

Desenvolvimento de um manual de atividades de educação alimentar e nutricional para crianças: uma experiência extensionista na Atenção Primária à Saúde

Development of an Activity Manual for Food and Nutrition Education for Children: An Extensionist Experience in Primary Health Care

Elaboración de un manual de actividades de educación alimentaria y nutricional para niños: una experiencia de extensión en Atención Primaria de Salud

Fabiana Nunes de SOUSA¹
Lattes: 3039299387243176
Orcid:0009-0003-9102-1906

Rejane Maria Sales Cavalcante MORI²
Lattes:0068497734511867
ORCID:0000-0003-1769-0653

Sandra Maria dos Santos FIGUEIREDO³
Lattes: 8530470051297070
ORCID:0000-0002-4556-9554

Manuela Maria de Lima CARVALHAL⁴
Lattes: 0708921042608519
ORCID:0000-0003-1397-0471

Elizabeth TEIXEIRA⁵
Lattes: 6939587645193038
ORCID:0000-0002-5401-8105

¹Universidade Federal do Pará – UFPA, Belém, PA, Brasil.

²Universidade Federal do Pará – UFPA, Faculdade de Nutrição – FANUT, Instituto de Ciências da Saúde – ICS, Belém, PA, Brasil.

³Centro Universitário do Pará – CESUPA, Curso de Nutrição, Belém, PA, Brasil.

⁴Serviço Social do Comércio – SESC, Ananindeua, PA, Brasil.

⁵Universidade do Estado do Pará – UEPA, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde – CCBS, Programa de Pós-Graduação de Enfermagem, Belém, PA, Brasil.

Contribuição dos autores:

Concepção do estudo: FNS, RMSCM, SMSF, MMLC

Coleta de dados: FNS, RMSCM, SMSF, MMLC

Análise dos dados: FNS, RMSCM, SMSF, MMLC

Redação do manuscrito: FNS, RMSCM, SMSF, MMLC, ET.

Revisão crítica para conteúdo intelectual importante: FNS, RMSCM, SMSF, MMLC, ET.

AUTOR CORRESPONDENTE

Rejane Maria Sales Cavalcante Mori

E-mail: rejanemori@ufpa.br



Financiamento: não se aplica.

Conflito de interesses: Os/As autores/autoras declaram não haver conflito de interesses.

Como citar este artigo (Vancouver):

Sousa FN, Mori RMSC, Figueiredo SMS, Carvalhal MML, Teixeira E. Desenvolvimento de um manual de atividades de educação alimentar e nutricional para crianças: uma experiência extensionista na atenção primária à saúde. Ext Rev. 2025;15:e001.
<https://doi.org/10.59666/extensaoemrevista.2025.v15.4347>

Editor-chefe: Wagner Ferreira Monteiro

Editora científica: Maria Itayra Padilha

Submissão: 19 set. 2024

Reformulação: 26 nov. 2024

Aprovação: 28 fev. 2025

Resumo

Objetivo: O objetivo deste estudo foi elaborar uma Tecnologia Educativa do tipo manual, visando auxiliar os nutricionistas e demais profissionais da saúde no que diz respeito à aplicação da Educação Alimentar e Nutricional (EAN) para o público infantil no contexto da Atenção Primária à Saúde. **Métodos:** Para a confecção do manual, foram utilizadas atividades de EAN previamente elaboradas e aplicadas pela equipe do projeto de extensão “Oficina da saúde: Ações de Educação Alimentar e Nutricional Para Crianças na Atenção Primária à Saúde” em uma Unidade Municipal de Saúde de Belém, Pará. **Resultados:** O manual em sua forma final conta com 32 páginas onde são apresentadas 10 atividades de EAN. **Considerações Finais:** A partir da elaboração do manual, foi possível evidenciar a relevância desse tipo de tecnologia e sua funcionalidade como aparato simplificador para o desenvolvimento de ações de EAN, bem como a importância do debate sobre as temáticas abordadas para o empoderamento e desenvolvimento de autonomia do público infantil.

Palavras-chave: Educação Alimentar e Nutricional; Tecnologias Educativas; Atenção Primária à Saúde; Nutrição; Nutrição Infantil.

Abstract

Objective: The objective of this study was to develop an educational technology manual to assist nutritionists and other health professionals in implementing Educação Alimentar e Nutricional (EAN, food and nutrition education) for children in the context of Primary Health Care. **Methods:** To prepare the manual, EAN activities previously developed and implemented by the team of the extension project “Oficina da saúde: Ações de Educação Alimentar e Nutricional Para Crianças na Atenção Primária à Saúde” (health workshop: food and nutrition education actions for children in primary health care) in a Municipal Health Unit in Belém, Pará were used. **Results:** The manual in its final form has 32 pages, presenting 10 EAN activities. **Final Considerations:** After preparing the manual, it was possible to highlight the relevance of this type of technology and its functionality as a simplifying manual for developing EAN actions, as well as the importance of debating the topics addressed for the empowerment and development of autonomy of children.

