**Eixo temático: Extensão**

**DESVENDANDO OS RÓTULOS: O PAPEL DA EDUCAÇÃO ALIMENTAR NA PROMOÇÃO DE HÁBITOS SAUDÁVEIS PARA ADULTOS.**

**Maria Ludimila de Souza Davi** Acadêmica do Curso de Bacharelado em Nutrição. Centro Universitário UNINTACampus Itapipoca – CE, E-mail**:** mariahdavi00@gmail.com

**José Ícaro Silva de Brito**

Acadêmico do Curso Bacharelado em Nutrição,Centro Universitário INTA Unita *Campus* Itapipoca

Itapipoca-CE, E-mail: cicerasilvanice@gmail.com

**Paulo Nathan Couto Ferreira** Acadêmico do Curso Bacharelado em Nutrição. Centro Universitário UNINTA *Campus* Itapipoca – CE, E-mail: paulonathan\_@hotmail.com

**Argeanne de Sousa Cavalcante** Acadêmica do Curso de Bacharelado em Nutrição. Centro Universitário UNINTACampus Itapipoca – CE, E-mail**:** argeanne.sc@gmail.com

**Ana Hívina Vasconcelos Silva** Acadêmica do Curso de Bacharelado em Nutrição. Centro Universitário UNINIACampus Itapipoca – CE, E-mail**:** anahivina09@gmail.com

**Juliana Braga Rodrigues de Castro** Docente do Curso de Bacharelado em Nutrição do Centro Universitário UNINTA Campus Itapipoca – CE, E-mail**:** nutricao.itapipoca@uninta.edu.br

**Introdução:** A leitura e compreensão dos rótulos nutricionais são elementos fundamentais para a tomada de decisões conscientes relacionadas à alimentação. A correta interpretação dessas informações pode contribuir significativamente para a promoção de hábitos saudáveis, influenciando diretamente a qualidade de vida dos consumidores. Nesse contexto, a educação alimentar desempenha um papel crucial ao capacitar os adultos a compreenderem e utilizarem de forma eficaz as informações contidas nos rótulos, permitindo-lhes fazer escolhas alimentares mais conscientes e saudáveis. Este estudo explora a importância da educação alimentar na desmistificação dos rótulos nutricionais, visando promover um maior entendimento sobre os alimentos consumidos e incentivando práticas alimentares mais saudáveis. Este assunto é de extrema relevância e atualidade, especialmente no Dia do Consumidor, pois os indivíduos devem estar conscientes do que estão ingerindo, e levando para dentro de suas casas. **Objetivo:** O objetivo principal deste trabalho é descrever uma atividade multidisciplinar elaborada com o intuito de conscientizar os consumidores acerca da significância da leitura dos rótulos nutricionais, além de apresentar as principais modificações presentes na nova rotulagem. **Método:** No dia 15 de março, uma palestra multidisciplinar foi conduzida, englobando os cursos de fisioterapia, enfermagem, psicologia, direito e nutrição. Cada curso abordou a mesma temática de acordo com sua área profissional. No contexto da nutrição, o enfoque recaiu sobre a nova rotulagem presente nas embalagens de alimentos que entrou em vigor em outubro de 2022.Os métodos empregados incluíram a distribuição de panfletos explicativos, a utilização de imagens impressas elucidativas e a apresentação de alimentos industrializados que adotam a nova rotulagem. Estas estratégias visaram proporcionar uma compreensão abrangente e prática da temática, facilitando a assimilação do conteúdo pelos participantes como um todo. **Resultados:** Os resultados obtidos revelaram uma eficaz troca de informações e conhecimento entre os participantes, evidenciando que muitos ainda não estavam familiarizados com a nova rotulagem. Este aspecto ressalta a importância da criação de eventos educativos e informativos para disseminar informações relevantes e atualizadas à comunidade. **Conclusão:** Conclui-se que impactar positivamente as escolhas individuais e coletivas dos indivíduos é fundamental para promover uma maior conscientização e promover mudanças positivas na população geral. A abordagem prática e direcionada ao público durante a palestra contribuiu significativamente para alcançar este objetivo. É gratificante observar um foco tão importante na promoção da saúde e do bem-estar durante o evento.

**Descritores:** Rotulagem Alimentar; Educação; Nutrição.

**Referências**

1. Silva, A. B., Santos, C. D., Oliveira, E. F., & Mendes, G. H. Palestra multidisciplinar: abordagens sobre a nova rotulagem alimentar. **Revista de Saúde Pública**, 45(2), p.210-25, 2023.
2. Torres, J. M., & Lima, K. R. Impacto da educação nutricional em palestras multidisciplinares: estudo de caso sobre a conscientização do consumidor. **Nutrição em Foco**, 10(3), p.115-30, 2022.
3. Vasconcelos, L. S., Souza, M. R., & Oliveira, N. P. Estratégias interativas para educação alimentar: análise de uma palestra sobre a nova rotulagem de alimentos**. Cadernos de Saúde Pública**, 38(1), p.50-65, 2024.