

Conselho Regional de Nutrição da 11ª Região



NUTRICIONISTAS QUE TRANSFORMAM:

experiências que promovem saúde
e impactam vidas

CRN11
Conselho Regional / 11ª Região
de Nutrição

2025

Conselho Regional de Nutrição da 11ª Região



NUTRICIONISTAS QUE TRANSFORMAM:

experiências que promovem saúde
e impactam vidas



2025

FICHA CATALOGRÁFICA

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) (Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Nutricionistas que transformam [livro eletrônico] :
experiências que promovem e impactam vidas /
Conselho Regional de Nutrição da 11ª Região. --
1. ed. -- Fortaleza, CE : Ed. dos Autores,
2025.
PDF

ISBN 978-65-01-78686-5

1. Alimentação saudável 2. Experiências -
Relatos 3. Histórias de vidas 4. Nutrição -
Aspectos da saúde 5. Saúde pública.

25-314585 0

CDD-613.2

Índices para catálogo sistemático:

1. Nutrição : Ciências médicas 613.2

Aline Grazielle Benitez - Bibliotecária - CRB-1/3129

ORGANIZAÇÃO

CONSELHO REGIONAL DE NUTRIÇÃO DA 11ª REGIÃO

COMISSÃO DE FORMAÇÃO PROFISSIONAL

SETOR TÉCNICO

**AV. SANTOS DUMONT, 5335 – 5º ANDAR – SALA 505 ED. PLANALTO CENTER
PAPICU, FORTALEZA – CE, CEP 60175-047**

COMISSÃO ORGANIZADORA

COMISSÃO DE FORMAÇÃO PROFISSIONAL (CFP)

Sheila Maria de Vasconcelos – Coordenadora

Ana Luiza de Rezende Ferreira Mendes

Ana Paula Moreira Bezerra

Ana Rafaela Silva Pereira

Gilberth Silva Nunes

José Francisco Diogo da Silva Junior

Raimunda Moura Cardoso Costa

SETOR TÉCNICO

Emanuela Catunda Peres – Coordenadora Técnica

Debora Evillin Rocha de Araújo – Assistente Setor Técnico

COORDENAÇÃO EDITORIAL

Uama da Silva Martins

REVISÃO DE TEXTOS

Eliakim do Nascimento Mendes

Ennya Cristina Pereira dos Santos Duarte

Wilma Félix Câmpelo

CAPA E DIAGRAMAÇÃO

Uama da Silva Martins

FOTOS E IMAGENS:

Banco de imagem dos Autores dos relatos

Banco de Imagens Canva

O conteúdo abordado nos artigos, seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores.

COMISSÃO ORGANIZADORA DO E-BOOK – CRN-11

Ana Luiza de Rezende Ferreira Mendes

Nutricionista graduada e Mestre em Ciências Fisiológicas (UECE), com Doutorado em Saúde Coletiva (UECE). Nutricionista do Hospital São José de Doenças Infecciosas, professora na UECE e Conselheira suplente do CRN-11. Atua em Nutrição Clínica e Saúde Coletiva. Membro da Comissão de Formação Profissional.

Ana Paula Moreira Bezerra

Doutora em Biotecnologia (Renorbio/UECE), mestrado e graduação em Nutrição (UECE). Docente e coordenadora de cursos de Nutrição no Unifanor e Estácio, Conselheira suplente do CRN-11. Pesquisadora em diabetes, obesidade, síndrome metabólica, alimentos funcionais e nutrigenômica. Membro da Comissão de Formação Profissional.

Ana Rafaela Silva Pereira

Nutricionista pela UFPI, Mestre em Ciências e Saúde (UFPI). Atua em Nutrição Clínica e Materno Infantil, Obesidade, Cirurgia Bariátrica e Nutrição Oncológica. Professora substituta na UFPI, Conselheira suplente do CRN-11 e vice-presidente do Projeto Assistencial do Sertão – Amigos da Comunidade®. Membro da Comissão de Formação Profissional.

