



1ª Feira de Alimentos do curso de Nutrição: a extensão universitária como promotora da educação alimentar e nutricional

ANNA BEATRIZ SANTANA LUZ
MAYARA SANTA ROSA LIMA
TAÍSE ANDRADE DA ANUNCIAÇÃO
WANESSA KARINE DA SILVA LIMA

1st Food Fair of the Nutrition course:
university extension as a promoter of
food and nutrition education

1ª Feira de Alimentos do curso de Nutrição: a extensão universitária como promotora da educação alimentar e nutricional

1st Food Fair of the Nutrition course: university extension as a promoter of food and nutrition education

PALAVRAS-CHAVE:
ALIMENTAÇÃO
SAUDÁVEL. EXTENSÃO
UNIVERSITÁRIA.
LUDICIDADE.
ORIENTAÇÕES
NUTRICIONAIS.
ROTULAGEM DE
ALIMENTOS.

KEYWORDS:
HEALTHY DIET.
UNIVERSITY EXTENSION.
LUDICITY. NUTRITIONAL
GUIDELINES. FOOD AND
NUTRITION LABELING.

RESUMO A prática pedagógica tem como princípio estruturante uma aprendizagem que transcenda a sala de aula, com o intuito de estimular a capacidade de autoconhecimento, a criatividade e o desenvolvimento individual e colaborativo. No contexto da Educação Alimentar e Nutricional, é fundamental a realização de atividades baseadas em metodologias ativas e lúdicas para alcançar esses objetivos. Este trabalho corresponde a um relato de experiência sobre um evento de extensão, especificamente, uma feira de alimentos, desenvolvida por docentes e estudantes do curso de nutrição da Universidade Federal do Recôncavo da Bahia, como forma de proporcionar atividades de intervenção nutricional para a comunidade acadêmica e não acadêmica, contribuindo para a autonomia da população, no que diz respeito às escolhas alimentares saudáveis, e favorecendo o processo de ensino-aprendizagem dos atores envolvidos. Para a atividade, foram utilizadas diferentes metodologias, desenvolvidas a partir de quatro estações de trabalho, de forma expositiva-dialogada, por meio de jogos, da visualização e do imagético. Ao final da atividade, pôde-se perceber que os estudantes e o público envolvido desenvolveram postura ativa e participativa. Ressalta-se a importância de atividades lúdicas, especialmente no contexto da nutrição, pois contribuem para o aprendizado, para o estabelecimento de interação com a comunidade acadêmica e não acadêmica e, conseqüentemente, para a disseminação de hábitos alimentares mais saudáveis dentro do ambiente universitário e para além das fronteiras da instituição.

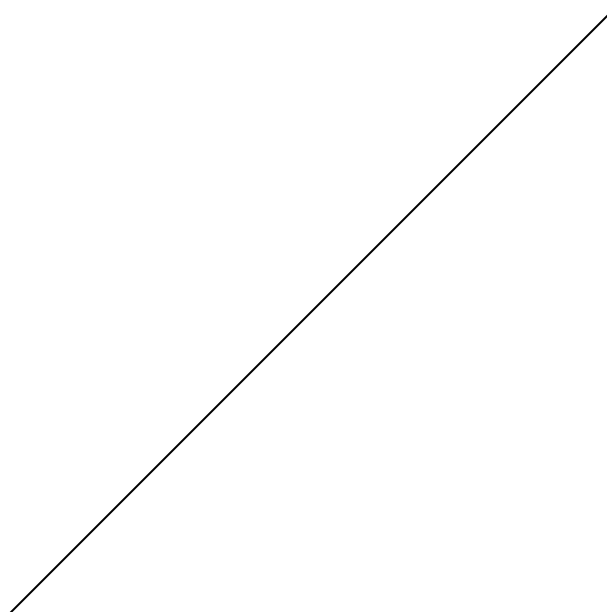
ABSTRACT The pedagogical practice has as its structuring principle a learning that transcends the classroom, in order to stimulate the capacity for self-knowledge, creativity and individual and collaborative development. In the context of food and nutrition education, it is essential to carry out activities based on active and playful methodologies to achieve these objectives. This work is an experience report about an extension event, specifically a food fair, developed by professors and students of the nutrition course at the Federal University of Recôncavo da Bahia, as a way of provide nutritional intervention activities for the academic and non-academic community, contributing to the population's autonomy regarding healthy food choices and favoring the teaching-learning process of the actors involved. For the activity, different methodologies were used, from four workstations, in an expositive-dialogue way, through games, visualization and imagery. At the end of the activity, it could be seen that the students and the public involved developed an active and participatory attitude. The importance of recreational activities is highlighted, especially in the context of nutrition, as they contribute to learning, to establishing interaction with the academic and non-academic community and, consequently, to the dissemination of healthier eating habits within the university environment and beyond the institution's borders.