Key words: Food and Nutrition Education; Educational Technologies; Primary Health Care; Nutrition; Infant Nutrition.

Resumen

Objetivo: El objetivo de este estudio fue desarrollar una tecnología educativa de tipo manual, con el objetivo de ayudar a nutricionistas y otros profesionales de la salud en la aplicación de la Educación Alimentar e Nutricional (EAN, Educación Alimentaria y Nutricional) para niños en el contexto de la Atención Primaria de Salud. **Métodos:** Para la creación del manual se utilizaron actividades de EAN previamente desarrolladas y aplicadas por el equipo del proyecto de extensión “Oficina da saúde: Ações de Educação Alimentar e Nutricional Para Crianças na Atenção Primária à Saúde” (taller de salud: acciones de educación alimentaria y nutricional para niños en atención primaria de salud) en una Unidad Municipal de Salud de Belém, Pará. **Resultados:** El manual en su forma final tiene 32 páginas donde se presentan 10 actividades de la EAN. **Consideraciones finales:** De la elaboración del manual se pudo resaltar la relevancia de este tipo de tecnología y su funcionalidad como dispositivo simplificador para el desarrollo de acciones de EAN, así como la importancia del debate sobre los temas tratados para el empoderamiento y desarrollo de la autonomía de los niños.

Palabras claves: Educación Alimentaria y Nutricional; Tecnologías educativas; Atención Primaria de Salud; Nutrición; Nutrición Infantil.

Introdução

As mudanças socioeconômicas ocorridas nas últimas décadas impactaram diretamente o perfil nutricional e epidemiológico da população brasileira. O modo de vida da sociedade moderna, onde a praticidade dos alimentos processados e ultraprocessados ricos em sódio, açúcares e gordura substitui uma alimentação saudável, está diretamente associado ao novo panorama mundial de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), revelando-se como um desafio para a saúde pública.¹⁻⁴

Com essa transição nutricional, os índices de sobrepeso e obesidade infantil vêm ganhando destaque no cenário epidemiológico atual, pós pandêmico. Segundo informação das Nações Unidas Brasil,⁵ com dados da Organização Mundial de Saúde (OMS), estima-se que o número de crianças com excesso de peso em todo o mundo chegará em 70 milhões até 2025. Se as tendências atuais continuarem, a obesidade infantil se tornará um problema de saúde pública ainda mais grave, com previsões de que possa aumentar drasticamente até 2030. A obesidade infantil, além de prejudicar o desenvolvimento físico e emocional, pode se refletir no aumento de doenças associadas, como diabetes e problemas cardíacos.⁵⁻⁸

Tal conjuntura torna urgente a implementação de ações intersetoriais focadas na promoção da saúde e no enfrentamento dos determinantes sociais da nutrição. Além disso, destaca-se a relevância de um modelo de atenção à saúde que priorize a promoção de uma alimentação adequada e saudável, conforme estabelecido na Política Nacional de Alimentação e Nutrição e na Política Nacional de Promoção da Saúde, com o objetivo de prevenir e tratar as DCNT.¹⁻³

Dessa forma, é responsabilidade do Sistema Único de Saúde (SUS) promover a alimentação adequada e saudável por meio de iniciativas focadas tanto em políticas públicas quanto na reorientação dos serviços de saúde, que devem integrar a promoção da saúde nas atividades diárias.^{1,2} Nesse contexto, cabe à Atenção Primária à Saúde (APS) realizar ações educativas e de aconselhamento durante as consultas individuais ou em grupo, com base nas diretrizes oficiais para alimentação saudável presentes no Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores de Dois Anos e no Guia Alimentar para a População Brasileira, cuja implementação traz diversos benefícios para a saúde da população.⁹

Diante disso, ressalta-se a Educação Alimentar e Nutricional (EAN) como uma ferramenta indispensável dentro das políticas públicas de alimentação e nutrição. Conceitua-se EAN como um campo de conhecimento e de prática contínua e permanente, transdisciplinar, intersetorial e multiprofissional que visa promover a prática autônoma e voluntária de hábitos alimentares saudáveis, através de estratégias educativas e problematizadoras eficientes que deve ser aplicada aos usuários desde a mais tênue idade.¹⁰⁻¹²

A EAN desempenha um papel fundamental na formação de hábitos alimentares em crianças, considerando que é nessa fase inicial da vida em que o paladar é moldado e a relação do indivíduo com a alimentação é estabelecida. A variedade e a qualidade dos alimentos introduzidos nesse período são determinantes para o desenvolvimento da autonomia e da consciência alimentar na vida adulta. De modo geral, crianças incentivadas desde cedo a fazer escolhas alimentares saudáveis tendem a manter esses hábitos ao longo da vida. Assim, a EAN se mostra altamente eficiente e decisiva no desenvolvimento infantil, contribuindo de forma significativa para a construção de uma base sólida de práticas alimentares saudáveis, melhorando a qualidade de vida da criança e do futuro adulto.^{13,14}