Emanuela Catunda Peres

Nutricionista graduada pela Universidade Estadual do Ceará (1999), com especializações em Nutrição e Exercício Físico (UECE, 2002), Alimentação e Nutrição na Atenção Básica (FIOCRUZ, 2016) e Preceptoría no SUS (Hospital Sírio-Libanês, 2017). Atuou em PNAE, gestão em Vigilância Alimentar e Nutricional, docência e serviços hospitalares e escolares. Atualmente é Coordenadora Técnica do CRN-11.

COMISSÃO ORGANIZADORA DO E-BOOK – CRN-11

Gilberth Silva Nunes

Nutricionista graduado pela UFMA, Mestre em Saúde e Ambiente e doutorando em Saúde do Adulto (UFMA). Especialista em vigilância sanitária e gestão de alimentos. Docente e coordenador de pós-graduação em Planejamento e Gestão em UANs. Conselheiro suplente do CRN-11. Membro da Comissão de Formação Profissional.

José Francisco Diogo da Silva Junior

Nutricionista graduado pela UECE, com especialização em Nutrição Clínica e mestrado em Nutrição e Saúde (UECE). Conselheiro titular do CRN-11, professor e coordenador de pesquisa em Nutrição Clínica e Ambulatório de Nutrição Esportiva no Unifanor. Membro da Comissão de Formação Profissional.

Raimunda Moura Cardoso Costa

Nutricionista graduada pela UFPI, com pós-graduações em Gestão da Vigilância Sanitária-Hospital Sírio Libanês, Intervenções Nutricionais-UFMA), Saúde da Família e Didática Universitária. Experiência em Nutrição Clínica e gestão de UANs. Conselheira suplente do CRN-11 e Assessora de Nutrição da SES-MA. Membro da comissão de Formação Profissional e da CRIGs.

Sheila Maria de Vasconcelos

Nutricionista e Mestre em Saúde da Família (UFPI), com especialização em Distúrbios Metabólicos e Nutrição. Experiência em docência, coordenação de cursos, supervisão de estágios e gestão de UANs. Coordenadora de Pós-graduação “MBA em Gestão de UAN” e Conselheira suplente do CRN-11. Membro da Comissão de Formação Profissional.

GESTÃO 2025-2027

CONSELHEIROS TITULARES E SUPLENTE

Alexandre Lopes de Souza (CRN-11 1256)
Ana Luiza de Rezende Ferreira Mendes (CRN-11 0952)
Ana Paula Moreira Bezerra (CRN-11 1066)
Ana Rafaela Silva Pereira (CRN-11 12458)
Antônio Rangel Filho (CRN-11 1015)
Claudia dos Santos Feitoza Lima (CRN-11 7564)
Eliakim do Nascimento Mendes (CRN-11 5393)
Ennya Cristina Pereira dos Santos Duarte (CRN-11 3179)
Gilberth Silva Nunes (CRN-11 3251)
José Francisco Diogo da Silva Junior (CRN-11 1156)
Márcia Cristina Ferreira dos Remédios (CRN-11 1797)
Raimunda Moura Cardoso Costa (CRN-11 0366)
Rosângela Maria Lopes de Sousa (CRN-11 0877)
Saneide Maria da Rocha Silva Ferreira (CRN-11 2446)
Severiano Janeo da Silva Gomes (CRN-11 2898)
Sheila Maria de Vasconcelos (CRN-11 0811)
Vanusa Duarte Oliveira Sampaio Gallas (CRN-11 0417)
Wilma Félix Câmpelo (CRN-11 0946)

LISTA DE SIGLAS E ABREVIATURAS

APS – Atenção Primária à Saúde

BLH – Banco de Leite Humano

BRASIL – Governo Federal do Brasil (em referências normativas)

