

## **AÇÕES EDUCATIVAS COM IDOSOS: UM RELATO DE EXPERIENCIA DE UMA EX BOLSISTA DE EXTENSÃO.**

### **Educational Actions With The Elderly: An Experience Report Of A Former Extension Scholarship.**

**Jacqueline Miranda dos Santos<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Pós-graduanda em nutrição, envelhecimento e longevidade, endereço institucional, jacquelinems@yahoo.com

## **INTRODUÇÃO**

O envelhecimento é classificado como um dos fatores de risco não modificáveis para diversas doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs) (CASADO; VIANNA; THULER, 2009). Os idosos ocupam grande demanda dos atendimentos nos sistemas de saúde e segundo dados do IBGE 2018 a população idosa já representa 13% da população brasileira, evidenciando o amplo crescimento desta população e a necessidade de atenção as suas especificidades (IBGE, 2018).

O desenvolvimento de atividades de educação alimentar e nutricional (EAN), no âmbito da promoção da alimentação saudável, através de atividades individuais e coletivas possibilitam o controle das doenças e melhoram a qualidade de vida (TURCONI 2013 apud AHN, 2018). A educação alimentar e nutricional é definida por prática educativa facilitadora da adoção voluntária de comportamento alimentar ou relacionado à boa nutrição, que objetiva melhoria da qualidade de vida, bem-estar e saúde. (CONTENTO, 1995).

A universidade aberta da terceira idade (UnATI), oferece aos idosos diversas atividades como: palestras, fóruns, conferências e cursos, além de atuar como importante instrumentos de qualificação no campo do envelhecimento (DANTAS; COSTA, 2020), oportunizando a estudantes e profissionais capacitação qualificada no cuidado da população idosa por meio de cursos de pós-graduação, projetos de pesquisa e extensão. (VERAS, 2018).

A participação dos bolsistas em projeto de extensão da UnATI faz parte do tripé de educação universitária no ensino, pesquisa e extensão (DANTAS; COSTA, 2020), onde, alunos e docentes oferecem para população, em especial o público idoso, serviços em diversas áreas (TEODORO, 2016), como por exemplo, o curso promovido pelo projeto alimentação, nutrição e envelhecimento (PROANE).

O curso é fruto de uma parceria entre instituto de nutrição da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ) e a UnATI, oferecendo anualmente, encontros semanais com duração de uma hora, abordando diversos temas no campo da alimentação. Bolsistas do projeto de extensão acompanharam as atividades que são oferecidas na UERJ e no centro municipal de saúde da cidade do Rio de Janeiro (CMS/RJ) durante o ano de 2016 (DOS SANTOS et al, 2016).

O referencial teórico das atividades visa a promoção da saúde, com base nos pressupostos da educação popular em saúde. A valorização do diálogo, respeitando autonomia dos idosos, a troca dos saberes e uso de metodologia lúdica, atende às necessidades específicas do público participante (PRADO et al, 2019).

O presente trabalho objetiva refletir a experiência de ser bolsista de um projeto de extensão no campo da alimentação, nutrição e envelhecimento, visando apresentar a importância do treinamento de bolsistas para desenvolvimento do trabalho, relatar a participação dos alunos de extensão nas atividades e refletir como a prática da escrita acadêmica é posta nas atividades. As ações extensionistas possibilitam ao estudante aprender na prática, atividades pertinentes a sua área de formação, trazendo ganhos educacionais aos estudantes e a população que utilizam os serviços (DOS SANTOS et al, 2016).

## MATERIAL E MÉTODOS

Para a elaboração do presente trabalho, foi realizada uma análise documental (MINAYO, 2012) que compreende na reunião de registros escritos, fotográficos, trabalho de conclusão de curso, anais de eventos e artigos das atividades do projeto nos anos de 2015 a 2019.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os alunos bolsistas e voluntários participam do planejamento, desenvolvimento e avaliação das ações, como: práticas educativas com idosos, treinamentos, produção científica, apresentação de trabalho e leitura de textos. O projeto possui como atividade principal o curso desenvolvido no INU/UERJ (DO CARMO et al, 2019), no entanto, no ano de 2015 as ações foram estendidas ao Grupo de hipertensão e diabetes do centro municipal de saúde Heitor Beltrão, com a participação de profissionais de saúde desta unidade (DOS SANTOS et al, 2016).

