



# Simpósio de Integração Acadêmica

## “Ciências Básicas para o Desenvolvimento Sustentável”

SIA UFV 2023

**UFV**  
Universidade Federal  
de Viçosa

## EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NA APAE/CER III: RELATO DE EXPERIÊNCIAS

Natália Cristina Werkhaizer ([natalia.werkhaizer@ufv.br](mailto:natalia.werkhaizer@ufv.br))<sup>1</sup>, Maria Teresa Fialho de Sousa Campos (Orientadora - [mtcampos@ufv.br](mailto:mtcampos@ufv.br))<sup>2</sup>, Rita de Cássia Santos ([rita.soares@ufv.br](mailto:rita.soares@ufv.br))<sup>2</sup>, Tatiane Cristina Serafim ([tatiane.serafim@ufv.br](mailto:tatiane.serafim@ufv.br))<sup>2</sup>, Sarah Aparecida Vieira Ribeiro ([sarah.ribeiro@ufv.br](mailto:sarah.ribeiro@ufv.br))<sup>2</sup>, Maria do Carmo Tito Teixeira ([duiteixeira@hotmail.com](mailto:duiteixeira@hotmail.com))<sup>3</sup>, Carlos Alberto Moraes Moreno ([gerenteapaevicosacer@gmail.com](mailto:gerenteapaevicosacer@gmail.com))<sup>3</sup>

1. Graduanda em Nutrição. Departamento de Nutrição e Saúde, Universidade Federal de Viçosa, campus Viçosa-MG.
2. Departamento de Nutrição e Saúde, Universidade Federal de Viçosa, campus Viçosa-MG.
3. Associação de Pais e Amigos dos Excepcionais e Centro Especializado em Reabilitação III (APAE/CER III). Viçosa-MG.

Área de conhecimento: Ciências Biológicas e da Saúde  
Área temática: Nutrição  
Trabalho de Extensão

Palavras-chave: Educação Alimentar e Nutricional, APAE/CER III, Relato de Experiência.

### INTRODUÇÃO

Pessoas com deficiência têm maior risco de desnutrição e obesidade, devido a fatores como dificuldades de mobilidade, limitações cognitivas, disfunções fisiológicas que podem recair em condições de restrições ou inadequações alimentares<sup>1</sup>. Na Associação de Pais e Amigos dos Excepcionais/Centro Especializado em Reabilitação III (APAE/CER III) de Viçosa-MG, o acompanhamento nutricional integra o serviço multiprofissional oferecido aos usuários, propiciando atendimento personalizado e desenvolvendo ações de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) na correspondência do ser.

### OBJETIVO

Desenvolver educação alimentar e nutricional na APAE/CER III, por meio do Estágio Supervisionado em Nutrição Social realizado por graduandos da Universidade Federal de Viçosa, campus Viçosa.

### MATERIAL E MÉTODO

A primeira atividade destinou-se aos alunos da Educação de Jovens e Adultos, trabalhando o estímulo à experimentação de sabores e texturas de frutas para ampliar a variedade na alimentação diária. Utilizou-se: banana-prata, maçã, melancia, melão, laranja, abacaxi e mamão, integrando estas opções ao cotidiano da APAE. A vivência dos usuários com as frutas foi conhecida em uma roda de conversa. Concomitante ao diálogo, disponibilizou-se lápis de cor, cola e grãos de feijão para montagem de cartelas impressas de bingo com ilustração de frutas, solicitando que colorissem as de preferências. A dinâmica consistiu em sortear as frutas da atividade, até que um completasse a cartela (Figura 1). A elaboração e degustação da salada de frutas encerrou a atividade. Para envolvê-los no preparo, todos realizaram a higiene das mãos com apoio dos responsáveis.



Figura 1: Atividade de Educação Alimentar e Nutricional.

A segunda atividade destinou-se aos frequentadores da APAE na semana comemorativa do “Dia da Saúde e Nutrição”. Elaborou-se folder e cartazes sobre o grau de processamento dos alimentos, trazendo a classificação: in natura, minimamente processado, processado e ultraprocessado<sup>2</sup>. O destaque das palavras, por cores, adverte o consumo excessivo de alimentos processados (cor amarelo) e ultraprocessados (cor vermelho) que se associam as deficiências nutricionais, a obesidade e outras doenças. Os alimentos in natura e minimamente processados (cor verde) incentivam o consumo (Figura 2).



Figura 2: Banner – Grau de Processamento dos Alimentos.

### RESULTADOS E DISCUSSÃO

As atividades têm contribuído para ampliar a inclinação dos usuários na experimentação de alimentos, diminuindo resistências e seletividade alimentar. O envolvimento dos alunos na preparação da salada de fruta permitiu observar o potencial para desenvolvimento de habilidades culinárias, tornando o momento da degustação estimulante. Eventos comemorativos permitem que temas de alimentação de interesse possam ser abordados em linguagem coloquial, contribuindo para orientar escolhas saudáveis.

### CONCLUSÕES

As atividades de EAN favoreceram a experimentação de outros sabores e texturas pelos usuários ampliando a possibilidade de inclusão de outros alimentos, o que ratifica a importância da continuidade destas ações na APAE em parceria com os estágios.

### BIBLIOGRAFIA

1. ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Deficiência e saúde. Disponível em: <https://www.who.int/pt/news-room/fact-sheets/detail/disability-and-health>. Acesso em: 02 abr. 2023
2. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia alimentar para a população brasileira / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – 2. ed. – Brasília : Ministério da Saúde, 2014. 156 p.