

CAIXA SENSORIAL DE ALIMENTOS *IN NATURA* APLICADA COM CRIANÇAS E ADOLESCENTES: PROJETO DE EXTENSÃO BARRACA DA SAÚDE

ANDRESSA ONARA DOS SANTOS¹; NÁTALI FONSECA MORAES²; PÂMELA DOS SANTOS LIMA³; TAÍS ALVES FARIAS⁴; MICHELE MANDAGARÁ DE OLIVEIRA⁵; FELIPE FEHLBERG HERRMANN⁶

¹Universidade Federal de Pelotas – andblue@live.com

²Universidade Federal de Pelotas – natalifonmora@gmail.com

³Universidade Federal de Pelotas – pamelalima30394@gmail.com

⁴Universidade Federal de Pelotas – tais_alves15@hotmail.com

⁵Universidade Federal de Pelotas – mandagara@hotmail.com

⁶Universidade Federal de Pelotas – herrmann.ufpel@gmail.com

INTRODUÇÃO

A atividade proposta foi desenvolvida pelas alunas do curso de Nutrição inseridas no projeto de extensão “Barraca da Saúde” da Universidade Federal de Pelotas. O projeto é uma iniciativa do curso de Enfermagem, atualmente conta com diversos cursos, promovendo atividades interdisciplinares sobre promoção e prevenção a saúde, conectando estudantes acadêmicos com as comunidades do município de Pelotas e região Sul.

As atividades de extensão favorecem o desenvolvimento acadêmico e profissional dos estudantes, e contribuem para o vínculo da população em geral com a universidade. É uma forma de contribuição recíproca, onde a sociedade pode ser beneficiada conforme suas necessidades, e a universidade é capaz de aprimorar a sua pesquisa acerca disso, o que forma profissionais e cidadãos qualificados de forma completa (PINHEIRO; NARCISO, 2022).

A partir disso, elaboramos uma atividade na qual salientamos que os alimentos *in natura* ou minimamente processados devem ser a base de uma alimentação, a grande maioria desses alimentos são de origem vegetal como os legumes, verduras, frutas, feijões, raízes e tubérculos. Além de contribuírem para uma alimentação saudável e balanceada, eles são boas fontes de fibras e nutrientes (BRASIL, 2014).

Nesse sentido, a Educação Alimentar e Nutricional é fundamental como estratégia na prevenção de problemas nutricionais e alimentares e, também na promoção a uma alimentação saudável e adequada. Além disso, é uma forma de validar a ideia de que os alimentos também envolvem afeto e valores sociais (BRASIL, 2018).

Segundo o documento de Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN), é comum o consumo de alimentos ultraprocessados entre a população mais jovem. Os adolescentes estão no grupo com pior perfil de dieta, consumindo com menor frequência alimentos *in natura*, o que pode contribuir para o excesso de peso e também para as Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNTs) (BRASIL, 2013).

Dessa maneira, as crianças e os adolescentes se tornam mais vulneráveis às publicidades de alimentos ultraprocessados, que é responsável por promover um alto consumo de refrigerantes, bolachas, balas, achocolatados, embutidos, entre outros, criando assim hábitos alimentares inadequados nutricionalmente (SOUZA, 2006).

Sabe-se também que a infância é um estágio da vida onde ocorre a fase de descobrimentos, o que propicia uma curiosidade maior. Nessa fase a criança tende a explorar mais os seus sentidos como o olfato, audição, paladar, visão e tato. Desse modo, ao apresentar atividades sensoriais conseguimos proporcionar novas descobertas a elas (MAIA, 2022).

Dessa forma, tivemos como objetivo neste trabalho descrever o relato de experiência sobre a ação de extensão que trabalhou com os conhecimentos sobre os alimentos *in natura* por meio do tato pelas crianças e adolescentes atendidos no Instituto de Menores Dom Antônio Zattera (Imdaz) no Município de Pelotas onde ocorreu a atividade do projeto de extensão “Barraca da Saúde”.

2. METODOLOGIA

A ideia proposta ocorreu de forma presencial no dia 12 de agosto de 2023 no Instituto de Menores Dom Antônio Zattera, localizado na cidade de Pelotas/RS. Entre as atividades interdisciplinares do projeto realizadas nesse dia, duas alunas do curso de nutrição colocaram em uma caixa de papelão colorida os seguintes alimentos *in natura*: laranja, bergamota, limão, banana, mamão, chuchu e brócolis.

Foi instruído que as crianças e os adolescentes colocassem apenas as suas mãos pelas aberturas laterais da caixa e, antes de retirar o alimento, tentassem adivinhar através do toque qual seria a fruta ou o legume. Dessa forma, o objetivo da atividade foi de estimular o sentido do tato e analisar o seu conhecimento e diferenciação acerca dos alimentos *in natura*, suas texturas e características.

Durante a organização e execução da atividade, as alunas não encontraram dificuldades, mas sim facilidades, uma vez que as crianças e adolescentes demonstraram grande interesse em participar. Isso ressalta a importância de realizar mais atividades em escolas com crianças em fase de crescimento, pois não só desperta interesse, mas também estimula o desenvolvimento delas.

