





# 7º CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA



07 a 09 de setembro de 2016

atividades foram de certa forma surpreendentes, não só pela maneira como a metodologia foi aceita e incorporada pelos idosos, provocando uma efetiva mudança de hábitos nos mesmos e, posteriormente, nas suas famílias, como também nos estudantes, principalmente na forma como os mesmos entendiam a extensão, aproximando-os do seu ambiente de trabalho futuro e contribuindo para a uma medicina mais humanizada e capacitada a reconhecer os anseios da comunidade e resolvê-los de forma mais eficaz. Assim, concluímos que essas práticas deverão ser levadas a outros cenários e outros públicos, de forma que possamos modificar ainda mais a forma como se faz extensão, aproximando-a cada vez mais verdadeiramente da comunidade.

**PALAVRAS-CHAVE:** Extensão; Saúde Comunitária; Empoderamento sócio-estudantil

## 1. Introdução

A extensão, de acordo com o Fórum de Pró-reitores de Extensão das Universidades Públicas Brasileiras (FORPROEX, 2001), é um “processo educativo, cultural e científico que articula o ensino e a pesquisa de forma indissociável e viabiliza a relação transformadora entre universidade e sociedade”. Dentro desse contexto, encontra-se o estudante, podendo ele não somente contribuir como participante de ações de extensão universitária, como também transformar-se em um profissional mais humanizado e ciente da realidade da comunidade de sua atuação, e dessa forma mais preparado para atender captar as necessidades da população e poder atendê-las com maior sucesso.

Um das estratégias eficazes de extensão é a educação em saúde. Tendo em vista esta como sendo “trabalho educativo a ser feito, que extrapola o campo da informação, ao integrar a consideração de valores, costumes, modelos e símbolos sociais que levam a formas específicas de condutas e práticas” segundo Gazzinelli et al (2005).

Nesse sentido, a educação em saúde comunitária ou coletiva direciona-se para o sujeito de forma integral, pensando os aspectos socioeconômicos, culturais e ambientais. Prioriza-se, assim, a prevenção, a qual considera que a saúde não se configura apenas como ausência de doenças, mas o bem-estar físico, psico e social (OMS,1946).

A Universidade possui o papel social de colaborar com a transformação da

ISBN: 978-85-93416-00-2





# 7º CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA



07 a 09 de setembro de 2016

interior do Ceará, com campi em Juazeiro do Norte, Barbalha, Crato, Brejo Santo e Icó. Estes alunos são bolsistas do Programa Institucional de Extensão em Saúde Comunitária (PIE SC) ligado a Pró-Reitoria de Extensão da UFCA.

Os Programas Institucionais de Extensão (PIE), desenvolvidos na UFCA, são “ações de extensão de caráter transversal e interdisciplinar, [...], gerenciados em conjunto com a Pró-Reitoria de Extensão, respeitando-se a autonomia e decisões colegiadas de cada programa” (UFCA, 2014). As linhas temáticas são: Relação entre universidade e escola básica (Ensino Médio e/ou Fundamental); Trabalho, Renda e Economia Solidária; Tecnologias socioambientais e Saúde Comunitária. Este relato de experiência foi realizado pelo PIE de Saúde Comunitária, cujo propósito é buscar unir saber popular e produção universitária, no contexto da saúde comunitária, e assim, construir vínculos entre os sujeitos sociais e a universidade.

As atividades foram realizadas com idosos e diabéticos, no Centro de Atenção ao Idoso da cidade de Barbalha, que também é o Centro de Atenção ao Diabetes, localizado no centro da cidade e que recebe mensalmente dezenas de pacientes, que buscam atendimento médico, fisioterapêutico, nutricional e psicológico. As atividades ocorreram quinzenalmente entre os meses de agosto a dezembro de 2015, com um demanda de aproximadamente 20 participantes por oficina, a maioria idosa acima de 60 anos, cadastrados no Centro.

Nas oficinas foi abordada a importância dos alimentos nutricionalmente balanceados para nossa saúde, tendo como fundamentação teórica o Guia Alimentar para a População Brasileira do Ministério da Saúde de 2014. As conversas foram bastante didáticas e possibilitaram a interação com os participantes.

Foram abordadas questões como: processamento dos alimentos, a importância para saúde dos alimentos naturais, a função dos constituintes dos alimentos para nosso organismo, o modo de preparo dos alimentos, a importância da higienização, as principais refeições do dia e sua constituição, os hábitos alimentares brasileiros e a importância de se valorizar os alimentos regionais e o desenvolvimento da agricultura familiar, não só para comercialização, mas também para consumo das famílias que a fazem.

