

## RELATO DE EXPERIÊNCIA EM EXTENSÃO: OFICINA DE MICROVERDES NO 43º SEMINÁRIO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA DA REGIÃO SUL - SEURS 2025

MARIANA PEREIRA E SILVA<sup>1</sup>; GIULLIA CHIATTONE CORVELLO DE FREITAS  
FERREIRA ALVES<sup>2</sup>; GIOVANA GIAMPAOLI FERREIRA<sup>3</sup>; CHARISMA PRIETTO  
DE MEDEIROS ALLES<sup>4</sup> LUCIANA BICCA DODE<sup>5</sup>

<sup>1</sup>Universidade Federal de Pelotas – mariana.prsv@gmail.com

<sup>2</sup>Universidade Federal de Pelotas – giulliachiattoni@gmail.com

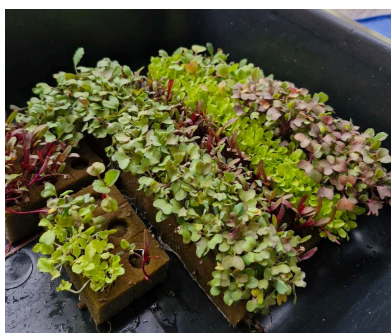
<sup>3</sup>Universidade Federal de Pelotas – fereiragiovana394@gmail.com

<sup>4</sup>Universidade Federal de Pelotas – charismalles@gmail.com

<sup>5</sup>Universidade Federal de Pelotas – lucianabicca@gmail.com

### 1. INTRODUÇÃO

Microverdes são hortaliças muito jovens, de diferentes espécies cultivadas (rúcula, mostarda, rabanete, couve, beterraba, agrião e coentro como exemplos), colhidas precocemente entre 7 e 21 dias após a germinação (BEZERRA et al., 2022) (Figura 1).



Fonte: Autores

**Figura 1.** Cultivo de microverdes, evidenciando diferentes espécies em estágio inicial de desenvolvimento.

Estes vegetais além de seu valor nutricional, destacam-se pelos sabores intensos, diversidade de cores e texturas, ampliando suas possibilidades gastronômicas em preparações diversas (SINGH et al., 2024; ZHANG et al., 2021; GALIENI et al., 2020).

O cultivo de microverdes, no curso de Biotecnologia da Universidade Federal de Pelotas (UFPEL), como atividade de extensão, teve início em 2020 com o propósito contribuir para a curricularização da extensão a partir do incentivo à adoção de atitudes sustentáveis em prol da saúde e do bem-estar.

O cultivo doméstico de microverdes apresenta ainda vantagens pelo menor espaço dedicado ao cultivo, baixo consumo de insumos e ausência de agrotóxicos, sendo uma opção para o desenvolvimento de atividades de letramento científico e tecnológico destinadas a diferentes públicos. Dessa forma, sua inserção em oficinas e práticas educativas têm contribuído para a democratização do conhecimento e para conscientização a respeito do consumo

e da sustentabilidade (DODE et al., 2021; DUBEY et al., 2024; ZHANG et al., 2021).

O objetivo deste trabalho é apresentar o relato da oficina realizada no 43º Seminário de Extensão Universitária da Região Sul – SEURS 2025 "Extensão e justiça socioambiental na transformação dos territórios" evidenciando os resultados obtidos na promoção da sustentabilidade, educação alimentar e autonomia produtiva por meio do cultivo de microverdes.

## 2. METODOLOGIA

O projeto “Microverdes: produção sustentável e consumo responsável” foi a proposta selecionada na UFPEL para apresentação na modalidade oficina e a participação no evento ocorreu na cidade de Lages (SC), para onde a equipe se deslocou a partir de Pelotas com apoio logístico da universidade que disponibilizou transporte coletivo para os extensionistas. (Figura 2).



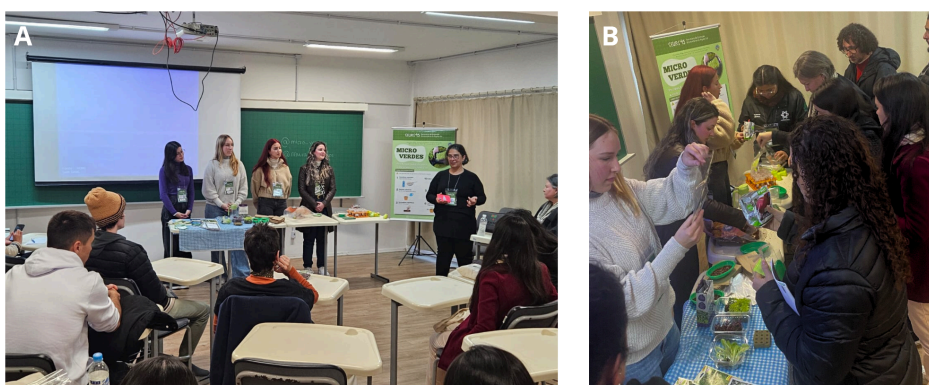
Fonte: PREC/UFPEL

**Figura 2.** Extensionistas da Universidade Federal de Pelotas em deslocamento de Pelotas para Lages, com apoio logístico da universidade.

