

## **PROMOÇÃO DA SAÚDE E ALIMENTAÇÃO UMA AÇÃO INTERDISCIPLINAR: EXPERIÊNCIA DO PROJETO BARRACA DA SAÚDE NA SEMANA DA ALIMENTAÇÃO**

YNDIARA BORGES SOBROSA<sup>1</sup>; PÂMELA DOS SANTOS LIMA<sup>2</sup>; GABRIELLA BASTOS FERREIRA<sup>3</sup>; GIOVANNA GARCIA GONÇALVES<sup>4</sup>; MARIA EDUARDA DOS ANJOS MARSHALL<sup>5</sup>; MICHELE MANDAGARÁ DE OLIVEIRA<sup>6</sup>;

<sup>1</sup>Universidade Federal de Pelotas - yndiara.bs@gmail.com

<sup>2</sup>Universidade Federal de Pelotas - pamelaslima2002@gmail.com

<sup>3</sup>Universidade Federal de Pelota - projetoinspirandovidas@gmail.com

<sup>4</sup>Universidade Federal de Pelotas - goncalvesgiovanna038@gmail.com

<sup>5</sup>Universidade Federal de Pelotas - dudinhamarshall@gmail.com

<sup>6</sup>Universidade Federal de Pelotas - mandagara@hotmail.com

### **1. INTRODUÇÃO**

No contexto universitário, os projetos de extensão representam uma ponte entre a teoria acadêmica e as necessidades reais da população. O projeto de extensão Barraca da Saúde: cuidado interdisciplinar com as comunidades da Zona Sul, da Universidade Federal de Pelotas (UFPeL), atua com essa perspectiva, integrando os cursos multidisciplinares para promover ações de cuidado e educação em saúde (BORGES et al, 2024).

Este trabalho tem como objetivo apresentar a experiência realizada pelo projeto Barraca da Saúde durante a Semana da Alimentação, promovida, pela Associação Gaúcha de Nutrição (AGAN), em Pelotas/RS.

A Semana da Alimentação é celebrada em outubro e tem como referência o Dia Mundial da Alimentação (16/10), instituído pela FAO/ONU com o objetivo de estimular reflexões e ações em torno do direito humano à alimentação adequada. No Brasil, esse direito está respaldado na Lei Orgânica de Segurança Alimentar e Nutricional (LOSAN - Lei nº 11.346/2006) e na Política Nacional de Educação Alimentar e Nutricional (PNEAN - Portaria Interministerial nº 1.010/2020), as quais defendem a educação alimentar como um instrumento para a promoção da saúde (BRASIL, 2020).

Conforme relato anterior do próprio projeto, a Barraca da Saúde configura-se como uma iniciativa inclusiva e interdisciplinar, envolvendo diferentes cursos e proporcionando aos estudantes uma experiência prática e humanizada na interface com a comunidade, incluindo a inclusão de bolsistas com deficiência, o que reforça seu caráter social e formativo (SOBROSA et al., 2024).

### **2. METODOLOGIA**

Trata-se de um relato de experiência sobre atividade desenvolvida pelo Projeto Barraca da Saúde da UFPeL, envolvendo estudantes dos cursos de Nutrição, Odontologia e Enfermagem, durante a Semana da Alimentação. O público-alvo foi a comunidade em geral, em um espaço aberto e de livre acesso, no espaço externo do Mercado Público, localizado na região central do município de Pelotas-RS.

Foram organizadas atividades educativas com foco na promoção da alimentação saudável, da higiene bucal e do controle da pressão arterial.

#### **2.1. Quizz Interdisciplinar “Pescaria de Frutas e legumes”**

Para tornar a atividade mais atrativa, foi organizada uma dinâmica semelhante a uma “pescaria de frutas e legumes”. Dentro de uma cesta, havia cartões com imagens de alimentos e um número associado. Esse número correspondia a uma das nove perguntas relacionadas à alimentação saudável. O participante retirava o cartão da cesta e respondia à pergunta sorteada, mediado por um estudante.

As perguntas abordaram temas como: ingestão de água, consumo de fibras, alimentação equilibrada, açúcar, diferenciação dos tipos de alimentos (in natura, processados e ultraprocessados), entre outros. Após cada resposta, os estudantes explicavam o conteúdo de forma acessível. Ao final, eram distribuídos brindes simbólicos.

Todas as perguntas elaboradas estão descritas a seguir:

1. O que é uma alimentação saudável?
2. Quais cuidados devo ter na escolha dos alimentos?
3. Qual a importância de uma alimentação saudável?
4. Você sabe diferenciar alimentos in natura/minimamente processados, processados e ultraprocessados?
5. Por que é importante ingerir água diariamente?
6. Quais os benefícios das fibras e onde encontrá-las?
7. Você sabe a importância de consumir frutas e verduras diariamente?
8. O que significa comer de forma equilibrada?
9. Por que devemos evitar muito açúcar nos alimentos?

## **2.2. Exposição “Benefícios dos Alimentos”**

Foi construída uma mesa com frutas, legumes e verduras reais, devidamente identificados, acompanhados de folders e cartazes com informações nutricionais.