Contudo, a abordagem da EAN para crianças deve ser realizada de maneira específica, baseada na ludicidade e na dinamicidade. Além disso, deve, ainda, estar intimamente relacionada com o ato de brincar, tendo como fundamento uma linguagem acessível e ferramentas recreativas e interativas como material de apoio.¹⁵

Para contribuir no processo de trabalho do profissional de saúde nos serviços prestados à população infantil através da EAN e obter melhores resultados, o uso de tecnologias educacionais para a promoção de uma alimentação em um contexto saudável é um importante aliado.¹⁶

A Tecnologia Educativa (TE) é um instrumento de socialização do conhecimento que estabelece uma relação de aprendizagem e prática por meio de materiais impressos, como manuais, folhetos, folders e cartilhas. Além disso, a TE abrange a realização de oficinas, jogos e o uso de meios tecnológicos, como tablets, celulares e computadores. Esses recursos tornam-se ferramentas educativas importantes no processo em que as crianças passam a ser protagonistas, expressando seus próprios questionamentos, dúvidas, mitos e verdades em situações problematizadoras.¹⁶

No contexto da extensão universitária, essas tecnologias e metodologias se articulam ao oferecer aos alunos oportunidades práticas de aplicação do conhecimento adquirido na universidade. Esse envolvimento nas atividades extensionistas permite a consolidação do aprendizado e proporciona experiências que contribuem diretamente para a formação dos estudantes em suas futuras profissões, especialmente por meio da prestação de serviços à comunidade.¹⁷

Reconhecer a relevância da extensão na formação acadêmica reforça a defesa da indissociabilidade entre ensino, pesquisa e extensão. Isso implica compreender que o conhecimento universitário vai além das aulas e dos espaços dedicados à aquisição do saber científico, englobando também o papel transformador do diálogo e da interação com a comunidade no desenvolvimento dos discentes.¹⁸

Sendo assim, o presente trabalho teve como objetivo relatar a experiência de elaboração de um manual para

auxiliar nutricionistas e demais profissionais da saúde na aplicação da EAN voltada ao público infantil no contexto da APS. A iniciativa considerou a percepção dos acadêmicos e professores envolvidos, bem como a participação dos usuários atendidos pelo projeto de extensão "Oficina da Saúde: Ações de Educação Alimentar e Nutricional para crianças na Atenção Primária à Saúde", vinculado à Pró-Reitoria de Extensão (PROEX) da Universidade Federal do Pará (UFPA). Essa experiência foi organizada como parte de um Trabalho de Conclusão de Curso da Faculdade de Nutrição.

Metodologia

Trata-se de um relato de experiência do desenvolvimento de uma TE do tipo manual a ser utilizada por profissionais em ações de EAN com o público infantil na APS.

A construção do material ocorreu em 5 etapas: (1) Seleção e organização das atividades de EAN; (2) Revisão de literatura sobre o tema; (3) Revisão, estudo e seleção das informações para comporem o manual; (4) Organização dos capítulos estruturantes da TE; e (5) Design do manual e revisão final.

Inicialmente foram selecionadas e organizadas todas as ações previamente realizadas pela equipe do Projeto de Extensão da Faculdade de Nutrição da Universidade Federal do Pará (UFPA) intitulado "Oficina da saúde: Ações de Educação Alimentar e Nutricional Para Crianças na Atenção Primária à Saúde", com crianças na faixa etária de dois a sete anos de idade, na Unidade Municipal de Saúde do Guamá, em Belém, Pará, e no período correspondente a março de 2019 a fevereiro de 2020.

Em seguida, iniciou-se o levantamento bibliográfico. Foram selecionados 32 documentos, sendo eles 18 artigos científicos (selecionados nas plataformas de pesquisa SciELO, LILACS e PubMed, nos idiomas português, inglês e espanhol). A busca desse material se deu através dos seguintes descritores: Educação Alimentar e Nutricional, Educação Nutricional, Educação; Educação em Saúde, Atenção Primária à Saúde, Crianças e Tecnologias Educativas. Foram selecionadas publicações científicas realizadas entre os anos de 2010 e 2020, exceto resumos de congresso, além de documentos do Ministério da Saúde e obras literárias clássicas, independentemente do ano de sua publicação.

A partir dessa etapa, foi possível reunir todo o conteúdo de interesse para o manual educativo, sendo este organizado em seis capítulos, os quais inicialmente apresentam uma pequena introdução do eixo temático trabalhado seguida das instruções para a realização de cada atividade de EAN, contendo o objetivo, os materiais utilizados e a descrição de cada dinâmica.