Para promover o empoderamento dos participantes, alguns pontos foram

ISBN: 978-85-93416-00-2





# 7º CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA



07 a 09 de setembro de 2016

observados para a realização da oficina: relações horizontais, protagonismo estudantil e comunitário e compartilhamento de experiências. A horizontalidade é fator de extrema importância para que a comunidade não se sentisse apenas como ouvinte e o estudante como detentor de todo conhecimento. Além do fato de, também, possibilitar uma confiança entre ambas as partes, estabelecendo, assim, laços que permitissem o relato de experiências e a participação ativa durante as atividades.

### 3. Discussão / resultado

Através da realização de oficinas teórico-práticas, acerca da temática “Alimentação Saudável”, acadêmicos de Medicina da UFCA vivenciaram com os idosos do Centro de Saúde do Idoso da cidade de Barbalha-CE experiências positivas a serem relatadas. Essas ações de educação em saúde foram promovidas a fim de dialogar sobre os malefícios da ingestão frequente de alimentos ultraprocessados, ricos em sódio e em conservantes e enfatizar a importância de hábitos alimentares saudáveis, baseados em combinações equilibradas de nutrientes. Foram discutidas alternativas que viabilizassem a ingestão de alimentos saudáveis, além da desmistificação de alguns mitos relacionados a práticas dietéticas.

Aspectos relevantes citados no referencial teórico utilizado, Guia Alimentar para População Brasileira do Ministério da Saúde, como custo dos alimentos, acessibilidade a estes, informações de fontes confiáveis, habilidades culinárias, visão crítica acerca de publicidades de alimentos, também foram devidamente ressaltados. Vale destacar ainda a importância das orientações dadas sobre o ato de comer e a comensalidade, frisando a regularidade, o tempo, a atenção, o ambiente apropriado e a companhia. Toda essa temática foi abordada de forma clara, através de gravuras e linguagem simples, procurando sempre respeitar o regionalismo, a diversidade cultural e socioeconômica. Houve participação ativa dos idosos, que demonstraram bastante interesse pelo assunto, procurando esclarecer suas dúvidas e também compartilhando relatos.

Trabalhar com projetos de extensão como esse implica uma mudança de postura, exigindo um repensar da prática pedagógica e das teorias muitas vezes abordadas no

ISBN: 978-85-93416-00-2





# 7º CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

07 a 09 de setembro de 2016



## Limitações

As principais limitações do nosso estudo são relacionadas ao público, que muitas vezes não comparecia na sua totalidade a todas as oficinas, o que acarretaria em uma quebra na sequência dos conteúdos abortados. Além disso, inicialmente ocorreu uma dificuldade de compreensão e de aplicação das metodologias de extensão, de forma que foi necessário, assim como em todo o processo de construção do PIE, uma construção de uma metodologia própria, tanto de construção de conhecimento quanto de sensibilização dos idosos, fazendo com que demorássemos um pouco a sermos efetivos em nossas ações. Após esse ponto, conseguimos levar essas oficinas para outros cenários, tais como Senai, grupos da secretaria de saúde e escolares, reproduzindo com sucesso o nosso trabalho em alimentação saudável.

## 4. Conclusão

Através das oficinas teórico-práticas que constituíram as ações de educação em saúde sobre “Alimentação Saudável”, um trabalho articulado, com uma sequência estruturada e atividades interessantes desenvolvidas com o grupo de idosos, foi possível perceber um maior entendimento do grupo em relação à importância de estar valorizando hábitos simples, mas que contribuem para a qualidade de vida. Além disso, a oficina com esse grupo, favoreceu a valorização do idoso, na medida em que o fez agente do processo de construção do aprendizado, fato esse constatado através da participação assídua e ativa destes. Percebeu-se que a educação alimentar é uma ferramenta importante para estimular hábitos e práticas alimentares saudáveis.

Por tudo isso, podemos observar que temáticas tidas como simples e já usualmente debatidas com a comunidade, a exemplo da área de alimentação, precisam ser enfocadas sob um novo olhar, de forma que parta da comunidade, razão e beneficiária maior dos projetos, para os alunos, promotores da sensibilização para a temática e da facilitação da construção do conhecimento, de modo que se possa primeiramente estudar e captar os anseios da comunidade na qual o seu público-alvo está inserida, para posteriormente construir ações e metodologias específicas para tal contexto. Dessa forma, poderemos

ISBN: 978-85-93416-00-2

Realização



Patrocínio



Apoio





# 7º CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA



07 a 09 de setembro de 2016

impactar de forma mais eficaz toda a realidade na qual estão inseridas as nossas ações, construindo verdadeiramente o conhecimento com a sociedade e propiciando o aprendizado coletivo, não só do aluno, como também dos estudantes e demais responsáveis pela educação em saúde.