ANNA BEATRIZ SANTANA LUZ *Doutora em Bioquímica e Biologia Molecular. Docente da Universidade Federal do Recôncavo da Bahia. E-mail: annabeatriz@ufrb.edu.br*

MAYARA SANTA ROSA LIMA *Doutora em Bioquímica e Biologia Molecular. Docente da Universidade Federal do Recôncavo da Bahia. E-mail: mayara.lima@ufrb.edu.br*

TAÍSE ANDRADE DA ANUNCIACÃO *Mestra em Alimentos, Nutrição e Saúde. Doutoranda no Programa de Pós-Graduação em Medicina e Saúde da Universidade Federal da Bahia. E-mail: taiseaandrade@gmail.com*

WANESSA KARINE DA SILVA LIMA *Mestra em Microbiologia Agrícola. Docente do Centro Universitário Maria Milza. E-mail: wanessakarinedasilvalima@gmail.com*



INTRODUÇÃO A estrutura curricular do Curso de Nutrição da Universidade Federal do Recôncavo da Bahia (UFRB) é composta por eixos e módulos interdisciplinares e busca superar o enfoque unidisciplinar e fragmentado da formação acadêmica do profissional nutricionista. Em vista disso, a prática pedagógica tem como princípio estruturante uma aprendizagem que transcenda a sala de aula, bem como aplique-se à construção de uma sociedade solidária, que favoreça a promoção da saúde individual e coletiva (Brasil, 2021).

As práticas pedagógicas voltadas para o desenvolvimento de aprendizagem que faça sentido para a vida dos estudantes exigem pessoas ativas e reflexivas, e necessitam que as instituições assumam

um currículo mais fluido e coerente com o contexto social. Essa estrutura curricular permite a experimentação e apresenta sistemas de aprendizagem que desenvolvem a capacidade de autoconhecimento, a criatividade, o desenvolvimento individual e colaborativo (Conceição; Schneider; Soeira, 2019).

Nesse contexto, atividades de extensão na Universidade têm um importante papel, uma vez que constituem um processo interdisciplinar, político educacional, cultural, científico e tecnológico, que promove interação com outros setores da sociedade (Brasil, 2018). Atrelado a isso, a Educação Alimentar e Nutricional (EAN) representa uma estratégia muito utilizada nas ações de desenvolvimento profissional, como forma de promoção de práticas alimentares saudáveis. Trata-se de uma ferramenta fundamental para a prevenção e controle dos problemas alimentares e nutricionais que acometem a sociedade (Brasil, 2012).

Dessa forma, o presente trabalho visa relatar a experiência exitosa da 1ª Feira de Alimentos organizada pelo Curso de Nutrição do Centro de Ciências da Saúde – UFRB, um evento que teve como objetivo contribuir para a consolidação de conhecimentos e formação interdisciplinar dos estudantes envolvidos, bem como para a promoção da educação alimentar e nutricional e integração da comunidade acadêmica e não acadêmica, por meio de atividades lúdicas.

METODOLOGIA A feira de alimentos foi realizada no dia 17 de maio de 2023, no turno matutino, no espaço externo do pavilhão de aulas do Centro de Ciências da Saúde da UFRB, de forma a atrair o maior número de pessoas para participar das atividades. O evento foi aberto a todos os estudantes do campus, docentes, técnicos-administrativos, demais colaboradores da universidade e à comunidade não acadêmica.