A divulgação das atividades ocorre através da participação em eventos nacionais e internacionais, estimulados por docentes a prática da escrita científica, que por meio de envio de resumos para congressos, apresentação de pôster, ministração de palestras, publicação de artigos, livros e a elaboração de trabalho de conclusão de curso, utiliza e divulga diferentes temas e ações desenvolvidas no projeto (DO CARMO et al, 2019).

### **“A importância do treinamento dos Bolsistas para desenvolvimento do trabalho”**

O projeto alimentação, nutrição e envelhecimento oferece aos extensionistas diversos treinamentos, dentre os destacados podemos citar: o treinamento para realização entrevistas do curso, treinamento de medidas antropométricas, de força e de composição corporal em idosos (TAVARES et al, 2015). Estes treinamentos proporcionam aos alunos, em especial extensionistas, olhar atento às características particulares da avaliação nutricional e atendimento ao público idoso que se diferencia dos demais grupos populacionais, potencializando o conhecimento adquirido nas aulas teóricas e preparando-os para desenvolver as atividades do curso, segundo Castro (2004 apud SANTOS; ROCHA,; PASSAGLIO, 2016).

“Fortalecer a articulação da teoria com a prática, valorizando a pesquisa individual e coletiva, assim como os estágios e a participação em atividades de extensão” (BRASIL, 1997).

O desenvolvimento de um formulário próprio, utilizado para estudo em alimentação, nutrição, saúde e envelhecimento, denominado Eanse forms, visou a estruturação na coleta de dados da análise do consumo alimentar dos idosos, necessitando da aplicação de treinamento para uso da ferramenta, oferecendo aos participantes o uso de novas tecnologias (DA SILVA et al, 2021). Dentre as capacitações desenvolvidas, os treinamentos virtuais de busca estruturada da literatura e uso de ferramentas para sistematização de referências bibliográficas nas ações articuladas de extensão, ensino e pesquisa, com propósito de facilitar a busca na literatura e a prática da escrita científica, promovendo a divulgação de dados para a população, como cita Castro (apud DE SOUSA SANTOS; ROCHA; PASSAGLIO, 2016).

“O que se nota é que, além do caráter opcional, a extensão aparece como a maneira de aproximar a Universidade da população, principalmente de forma assistencial, esvaziada de qualquer significado emancipatório, mas como uma forma de realização das políticas de governo.” (p. 25).

### **“Participação dos alunos de extensão nas atividades”**

As atividades desenvolvidas no projeto envolvem o curso alimentação, nutrição e terceira idade, que ocorre anualmente na modalidade grupo fechado, possuindo duas turmas com 25 participantes (por turma) e encontros semanais por 2 horas. É elaborado um cronograma prévio de “aulas”, com temas atuais inseridos no campo de nutrição, como: Tribunal de Júri “Óleos e Gorduras” (Dramatização), Análise sensorial “Leites”, na Oficina Culinária “FLV, Festas”. Estas atividades também foram desenvolvidas no grupo do CMS Heitor Beltrão, porém, suas metodologias e temas acompanham as especificidades grupo (DE MENEZES, 2008).

Dentre as atribuições desenvolvidas pelos alunos de extensão estão, planejamento, suporte e coordenação das aulas (que ocorre na falta dos estagiários, que exercem a função de coordenar as aulas), elaboração do material físico, registro das práticas e participação nas atividades externas (PRADO et al, 2019). O protagonismo dos alunos de extensão evidenciam a abordagem problematizadora do projeto, proporcionando crescimento profissional, acadêmico e também no âmbito pessoal (DE SOUSA SANTOS; ROCHA; PASSAGLIO 2016).

