**Mostra de Extensão**

**NUTRISISAR: DESAFIANDO A INADEQUAÇÃO ALIMENTAR**

**Argeane de Sousa Cavalcante¹**

Acadêmica do Curso de Bacharelado em Nutrição. Centro Universitário UNINTA *Campus* Itapipoca – CE. argeanne.sc@gmail.com.

**José Ícaro Silva de Brito**

Acadêmico do Curso de Bacharelado em Nutrição. Centro Universitário UNINTA *Campus* Itapipoca – CE. cicerasilvanice@gmail.com.

**Ana Hivina Vasconcelos Silva**

Acadêmica do Curso de Bacharelado em Nutrição. Centro Universitário UNINTA *Campus* Itapipoca – CE. anahivina09@gmail.com.

**Paulo Nathan Couto Ferreira**

Acadêmico do Curso de Bacharelado em Nutrição. Centro Universitário UNINTA *Campus* Itapipoca – CE. paulonathan\_@hotmail.com.

**Maria Ludimila de Souza Davi**

Acadêmica do Curso de Bacharelado em Nutrição. Centro Universitário UNINTA *Campus* Itapipoca – CE. mariahdavi00@gmail.com.

**Juliana Braga Rodrigues de Castro**

Docente do Curso de Bacharelado em Nutrição. Centro Universitário UNINTA *Campus* Itapipoca – CE. nutricao.itapipoca@uninta.edu.br.

**Introdução:** A educação alimentar e nutricional é uma área que considera a alimentação e as representações, informações e valores relacionados à alimentação derivados da alimentação, levando em consideração a liberdade de escolha dos sujeitos em assuntos relacionados à alimentação e nutrição. As sociedades adotam normas e práticas de consumo alimentar que envolvem um processo de experimentação social que desenvolve o conhecimento nutricional por meio de tentativa e erro. Considerando isso, a necessidade de mudança nos hábitos alimentares de determinadas populações constitui um grande desafio para as políticas públicas e para a educação nutricional, pois envolve relações interpessoais. **Objetivo:** Descrever uma ação de educação em saúde desenvolvida por extensionistas de nutrição em uma empresa. **Método**: A ação em saúde foi idealizada pela professora e os extensionistas do projeto Nutrindo Saberes do curso de Nutrição do Centro Universitário Inta UNINTA Campus Itapipoca. Houve uma reunião de planejamento, visando a idealização de estratégias que melhor auxiliassem o público-alvo. Posteriormente após essa interação, foi decidido que uma das estratégias consistiria na coleta e análise de alguns dados de suma importância nutricional. Após a coleta de dados e a discussão em grupo sobre os princípios de uma dieta equilibrada, foi realizada uma análise nutricional aos colaboradores do Sisar que incluiu a aferição do peso, altura e circunferência para avaliar o índice de massa corporal (IMC) e a classificação dos riscos para a saúde do coração. **Resultados:** Através do cálculo do IMC foi aferida uma classificação, que possibilitou identificar que boa parte dos colaboradores necessitavam de uma conscientização alimentar que resultasse num melhor estilo de vida. Para isso, foram fornecidas orientações nutricionais breves sobre as medidas a serem adotadas após a avaliação. Percebeu-se, nessa ação, o envolvimento por parte dos colaboradores, na busca de sanar algumas dúvidas e a motivação em aplicar na prática as mudanças que estavam sendo propostas no momento da ação, houve a formação de vínculo entre os extensionistas e os colaboradores, elo esse que culminou com a formação de um grupo de motivação e integração. **Conclusão:** Com essa experiência ficou evidente que o envolvimento ativo do setor da nutrição é essencial para o sucesso de programas de educação em saúde alimentar. Seu papel vai além de simplesmente fornecer informações nutricionais; o nutricionista atua como um facilitador do processo de mudança de comportamento, capacitando indivíduos e comunidades a adotarem hábitos alimentares saudáveis e melhorarem sua qualidade de vida de maneira significativa.

**Descritores:** Educação Alimentar e Nutricional; Passos para alimentação adequada; NutriSisar.

**Referências**

CERVATO-MANCUSO, A. M., VINCHA, K. R. R., & SANTIAGO, D. A. Educação Alimentar e Nutricional como prática de intervenção: reflexão e possibilidades de fortalecimento. Physis: **Revista De Saúde Coletiva**, 26(1), 225–249, 2016.

SILVA, M.C.M., SAMPAIO, L.R. Avaliação nutricional: conceitos e importância para a formação do nutricionista. In: SAMPAIO, L.R., org. **Avaliação nutricional** [online]. Salvador: EDUFBA, 2012, pp. 15-21.

[KONO, CLAUDIA MITIE](https://pesquisa.bvsalud.org/portal/?lang=pt&q=au:%22Kono,%20Claudia%20Mitie%22); [LUZ, MAURÍCIO ROBERTO MOTTA PINTO DA](https://pesquisa.bvsalud.org/portal/?lang=pt&q=au:%22Luz,%20Maur%C3%ADcio%20Roberto%20Motta%20Pinto%20da%22). Trajetória das políticas de educação alimentar e nutricional no Brasil**. Trab. Educ. Saúde** (Online) ; 22: e02587240, 2024. Artigo em Português | [LILACS-Express](http://bases.bireme.br/iah/online/P/llxp_disclaimer.htm)| LILACS | ID: biblio-1551086