A sistematização dos capítulos foi baseada na temática abordada por cada atividade, agrupando as dinâmicas aos eixos temáticos. Desta forma, os capítulos foram divididos em:

1. Frutas regionais:3 atividades
2. Alimentação cardioprotetora:1 atividade
3. Doenças crônicas não transmissíveis:2 atividades
4. Hábitos de higiene:1 atividade
5. Grupos alimentares:2 atividades
6. Carências nutricionais:.....1 atividade

O manual foi organizado no programa online de criação e gerenciamento de negócios Canva®, e sua arte de fundo foi projetada com auxílio do software de design gráfico CorelDRAW®. A formatação do projeto foi realizada nas dimensões 148mm x 210mm, fontes Open Sans Light, Bebas Neue, Bebas Neue Cyrillic e Arial, nos tamanhos 72, 51, 49, 42, 40, 36, 34, 27, 25, 20, 18, 16, 15, 14, 10, 9 e 8,6. A impressão foi feita em papel A4 colorido.

O Projeto de Extensão foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos do Instituto de Ciências de Saúde (ICS) da UFPA, sob o número de protocolo 3.380.831. Todos os participantes tiveram o Termo de Consentimento Livre Esclarecido assinado pelos seus respectivos responsáveis. Este projeto de extensão teve apoio da PROEX/UFPA.

Resultados e Discussão

Tomando como objetivo a produção de uma TE capaz de auxiliar profissionais em práticas de EAN com crianças, sobretudo aplicadas na APS, o manual apresentado foi o produto final construído a partir de atividades desenvolvidas no projeto de extensão "Oficina da Saúde: Ações de Educação Alimentar e Nutricional Para Crianças na Atenção Primária à Saúde".

Na Figura 1 são apresentados recortes de páginas do manual, o qual foi intitulado "Atividades de Educação Alimentar e Nutricional para crianças na Atenção primária à saúde".