### **“Prática da escrita acadêmica: envio de resumos e apresentação de palestras”**

No campo da pesquisa, foram desenvolvidos diversos tipos de trabalhos, como por exemplo, envio de resumos para congressos nacionais e internacionais, elaboração de trabalho de conclusão de curso, como estudo qualitativo sobre “alimentos da moda” e sobre o nível de processamento dos alimentos do desjejum, estudo de revisão sobre os fatores que interferem na nutrição e alimentação de idosos e elaboração de livros de receitas (DO CARMO et al.2019). O saber científico é divulgado com o propósito de ser entendido pela população, e nesse sentido os meios que permitem isso podem ser os mais variados (DELABIO, 2021).

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Podemos concluir que a experiência em atividades do projeto de extensão na perspectiva da promoção da alimentação saudável através de atividades individuais e coletivas contribuem para formação de novos nutricionistas despertando-os para um olhar mais abrangente sobre a temática nutrição, alimentação e envelhecimento.

Entendermos que as ações extensionistas comprometem grande parte da carga horária docente e discente, mas a experiência relatada neste trabalho evidencia de forma rica e vívida a oportunidade real de fornecer aos discentes a articulação entre o ensino, a pesquisa e a extensão, estimulando a troca de experiência e de saberes e qualificando novos profissionais na atuação da promoção da saúde de idosos.

## REFERÊNCIAS

AHN, J-A; PARK, J; KIM, C-J. Effects of an individualized nutritional education and support programme on dietary habits, nutritional knowledge and nutritional status of older adults living alone. *Journal of clinical nursing*, v. 27, n. 9-10, p. 2142-2151, 2018. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28885755/> Acesso em: 02 ago. 2022.

BRASIL. Ministério da Educação. Conselho Nacional de Educação. Parecer CNE 776/97. Orienta para as diretrizes curriculares para os cursos de graduação. Brasília: MEC/CNE, 1997. Acesso em: 13 dez. 2022.

CASADO, L; VIANNA, L. M; THULER, L. C. S. Fatores de risco para doenças crônicas não transmissíveis no Brasil: uma revisão sistemática. *Revista brasileira de cancerologia*, v. 55, n. 4, p. 379-388, 2009. Disponível em: <https://rbc.inca.gov.br/index.php/revista/article/view/1594> Acesso em: 10 ago. 2022.

CONTENTO, I et al. The effectiveness of nutrition education and implications for nutrition education policy, programs, and research: a review of research. *Journal of nutrition education (USA)*, 1995. *Journal of Nutrition Education*. 1995; 27(6):285-415.

DANTAS, D. S. F; COSTA, H. M. E. . Análise Dos Componentes Curriculares Da Universidade Aberta À Terceira Idade (Unati) Da Universidade Estadual Do Piauí (Uespi). *Matura Idade*, p. 141. 2020. Disponível em: <https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/140804/2/551923.pdf#page=141> Acesso em: 10 ago. 2022.

DA SILVA, A.S et al. Desenvolvimento do protótipo do formulário digital para Estudos em Alimentação, Nutrição, Saúde e Envelhecimento: EANSE FORMS. *Research, Society and Development*, v. 10, n. 14, p. e435101422091-e435101422091, 2021. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/22091> Acesso em: 02 ago. 2022.

DELABIO, F et al. Divulgação científica e percepção pública de brasileiros (as) sobre ciência e tecnologia. *Revista Insignare Scientia-RIS*, v. 4, n. 3, p. 273-290, 2021. Disponível em: <https://periodicos.uffs.edu.br/index.php/RIS/article/view/12132>. Acesso em: 19 ago. 2022

DE SOUSA SANTOS, J.H; ROCHA, B.F; PASSAGLIO, K.T. Extensão universitária e formação no ensino superior. *Revista Brasileira de Extensão Universitária*, v. 7, n. 1, p. 23-28, 2016. Disponível em: <https://periodicos.uffs.edu.br/index.php/RBEU/article/view/3087>. Acesso em: 10 ago. 2022.

