



RELATO DE EXPERIÊNCIA: DESENVOLVIMENTO DE UM PROJETO DE EXTENSÃO INTEGRATIVO EM NUTRIÇÃO

Louyse Sulzbach Damázio

Universidade do Extremo Sul Catarinense
louyse3@unesc.net

Alessandra Zanette Ghisi

Universidade do Extremo Sul Catarinense
alessandra@unesc.net

Fabiane Maciel Fabris

Universidade do Extremo Sul Catarinense
fabifabris@unesc.net

Rita Suselaine Vieira Ribeiro

Universidade do Extremo Sul Catarinense
rsv@unesc.net

Resumo

O projeto de extensão NUTRIEXTENSÃO teve como objetivo principal proporcionar aos acadêmicos uma atividade que contribuísse com a sua formação com a articulação prática do conhecimento científico do ensino e da pesquisa e as necessidades da comunidade onde a universidade se insere na cidade de Criciúma/SC. Foram executadas atividades de consulta nutricional, sala de espera e atividades de educação alimentar e nutricional entre outubro e dezembro de 2022. Materiais de educação alimentar e nutricional foram desenvolvidos durante o período do projeto, auxiliando nas práticas propostas. O projeto foi eficaz em aproximar às acadêmicas a comunidade, desenvolvendo habilidades em diferentes áreas de atuação da futura profissão. Desenvolver projetos de extensão é de extrema importância para inserir o aluno em novas realidades e capacitá-lo para o mercado de trabalho de forma ampla e dinâmica. Ressalta-se a importância de mais projetos que contemplem uma visão ampla da nutrição para a formação dos graduandos generalistas em Nutrição.

Palavras-chave: Educação Alimentar e Nutricional; Extensão Universitária; Nutrição.

EXPERIENCE REPORT: DEVELOPMENT OF AN INTEGRATIVE EXTENSION PROJECT IN NUTRITION

Abstract

The main objective of the NUTRIEXTENSÃO extension project was to provide academics with an activity that would contribute to their training with the practical articulation of scientific knowledge from teaching and research and the needs of the community where the university is located in the city of Criciúma/SC. Nutrition consultation, waiting room and food and nutrition education activities were carried out between October and December 2022. Food and nutrition education materials were developed during the project period, helping with the proposed practices. The project was effective in bringing the academics closer to the community, developing skills in different areas of activity for the future profession. Developing extension projects is extremely important to insert students into new realities and enable them to enter the job market in a broad and dynamic way. It is important to highlight the importance of more projects that include a broad view of nutrition for the training of generalist undergraduate students in Nutrition.

Keywords: Food and Nutrition Education; University Extension; Nutrition.

REPORTE DE EXPERIENCIA: DESARROLLO DE UN PROYECTO DE EXTENSIÓN INTEGRADORA EN NUTRICIÓN

Resumen

El proyecto de extensión NUTRIEXTENSÃO tuvo como objetivo principal proporcionar a los académicos una actividad que contribuyera a su formación con la articulación práctica del conocimiento científico de la enseñanza y la investigación con las necesidades de la comunidad donde la universidad está ubicada en la ciudad de Criciúma/SC. Las actividades de consulta nutricional, sala de espera y educación alimentaria y nutricional se realizaron entre octubre y diciembre de 2022. Durante el período del proyecto se desarrollaron materiales de educación alimentaria y nutricional que ayudaron con las prácticas propuestas. El proyecto fue efectivo para acercar a los académicos a la comunidad, desarrollando habilidades en diferentes áreas de actividad para la futura profesión. Desarrollar proyectos de extensión es de suma importancia para insertar a los estudiantes en nuevas realidades y posibilitar su inserción en el mercado laboral de una forma amplia y dinámica. Es importante resaltar la importancia de más proyectos que incluyan una visión amplia de la nutrición para la formación de estudiantes generalistas de pregrado en Nutrición.

Palabras clave: Educación Alimentaria y Nutricional; Extensión Universitaria; Nutrición.



