Anais do SEPE – Seminário de Ensino, Pesquisa e Extensão da UFFS
Vol. VII (2017) – ISSN 2317-7489

AÇÕES DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL PARA ADOLESCENTES DESENVOLVIDAS PELOS ALUNOS DE UM PROJETO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA NA ÁREA DE NUTRIÇÃO CLÍNICA AMBULATORIAL

Bruna Aparecida Ribeiro Rel [1]
Eslen Giovana da Silva Cordeiro [1]
Mateus Antonio Biancatto [1]
Andressa Tubaretta Brugalli [1]
Késia Zanuzo [2]
Márcia Fernandes Nishiyama [3]
Eloá Angélica Koehnlein [3]

Categoria: Extensão [4]

Resumo: Os hábitos alimentares são construídos ao longo da vida, sendo fortemente influenciados nas fases da infância e da adolescência. Levando em consideração tal afirmação, é possível perceber a importância do conhecimento de uma alimentação saudável, por meio de ações de educação alimentar e nutricional (EAN), para viabilizar a obtenção de hábitos alimentares saudáveis desde cedo. Esse estudo teve como objetivo descrever as ações de EAN realizadas pelos participantes do projeto de extensão intitulado "Atenção Nutricional aos 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, por meio do contato com a Clínica-escola de Nutrição, e foram realizadas nas dependências da mesma. O público-alvo das ações foram adolescentes de Realeza-PR. Os materiais e recursos utilizados durante as ações foram elaborados de acordo com a faixa etária e solicitação da temática. Utilizou-se data-show para projeção de imagens e materiais educativos que demonstravam as quantidades de sal e açúcar presentes em alguns alimentos industrializados, bem como réplicas de alimentos, para realização de atividade prática. Foram realizadas 2 atividades entre o período de maio a junho de 2017. No mês de maio foi realizada uma atividade envolvendo alunos do 5º ano de uma escola municipal de Realeza, atingindo cerca de 35 alunos de aproximadamente 10 anos. Já no mês de junho, foi realizada uma atividade com alunos do 6º ao 9º ano

[1] Acadêmicos do Curso de Nutrição da UFFS Campus Realeza. Voluntários do projeto de extensão de demanda espontânea. E-mail: brunarel6@gmail.com, eslengeovana01@gmail.com, biancattomateus@gmail.com, andressabrugalli@gmail.com
[2] Nutricionista Responsável Técnica da Clínica-escola de Nutrição da UFFS Campus Realeza. E-mail: kesiazanuzo@gmail.com
[3] Docentes do Curso de Nutrição da UFFS Campus Realeza. E-mail: marcia.nishiyama@uffs.edu.br, eloa.koehnlein@uffs.edu.br
[4] Formato: Comunicação oral

de uma escola particular do município de realeza, atingindo aproximadamente 60 alunos com a faixa etária variável de 11 à 14 anos. O tema central abordado em ambas as ações foi a construção de um prato saudável, enfatizando-se a importância do consumo de frutas, legumes e verduras (FLV), ingestão adequada de água e o incentivo à prática de atividade física. Por meio da realização destas ações de EAN foi possível observar que os indivíduos eram detentores de inúmeros conhecimentos acerca da alimentação e nutrição, bem como possuíam diversas dúvidas sobre o assunto. Deste modo, a propagação de informações científicas torna-se necessária, atentando-se para uma linguagem adequada para o público alvo, visando a correta transmissão e consequente compreensão dos conteúdos repassados, afim de auxiliar na promoção de hábitos alimentares saudáveis e contribuir para a melhoria da qualidade de vida destes indivíduos.

Palavras-chave: Palestras. Alimentação saudável. Promoção da saúde.