A feira foi resultado de uma atividade interdisciplinar, organizada por oito docentes e doze estudantes do curso de Nutrição, participantes de dois componentes curriculares, “Alimentação e Nutrientes” e “Processos Tecnológicos, Dietéticos e de Segurança Alimentar e Nutricional”. A atividade foi realizada ao final do semestre letivo e permitiu colocar em prática conhecimentos trabalhados em sala de aula de ambos os componentes durante o período. Isso possibilitou a articulação entre os conteúdos das áreas de Práticas de Cuidado em Saúde – Nutrição e Ciência dos Alimentos, favorecendo a interdisciplinaridade.

Para as atividades, os estudantes foram divididos em grupos e distribuídos em quatro estações de trabalho no espaço do evento, para abordar, de forma criativa e lúdica, os temas:

- **ESTAÇÃO 1.** Aquisição e armazenamento de produtos alimentícios;
- **ESTAÇÃO 2.** Classificação dos alimentos com base no Guia Alimentar para a População Brasileira;
- **ESTAÇÃO 3.** Composição nutricional, fontes alimentares e porções de alimentos;
- **ESTAÇÃO 4.** Rotulagem de alimentos como ferramenta de orientação nutricional.

Cada grupo, sob supervisão docente, buscou abordar os temas por meio de dinâmicas e estratégias lúdicas, utilizando material ilustrativo, como forma de aprofundar-se nos assuntos que mais geram dúvidas no público; bem como buscou promover a interação entre os participantes durante o evento.

DESCRIÇÃO DAS ATIVIDADES PRÁTICAS DESENVOLVIDAS A primeira estação foi voltada para orientar sobre a seleção e aquisição de produtos alimentícios para consumo doméstico e sobre a maneira correta de armazená-los. Inicialmente, foi questionado como o público realizava essas etapas importantes para a garantia de uma alimentação saudável, por meio da simulação de um ambiente para aquisição dos alimentos, com o uso de carrinho de supermercado e prateleiras e, posteriormente, com maquete da geladeira e armários para o armazenamento (Figura 1). A partir disso, os estudantes puderam orientar acerca dos principais cuidados que devem ser tomados para a aquisição de alimentos, seja em feiras livres ou em supermercados. Além disso, forneceram informações para a correta estocagem e armazenamento seguro dos produtos no domicílio, de acordo com o tipo do alimento e seu grau de perecibilidade.

Destaca-se que a abordagem em Educação Alimentar e Nutricional deve se aproximar do cotidiano das pessoas e permitir o estabelecimento de vínculos entre o processo pedagógico, as realidades e as necessidades dos envolvidos (Brasil, 2012). Assim, percebeu-se que a estratégia de deixar os participantes livres para escolha dos alimentos e para exibir a maneira que adquirem e armazenam foi bastante promissora, possibilitando naturalidade, maior socialização e troca de saberes.

A segunda estação foi organizada com o objetivo de explicar ao público como os alimentos podem ser classificados, segundo o Guia Alimentar para a População Brasileira (Brasil, 2014), tanto em relação aos grupos alimentares, como de acordo com o grau de processamento empregado na sua produção (Figura 2). Cada grupo corresponde a um conjunto de alimentos, que possui uso culinário e perfil nutricional semelhantes. Referente a cada um dos grupos, foram apresentados exemplos de alimentos para que fosse possível observar as variedades existentes, os principais usos culinários e formas de preparo. Neste momento, foi discutido com o público a importância e benefícios do consumo.

Adicionalmente, também foi apresentada a classificação dos alimentos de acordo com o seu nível de processamento (*in natura* e minimamente processados, processados e ultraprocessados, além dos ingredientes culinários), juntamente com as orientações sobre o consumo desses tipos de alimentos e de como eles devem estar presentes no dia a dia do consumidor, a fim de garantir uma alimentação saudável.

