

CLINUTRI EM AÇÃO: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Elisiane Beatriz da Silva¹, Edson Douglas Silva Pontes², Mayara Gabrielly Germano de Araújo³, Guilherme Silva Freire de Souza⁴, Idelly Larissa Bezerra Evangelista⁵, Nilcimelly Rodrigues Donato⁶.

Introdução: Com a transição nutricional, a atenção para a educação alimentar e nutricional é fundamental nos mais diferentes públicos, dentre eles a universidade, por ser um ambiente propício a desenvolverem hábitos de vida e alimentação inadequados. Portanto, a extensão tem como objetivo relacionar as atividades de avaliação e educação nutricional para a comunidade universitária realizada em um *campus* de expansão. Metodologia: Realizou-se no Centro de Educação e Saúde da Universidade Federal de Campina Grande voltada para acadêmicos e funcionários da instituição, mediada por alunos do curso de Nutrição. Foram realizadas atividades de antropometria; atividades educativas com demonstração em alimentos industrializados. Além de exposições de temperos naturais e seus benefícios, painéis com alimentos relacionando os alimentos com suas propriedades funcionais e demonstração da forma correta de higienização dos alimentos. Para facilitar a compreensão, foram distribuídos panfletos de cada atividade. Resultados e discussão: Percebeu-se que muitas das informações expostas eram desconhecidas do público como a classificação do estado nutricional e sua respectiva interpretação, alguns condimentos expostos, assim como suas propriedades funcionais e seus benefícios à saúde, também era desconhecido a forma correta de se higienizar os alimentos. Muitos relataram consumir produtos industrializados, mas desconheciam a quantidade de sal/açúcar contido nos mesmos e puderam ter uma noção da nocividade do consumo excessivo desses alimentos e relacionar com o desenvolvimento de algumas doenças. Estudos justificam que o aumento do consumo de refeições prontas em universitários está relacionado a influência midiática, falta de tempo, sobrecarga de atividades e fatores socioambientais. Conclusão: Através das ações realizadas foi possível perceber a importância da educação alimentar e nutricional no ambiente universitário, visto que muitos aspectos relacionados a alimentação e nutrição são desconhecidos.

Palavras-Chave: educação alimentar e nutricional, saúde, qualidade de vida

¹ Discente em Nutrição. Extensionista voluntário. E-mail: beatrizelisiane@gmail.com

² Discente em Nutrição. Extensionista voluntário. E-mail: edsonspontes@gmail.com

³ Discente em Nutrição. Extensionista voluntário. E-mail: gabrielly_jp@hotmail.com

⁴ Discente em Nutrição. Extensionista voluntário. E-mail: guiguilvaa@gmail.com

⁵ Discente em Nutrição. Extensionista voluntário. E-mail: idellyl@yahoo.com

⁶ Docente do curso de Nutrição. Coordenadora. E-mail: mellydonato@ufcg.edu.br