No dia 24 de julho, data da oficina, a primeira atividade consistiu na exposição do banner no saguão do evento, o que possibilitou o primeiro contato com a comunidade participante e a divulgação inicial da proposta extensionista. Em seguida, foi realizada a oficina em sala específica, dividida em duas etapas complementares (Figura 3).

Na etapa inicial, ocorreu a apresentação teórica com uso de slides, abordando o conceito de microverdes, formas de cultivo, benefícios ambientais, bem como seu potencial para o consumo responsável. Durante essa apresentação, os materiais necessários para o cultivo foram dispostos em bancada para visualização dos participantes, permitindo a simulação prática enquanto as técnicas eram explicadas. Ressaltou-se ainda que o espaço era aberto para intervenções, de modo que dúvidas poderiam ser levantadas e respondidas ao longo da atividade, o que favoreceu a construção coletiva do conhecimento.

Na segunda etapa, foi realizada a parte prática, na qual os extensionistas demonstraram o processo de cultivo e, ao final, distribuíram kits individuais contendo sementes, substrato e recipientes, possibilitando que os participantes reproduzissem a prática em seus domicílios. A oficina encerrou-se com um momento de diálogo, no qual se discutiu a relevância da produção de microverdes como alternativa sustentável ainda pouco explorada no Brasil, estimulando reflexões sobre sua maior divulgação e inserção no cotidiano alimentar.



Fonte: Autores

**Figura 3.** As duas etapas da oficina de microverdes: Apresentação teórica sobre os microverdes realizada pelos extensionistas (A). Momento prático da oficina, em que os participantes manuseiam sementes, substratos e recipientes, reproduzindo o cultivo de microverdes e distribuem os kits para cultivo em casa (B).

### 3. RELATOS E IMPACTOS GERADOS

Até o momento, o projeto de microverdes apresentou resultados significativos tanto no âmbito da divulgação científica quanto no da formação acadêmica dos estudantes envolvidos. Como estratégia de continuidade, ao final da apresentação realizada no SEURS, foi divulgada a conta do projeto no Instagram, possibilitando que o público acompanhasse as atividades, tirasse dúvidas sobre o cultivo em casa e mantivesse contato com a equipe. Essa ação resultou em um aumento no número de seguidores, evidenciando o interesse da comunidade em aprender mais sobre o tema (Figura 4).



Fonte: Autores

**Figura 4.** Evolução do número de seguidores no instagram @micro\_verdes após apresentação do projeto no SEURS 43.

Do ponto de vista pessoal, a experiência foi muito gratificante e enriquecedora. Foi surpreendente perceber como pessoas de diferentes idades e formações se mostraram abertas e curiosas para aprender sobre um tema pouco conhecido. Ver esse interesse nas apresentações e nas redes sociais trouxe a sensação de que o conhecimento compartilhado realmente fez diferença.

Levar o projeto para outro estado também foi marcante. Participar dessa experiência trouxe aprendizado, exigindo comprometimento, organização e clareza na comunicação. A vivência mostrou que é possível aproximar o conhecimento da universidade da sociedade, tornando a extensão transformadora e inspiradora.

#### 4. CONSIDERAÇÕES

O projeto conseguiu atingir seu objetivo de aproximar a comunidade da universidade, levando um conhecimento simples, mas ainda pouco difundido, para diferentes públicos. Participar do 43º SEURS mostrou como a extensão pode realmente gerar impacto, despertando curiosidade, incentivando práticas sustentáveis e permitindo um diálogo aberto entre estudantes e sociedade. Enquanto estudante acadêmica, foi uma experiência de aprendizado e crescimento, que reforça a importância de sair da sala de aula e compartilhar saberes que podem transformar o dia a dia das pessoas.

#### 5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BEZERRA, Tayná Josefa et al. Importância das condições de armazenamento de microgreens: Análise bibliométrica e revisão de literatura. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 3, p. e25211326584-e25211326584, 2022.

DODE, L. B. et al. Microverdes: cultivo doméstico na promoção da saúde e bem-estar. **Expressa Extensão**, v. 26, n. 1, p. 172-181, 2021.

DUBEY, S. et al. Microgreens production: exploiting environmental and cultural factors for enhanced agronomical benefits. **Plants**, v. 13, n. 18, p. 2631, 2024.

GALIENI, Angelica et al. Sprouts and microgreens: Trends, opportunities, and horizons for novel research. **Agronomy**, v. 10, n. 9, p. 1424, 2020.

SINGH, A. et al. Emergence of microgreens as a valuable food, current understanding of their market and consumer perception: A review. **Food Chemistry**: X, p. 101527, 2024.

ZHANG, Yanqi et al. Nutritional quality and health benefits of microgreens, a crop of modern agriculture. **Journal of Future Foods**, v. 1, n. 1, p. 58-66, 2021.