INTRODUÇÃO

A Universidade do Extremo Sul Catarinense (UNESC) é uma universidade comunitária fundada em 1970 e foi a primeira instituição de nível superior a ser implantada no sul do estado de Santa Catarina. É localizada no município de Criciúma, no sul de Santa Catarina e atua através do ensino, pesquisa e extensão em diversas áreas do conhecimento.

As Clínicas Integradas são uma estrutura da área da saúde da UNESC e têm como missão a assistência, o ensino e a pesquisa em ciências da saúde. Nas Clínicas Integradas são oferecidos diversos serviços em diversas áreas, como: medicina, nutrição, enfermagem, fisioterapia, odontologia, psicologia, farmácia e SOS.

A extensão universitária proporciona a interação entre a universidade e a comunidade. Este processo é capaz de demonstrar a realidade do ambiente e fortalecer uma relação dinâmica entre academia e as pessoas que ali residem. O papel fundamental para a construção do conhecimento e experiências dos universitários, colocando-os como protagonistas da socialização do conhecimento e propagação do serviço das Instituições de Ensino Superior. O acadêmico exerce a sua responsabilidade social junto a Universidade, e assim, proporciona uma melhor qualidade na assistência da comunidade. Compreende-se que a extensão pode promover o desenvolvimento humano e social de todos aqueles envolvidos: alunos, professores, funcionários e comunidade (QUEIROZ NETO; ALVES, 2017).

A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) faz parte da atuação do nutricionista, e existe com a finalidade de desenvolver ações que envolvam aspectos relacionados ao alimento e alimentação, os processos de produção, abastecimento e transformação aos aspectos nutricionais. A EAN possibilita a prevenção e controle das doenças crônicas não transmissíveis e deficiências nutricionais; o respeito por diferentes culturas alimentares; a valorização de hábitos regionais; diminuição do desperdício de alimentos; alimentação saudável e o incentivo do consumo consciente e sustentável (BRASIL, 2012).

Neste contexto, a EAN tem por finalidade contribuir para a promoção e a proteção da saúde, através de uma alimentação adequada e saudável, desempenhando seu crescimento e desenvolvimento humano conforme as políticas públicas em alimentação e nutrição (PNAN, 2012).

As mudanças no padrão alimentar brasileiro caminham com mudanças histórias relacionadas ao estudo da alimentação. Políticas públicas e ações governamentais vêm se reinventando ao longo dos anos e com isso, novas pesquisa e propostas surgem para suprir as demandas atuais. De qualquer modo, há uma crescente necessidade de o nutricionista estar atento

Relato de experiência: desenvolvimento de um projeto de extensão integrativo em nutrição

a estes dados, já que podemos ver, ao mesmo tempo, o aumento da prevalência da obesidade, mas também de insegurança alimentar no nosso país (SANTOS et al., 2019).

Compreendendo o ser humano e sua inserção nas diferentes dimensões sociais, culturais e econômicas, fundamentais para promoção, prevenção, manutenção e recuperação da saúde de indivíduos e/ ou grupos populacionais, os projetos de extensão se tornam necessários para a construção do conhecimento e vivências na formação acadêmica. Além de contribuir para melhoria da qualidade de vida, norteado pelos princípios éticos e científicos com reflexão sobre a realidade, integrado e comprometido com a transformação social.

Com base no exposto, este trabalho visa descrever um breve relato de experiência com o desenvolvimento do “NUTRIEXTENSÃO”, um projeto de extensão do Curso de Nutrição da Universidade do Extremo Sul Catarinense.

MATERIAIS E MÉTODOS

O projeto “NUTRIEXTENSÃO” nasceu da necessidade de unir ensino, pesquisa e extensão no curso de Nutrição. A ideia do projeto se deu, inicialmente, com a necessidade de reinventar o formato do antigo estágio voluntário nas Clínicas Integradas da instituição. A visão de todas as áreas que a universidade contempla, aplicada a nutrição, foi uma maneira de instigar os alunos a pensar de forma coletiva e além disso, levando em conta as três principais áreas da nutrição segundo a Resolução nº 600/2018, do CFN: clínica, saúde coletiva e alimentação coletiva.