Após a exposição, realizou-se um jogo com imagens de alimentos em diferentes graus de processamento, para propiciar maior interação com o público e perceber se os conceitos foram compreendidos (Figura 3). Para o jogo, foram construídas cartas com diferentes alimentos e graus de processamento, separados por grupo. O público foi solicitado a escolher os alimentos e fixá-los em um painel, com base no grau de processamento.

É notório que o tipo de processamento empregado na produção dos alimentos condiciona o perfil de nutrientes, o gosto e o sabor que



FIGURA 1 - AMBIENTE DOMÉSTICO SIMULADO PARA DINÂMICA DE AQUISIÇÃO E ARMAZENAMENTO DE PRODUTOS ALIMENTÍCIOS. /FONTE: ARQUIVO PRÓPRIO (2023).



FIGURA 2 - RECORTE DA EXPOSIÇÃO DOS GRUPOS DE ALIMENTOS. /FONTE: ARQUIVO PRÓPRIO (2023).



FIGURA 3 - JOGO DOS GRUPOS DE ALIMENTOS. /FONTE: ARQUIVO PRÓPRIO (2023).

agregam à alimentação, além de influenciar com quais outros alimentos serão consumidos, em que circunstâncias e em que quantidade. Ademais, o impacto social e ambiental da produção também pode ser influenciado pelo tipo de processamento utilizado e quantidade de resíduo gerado (Brasil, 2014). Diante disso, conhecer os alimentos e sua classificação em relação ao processamento é de extrema importância para que seja garantido o direito humano à alimentação adequada e saudável.

Portanto, considerou-se positiva a estratégia de orientar o público sobre a aquisição dos alimentos conforme seu nível de processamento, destacando a importância do consumo de alimentos *in natura* e minimamente processados, atrelado à redução dos ultraprocessados. Nessa dinâmica, por meio do jogo, o público pôde perceber, a partir de imagens, as modificações que ocorrem com o alimento *in natura* no processo de industrialização, gerando participação, curiosidade e conhecimento.

A terceira estação enfatizou a composição nutricional dos alimentos, bem como trabalhou, de maneira lúdica, recomendações sobre suas porções de consumo (Figura 4). Foram apresentadas ao público as quantidades de sal, açúcar e gordura presentes em alguns produtos alimentícios (*in natura* e ultraprocessados), agregando à classificação apresentada na estação anterior, com foco no Guia Alimentar para a População Brasileira (Brasil, 2014). Esses ingredientes, se consumidos em excesso, podem aumentar o risco de desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), o que ressalta a importância de orientações nutricionais quanto ao seu consumo. De acordo com a World Health Organization – WHO (2022), dietas não saudáveis estão entre os fatores que aumentam o risco de óbito provocado por DCNT, tais como doenças cardiovasculares, cânceres, doenças respiratórias crônicas e diabetes.

Observou-se que demonstrar para o público, por meio do imagético, as quantidades desses ingredientes contidos nos alimentos ultraprocessados, indo além de apresentar os valores de gramatura que estão nos rótulos, mas traduzindo-os em medidas caseiras visualizadas ao vivo, foi bastante relevante. Repetidamente, ver as quantidades de sal, açúcar e gordura, que eram apresentadas dentro de saquinhos plásticos, foi motivo de surpresa para os participantes, uma vez que foi possível perceber o excesso desses ingredientes nos produtos industrializados.

