

DIVULGANDO O PROJETO "ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL, VAMOS PRATICAR?" NA FENADOCE 2025

GABRIELA DA SILVA SCHIRMANN¹; SABRINA FEKSA FRASSON²; CINDY RODRIGUEZ CAMACHO³; CAROLINE DELLINGHAUSEN BORGES⁴; CARLA ROSANE BARBOZA MENDONÇA⁵; TATIANA VALESCA RODRIGUEZ ALICIEO⁶.

¹*Universidade Federal de Pelotas – gabischirmann@gmail.com*

²*Universidade Federal de Pelotas – sfrasson@gmail.com*

³*Universidade Federal de Pelotas – crcufpel@gmail.com*

⁴*Universidade Federal de Pelotas – caroldellin@hotmail.com*

⁵*Universidade Federal de Pelotas – carlaufpel@hotmail.com*

⁶*Universidade Federal de Pelotas – tatianavra@hotmail.com*

1. INTRODUÇÃO

O projeto de extensão “Alimentação Saudável: vamos praticar?”, pelo terceiro ano consecutivo, esteve presente no estande da Universidade Federal de Pelotas (UFPel) na Fenadoce, que no ano de 2025, em sua 31^a edição, teve como tema “Doces aventuras”. Este projeto é desenvolvido por docentes e discentes dos cursos de Química de Alimentos, Tecnologia em Alimentos, Nutrição, Pós-Graduação em Nutrição e Alimentos e Pós-Graduação em Ciência e Tecnologia de Alimentos da UFPel, que atuam em escolas públicas e privadas do Município de Pelotas, visando a promoção de hábitos alimentares saudáveis em crianças e adolescentes, fornecendo ferramentas e conhecimentos para o enfrentamento da alimentação inadequada, promovendo a educação alimentar e nutricional, incentivando o consumo de alimentos saudáveis.

A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) consiste na implementação de estratégias planejadas para incentivar hábitos alimentares saudáveis de forma voluntária, além de destacar a importância da alimentação como um elemento fundamental da vida. É essencial que uma alimentação adequada seja incentivada desde a infância, a fim de evitar que as preferências alimentares resultem no consumo excessivo de opções não saudáveis. Nesse cenário, a escola é vista como um local adequado para a implementação de ações voltadas à educação alimentar e nutricional, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida (DOS SANTOS & COUTINHO, 2025; LINO et al. 2025).

Ao participar de atividades de extensão, a universidade tem a capacidade de fomentar práticas educacionais e sociais que validam tanto o conhecimento científico quanto o popular, promovendo a mudança social (FLORES & DE MELLO, 2020). Nesse contexto, as atividades de extensão universitária exercem um papel transformador tanto na promoção da saúde quanto na criação de hábitos alimentares mais saudáveis desde a infância.

Durante a feira foi realizada uma ação de divulgação do projeto fortalecendo sua importância para a comunidade. O objetivo deste trabalho é relatar a participação e as experiências do projeto “Alimentação saudável, vamos praticar?” durante a exposição realizada na Fenadoce 2025, destacando as atividades desenvolvidas e os resultados observados na interação com o público presente.

2. METODOLOGIA

A Pró-Reitoria de Extensão e Cultura da UFPel tem anualmente organizado o espaço de divulgação dos projetos de extensão no estande da UFPel, durante a realização da Fenadoce em Pelotas. A equipe do projeto de extensão “Alimentação saudável: vamos praticar?”, participou com a divulgação e preparo de diversas atividades interativas para todos os públicos, com o objetivo de promover a educação alimentar e incentivar hábitos saudáveis.

Uma das atividades principais foi a utilização de uma caixa sensorial, na qual as crianças e/ou adultos, eram convidados a participarem mais ativamente, interagindo com a dinâmica sensorial através do tato, para reconhecimento das seis diferentes frutas presentes no interior da caixa (bergamota, goiaba, kiwi, limão siciliano, maçã e pera). Além disso, espetinhos de frutas foram preparados e expostos, permitindo a degustação de diversas frutas, como melão, uva, manga, abacaxi e bergamotas.