O objetivo principal deste projeto foi proporcionar aos acadêmicos uma atividade que contribuísse com a sua formação com a articulação prática do conhecimento científico, do ensino e da pesquisa com as necessidades da comunidade onde a universidade se insere, interagindo e transformando a realidade social.

A proposta foi construída por uma professora do curso e coordenação. O projeto foi elaborado para durar sete semanas, duas vezes na semana, com atividades de atendimento clínico, elaboração de ações educativas em nutrição e desenvolvimento de preparações culinárias para a comunidade.

A adesão por parte dos quase trezentos acadêmicos do curso foi relativamente baixa, sendo apenas cinco acadêmicas interessadas e permaneceram apenas quatro durante a evolução das semanas. Todas as acadêmicas já haviam cursado as disciplinas de Cálculo e Análise de Dietas, Terapia Nutricional, Avaliação Nutricional e Educação Alimentar e Nutricional.

Relato de experiência: desenvolvimento de um projeto de extensão integrativo em nutrição

Para o planejamento dessas ações, diversos fatores são levados em consideração como a comunidade em que a Universidade está inserida. Para isso, o grupo de alunas foi levado até as Clínicas Integradas para conhecer a demanda mais emergente do lugar, onde o principal foco de trabalho foi estabelecido. As principais demandas de atendimento eram acerca de doenças crônicas não transmissíveis, principalmente diabetes mellitus tipo 2 e cardiopatias.

Ao retornar à sala de aula, as acadêmicas puderam debater quais estratégias poderiam ser usadas nas consultas nutricionais, como o desenvolvimento de materiais e anamneses, além de qual abordagem seria utilizada nas ações de EAN.

O debate ocorreu durante dois dias, e no último, um calendário de atividades foi proposto ao grupo, bem como a decisão das temáticas que seriam abordadas durante as ações de EAN (Quadro 1).

Quadro 1 - Atividades realizadas durante o projeto NUTRIEXTENSÃO, Criciúma – Santa Catarina, 2022.

DATA	ATIVIDADE	TEMA	RESULTADOS
24 e 26 Outubro	<ul style="list-style-type: none">• Diagnóstico da comunidade;• Planejamento das ações a serem desenvolvidas;• Debate de estratégias e metodologias.	<ul style="list-style-type: none">• Busca pelos temas das ações do semestre: doenças crônicas não transmissíveis e calendário do Ministério da Saúde.	<ul style="list-style-type: none">• Construção do calendário de ações e temáticas.
31 de Outubro	<ul style="list-style-type: none">• Elaboração dos folders para a sala de espera	<ul style="list-style-type: none">• Orientações de alimentação saudável em doenças endócrinas, ortopédicas, hematológicas e reumatológicas.	<ul style="list-style-type: none">• Desenvolvimento de quatro encartes com informações sobre alimentação saudável para cada área temática.

Relato de experiência: desenvolvimento de um projeto de extensão integrativo em nutrição

<p>03 de Novembro</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Sala de espera 	<ul style="list-style-type: none"> • Orientações de alimentação saudável em doenças endócrinas, ortopédicas, hematológicas e reumatológicas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Em relação as doenças endócrinas, foi abordado sobre a substituição de alimentos com alto índice glicêmico e como evitá-los em compras e substituições nutritivas. Nas doenças reumáticas foi abordado sobre a diminuição do uso de ultraprocessados, alimentos ricos em açúcares e sódio; e também foi indicado o uso de temperos naturais, alimentos com baixo índice glicêmico e integrais. Para as doenças ortopédicas, orientou-se sobre o consumo de cálcio, magnésio
-----------------------	--	---	---

Relato de experiência: desenvolvimento de um projeto de extensão integrativo em nutrição