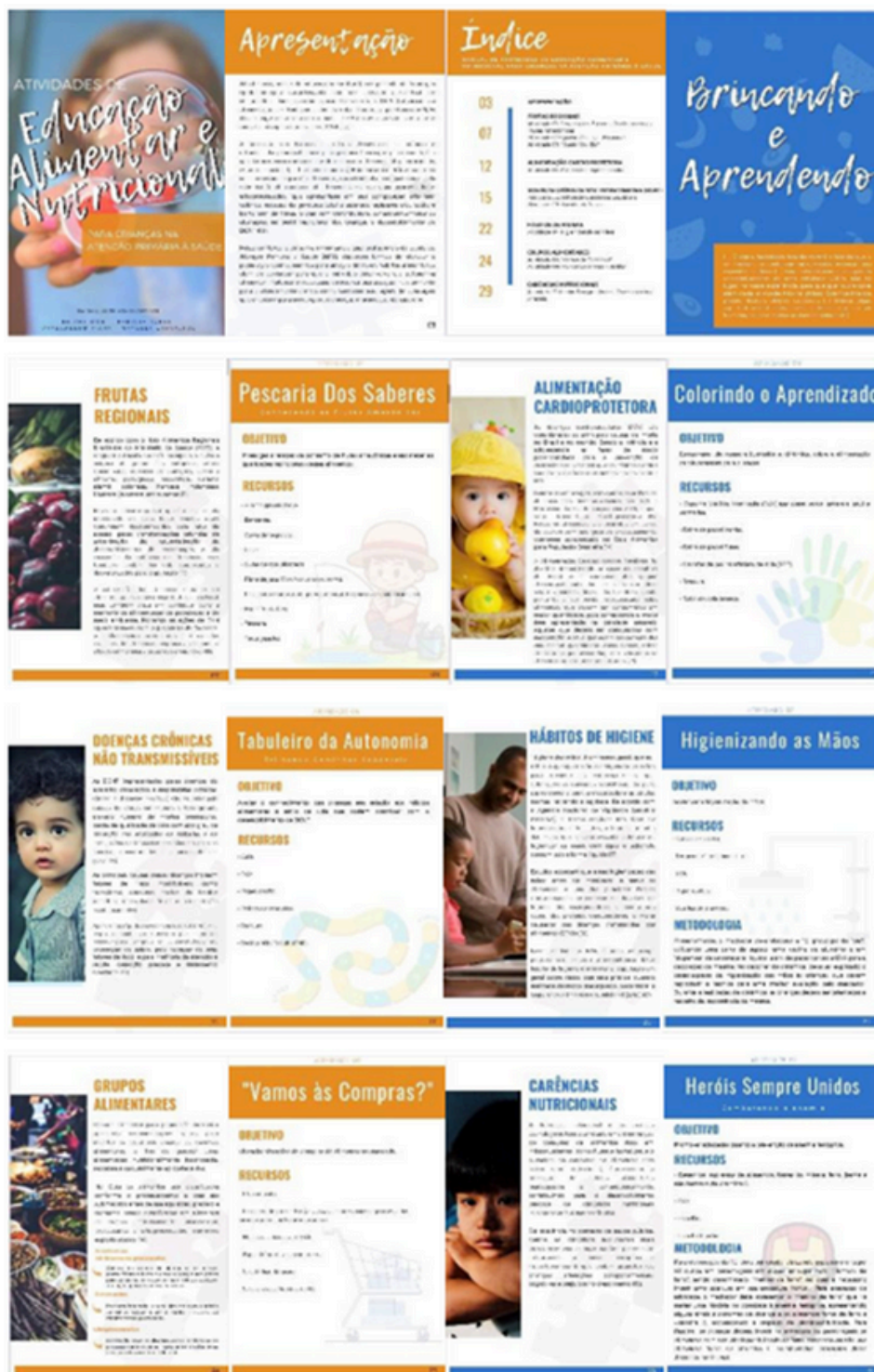


Figura 1: Capa e páginas do manual "Atividades de Educação Alimentar e Nutricional para crianças na Atenção primária à saúde"

Fonte: Elaborado pelas autoras, 2025.

O manual foi graficamente elaborado com cores vibrantes, além de um texto em fonte de tamanho adequado, objetivando despertar a atenção e o interesse do leitor e tornar o material educativo mais atrativo e interessante. Além disso, o mesmo conta com 32 páginas, as quais apresentam as instruções para a elaboração de ações de EAN de forma dinâmica, visando facilitar a leitura e compreensão do material.

Quanto ao conteúdo, foram apresentadas as 10 dinâmicas que obtiveram maior êxito e coerência entre resultados e objetivos propostos dentre todas aquelas realizadas durante o período de atividade do projeto. Tais atividades perpassam temáticas consideradas relevantes para o desenvolvimento e educação em saúde do público infantil, sendo essas: conhecimento sobre frutas regionais, DCNT, alimentação cardioprotetora, hábitos de higiene (pessoal e dos alimentos), classificação (grupo) dos alimentos, e carências nutricionais.

O primeiro capítulo é composto por atividades que possuem como objetivo o incentivo ao consumo das frutas típicas da Região Norte (bacuri, buriti, cupuaçu, pupunha, taperebá, tucumã e etc.), a partir da apresentação de algumas de suas características e propriedades. Tais frutos apresentam texturas e sabores diferenciados e um alto valor nutricional. Dada essa diversidade, algumas são consideradas como fontes ricas em vitaminas, especialmente C e A, minerais e substâncias orgânicas, principalmente antioxidantes, podendo auxiliar no combate às carências nutricionais das crianças.^{19,20}

Tais alimentos, apesar de serem demasiadamente relevantes para a identidade cultural da região, ainda são pouco conhecidos sobretudo pelo público infantil, devido as transformações oriundas da globalização, da expansão da indústria de alimentos e afins. Nesse contexto, estimular a valorização dos alimentos regionais desde a infância, além de ser uma forma de manifestação cultural, é também uma estratégia para a melhoria da alimentação da população local.¹⁹

O capítulo dois possui como temática a alimentação cardioprotetora. No que diz respeito às estratégias de prevenção e de controle dos fatores de risco para o desenvolvimento das doenças cardiovasculares, o Ministério da Saúde lançou, em 2018, o guia sobre alimentação cardioprotetora. Esse documento categoriza os alimentos em cores, de acordo com seu grau de processamento.²¹

Para tal categorização foram utilizadas as cores da bandeira nacional para efetuar tal segmentação, associando a predominância de cada cor na bandeira com a prevalência de consumo recomendada dos alimentos que as representam. Assim sendo, o verde foi representado pelos alimentos que devem ser consumidos em maior quantidade, o amarelo, aqueles que requerem moderação e o azul, os que devem estar presentes em

públicos de SAN nos diversos territórios de atuação dos profissionais da área. Também se ressalta a importância de menor quantidade. Somado a esses, existe o grupo vermelho, representando os alimentos que devem ser evitados. Diante disso, nota-se a ampla aplicabilidade desse material como base para a elaboração de atividades de EAN para o público infantil devido a sua fácil adaptação para dinâmicas de caráter lúdico.²¹

As atividades que compõem o capítulo três apresentam como macro objetivo o estímulo à alimentação saudável como estratégia de prevenção às DCNT, as quais representam, atualmente, as principais causas de óbitos e de perda de qualidade de vida. Ao mesmo tempo, ocasionam alto grau de limitação nas atividades laborais e de lazer, e impactos significativos na economia, tanto individual e familiar como também dos setores de saúde pública, o que ressalta a emergência de mudanças nos hábitos de vida da população. Nesse contexto, tratar desse assunto com o público infantil, tendo em vista o fato de ser uma das fases de maior potencialidade para a prevenção de DCNT e para a formação de hábitos de vida saudáveis, apresenta-se como uma medida ampla e custo-efetiva de promoção de saúde.^{22,23}