Após a realização das atividades, caixa sensorial ou consumo do espetinho de frutas, as pessoas (crianças e adultos) foram convidadas a responder um breve questionário contendo apenas uma (1) questão para as crianças (1 - Na sua escola já falaram sobre alimentação saudável ou realizaram alguma atividade relacionada a alimentação saudável? com as alternativas de respostas “sim, não e não sei responder”) e três (3) questões para os adultos: 1 - Você considera que as atividades de educação alimentar nas escolas, ajudariam as crianças e adolescentes na escolha de alimentos mais saudáveis e naturais?, com as alternativas de respostas: “sim, não, talvez e não sei responder”; 2 - Como é a aceitação alimentar das crianças no seu domicílio?, com as alternativas de respostas: “ótima (come super bem, todos os alimentos), boa (aceita a maioria dos alimentos oferecidos), regular (nem sempre aceita todos os alimentos oferecidos), “ruim” (aceita poucos alimentos e apresenta seletividade alimentar) e não sei responder; e 3 - Sua criança já apresentou algum problema relacionado ao consumo de alimentos? com as alternativas de respostas: obesidade, anemia, diabetes, colesterol alto, hipertensão, seletividade alimentar, alergias alimentares, intolerância alimentar, outro problema e nenhum problema”.

Estiveram presentes no estande da UFPel as professoras responsáveis pelo projeto, juntamente com os alunos de pós-graduação e graduação, para o desenvolvimento das atividades e diálogo com o público, ampliando o alcance da ação e promovendo um espaço de interação e aprendizado. Posteres foram colocados no estande, mostrando as atividades que foram desenvolvidas ao longo dos 10 anos de existência do projeto, que atingiu diversas instituições de ensino, incentivando as crianças a uma alimentação mais saudável.

3. RELATOS E IMPACTOS GERADOS

A participação do projeto na Fenadoce 2025 gerou resultados positivos, com o envolvimento expressivo do público, responderam ao questionário um total de 22 crianças que também realizaram a atividade sensorial e consumiram os espetinhos, bem como 66 adultos, com um total de 88 pessoas (Figura 1).

A maioria das respostas obtidas foi do público feminino (93,4% n=83). Dentre as 22 crianças que responderam ao questionário, 81,8% (n=18) relataram o desenvolvimento de alguma atividade em sua escola referente a alimentação saudável, um resultado significativo, visto que as atividades de educação alimentar e nutricional, precisam estar incluídas no ambiente escolar.