			<p>e vitamina D (além da exposição solar e atividade física). Ao abordar as doenças hematológicas, falou-se sobre a formação de hemácias e sua relação com ferro, vitamina B9 e B12. Por fim, ao abordar as doenças reumatológicas, os flyers focaram em alimentos antioxidantes e antiinflamatórios, e também a sugestão da redução de sal e aumento do consumo de água para melhorar quadros de dor.</p>
07 a 23 de Novembro	<ul style="list-style-type: none"> • Consultas nutricionais 	<ul style="list-style-type: none"> • Saúde da mulher 	<ul style="list-style-type: none"> • Condução das consultas nutricionais • Elaboração dos

Relato de experiência: desenvolvimento de um projeto de extensão integrativo em nutrição

			<p>planos alimentares e orientações</p> <ul style="list-style-type: none"> • Seminário para debate dos casos clínicos • Retorno dos pacientes
28 de Novembro	<ul style="list-style-type: none"> • Desenvolvimento de materiais para as ações de EAN 	<ul style="list-style-type: none"> • Novembro Azul e “Natal e Diabetes” 	<ul style="list-style-type: none"> • Produção do biscoito de natal para pacientes com diabetes e catchup caseiro rico em licopeno para falar sobre o câncer de próstata.
03 de Dezembro	<ul style="list-style-type: none"> • Ação de Educação Alimentar e Nutricional 	<ul style="list-style-type: none"> • Novembro Azul e “Natal e Diabetes” 	<ul style="list-style-type: none"> • Distribuição dos biscoitos e catchup e orientações para os pacientes com diabetes e os funcionários homens no campus

Fonte: as autoras (2022).

Sala de espera

As atividades de sala de espera são práticas estimuladas pelo SUS, sendo também oportunidades de identificação de riscos mais evidentes. É uma chance de dialogar com a comunidade, de forma que possibilite a escuta e a intervenção de forma humanizada, sendo uma prática importante com a Política Nacional de Humanização (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2019)

Relato de experiência: desenvolvimento de um projeto de extensão integrativo em nutrição

A primeira atividade desenvolvida pelo grupo foi a elaboração de encartes para a sala de espera. No dia em questão, a sala de espera das Clínicas Integradas foi reservada às especialidades médicas de reumatologia, hematologia, endocrinologia e ortopedia. Para isso, as acadêmicas desenvolveram encartes com informações sobre alimentação saudável para cada uma destas condições.

Através da abordagem dos pacientes, houve a distribuição dos encartes e orientações nutricionais, proporcionando um primeiro contato das acadêmicas com a orientação nutricional a um grande público.

Foram feitas orientações nutricionais para endocrinologia, hematologia, reumatologia e ortopedia com base no livro de Cuppari e colaboradores (CUPPARI, 2014).

Figura 1 - Sala de espera e encartes desenvolvidos durante o projeto NUTRIEXTENSÃO, Criciúma – Santa Catarina, 2022.



Fonte: as autoras (2022).

Consultas nutricionais

As consultas nutricionais tiveram uma predominância do público feminino. O público feminino é o mais prevalente nos atendimentos do setor de Nutrição das Clínicas Integradas, e durante três semanas as discentes tiveram contato com a nutrição clínica.

O contato das acadêmicas com seus respectivos pacientes aconteceu na primeira consulta, com supervisão da professora responsável. A consulta foi conduzida pelas acadêmicas, com base

Relato de experiência: desenvolvimento de um projeto de extensão integrativo em nutrição

nos materiais de estudo fornecidos pela professora responsável e também com o conhecimento prévio das disciplinas do curso. Quando necessário, a professora auxiliou as acadêmicas nas perguntas ou avaliação antropométrica.

Após o final da consulta, houve um momento para debate do caso clínico.

Na semana seguinte, as acadêmicas puderam trazer suas propostas terapêuticas na forma de seminário, apresentado a todas as participantes do projeto. As propostas terapêuticas consistiam em estudos de caso com análise clínica, plano alimentar, materiais anexos e focos de mudança a curto, médio e longo prazo. Neste momento, houve debate dos casos e construção de condutas entre todas, proporcionando o enriquecimento do caso e visão ampliada.

Por fim, houve o retorno das pacientes para buscarem seus respectivos materiais e novas orientações foram fornecidas.