243

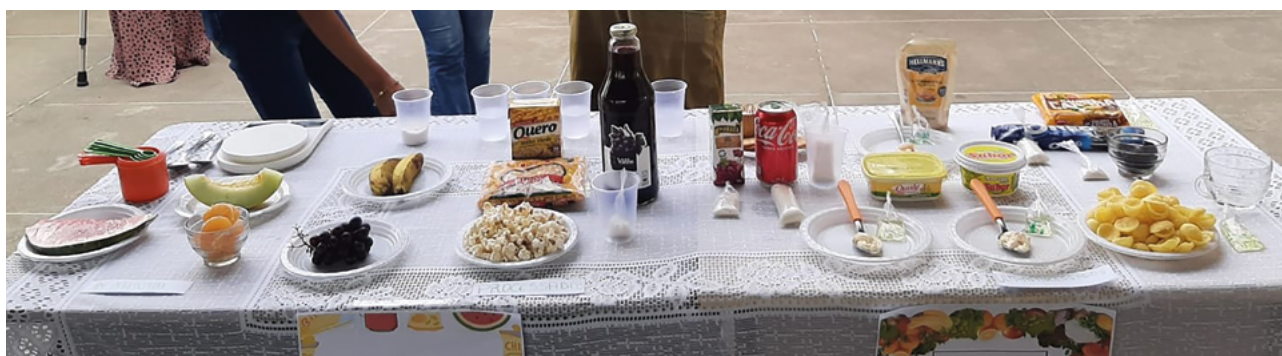


FIGURA 4 – PRODUTOS ALIMENTÍCIOS E REPRESENTAÇÃO DA SUA COMPOSIÇÃO. /FONTE: ARQUIVO PRÓPRIO (2023).

Desse modo, informações confiáveis acerca de características e determinantes da alimentação adequada e saudável contribuem para que pessoas, famílias e comunidades ampliem a autonomia, a fim de fazer boas escolhas alimentares (Brasil, 2014), possibilitando melhor qualidade de vida e bem-estar. Portanto, essas atividades são consideradas de grande importância para promover hábitos saudáveis.

A quarta estação foi direcionada para a utilização da rotulagem de alimentos como ferramenta de educação alimentar e nutricional. Os estudantes prepararam material educativo para orientar o público na leitura de rótulos dos produtos alimentícios, esclarecendo dúvidas e destacando itens importantes que devem ser cuidadosamente verificados na embalagem de tais produtos (Figura 5).



FIGURA 5 – APRESENTAÇÃO DOS ITENS DA ROTULAGEM DE ALIMENTOS. /FONTE: ARQUIVO PRÓPRIO (2023).

O público participante demonstrou interesse e curiosidade pela dinâmica. Muitos desconheciam sobre como fazer a adequada leitura dos rótulos e, com a atividade, puderam praticar e entender sobre a composição dos alimentos e sua qualidade nutricional. Também foi discutido sobre a nova rotulagem frontal, cuja normatização é estabelecida pela Resolução de Diretoria Colegiada – RDC nº 429 e pela Instrução Normativa nº 75, publicadas pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) em outubro de 2020, de forma a contribuir para escolhas alimentares mais conscientes e saudáveis.

De acordo com Machado *et al.* (2006), os rótulos são elementos de comunicação entre o produto e os consumidores, e devem auxiliá-los na decisão de compra, aumentando a eficiência do mercado e o bem-estar do consumidor. Desse modo, destaca-se que é de extrema relevância conhecer os rótulos dos produtos antes de sua aquisição. Portanto, a atividade de educação alimentar e nutricional, utilizando a rotulagem como ferramenta, é uma estratégia bastante interessante, visto que possibilita abordar a composição nutricional do produto e alertar sobre as melhores escolhas alimentares.

Ademais, é válido evidenciar a importância da realização da atividade no espaço externo do pavilhão de aulas do Centro de Ciências da Saúde da UFRB, local que possibilitou o contato com outros estudantes de graduação da área de saúde, que posteriormente serão multiplicadores do conhecimento. Porém, percebeu-se que a participação da comunidade não acadêmica no evento foi limitada, possivelmente em razão da menor divulgação da feira fora da Universidade (apenas por meio de redes sociais), comparada àquela que foi feita junto à comunidade acadêmica, que foi também presencial. A maior participação de estudantes e servidores também foi facilitada pela realização do evento nas dependências da instituição. Pela dinâmica da atividade, não foi possível quantificar o número de pessoas participantes, nem caracterizá-las.