O diagnóstico de uma doença crônica na infância pode gerar estresse em toda a dinâmica familiar, resultando em mudanças e adaptações no cotidiano da família. Em determinados casos, especialmente quando as crianças enfrentam tratamentos prolongados e hospitalizações frequentes, exige-se um envolvimento emocional significativo desde o momento do diagnóstico até as complicações e cuidados paliativos que podem surgir com a progressão da doença.²⁴

Um estudo publicado em julho de 2024 por Silva *et al.*²⁵ analisou a prevalência de doenças crônicas em crianças e adolescentes atendidos em um hospital público de referência. A pesquisa revelou que 42,7% dos participantes apresentavam alguma doença crônica, com maior incidência no sexo masculino (55,2%). Welser *et al.* (2023)²⁶ observaram que a incidência de níveis elevados de pressão arterial em crianças e adolescentes vem aumentando, sendo atribuídos à alta incidência de sobrepeso e obesidade nessa população, uma vez que ganho de peso excessivo, principalmente quando associado ao aumento de adiposidade visceral, é uma causa importante de hipertensão.

O quarto capítulo ressalta a importância dos hábitos de higiene para a qualidade da saúde e da alimentação. Apesar de ser de conhecimento geral que a higiene pessoal e dos alimentos é fundamental antes e durante o preparo de refeições, por vezes o estímulo para o desenvolvimento desse hábito acaba sendo insuficiente ou mesmo inexistente, o que contribui para a ampla disseminação das doenças transmitidas por alimentos, co-

mo por exemplo a salmonelose, as amebíases e verminoses. Nesse contexto, incentivar tal prática desde os primeiros anos de vida é crucial para o desenvolvimento infantil, além de demonstrar a importância da higiene e informar acerca dos riscos que a sua realização de maneira inadequada pode trazer à segurança alimentar e nutricional (SAN).^{27,28}

O capítulo cinco aborda o grupo dos alimentos preconizado pelo "Guia Alimentar para a População Brasileira".² Nesse documento, a classificação dos alimentos varia conforme o nível de processamento a que são submetidos antes de sua aquisição pela população. Os grupos podem ser resumidos da seguinte forma: in natura, minimamente processados, processados e ultraprocessados. Vale ressaltar que a compreensão dessa organização auxilia no desenvolvimento da autonomia das crianças, além de estar intimamente relacionada aos princípios da alimentação cardioprotetora previamente citada.^{1,29}

Por fim, o último capítulo trata sobre carências nutricionais. Essa temática torna-se fundamental para a promoção de saúde devido à crescente redução no consumo de alimentos ricos em micronutrientes, como as frutas e hortaliças, associada ao aumento da ingestão de alimentos de baixo valor nutricional. A formação de hábitos alimentares inadequados com essas características está diretamente relacionada ao desenvolvimento precoce de distúrbios nutricionais, dentre eles, destacam-se a anemia ferropriva e a hipovitaminose A, as quais ocasionam alterações comportamentais, cognitivas e déficits no crescimento, e apresentam uma prevalência importante em crianças na fase pré-escolar, o que ressalta a necessidade da realização de ações de EAN, focadas para a prevenção desses agravos, e direcionadas ao público infantil.³⁰

Logo, é possível perceber que a construção de uma TE que serve como um instrumento facilitador na transmissão de informações e técnicas, como o caso do manual, é de suma importância para o fortalecimento de ações de EAN voltadas para o público infantil. Tais atividades, ao abordarem temáticas como as apresentadas no presente trabalho, contribuem para o processo de desenvolvimento da autonomia das crianças, o que é fundamental na promoção de saúde e alimentação saudável, bem como na prevenção de doenças associadas à alimentação e nutrição.

Por fim, é importante mencionar que as atividades explanadas no manual são de fácil acesso, baixo custo e podem ter sua aplicação estendida a diversos locais, desde diferentes Unidades Municipais de Saúde (UMS) até clínicas, escolas, praças etc., contanto que haja um espaço apropriado para o desenvolvimento das mesmas, bem como um profissional capacitado para atuar como mediador, sendo este nutricionista ou não.

Além disso, tais dinâmicas podem ser realizadas em qualquer região do Brasil, desde que sejam feitas adapta-

ções no conteúdo para adequação à cultura local. Sendo assim, a TE pode ser incorporada aos equipamentos socializar as atividades extensionistas aqui descritas e da formação acadêmica de qualidade, possibilitando a articulação entre o ensino e a extensão universitária. Tal articulação almeja auxiliar na aprendizagem de conhecimentos, de competências e de habilidades.

