através da realização destas ações de EAN foi possível observar que os indivíduos possuíam inúmeros conhecimentos sobre alimentação e nutrição, contudo estes não estavam pautados cientificamente e não possuíam orientação de profissionais qualificados. Deste modo, torna-se necessária a disseminação de informações científicas, mas em uma linguagem informal e direcionada, para assim contribuir para a promoção de hábitos alimentares saudáveis e para a melhoria da qualidade de vida destes indivíduos.

Palavras-chave: Palestras; Prevenção de agravos; Promoção da saúde.