Atividades desafiadoras e lúdicas desempenham um papel fundamental no desenvolvimento cognitivo dessas crianças. Para nós, estudantes, o contato direto com crianças e adolescentes é complementar à nossa formação. Isso beneficia tanto o nosso desenvolvimento acadêmico quanto o pessoal, permitindo-nos aplicar o conhecimento adquirido na faculdade em situações reais e reforçando a nossa aprendizagem.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A atividade, elaborada no projeto de ensino Barraca da Saúde, teve a participação de 24 alunos com idades entre 5 a 14 anos. A partir da atividade, foi observado uma alta aceitabilidade da proposta elaborada pelas estudantes de nutrição, o momento de descoberta de cada fruta foi também o momento de divertimento, visto que, os mesmos ao participarem se surpreendiam com os acertos, junto a isso também foi observado uma alta prevalência de crianças que conheciam as frutas e legumes dispostos na caixa, porém, consoante a isso, dentre as 24 crianças que participaram, foi observado que 20 não souberam diferenciar ou nomear o mamão, alguns até mesmo relataram não conhecer a fruta, ou seja, apenas 4 conseguiram acertar ou distingui-la.

Segundo o site da Embrapa, foi feito um levantamento sobre as regiões produtoras de mamão, onde Rio Grande Do Sul ficava abaixo das vinte primeiras. A produção é liderada pela região Nordeste com 55,9%, Sudoeste com 40%, Norte com 3,1%, Centro Oeste com 0,7% e, por último o Sul com 0,2% (2021). É

importante ressaltar que a maioria da produção é influenciada pelo clima regional e que o cultivo e o transporte geram o aumento da valorização desse alimento, o que gera menos acessibilidade da comunidade ao mamão, diferente de frutas como a banana que hoje, segundo o Observatório Brasileiro de Hábitos Alimentares (OBHA), é um dos 13 itens estabelecidos como alimentos básicos distribuídos nas cestas básicas.

4. CONCLUSÕES

O presente trabalho concluiu por tanto, que as crianças e os adolescentes demonstraram tamanho interesse pela atividade proposta, que além de ser uma forma de testar suas habilidades motoras, serviu também como meio de aprendizado e conhecimento acerca dos alimentos de forma divertida, e o incentivo do consumo de frutas de maneira lúdica

Dessa forma, apesar da maioria não ter reconhecido o mamão pelo tato e nem ao observar, supõe-se que pode ser por dois motivos, sendo o primeiro o alto preço dessa fruta comparada a outras como a banana. O segundo motivo pode ser pelo fato de que além disso, essas crianças e adolescentes estão inseridos em condições de vulnerabilidade social, o que influencia diretamente no acesso a uma alimentação diversificada e de qualidade.

Por tanto, é de suma importância que o projeto, por meio das atividades interdisciplinares, continue levando conhecimento, prevenção e a promoção a saúde para as comunidades da região. Dessa forma, ela pode se sentir vista e valorizada.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

MAIA, R.B.; SILVA, S.K; LIMA, O.L.L. Percepção sensorial: experiência de estágio com crianças pequenas. In: **XVIII SEMANA DA LICENCIATURA & IX SEMINÁRIO DA PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO PARA CIÊNCIAS E MATEMÁTICA IFG.** Jataí, 2022. Jataí: Instituto Federal de Goiás, Campus Jataí, 2022.

SOUSA, P.M.O. **Alimentação do pré-escolar e escolar e as estratégias de educação nutricional.** 2006. Monografia (Especialização em Qualidade de Alimentos) - Universidade de Brasília, Brasília, 2006.

BRASIL, Ministério da Saúde. **Guia Alimentar para a População Brasileira.** 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014. Acessado em 01 set. 2023. Online. Disponível em:

https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social. Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. **Princípios e Práticas para Educação Alimentar e Nutricional.** Brasília, DF: Ministério do Desenvolvimento Social, Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, 2018. Acessado em 02 set. 2023. Online. Disponível em:

https://www.mds.gov.br/webarquivos/arquivo/seguranca_alimentar/caisan/Publicacao/Educacao_Alimentar_Nutricional/21_Principios_Praticas_para_EAN.pdf

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política Nacional de Alimentação e Nutrição**. 1. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2013. Acessado em 02 set. 2023. Online. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_alimentacao_nutricao.pdf

Fio Cruz. Observatório Brasileiro de Hábitos Alimentares. **Cestas Básicas Saudáveis na pandemia por COVID-19**. Disponível em: <https://obha.fiocruz.br/?p=615#:~:text=Desde%20ent%C3%A3o%2C%20a%20normativa%20estabelece%20a%20entrega%20de> Acesso 3 set. 2023.

EMBRAPA. **Produção brasileira de mamão em 2019. Área, produção e rendimento de mamão no Brasil, no período 1970-2021**. Disponível em: http://www.cnpmf.embrapa.br/Base_de_Dados/index_pdf/dados/brasil/mamao/b1_mamao.pdf Acesso 3 set. 2023.

BRACK, P. *et al.* **Frutas nativas do Rio Grande do Sul, Brasil: riqueza e potencial alimentício**. Rodriguésia, v. 71, 2020.

RUGGIERO, C.; MARIN, S. L. D.; DURIGAN, J. F. **Mamão, uma história de sucesso**. Revista Brasileira de Fruticultura, v. 33, n. spe1, p. 76–82, out. 2011.

PINHEIRO, J.V.; NARCISO, C.S. **A importância da inserção de atividades de extensão universitária para o desenvolvimento profissional**. Revista Extensão & Sociedade, v. 14, n. 2, jun./nov., 2022.