RESULTADOS E ANÁLISES

O projeto atendeu quatro pacientes em consultas nutricionais e mais de cento e nove pessoas em suas ações de educação alimentar e nutricional. Por não ser um trabalho quantitativo, não houve métodos para quantificar os resultados frente a comunidade, porém, a escuta realizada durante as ações e consultas proporcionou um retorno positivo referente ao projeto, sendo eles: compreensão da relação dos nutrientes e patologias (sala de espera), elucidação da relação do licopeno e câncer de próstata (ação de educação alimentar e nutricional para o novembro azul), aceitação de um biscoito sem açúcar e busca por receitas para pacientes com diabetes mellitus (ação natalina para pacientes com diabetes).

Produção de materiais e ações de EAN

A produção de itens começou para a sala de espera, com flyers ilustrados.

A ação principal de EAN seguiu o tema emergente de Novembro: o câncer de próstata. Com a ideia de levar conhecimento de forma criativa e diferente, o grupo desenvolveu a receita de um *catchup* caseiro para distribuir entre os funcionários homens de toda a instituição com um encarte que falava da importância do licopeno na prevenção do câncer de próstata.

O licopeno é um carotenoide com potencial antioxidante alto, podendo proteger moléculas de lipídios, lipoproteínas de baixa densidade, proteínas e DNA contra o ataque dos radicais e assim protegendo do câncer de próstata (SHAMI; MOREIRA, 2004).

Relato de experiência: desenvolvimento de um projeto de extensão integrativo em nutrição

A receita do catchup foi elaborada pelas acadêmicas, os ingredientes consistiam em: passata de tomate, goiabada, cominho, pimenta, vinagre de maçã e salsa desidratada. A elaboração da receita, lista de compras, design do logo e envasamento foram feitos pela equipe do projeto.

A escolha do rótulo remetia a uma marca comercial conhecida. Essa estratégia foi utilizada para despertar curiosidade do público masculino, e a proposta teve êxito no instante da prática.

Apesar disso, outra demanda institucional das Clínicas Integradas são os pacientes com Diabetes. Por possuir o Programa de Controle Glicêmico atrelado as Clínicas, muitos pacientes com Diabetes estão diariamente sendo atendidos.

Figura 2 - Ações de EAN que ocorreram durante o projeto NUTRIEXTENSÃO, Criciúma – Santa Catarina, 2022.



Fonte: as autoras (2022).

Por isso, o grupo desenvolveu uma receita de biscoito natalino para distribuir para estes pacientes, usando como base farinhas integrais e o adoçante *stevia*. O biscoito natalino teve sabor de especiarias como gengibre, cravo e canela. Além disso, um livro de receitas para o natal também foi elaborado e enviado para a coordenação do Programa, a fim de distribuir o material para todos os pacientes.

O aceite dos biscoitos foi positivo. O setor responsável pelo Programa relatou aderência por parte dos pacientes, e mais de 50 ebooks com as receitas foram baixados.

Figura 3 - Ações de EAN que ocorreram durante o projeto NUTRIEXTENSÃO, Criciúma – Santa Catarina, 2022.



Fonte: as autoras (2022).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os dados do presente relato demonstram que a extensão universitária foi perceptível a evolução das acadêmicas frente às atividades propostas. Além disso, o desenvolvimento da proximidade da comunidade foi essencial para este processo, onde houve um delineamento e diagnóstico de todas as áreas emergentes (Diabetes, doenças crônicas não transmissíveis e Câncer de Próstata) e partiu das acadêmicas as propostas de desenvolvimentos das ações de EAN. Dentro da perspectiva da nutrição clínica, os relatos e debates dos estudos de caso também mostraram uma evolução por parte das acadêmicas, que também demonstraram interesse em participar do projeto no próximo semestre.

“Foi muito bom participar deste projeto, mesmo com pouco tempo senti que aprendemos muitas coisas novas” (E.C., 2022)

O projeto foi eficaz em aproximar as acadêmicas a comunidade, desenvolvendo habilidades em diferentes áreas de atuação da futura profissão.