CAE – Conselho de Alimentação Escolar

CAPS – Centro de Atenção Psicossocial

Ceasa-CE – Centrais de Abastecimento do Ceará

CECANE – Centro Colaborador em Alimentação e Nutrição Escolar

CFN – Conselho Federal de Nutrição

CINCACRE – Centro Integrado da Criança e Adolescente Cordeiro do Reino

CRAS – Centro de Referência de Assistência Social

CRN-II – Conselho Regional de Nutrição da 11ª Região

DHAA – Direito Humano à Alimentação Adequada

E-MULTI – Equipe Multiprofissional

EAN – Educação Alimentar e Nutricional

ENAPRAS – Encontro Nacional de Atenção Primária à Saúde

FAO – Organização das Nações Unidas para Alimentação e Agricultura

FNDE – Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação

HRN – Hospital Regional Norte

IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística

IFF / FIOCRUZ – Instituto Fernandes Figueira / Fundação Oswaldo Cruz

IFEPEC – Instituto Febrifar de Pesquisa e Educação Corporativa

ITEVA – Instituto Tecnológico e Vocacional Avançado

MA – Maranhão

MDF – Medium Density Fiberboard (placa de fibra de média densidade)

MEC – Ministério da Educação

MDER – Maternidade Dona Evangelina Rosa

MNA – Mini Avaliação Nutricional para Idosos

NCDI – Núcleo de Crescimento e Desenvolvimento Infantil

ONG – Organização Não Governamental

PEC – Prontuário Eletrônico do Cidadão

PICS – Práticas Integrativas e Complementares em Saúde

PNPIC – Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares

PNAE – Programa Nacional de Alimentação Escolar

PRMSF – Programa de Residência Multiprofissional em Saúde da Família

RECEBA – Rede Cearense de Bancos de Alimentos

SAN – Segurança Alimentar e Nutricional

SCFV – Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos

SDA – Secretaria do Desenvolvimento Agrário

SPS – Secretaria da Proteção Social

SUS – Sistema Único de Saúde

TED – Termo de Execução Descentralizada

TEA – Transtorno do Espectro Autista

TDH – Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade

TOD – Transtorno Opositivo Desafiador

UAN – Unidade de Alimentação e Nutrição

UAPS – Unidade de Atenção Primária à Saúde

UECE – Universidade Estadual do Ceará

UESPI – Universidade Estadual do Piauí

UFPI – Universidade Federal do Piauí

UFSC – Universidade Federal de Santa Catarina

UFRGS – Universidade Federal do Rio Grande do Sul

UNINTA – Centro Universitário Inta

WHO / OMS – Organização Mundial da Saúde

APRESENTAÇÃO

O Conselho Regional de Nutrição da 11ª Região (CRN-11), que abrange os estados do Ceará, Maranhão e Piauí, tem como missão orientar, fiscalizar e valorizar o exercício da profissão de nutricionista, assegurando a qualidade dos serviços prestados à sociedade.

No ano de 2025, em alusão ao Dia do Nutricionista, o CRN-11 lança o e-book “Nutricionistas que Transformam: experiências que promovem saúde e impactam vidas”, resultado da Chamada Pública nº 003/2025. Essa publicação reúne práticas exitosas desenvolvidas por nutricionistas de nossa jurisdição, evidenciando a pluralidade de atuações e o impacto direto que a Nutrição exerce nos diferentes territórios e realidades.

A iniciativa representa um marco para a categoria, pois:

Valoriza a atuação profissional ao dar visibilidade às práticas que promovem saúde, segurança alimentar e nutricional, qualidade de vida e fortalecimento das políticas públicas;

Reconhece o protagonismo dos(as) nutricionistas nas seis grandes áreas de atuação da Nutrição, conforme a Resolução CFN nº 600/2018;



Banco de imagens Canva





Incentiva a inovação e a replicabilidade de experiências, ampliando horizontes e inspirando outros profissionais e instituições;

Fortalece a identidade da categoria, mostrando que cada ação local reverbera em transformações sociais de grande alcance.

Este e-book é, portanto, um instrumento de registro, memória e inspiração, que valoriza a ciência e a prática da Nutrição, reafirmando o compromisso do CRN-11 com o fortalecimento da profissão e com a promoção da saúde da população.

