



86ª SBEn
86ª SEMANA BRASILEIRA DE ENFERMAGEM

86ª SBEn - ABEEn - PA



TEMA: Saúde Planetária: desafios e a atuação crítica da Enfermagem

MINICURSO SOBRE ALIMENTOS FUNCIONAIS PARA A PESSOA IDOSA: EXPERIÊNCIA ACADÊMICA

SOUSA, Felipe da Silva (AUTOR)¹

FERREIRA, Anderson da Rocha(AUTOR)²

FERNANDES, Daiane de Souza (AUTOR, ORIENTADOR)³

INTRODUÇÃO: Os alimentos funcionais apresentam nutrientes em sua composição que atuam no metabolismo humano, promovendo benefícios à saúde¹. Diante do envelhecimento populacional, debater sobre questões nutricionais é fundamental para enfrentar os desafios do aumento da expectativa de vida. A alimentação saudável na velhice envolve fatores como, alterações fisiológicas, condições socioeconômicas e saúde da pessoa idosa². **OBJETIVO:** Relatar a experiência de graduandos de enfermagem na organização de um minicurso sobre alimentos funcionais para pessoas idosas. **MÉTODO:** Relato de experiência, vivenciado por graduandos de enfermagem e extensionistas de um projeto de extensão para a pessoa idosa, vinculado a uma faculdade de Enfermagem de uma universidade pública em Belém/PA. O minicurso aconteceu no mês de fevereiro de 2025, em uma Unidade Básica de Saúde sendo direcionado para o público 60+. **DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA:** O minicurso foi realizado em três etapas: planejamento, divulgação e realização do evento. Na primeira etapa foi realizada uma reunião para definir a data do evento e verificar a disponibilidade do local e da palestrante. A segunda etapa iniciou-se com a divulgação nas redes sociais e convite aos participantes. E a terceira etapa, referente à realização do evento, envolveu a organização do espaço e preparação de uma amostra para degustação de alimentos funcionais para os participantes. Participaram do minicurso diversas pessoas idosas sendo que, foram abordados temas como: benefícios dos alimentos funcionais, principais alimentos saudáveis e soluções para implementação da dieta funcional. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** A realização da atividade contribuiu para o aprendizado das pessoas idosas sobre alimentos funcionais, mostrou a importância da alimentação saudável e possibilitou o esclarecimento de dúvidas pertinentes sobre alimentação. **CONTRIBUIÇÕES E IMPLICAÇÕES PARA A ENFERMAGEM:** Essa iniciativa fortalece a atuação da enfermagem em contextos educativos e comunitários e contribui na promoção da saúde para o envelhecimento saudável. **Descritores (DeCS – ID):** Alimento Funcional; Ensino; Idoso. **Modalidade:** Estudo original () Relato de experiência (x) Revisão da literatura (). **Eixo Temático:** 2. Educação transformadora como caminho para preservação da vida nas suas diversas formas.

Referências:

- 1.Safraid GF, Portes CZ, Dantas RM, Batista ÂG. Perfil do consumidor de alimentos funcionais: identidade e hábitos de vida. Brazilian Journal of Food Technology. 2022;25.
- 2.Silva, Scorzi I, Lucilene Soares Miranda, Neumann D. IMPORTÂNCIA DA ALIMENTAÇÃO ADEQUADA PARA A QUALIDADE DE VIDA DOS IDOSOS. 2023 Jan 1;19(38):25–41.

- 1.Acadêmico de Enfermagem, Universidade Federal do Pará. felipesousa.fs480@gmail.com
- 2.Acadêmico de Enfermagem, Universidade Federal do Pará.
- 3.Doutorado, Enfermeira, Docente, Universidade Federal do Pará