Considerações finais

O manual elaborado teve como proposta disponibilizar orientações aos profissionais da saúde no que diz respeito às ações de Educação Alimentar e Nutricional, reunindo instruções para a realização de atividades que foram previamente executadas. Além disso, tendo em vista a ampla aplicabilidade das Tecnologias Educativas na Atenção Primária à Saúde, o desenvolvimento desse trabalho foi importante para o reconhecimento da relevância do manual como uma ferramenta capaz de otimizar e potencializar as ações de EAN desenvolvidas e aplicadas na APS por profissionais da saúde. Dessa forma, o produto apresentado no presente trabalho pode ser considerado como uma TE valiosa, elaborada com o objetivo de auxiliar os profissionais da APS no planejamento de ações educativas de forma simples e dinâmica, além de elucidar a importância de projetos extensionistas das universidades para o aprimoramento da formação profissional do aluno durante a graduação.

Referências

1. Ministério da Saúde (BR). Obesidade [Internet]. Brasília, DF: MS; 2014 [citado 15 dez. 2024]. 108 p. (Cadernos de atenção básica, no 38; Série A Normas e manuais técnicos). Disponível em: http://189.28.128.100/dab/docs/publicacoes/cadernos_ab/abcad12.pdf.
2. Ministério da Saúde (BR). Guia alimentar para a população brasileira [Internet]. 2a ed. Brasília, DF: MS; 2014 [citado 20 dez. 2024]. 156 p. Disponível em: https://bvms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf.
3. Manzanero-Rodríguez D, Rodríguez Rodríguez AM, García-Esquivel L, Cortez-Solís JM. Estado nutricional, factores sociodemográficos u salud en estudiantes de nuevo ingreso a la UAZ. *Enferm Univ*. 2018;15(4):383-93. <https://doi.org/10.22201/eneo.23958421e.2018.4.545>.
4. Santos EM, Rocha MMS, Dias TO. Obesidade Infantil: uma revisão bibliográfica sobre fatores que contribuem para a obesidade na infância. *RBRAAF*. 2020 [citado 16 jan. 2025];9(1):57-62. Disponível em: <https://estacio.periodicos.cientificos.com.br/index.php/rbraf/article/view/717/637>.
5. Nações Unidas Brasil. Número de crianças com excesso de peso pode chegar a 70 milhões até 2025, alerta OMS [Internet]; 23 jun. 2015 [citado 06 mar. 2025]. Disponível em: <https://brasil.un.org/pt-br/69954-n%C3%BAmero-de>