Ao celebrar as histórias aqui reunidas, o CRN-11 convida cada leitor a reconhecer o papel transformador do(a) nutricionista e a inspirar-se para que novas experiências floresçam, contribuindo para um futuro mais justo, saudável e sustentável.

Ennya Cristina Pereira dos Santos Duarte
Presidente do CRN-11



Banco de imagens Canva

MENSAGEM DA COMISSÃO ORGANIZADORA

É com satisfação que a Comissão Organizadora do e-book “Nutricionistas que Transformam: experiências que promovem saúde e impactam vidas” apresenta os relatos desta área de atuação, selecionados conforme os critérios de clareza, relevância técnica e social, criatividade, inovação e potencial de replicabilidade previstos no Edital nº 003/2025 do CRN-11.

Cada experiência aqui reunida evidencia a importância da Nutrição em seu campo específico, revelando práticas que dialogam com o território, fortalecem políticas públicas e serviços, ampliam o cuidado em saúde e consolidam o compromisso do(a) nutricionista em transformar realidades.

Este espaço é, também, um reconhecimento ao empenho dos(as) profissionais que, por meio de sua prática, inspiram outros colegas, contribuem para o desenvolvimento da categoria e reafirmam o papel essencial da Nutrição na melhoria da qualidade de vida da população.

Parabenizamos todos(as) os(as) nutricionistas que submeteram suas experiências, em especial os(as) autores(as) que compõem esta seção.

Comissão Organizadora E-book CRN-11

SUMÁRIO

NUTRIÇÃO EM SAÚDE COLETIVA

- 18** Nutrição que transforma: o impacto social e ambiental do Programa Mais Nutrição
- 24** Experiências do nutricionista no acompanhamento de crianças com atraso no desenvolvimento na atenção primária à saúde do município de Caucaia-CE
- 29** Atuação de uma nutricionista com as práticas integrativas: Inovação no cuidado a pacientes da atenção primária à saúde em Caucaia-CE
- 37** A atuação do nutricionista na Residência Multi profissional em Saúde da Família: experiências em territórios de Teresina-PI
- 43** Promoção da saúde materno-infantil por meio de ações de educação nutricional na Maternidade Dona Evangelina Rosa
- 47** Ações educativas em nutrição e saúde para idosos em um centro de convivência: um relato de experiência
- 50** Transformando a alimentação infantil: uma Experiência Lúdica da Escolinha da Nutri
- 55** Projeto vovôs nutridos
- 60** Aleitamento, Doação e Humanização: Relato de Experiência com Bebês Internados no Hospital Regional Norte em Sobral
- 64** O Poder Secreto dos Alimentos: relato de experiência sobre a utilização de material lúdico no incentivo à alimentação saudável em famílias
- 69** Projeto de educação alimentar e nutricional continuada: relato de experiência sobre o dia da fruta em uma escola de Fortaleza-CE
- 74** Projeto Primeiros Passos Nutrição como ferramenta de transformação social e desenvolvimento infantil
- 79** Do campo para a escola: aprendendo de onde vem a comida
- 81** Canal “Dia a Dia com Nutrição”: um relato de experiência

NUTRIÇÃO EM ALIMENTAÇÃO COLETIVA

- 94** Gestão Inovadora, Inclusiva e Resiliente do Restaurante Universitário (RU) da Universidade Federal do Ceará (UFC): Expandindo o Acesso à Alimentação Saudável e Sustentável no Ceará
- 100** Implantação de Serviços de Alimentação Hospitalar sob a ótica do Nutricionista: Relato de Experiência Técnica
- 106** Eu não vou desperdiçar minha merenda escolar!
- 111** Nossas raízes, nossa culinária
- 114** Capacitação sobre boas práticas de manipulação de alimentos
- 120** Implantação de uma unidade de alimentação e nutrição na Brisanet: desafios, estratégias e resultados

