

RELATO DE EXPERIÊNCIA EM INICIAÇÃO CIENTÍFICA: EXPLORANDO A CRONONUTRIÇÃO NA PESQUISA ACADÊMICA

Azucena Lima Oruezabal¹

monitora voluntária - nutrição

azucena.oruezabal01@aluno.unifmetro.edu.br

Luis Felipe Mendes da Silva²

monitor voluntário - nutrição

luis.silva01@aluno.unifametro.edu.br

Sarah Stephanny Dantas Mendes³

monitora voluntária - nutrição

sarah.dantas@aluno.unifametro.edu.br

Ysadora Silva Barbosa⁴

monitora bolsista - nutrição

ysadora.barbosa01@aluno.unifametro.edu.br

Zuleyka Lage Mota Brandão⁵

monitora voluntária - nutrição

zuleyka.brandao02@aluno.unifametro.edu.br

Isabela Limaverde Gomes⁶

professora orientadora – unifametro

isabela.gomes@professor.unifametro.edu.br

Área Temática: Saúde coletiva

Área de Conhecimento: Ciências da Saúde

Modalidade: Monitoria

RESUMO

Introdução: A iniciação científica (IC) é uma etapa essencial na formação acadêmica, permitindo que estudantes de graduação participem ativamente da produção de conhecimento e desenvolvam habilidades como pensamento crítico, escrita acadêmica e autonomia intelectual. Além de preparar para a continuidade na vida acadêmica, a IC fortalece o currículo profissional, sendo valorizada em processos seletivos e entrevistas de emprego, devido à experiência adquirida em análise de dados, revisão de literatura, organização de ideias e trabalho em equipe (MENDES, 2023). Assim, compreender e atuar sobre esses fatores é essencial para ampliar e qualificar as experiências de pesquisa de graduação, especialmente na área de saúde. (MORALES; GRINESKI; COLLINS, 2017). Este relato tem



como objetivo compartilhar a experiência vivenciada durante a participação no projeto de IC, inicialmente intitulado "*Análise da efetividade de um protocolo, mediado por inteligência artificial, voltado ao controle metabólico de indivíduos com diabetes tipo 2, atendidos em serviços de Atenção Primária à Saúde*". Contudo, no decorrer das atividades, o tema central foi reformulado, passando a focar a "*análise da efetividade de um protocolo de crononutrição com teleconsulta em pessoas com pré-diabetes acompanhadas pela eMulti do município de Eusébio*". Essa mudança buscou alinhar o escopo do estudo à realidade dos participantes e às condições práticas de execução, sem perder de vista os objetivos formativos e científicos da proposta. No contexto da saúde, especialmente na Atenção Primária, a pesquisa possui um papel estratégico, contribuindo para o aprimoramento das práticas clínicas e para a qualificação do cuidado ofertado à população (OPAS, 2023). **Objetivo:** Compartilhar a vivência em iniciação científica com foco em formação acadêmica e crononutrição. **Metodologia:** Trata-se de um estudo de abordagem qualitativa, com caráter descritivo, na forma de relato de experiência. As atividades relatadas integram o projeto de iniciação científica intitulado "*Análise da efetividade de um protocolo, mediado por inteligência artificial, voltado ao controle metabólico de indivíduos com diabetes tipo 2, atendidos em serviços de Atenção Primária à Saúde*". Participaram da experiência 5 estudantes de graduação, 4 selecionados por meio de seleção e 1 de forma voluntária, mediante interesse prévio na temática e disponibilidade para atuação nas atividades propostas. A participação dos discentes envolveu leitura crítica de textos acadêmicos, discussão em grupo, elaboração de resumos científicos, revisão de literatura orientada e submissão de trabalhos a eventos acadêmicos. As atividades foram supervisionadas por um docente orientador, responsável pela mediação das discussões, indicação de referências, acompanhamento do desempenho e revisão dos materiais produzidos. Como ferramentas de apoio, foram utilizados recursos como Google Drive, para organização e compartilhamento de arquivos, e o google meet, para reuniões online. Como produtos parciais, foram elaborados e publicados dois trabalhos científicos apresentados em eventos acadêmicos da área. Os temas abordados refletem discussões atuais e relevantes para o campo da Nutrição, com foco na crononutrição, metabolismo energético e diabetes mellitus, considerando suas implicações clínicas, fisiológicas e sociais. **Resultados parciais e Discussão:** A experiência de IC vivenciada por estudantes do curso de Nutrição mostrou-se enriquecedora tanto do ponto de vista acadêmico quanto pessoal. As atividades foram conduzidas por meio de encontros quinzenais, voltados