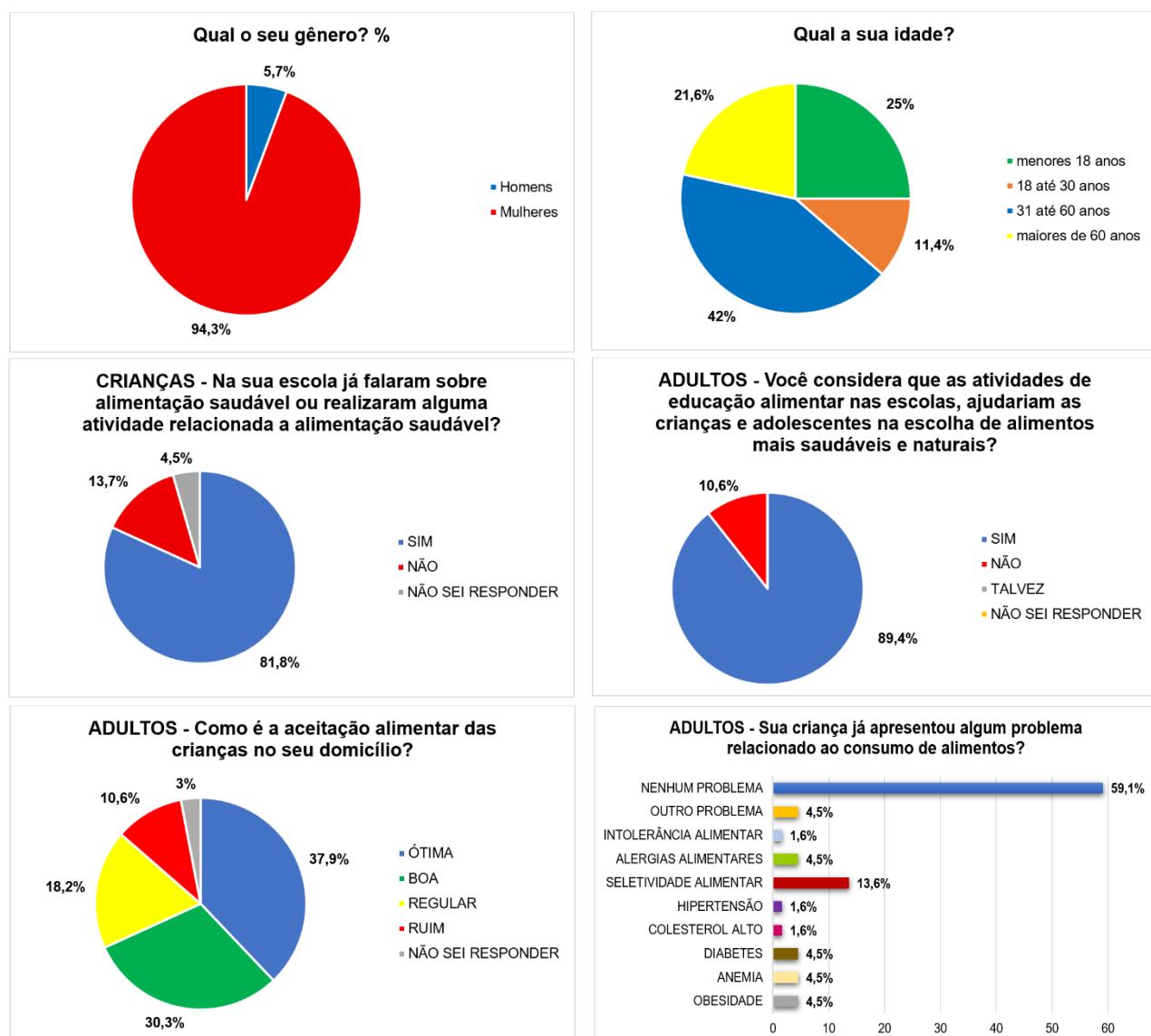


Figura 1. Respostas do questionário aplicado no estande da UFPel durante a Fenadoce 2025.

A maioria dos adultos (89,4% n=59) considera importante as atividades de educação alimentar e nutricional nas escolas. Apenas 10,6% (n=7) dos adultos relataram que a aceitação alimentar das crianças no seu domicílio era ruim. A maioria dos adultos respondeu que a criança não apresentava nenhum problema relacionado ao consumo de alimentos em seu domicílio (59,1%, n=39); entre as respostas que indicaram problemas, a seletividade alimentar foi o problema mais relatado (13,6% n=9).

As atividades desenvolvidas, caixa sensorial e espetinho de frutas, despertaram grande curiosidade entre as pessoas que visitavam a feira, muitas se aproximaram espontaneamente. A caixa sensorial proporcionou uma experiência lúdica e educativa, permitindo que as crianças explorassem a textura das diferentes frutas por meio do tato. Conseguimos incentivar a experimentação e o consumo de frutas *in natura*, através dos espetinhos de frutas. O entusiasmo demonstrado durante essas ações evidenciou o êxito da proposta, que conseguiu despertar curiosidade e interesse de forma envolvente e prazerosa.

A iniciativa também serviu como uma vitrine para os cursos de Química de Alimentos e Tecnologia em Alimentos da UFPel. Na Figura 2 podem ser observados

o estande com a exposição do projeto, mostrando as atividades realizadas durante a Fenadoce de 2025.



Figura 2. Atividades realizadas no estande da UFPel durante a Fenadoce 2025.

4. CONSIDERAÇÕES

A participação do público infantil e adulto demonstrou que a abordagem lúdica é eficaz para atrair a atenção e para auxiliar na construção de conhecimento sobre alimentação saudável. Além disso, o projeto contribui para o fortalecimento do vínculo entre a Universidade Federal de Pelotas (UFPel) e a comunidade, promovendo a divulgação dos cursos de Química de Alimentos e Tecnologia em Alimentos e ampliando a percepção sobre a importância da ciência na vida cotidiana.

A experiência vivenciada em 2025 reforça a relevância de iniciativas que unem educação, saúde e extensão universitária. Ações como essa não apenas divulgam nossas atividades de extensão e incentivam escolhas alimentares mais conscientes, mas também despertam o interesse das crianças pela ciência e pela valorização da alimentação como parte essencial do bem-estar.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

DOS SANTOS, L. J.; COUTINHO, D. J. G. EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NA ESCOLA: CONTRIBUIÇÕES PARA A FORMAÇÃO DE HÁBITOS SAUDÁVEIS. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 11, n. 7, p. 2701-2720, 2025.

FLORES, L. F.; DE MELLO, D. T. O impacto da extensão na formação discente, a experiência como prática formativa: um estudo no contexto de um Instituto Federal no Rio Grande do Sul. **Revista Conexão UEPG**, v. 16, n. 1, p. 2014465, 2020.

LINO, L. P. F. V.; VIEIRA, M. H. S.; FÉLIX, L. C.; SALUSTIANO, M. M. L. S.; CARVALHO, A. B. B. A.; DA SILVA, Y. L. M.; DE OLIVEIRA, E. E. R.; OLIVEIRA, A. P. F. C.; DE FARÍAS, C. R. V. D.; LEITE, N. A. Educação alimentar e nutricional no âmbito escolar como ferramenta de promoção de saúde: revisão integrativa. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 7, n. 6, p. 1395-1407, 2025.