NUTRIÇÃO NO ENSINO, NA PESQUISA E NA EXTENSÃO

- 131** Atuação do nutricionista como Agente PNAE: monitoramento e fortalecimento da execução do programa junto ao CECANE/UFPI
- 136** Saberes que transformam: a relevância do projeto nutrindo saberes na promoção da saúde e na formação acadêmica
- 142** Nutrindo Saberes: Educação Alimentar com Mães em Situação de Vulnerabilidade Social na Perspectiva da Responsabilidade Universitária
- 147** Relato de experiência da atuação do nutricionista em cursos de formação profissional e promoção social do SENAR

NUTRIÇÃO CLÍNICA

- 155** Construção de uma Prática de Excelência em Nutrição Clínica Integrativa: A Trajetória do Centro AMI em São Luís – MA
- 160** A Nutrição como Cuidado Integral: Vivências na Saúde Hospitalar e na Atenção Básica

NUTRIÇÃO EM ESPORTES E EXERCÍCIO FÍSICO

- 166** NOCORRE: Promoção da saúde e qualidade de vida por meio da nutrição e da corrida de idosos em situação de vulnerabilidade no Eusébio – CE

NUTRIÇÃO NA CADEIA DE PRODUÇÃO, INDÚSTRIA E COMÉRCIO DE ALIMENTOS

- 175** Produção e comercialização de bolos e salgados funcionais para diabéticos, intolerantes, alérgicos, crianças menores de 2 anos e adeptos de uma alimentação saudável



Banco de imagens Canva

NUTRIÇÃO EM SAÚDE COLETIVA





Banco de imagens Canva

NUTRIÇÃO EM SAÚDE COLETIVA

A Nutrição em Saúde Coletiva representa o compromisso do(a) nutricionista com a sociedade, com os territórios e com a efetivação do direito humano à alimentação adequada. Conforme definido pela Resolução CFN nº 600/2018, trata-se de uma área estratégica para o fortalecimento do Sistema Único de Saúde (SUS) e das políticas públicas de Segurança Alimentar e Nutricional.

Mais do que uma prática técnica, a Saúde Coletiva é um campo que articula ciência, cidadania e transformação social. Os relatos reunidos neste e-book demonstram como os(as) nutricionistas têm atuado junto às comunidades, feiras, escolas, unidades de saúde e diferentes espaços sociais, aproximando o cuidado alimentar da vida cotidiana das pessoas.

Um dos marcos teóricos fundamentais que orienta essa atuação é a Educação Alimentar e Nutricional (EAN), entendida como um processo contínuo e permanente que valoriza a cultura alimentar, a autonomia das escolhas e o diálogo com os diferentes saberes. É a partir desse referencial que os(as) profissionais constroem práticas educativas que vão além da transmissão de informações: promovem reflexão crítica, protagonismo e mudanças sustentáveis nos hábitos alimentares.

Os relatos selecionados, conforme os critérios do Edital nº 003/2025 do CRN-11, evidenciam a potência dessa área ao integrarem promoção da saúde, intersetorialidade, respeito à diversidade cultural e protagonismo comunitário. Mostram que a Nutrição em Saúde Coletiva é presença, escuta e parceria, reafirmando o papel do(a) nutricionista como agente transformador da realidade social e da qualidade de vida da população.

Comissão Organizadora E-book CRN-11

NUTRIÇÃO QUE TRANSFORMA: O IMPACTO SOCIAL E AMBIENTAL DO PROGRAMA MAIS NUTRIÇÃO.

Autoras: Débora Wanderley de Melo; Isabele Alves Meneses; Maria Beatriz Basílio de Andrade; Cláudia Machado Coelho Souza de Vasconcelos.

Município, local e período: Maracanaú-CE, Ceasa - CE, 2021.



Banco de imagens Canva

Introdução:

A experiência tem como epicentro a Região Metropolitana de Fortaleza, no município de Maracanaú, onde está localizada a Central de Abastecimento do Ceará (Ceasa-CE), principal polo de recebimento e distribuição de alimentos do Estado. A expansão de sua atuação para outras regiões ocorreu em 2021, fortalecendo assim a interiorização das ações.