## 5. Referências

BARRETO, Ivana Cristina de Holanda Cunha et all. Participatory management in SUS through integrating education, and community service: the experience of a family health league as a project of University extension in Fortaleza - Ceará.

**Saude soc.**, São Paulo, v. 21, supl. 1, p. 80-93, maio 2012 . Disponível em <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-12902012000500007&lng=pt&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-12902012000500007&lng=pt&nrm=iso)>. acessos em 21 set. 2015.

BRASIL. Fórum de Pró-reitores de Extensão das Universidades Públicas Brasileiras - FORPROEX. **Plano Nacional de Extensão Universitária.**

Disponível em <<http://www.portal.ufpa.br/docsege/Planonacionaldeextensaouniversitaria.pdf> >. acessos em 23 set. 2015.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia alimentar para a População Brasileira.** 2ª ed. Brasília, Ministério da Saúde, 2014.

CAMPOS, Gastão Wagner de Sousa. Saúde pública e saúde coletiva: campo e núcleo de saberes e práticas. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro , v. 5, n. 2, p. 219-230, 2000. Available from

<[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-81232000000200002&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232000000200002&lng=en&nrm=iso)>. access on 22 Sept. 2015.

ISBN: 978-85-93416-00-2







# 7º CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA



07 a 09 de setembro de 2016

FREIRE, Paulo. **Conscientização**: teoria e prática da libertação: uma introdução ao pensamento de Paulo Freire / Paulo Freire; [tradução de Kátia de Mello e Silva; revisão técnica de Benedito Eliseu Leite Cintra]. – São Paulo: Cortez & Moraes, 1979.

FREIRE, Paulo. **Extensão ou comunicação?** Tradução de Rosisca Darcy de Oliveira, prefácio de Jacques Chonchol. 7ª ed. Rio de Janeiro, Paz e Terra, 1983.

GARCIA, Rosa Wanda Diez. Representações sociais da alimentação e Saúde e suas repercussões no comportamento alimentar. **Physis**: Rev. Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 7, n. 2, p. 51-68, 1997. Available from <<http://www.scielo.br/pdf/physis/v7n2/04.pdf>>. access on 07 Oct. 2015.

GAZZINELLI, Maria Flávia et al . Educação em saúde: conhecimentos, representações sociais e experiências da doença. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro , v. 21, n. 1, p. 200-206, Feb. 2005 . Available from <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0102311X2005000100022&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102311X2005000100022&lng=en&nrm=iso)>. access on 27 Nov. 2015.

MOIMAZ, Suzely Adas Saliba et al . Práticas de ensino-aprendizagem com base em cenários reais. **Interface** (Botucatu), Botucatu , v. 14, n. 32, p. 69-79, Mar. 2010 . Available from <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1414-32832010000100006&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-32832010000100006&lng=en&nrm=iso)>. access on 23 Sept. 2015.

SCHALL, Virgínia T.; STRUCHINER, Miriam. Educação em saúde: novas perspectivas. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro , v. 15, supl. 2, p. S4-S6, Jan. 1999 . Available from <[http://www.scielo.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0102-311X1999000600001&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X1999000600001&lng=en&nrm=iso)>. access on 06 Oct. 2015.

ISBN: 978-85-93416-00-2





# 7º CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA



07 a 09 de setembro de 2016

SEVERINO, Antônio Joaquim. Educação e Universidade: conhecimento e construção da cidadania. **Interface** - Comunic, Saúde, Educ, v6, n10, p.117-24, fev 2002. Disponível em < <http://www.scielo.br/pdf/icse/v6n10/15.pdf>>. acessos em 23 set. 2015.

SICHIERI, Rosely et al . Recomendações de alimentação e nutrição saudável para a população brasileira. **Arq Bras Endocrinol Metab**, São Paulo , v. 44, n. 3, p. 227-232, June 2000 . Available from <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S000427302000000300007&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S000427302000000300007&lng=en&nrm=iso)>. access on 06 Oct. 2015.

SILVA, Antonio Fernando Lyra da; RIBEIRO, Carlos Dimas Martins; SILVA JUNIOR, Alúcio Gomes da. Pensando extensão universitária como campo de formação em saúde: uma experiência na Universidade Federal Fluminense, Brasil. **Interface** (Botucatu), Botucatu , v. 17, n. 45, p. 371-384, June 2013 . Available from <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S141432832013000200010&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S141432832013000200010&lng=en&nrm=iso)>. access on 21 Sept. 2015.

ISBN: 978-85-93416-00-2