Nesse sentido, sugere-se que outras atividades semelhantes sejam realizadas para estimular o compartilhamento de conhecimento de maneira interdisciplinar, e proporcionar diferentes experiências à comunidade acadêmica e não acadêmica. Seria interessante também programar o evento para diferentes turnos, como forma de ampliar o público, e realizar o registro dos participantes, por meio de um livro de assinaturas, por exemplo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS A utilização de práticas pedagógicas extensionistas, interdisciplinares e metodologias ativas contribuiu de forma relevante para o aprendizado dos estudantes nos componentes curriculares de “Alimentação e Nutrientes” e “Processos Tecnológicos, Dietéticos e de Segurança Alimentar e Nutricional”, melhorando o processo de aprendizagem, contribuindo para uma visão prática dos conteúdos abordados e das inúmeras teias de relações existentes no campo da nutrição, por meio de situações do dia a dia. Dessa forma, foi possível garantir o desenvolvimento de competências positivas para a formação dos estudantes e sua atuação profissional, enquanto indivíduos promotores de saúde e qualidade de vida.

Ressalta-se que a atividade contribuiu não apenas para o desenvolvimento dos estudantes, mas para os docentes envolvidos em todo o processo de promoção do evento, assim como para outros estudantes da área de saúde, colaboradores da Universidade e para o público não acadêmico. Os participantes da ação interagiram e expressaram suas experiências e hábitos alimentares, além de terem demonstrado curiosidade, por meio de perguntas pertinentes aos temas abordados. A realização de metodologias ativas, lúdicas e interdisciplinares estimula uma postura crítico-reflexiva, contribuindo na formação profissional do estudante, enquanto agente atuante no contexto social e regional, o que fortalece o papel extensionista da Universidade.

REFERÊNCIAS

BRASIL. **Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome.** Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas. Brasília: Ministério do Desenvolvimento Social; 2012.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia Alimentar para a população brasileira.** 2. ed. Brasília, 2014. 156 p.

BRASIL. Ministério da Educação. **Resolução CNE/CES nº. 7, de 18 de dezembro de 2018.** Estabelece as Diretrizes para a Extensão na Educação Superior Brasileira e regimenta o disposto na Meta 12.7 da Lei nº 13.005/2014 que aprova o Plano Nacional de Educação – PNE 2014-2024 e dá outras providências. Brasília, DF, 2018. Disponível em: http://portal.mec.gov.br/index.php?option=com_docman&view=download&alias=104251-rces007-18&category_slug=dezembro-2018-pdf&Itemid=30192. Acesso em 05 mar. 2024.

BRASIL. Ministério da Educação. Universidade Federal do Recôncavo da Bahia. **Projeto Pedagógico do Curso.** 2021. Disponível em: https://www.ufrb.edu.br/ccs/images/AscomCCS/NUTRICA0/2021/PPC_Nutrio.pdf. Acesso em 22 jul. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde/Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Resolução da Diretoria Colegiada – RDC 429, de 08 de outubro de 2020.** Disponível em: http://antigo.anvisa.gov.br/documents/10181/3882585/RDC_429_2020_.pdf/9dc15f3a-db4c-4d3f-90d8-ef4b80537380. Acesso em 22 jul. 2023.

CONCEIÇÃO, S. S.; SCHNEIDER, H. N.; SOEIRA, E. R. **Pedagogia Freiriana: O currículo e a prática pedagógica no processo de aprendizagem.** e-Curriculum, São Paulo, v.17, n.1, p. 204-229, 2019. DOI <http://dx.doi.org/10.23925/1809-3876.2019v17i1p204-229>.

MACHADO, S. S.; SANTOS, F. O.; ALBINATI, F. L.; SANTOS, L. P. R. **Comportamento dos consumidores com relação à leitura de rótulo de produtos alimentícios.** Alimentos e Nutrição, Araraquara, v. 17, n. 1, p. 97-103, 2006.

PHILIPPI JR, A.; SILVA NETO, A. J. (Org.). **Interdisciplinaridade em Ciência, Tecnologia & Inovação.** Barueri, SP: Manole, 2011.

SANTOS, L.. **O fazer educação alimentar e nutricional: algumas contribuições para reflexão.** Ciência & Saúde Coletiva, 2012, Rio de Janeiro, v. 17, n. 2, p. 453-462. DOI <http://doi.org/10.590/S1413-81232012000200018>.

World Health Organization – WHO. **Noncommunicable diseases, 2022.** Disponível em: <https://www.who.int/>. Acesso em: 27 jul. 2023.