

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.

¹Universidade Federal de Pelotas – gabischirmann@gmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – sfrasson@gmail.com

³Universidade Federal de Pelotas – crcufpel@gmail.com

⁴Universidade Federal de Pelotas – caroldellin@hotmail.com

⁵Universidade Federal de Pelotas – carlaufpel@hotmail.com

⁶Universidade 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 31ª 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. Posteriores 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.

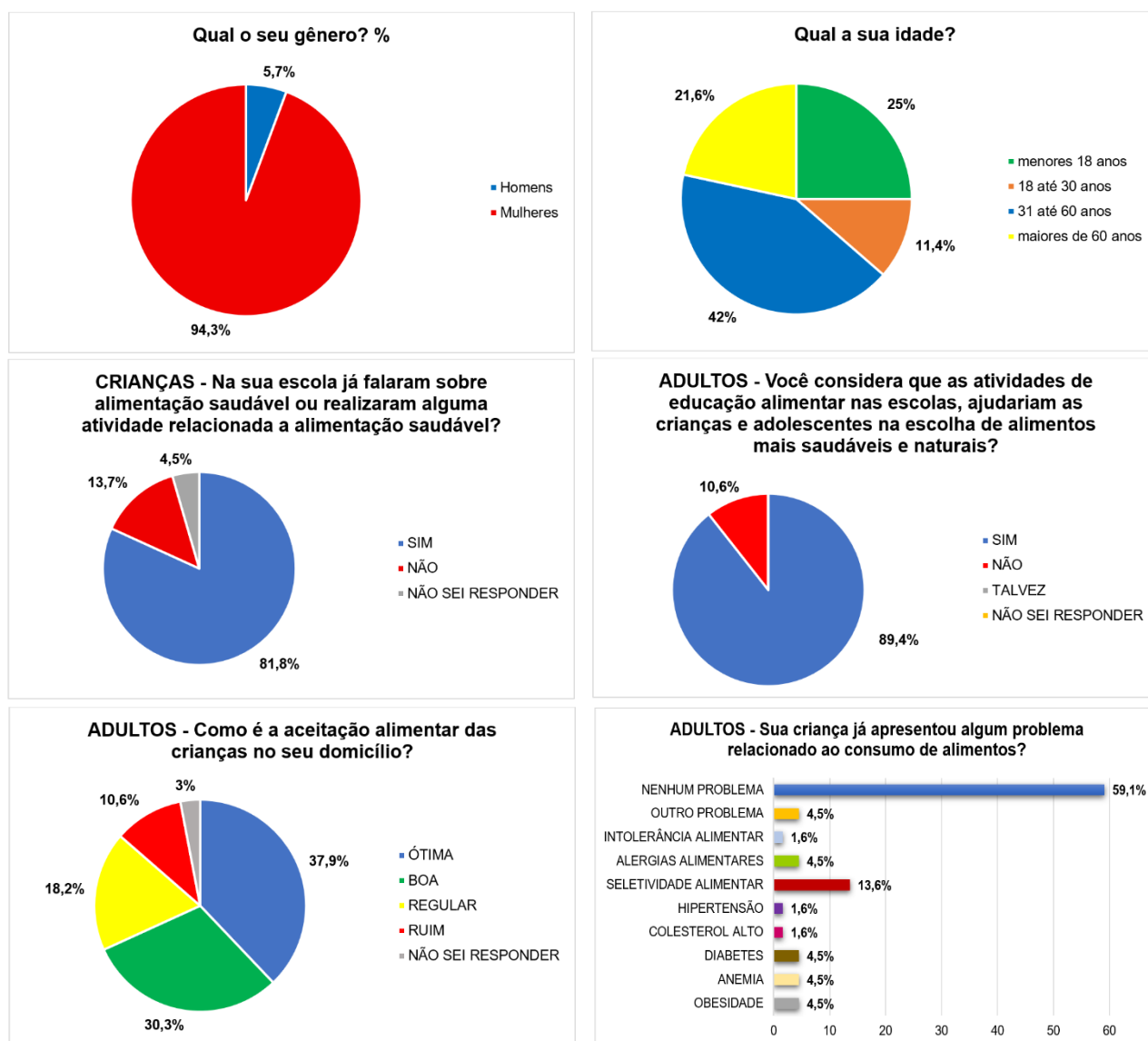


Figura 1. Respostas do questionário aplicado no estande da UFPel durante a Fenadoce 2025.

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 FARIAS, 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.