Os estudantes explicavam os benefícios de cada alimento e reforçavam a importância do consumo regular desses grupos alimentares para a promoção da saúde.

Os materiais utilizados foram simples e acessíveis: alimentos doados pelos próprios estudantes, folhas coloridas, pratos plásticos para colocar as frutas e legumes em cima fichas educativas.

Essa metodologia utilizou recursos de baixo custo, mas de alto impacto educativo e sensorial, promovendo uma abordagem lúdica, acessível e centrada no diálogo com a comunidade.

## **3. RELATOS E IMPACTOS GERADOS**

A ação atraiu um público diverso, incluindo crianças, jovens, adultos e idosos. A dinâmica lúdica da “pescaria de frutas e legumes” gerou curiosidade e abriu espaço para conversas informais sobre alimentação e saúde. Muitos participantes demonstraram não conhecer os benefícios das frutas, verduras e legumes, nem a importância do consumo diário de água. A maioria também não soube identificar os alimentos ultraprocessados, confundindo-os com produtos saudáveis.

Durante a atividade, percebeu-se que o formato leve e acolhedor facilitou o diálogo. A troca de informações aconteceu de maneira espontânea, com escuta

ativa por parte dos estudantes e interesse genuíno do público em aprender. Embora não tenha havido registro quantitativo das respostas, observou-se que o contato direto com os alimentos e as explicações visuais contribuíram para a desmistificação de conceitos técnicos, como a classificação dos alimentos segundo o Guia Alimentar para a População Brasileira (BRASIL, 2014).

O formato interativo favorece o protagonismo do público, indo além da simples transmissão de informações, alinhando-se aos princípios da Educação Popular em Saúde, que valorizam a participação social e a construção coletiva de saberes (CRUZ, SILVA E PULGA, 2024).

Além disso, conforme discutido por Rizzolo et al. (2024), a integração entre os princípios da educação popular e as práticas de educação alimentar e nutricional fortalece a autonomia e o protagonismo das pessoas, promovendo ações mais inclusivas e eficazes nos territórios.

#### 4. CONSIDERAÇÕES

A ação extensionista realizada durante a Semana da Alimentação permitiu observar o potencial de estratégias educativas e lúdicas na promoção da conscientização da população sobre alimentação saudável. Com base em abordagens acessíveis e dialógicas, foi possível estabelecer um ambiente de troca mútua de saberes entre estudantes e comunidade. De acordo com a literatura, intervenções realizadas em contextos universitários que adotam metodologias participativas e interativas, como atividades lúdicas e rodas de conversa, têm favorecido a construção coletiva de conhecimentos e a mudança de comportamentos alimentares em diferentes grupos sociais (CUNHA et al., 2022).

A experiência da pescaria de frutas utilizada na ação reforça essa perspectiva ao possibilitar um espaço para escuta, aprendizado e sensibilização. Nesse sentido, a atividade promovida pelo Barraca da Saúde também favoreceu o desenvolvimento de habilidades essenciais para a formação dos estudantes, como empatia, escuta qualificada e comunicação em saúde, alinhadas às diretrizes de formação para o Sistema Único de Saúde (SUS).

#### 5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. **Lei nº 11.346, de 15 de setembro de 2006.** Cria o Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. *Diário Oficial da União: seção 1*, Brasília, DF, 18 set. 2006.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira.** 2. ed. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2014.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria Interministerial nº 1.010, de 8 de maio de 2020.** Dispõe sobre a Política Nacional de Educação Alimentar e Nutricional. Brasília, DF: MS, 2020.

CRUZ, P. J. S.; SILVA, M. R. F.; PULGA, V. L. **Educação Popular em Saúde: princípios, desafios e perspectivas na reconstrução crítica do país.** *Interface – Comunicação, Saúde, Educação*, Botucatu, v. 28, e230550, 2024. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/icse/a/VKTJmjvH6nMtxx6KZHBkdRp/>. Acesso em: 28 jun. 2025.

CUNHA, F. C. et al. **Trajetória de mudanças das práticas alimentares de estudantes de uma universidade pública brasileira.** *Ciência & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 27, n. 7, p. 2789-2803, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/csc/2022.v27n7/2789-2803/>. Acesso em: 28 jun. 2025.

RIZZOLO, A. R. et al. **Diálogos entre educação popular e educação alimentar e nutricional: reflexões a partir das trajetórias de três docentes universitários.** *Ciência & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 29, n. 6, e12272023, 2024. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/csc/2024.v29n6/e12272023/>. Acesso em: 28 jun. 2025.

SOBROSA, Y. B. et al. Barraca da saúde um projeto de extensão inclusivo: um relato de experiência. In: **SEMANA INTEGRADA DE INOVAÇÃO, ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO (SIIPE)**, 10., 2024, Pelotas. Anais eletrônicos... Pelotas: UFPel, 2024. p. 2194-2195. Disponível em: [https://wp.ufpel.edu.br/congressoextensao/files/2023/12/Sau%CC%81de\\_rev1.pdf](https://wp.ufpel.edu.br/congressoextensao/files/2023/12/Sau%CC%81de_rev1.pdf). Acesso em: 28 jun. 2025.