- crian%C3%A7as-com-excesso-de-peso-pode-chegar-70-milh%C3%B5es-at%C3%A9-2025-alerta-oms.
6. Almeida L M, Formiga WAM, Lima RF, Nunes VVL, Dantas JA, Tejó ACÓ, et al. Fatores associados ao sobrepeso e obesidade infantil em escolares do interior da Paraíba. REAS.2024;24(9):e16232. <https://doi.org/10.25248/reas.e16232.2024>.
 7. Lima E. Conscientização contra a obesidade mórbida infantil [Internet]. [Rio de Janeiro]: Fiocruz; 2 jun. 2021 [citado 10 mar. 2022]. Disponível em: <https://portal.fiocruz.br/noticia/conscientizacao-contr-a-obesidade-morbida-infantil>.
 8. World Health Organization. Obesity and overweight: key facts [Internet]. [local desconhecido]: WHO; 2024 [citado 10 jan. 2025]. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>.
 9. Bortolini GA, Oliveira TFV, Silva SA, Santin RC, Medeiros OL, Spaniol AM, et al. Ações de alimentação e nutrição na atenção primária à saúde no Brasil. Rev Panam Salud Publ. 2020;23(44):e39. <https://doi.org/10.26633/RPSP.2020.39>
 10. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome (BR). Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas [Internet]. Brasília, DF: MDS; 2012 [citado 15 dez. 2024]. 68 p. Disponível em: https://www.mds.gov.br/webarquivos/publicacao/seguranca_alimentar/marco_EAN.pdf.
 11. França C, Carvalho V. Estratégias de educação alimentar e nutricional na atenção primária à saúde: uma revisão de literatura. Saude Debate. 41(114):932-48. <https://doi.org/10.1590/0103-1104201711421>.
 12. Kono C, Luz M. Trajetória das políticas de educação alimentar e nutricional no Brasil. Trab Educ Saude. 2024;22: e02587240. <https://doi.org/10.1590/1981-7746-ojs2587>.
 13. Ministério da Saúde (BR). Guia alimentar para crianças brasileiras menores de 2 anos [Internet]. Brasília, DF: MS; 2019 [citado 10 nov. 2024]. 256 p. http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/guia_da_crianca_2019.pdf.
 14. Maia IEO, Souza CT, Francisqueti-Ferron FV, Souza DT. Educação nutricional para melhora dos hábitos alimentares infantis em pré-escolares do município de Agudos-SP. RBONE [Internet]. 2023 [citado 10 jan. 2025];17(110):594-603. <https://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/2301h>.
 15. Galisa MS, Nunes APO, Garcia LS, Silva SMCS. Educação alimentar e nutricional: da teoria à prática. São Paulo: Roca; 2017. 308 p.
 16. Francisco MM, Vasconcelos EMR, Vasconcelos MGL, Padilha MAS, Araújo EC, Oliveira JSB. Tecnologias lúdicas para adolescentes utilizadas por profissionais de saúde: revisão integrativa. Rev Enferm UFSM. 2020;10:e31. <https://doi.org/10.5902/2179769237050>.
 17. Silva AR. Proposta de estruturação dos indicadores de desempenho da gestão de extensão da UFPB [trabalho de conclusão de curso]. João Pessoa: Universidade Federal da Paraíba, Centro de Tecnologia, Departamento de Engenharia de Produção; 2019. 58 f. <https://repositorio.ufpb.br/jspui/handle/123456789/24378>.
 18. Sousa AA, Brandão PM. As contribuições do Programa de Integração Ensino e Extensão (PEEX) na formação de estudantes de graduação da Universidade Federal do Cariri (UFCA). Em Ext. 2024;23(2):88-108. <https://bvsmms.saude.gov.3/REE-2024-72539>.
 19. Ministério da Saúde (BR). Alimentos regionais brasileiros [Internet]. Brasília, DF: MS; 2015 [citado 03 dez. 2024]. 484 p. Disponível em: https://bvsmms.saude.gov.br/bvsm/publicacoes/alimentos_regionais_brasileiros_2ed.pdf.
 20. Santos MF, Souza TVF, Ferreira JCS, Freitas FMNO. Alimentos amazônicos como possíveis recursos alimentares para auxiliar na melhora das principais carências nutricionais no Transtorno do Espectro Autista (TEA). Res Soc Dev. 2022;11(15):e86111537122. <https://doi.org/10.33448/rsd-v11i15.37122>.
 21. Ministério da Saúde; Hospital do Coração. Alimentação cardioprotetora [Internet]. Brasília, DF: MS; 2018 [citado 14dez.2024].16p.Disponível em: https://bvsmms.saude.gov.br/bvsm/publicacoes/alimentacao_cardioprotetora.pdf.
 22. Ministério da Saúde (BR). Plano de ações estratégicas para o enfrentamento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) no Brasil 2011-2022. Brasília, DF: MS; 2011 [citado em 14 dez 2024]. 160 p. Disponível em: [plano_acoes_enfrent_dcnt_2011.pdf](https://www.mds.gov.br/webarquivos/publicacao/seguranca_alimentar/marco_EAN.pdf).
 23. Sociedade Brasileira de Cardiologia. Atualização da diretriz de prevenção cardiovascular da Sociedade Brasileira de Cardiologia. Arq Bras Cardiol. 2019;113(4):787-91. <https://doi.org/10.5935/abc.20190204>.
 24. Adriano MC, Reis LV, Riograndense C, Lorenzi J, Cosme CA, Montari CC. Construção de uma cartilha educativa de cuidados a crianças com doenças crônicas: relato de experiência. Cad Pedagog. 2024;21(5):e4436. <https://doi.org/10.54033/cadpedv21n5-174>.
 25. Silva LR, Jeronimo BS, Ramos TTO, Santos SMP, Ludgério MJB, Fernandes JAS. Prevalência e fatores etiológicos associados à doença crônica em crianças e adolescentes. REAS.2024;24(7):e16740. <https://doi.org/10.25248/reas.e16740.2024>.
 26. Welsler L, Pfeiffer KA, Silveira JFC, Valim ARM, Renner JDP, Reuter CP. Incidência de hipertensão arterial está associada com adiposidade em crianças e adolescentes. Arq Bras. Cardiol. 2023;10(2):e20220070. <https://doi.org/10.36660/abc.20220070>.
 27. Ministério da Saúde (BR). Protocolo para a prática de higiene das mãos em serviços de saúde: Anexo 01 [Internet]. [Brasília, DF]: MS; 2013 [citado 11 nov. 2024]. 16p. http://www.hospitalsantalucinda.com.br/downloads/print_ot_higiene_das_maos.pdf.
 28. Sales NMR, Partridge Dd'A, Pelegrini PB, Silva CRB. Importância da higienização das mãos: Pesquisa observacional em restaurante de autosserviço. Nutr Bras. 2016;15(4):177-83. <https://doi.org/10.33233/nb.v15i4.446>.
 29. Menegassi B, Almeida JB, Olimpio MYM, Brunharo MSM, Langa FR. A nova classificação de alimentos: teoria, prática e dificuldades. Cien Saude Colet. 2018;23(12):4165-76. <https://doi.org/10.1590/1413-812320182312.30872016>.
 30. Teodoro MA, Santos LMPG, Lima DB, Ferreira EB, Lucia FD. Estratégia de educação alimentar e nutricional na prevenção de distúrbios nutricionais em pré-escolares. Extensio.2018;15(31):14-30. <https://doi.org/10.5007/1807-0221.2018v15n31p15>.