ao planejamento e discussão das etapas do projeto. A partir dessa vivência, os discentes passaram a integrar um grupo de estudos interinstitucional em crononutrição. As reuniões, realizadas semanalmente de forma remota, proporcionaram constante atualização científica e aprofundamento teórico sobre os ritmos circadianos e sua relação com a alimentação e a saúde metabólica. Durante os encontros, foram discutidos artigos científicos atualizados, com foco nas interações entre os ritmos biológicos, hábitos alimentares e desfechos metabólicos. Essa abordagem permitiu aos participantes consolidar conhecimentos sobre o tema, além de refletir criticamente sobre o impacto da cronodisrupção na saúde humana e o papel do nutricionista na orientação de estratégias alimentares que considerem o tempo biológico individual. Como resultado das atividades realizadas, foram elaborados dois trabalhos científicos apresentados em eventos acadêmicos promovidos pela Unifametro: (1) *“A crononutrição como abordagem frente à cronodisrupção metabólica no manejo da obesidade: uma revisão integrativa”*; e (2) *“A repercussão dos horários das refeições na resposta insulínica e controle glicêmico: uma revisão de literatura”*. Os achados discutidos nessas produções reforçam que a abordagem crononutricional representa uma estratégia viável e eficaz tanto na promoção da saúde metabólica quanto no manejo da obesidade. Práticas como a alimentação com restrição de tempo (Time-Restricted Eating – TRE), especialmente sua variação precoce (early TRE – eTRE), mostraram-se acessíveis e promissoras na melhoria do controle glicêmico e na prevenção de desfechos cardiometabólicos adversos, principalmente em indivíduos com diabetes tipo 2. Além disso, os estudantes vêm participando da preparação para a próxima etapa do projeto, que envolve a coleta de dados em uma unidade de saúde do município de Eusébio, com foco em pacientes com pré-diabetes. Essa fase representa uma oportunidade concreta de aplicar os conhecimentos adquiridos, além de favorecer o desenvolvimento de habilidades em pesquisa de campo, coleta e análise de dados em contextos reais de atenção à saúde. A participação ativa nas etapas do projeto contribuiu para o fortalecimento de competências fundamentais para a formação do nutricionista, como a leitura crítica da literatura científica, a organização de ideias e a comunicação acadêmica. Também promoveu maior autonomia intelectual e despertou a curiosidade científica dos estudantes, aspectos frequentemente apontados como diferenciais positivos da experiência em IC. Dessa forma, a vivência na IC não apenas enriqueceu a formação curricular dos discentes, como também os aproximou da realidade da produção de conhecimento na área da Nutrição, incentivando o desenvolvimento de uma atuação profissional pautada em evidências e no



compromisso com a ciência. **Considerações finais:** Dessa forma, conclui-se que a participação na iniciação científica representou uma experiência significativa para os discentes, especialmente por envolver a crononutrição, uma temática emergente e ainda pouco explorada. Apesar das limitações enfrentadas, como a escassez de publicações consolidadas sobre o tema, o processo demandou um esforço criterioso na busca por evidências científicas, promovendo o desenvolvimento de competências acadêmicas e reflexivas. As produções realizadas evidenciam que, mesmo em nível inicial, a pesquisa pode contribuir de forma relevante para o avanço de discussões inovadoras no campo da Nutrição.

Palavras-chave: Grupos de pesquisa; Saúde coletiva; Universidades.

Referências:

MENDES, Ana Cláudia. ***Desenvolvimento de habilidades investigativas na iniciação científica: uma revisão de literatura da educação básica ao ensino superior***. ResearchGate, 2023. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/377733671>.

MORALES, Danielle X.; GRINESKI, Sara E.; COLLINS, Timothy W. ***Faculty motivation to mentor students through undergraduate research programs: a study of enabling and constraining factors***. CBE—Life Sciences Education, v. 16, n. 3, p. ar53, 2017. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28717260/>.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE (OPAS). ***Atenção primária à saúde***. 2023. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/topicos/atencao-primaria-saude>.