DO CARMO, M.G et al. A Experiência Do Curso Alimentação, Nutrição E Terceira Idade Como Eixo Articulador De Extensão, Ensino E Pesquisa. In: *Anais Do 8º Congresso Brasileiro De Ciências Sociais E Humanas Em Saúde*, 2019, João Pessoa. *Anais eletrônicos...* Campinas, Galoá, 2019. Disponível em: <https://proceedings.science/80-cbcshs/papers/a->

experiencia-do-curso-alimentacao--nutricao-e-terceira-idade-como-eixo-articulador-de-  
extensao--ensino-e-pesquisa> Acesso em: 30 ago. 2022.

DOS SANTOS, J.M et al. A experiência do projeto alimentação, nutrição e envelhecimento nas ações de promoção da alimentação saudável em unidade de atenção básica de saúde do município do rio de janeiro. In: Anais Do 7º Congresso Brasileiro Extensão Universitária, 2016, Minas Gerais. Anais eletrônicos... Ouro Preto, Disponível em: [https://cbeu.ufop.br/anais\\_files/0a9c2dee7b6591c44f77cf06fdd84ae5.pdf](https://cbeu.ufop.br/anais_files/0a9c2dee7b6591c44f77cf06fdd84ae5.pdf) . Acesso em: 29 ago. 2022.

\_Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Projeções da População 2018 [Internet]. [Brasília]: IBGE; 2018 [acesso em 15 ago. 2022. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/estatisticas-ovoportal/sociais/populacao/9109-projecao-da-populacao.html?edicao=21830&t=downloads> Acesso em: 22 ago. 2022.

MENEZES MFG,et al. Metodologia participativa com idosos: experiência do curso nutrição e terceira idade. 2008. Disponível em: [https://www.researchgate.net/profile/Rodrigo-Botelho-Francisco/publication/308548297\\_Metodologia\\_para\\_desenvolvimento\\_colaborativo\\_de\\_instalacoes\\_interativas\\_de\\_divulgacao\\_cientifica\\_e\\_arte\\_eletronica/links/57e7d16408aed7fe466bc4e6/Metodologia-para-desenvolvimento-colaborativo-de-instalacoes-interativas-de-divulgacao-cientifica-e-arte-eletronica.pdf#page=367](https://www.researchgate.net/profile/Rodrigo-Botelho-Francisco/publication/308548297_Metodologia_para_desenvolvimento_colaborativo_de_instalacoes_interativas_de_divulgacao_cientifica_e_arte_eletronica/links/57e7d16408aed7fe466bc4e6/Metodologia-para-desenvolvimento-colaborativo-de-instalacoes-interativas-de-divulgacao-cientifica-e-arte-eletronica.pdf#page=367) Acesso em: 10 ago. 2022.

MINAYO, M.C.S. Análise qualitativa: teoria, passos e fidedignidade. Ciência & saúde coletiva, v. 17, p. 621-626, 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/39YW8sMQhNzG5NmpGBtNMff/abstract/?lang=pt> Acesso em: 11 ago. 2022.

PRADO, S.D et al. Nutrição e envelhecimento: algumas reflexões sobre a integração entre ensino, pesquisa e extensão no Projeto Nutrição e Terceira Idade. Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, v. 10, p. 39-48, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbagg/a/H6sxxYCFKCbfpCq4fDT4QJJ/abstract/?lang=pt> Acesso em: 13 ago. 2022.

TAVARES, E.L et al. Avaliação nutricional de idosos: desafios da atualidade. Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, v. 18, p. 643-650, 2015. <https://www.scielo.br/j/rbagg/a/gS9jQ8cX3QbDvPGZPZPK9Fb/abstract/?lang=pt> Acesso em: 13 ago. 2022.

TEODORO, M.F.M. Unati. Uerj: Uma Proposta De Educação Permanente Para O Cidadão Idoso. Olhar de Professor, v. 19, n. 2, p. 205-218, 2016. Disponível em: <https://revistas.uepg.br/index.php/olhardeprofessor/article/view/12083> Acesso em: 10 ago. 2022.

VERAS, R. P; OLIVEIRA, M. Envelhecer no Brasil: a construção de um modelo de cuidado. Ciência & saúde coletiva, v. 23, p. 1929-1936, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/snwTVYw5HkZyVc3MBmp3vdc/abstract/?lang=pt> Acesso em: 24 ago. 2022.