A relevância do projeto esteve envolvida com os seus aspectos interdisciplinares trabalhadas durante o curso e envolver diversas áreas do conhecimento. Um importante elo entre

Relato de experiência: desenvolvimento de um projeto de extensão integrativo em nutrição

as áreas a educação alimentar e nutricional e nutrição, contribuindo para formação acadêmica e cidadão e a segurança alimentar e nutricional através das ações conjuntas a serem realizadas.

Sobre a possibilidade de o projeto ser aplicado ou mesmo replicado por outras organizações, ou mesmo nos municípios ou comunidades, este será possível se analisado as necessidades daquele público, e este artigo demonstra um norte importante na consolidação do projeto de extensão.

Desenvolver projetos de extensão é de extrema importância para inserir o aluno em novas realidades e capacitá-lo para o mercado de trabalho de forma ampla e dinâmica.

Além dos resultados colhidos, o grupo de acadêmicas desenvolverá uma pasta com materiais lúdicos para próximas consultas nutricionais do projeto. Ademais, um livro com orientações nutricionais sobre alimentação saudável está em produção, junto um livreto de receitas para ser suporte para o momento da consulta.

Um artigo de revisão integrativa sobre licopeno e câncer de próstata está sendo produzido.

Ressalta-se a importância de mais projetos que contemplem uma visão ampla da nutrição para a formação dos graduandos generalistas em Nutrição.

AGRADECIMENTOS

À UNESC, Clínicas Integradas e ao Curso de Nutrição pelo apoio e suporte para o desenvolvimento do NUTRIEXTENSÃO. Além disso, agradecemos também pela compra de alimentos, impressões de materiais didáticos e lúdicos.

Também agradecemos a todos os discentes participantes da primeira edição do projeto.

REFERÊNCIAS

BRASIL. MINISTERIO DA SAUDE. SECRETARIA DE POLÍTICAS DE SAUDE. Política Nacional de Alimentação e Nutrição. Brasília: Brasil. Ministério Da Saúde, 2000.

ASSEMBLÉIA NACIONAL CONSTITUINTE. Atas das Comissões. Brasília, Assembléia Nacional Constituinte, nº 96, 1987.

BRASIL. MINISTERIO DO DESENVOLVIMENTO SOCIAL E COMBATE A FOME. Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas. Brasília: Mds, 2012.

CUPPARI, L.; Nutrição: Clínica no Adulto. 3 ed. São Paulo: Manole, 2014

Relato de experiência: desenvolvimento de um projeto de extensão integrativo em nutrição

DESLANDES, S.S.; ARANTES, A.R. A extensão universitária como meio de transformação social e profissional. Sinapse Múltipla, Minas Gerais, v. 6, n. 2, p.179-183, dez 2017.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Secretaria de Atenção à Saúde. Política Nacional de Humanização - PNH. Brasília: Ed.

QUEIROZ NETO, J. B.; ALVES, L. S. F. Relato de Experiência: Projeto de Extensão em Parasitologia com escolares, professores e manipuladores de alimento como influenciador na formação acadêmica dos egressos de um curso de graduação em Enfermagem no semiárido brasileiro. Disponível em: https://editorarealize.com.br/revistas/conidis/trabalhos/TRABALHO_EV074_MD4_SA10_ID1380_01102017101038.pdf , 2017. Anais do II Congresso Internacional da Diversidade do Semiárido, CONIDIS. Acessado em: 20 nov. 2022

SANTOS, L. V. T. DA S.; CÁCERES, L. DE A.; PEGOLO, G. E. Insegurança Alimentar, consumo de alimentos e estado nutricional de mulheres de Campo Grande, Mato Grosso do Sul. Interações (Campo Grande), p. 831–844, 23 set. 2019.

SHAMI, N. J. I. E.; MOREIRA, E. A. M. Licopeno como agente antioxidante. Revista de Nutrição, v. 17, n. 2, p. 227–236, jun. 2004.

Recebido em: 12/12/2022

Aceito em: 10/08/2023