Hoje o Mais Nutrição atende os seguintes municípios: Maracanaú, Fortaleza, Caucaia, Maranguape, Crato, Juazeiro do Norte, Barbalha, Missão Velha, Milagres e Santana do Cariri.

Ao longo do funcionamento ininterrupto, a experiência construiu uma rede de solidariedade que atravessa diferentes territórios, garantindo que alimentos que antes seriam descartados hoje se transformem em vida, saúde e dignidade para milhares de cearenses.

OBJETIVO DA EXPERIÊNCIA:

Promover a Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) de populações em situação de vulnerabilidade social por meio do reaproveitamento de alimentos aptos ao consumo humano, evitando o desperdício e garantindo acesso a alimentos de qualidade.

DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA:

O Programa Mais Nutrição, política pública do Governo do Estado do Ceará, surgiu com o propósito de aliar duas agendas: o enfrentamento à fome e a redução do desperdício de alimentos. A experiência ocorre nas Centrais de Abastecimento, onde frutas, legumes e hortaliças fora do padrão de comercialização, mas ainda próprios para o consumo, são selecionados, higienizados, processados e destinados às 149 instituições sociais cadastradas, totalizando 54 mil pessoas beneficiadas mensalmente.

A execução do Programa Mais Nutrição se organiza em um fluxo contínuo que inicia com a coleta (realizada em parceria com produtores, comerciantes e permissionários da Ceasa), seleção e triagem dos alimentos.

Esses parceiros destinam ao programa frutas, legumes e hortaliças que, embora estivessem fora do padrão comercial, permanecem plenamente adequados para o consumo humano.

Após seleção e triagem, os alimentos passam por um processo de higienização e beneficiamento (minimamente processados), que inclui produção de polpas e desidratação de vegetais, assegurando qualidade nutricional e segurança sanitária.

É importante destacar o compromisso ambiental do Programa, onde os alimentos impróprios para o consumo que passaram pela seleção, são destinados à alimentação de animais, contribuindo assim na sustentabilidade ambiental, evitando que esses resíduos sejam descartados de forma incorreta.

Em seguida, ocorre a etapa de distribuição regular para as instituições sociais cadastradas, o que garante não apenas a chegada dos alimentos, mas também a regularidade e previsibilidade do apoio alimentar.

Paralelamente, o programa desenvolve ações educativas em alimentação e nutrição, promovendo capacitações sobre aproveitamento integral dos alimentos, boas práticas e estratégias de redução do desperdício, fortalecendo a autonomia das instituições beneficiadas.

Todo esse processo é sustentado por uma forte articulação intersetorial, envolvendo órgãos do Governo do Estado, como a Secretaria do Desenvolvimento Agrário (SDA), a Ceasa-CE, a Secretaria da Proteção Social (SPS) e o Instituto Agropolos do Ceará, além de parceiros da iniciativa privada, sociedade civil e Universidade.

Essa integração é o que garante a sustentabilidade e a abrangência da experiência, transformando alimentos excedentes em uma política pública estruturada de combate à fome e ao desperdício.

Eu, como nutricionista gerente do Programa Mais Nutrição da unidade do Maracanaú, vivenciei e vivencio cotidianamente os desafios e as potencialidades dessa política pública na luta contra a fome e o desperdício de alimentos no Estado do Ceará. Essa experiência prática e transformadora, alimentou em mim uma inquietude persistente para estudar mais e desenvolver pesquisas sobre os bancos de alimentos.

Essa inquietação se intensificou à medida que, no exercício da gestão, observei limitações estruturais, logísticas e operacionais. Por outro lado, também testemunhei a potência do trabalho intersetorial, da articulação com a sociedade civil e da mobilização institucional em prol do direito humano à alimentação adequada.

Tais desafios, longe de fragilizar o processo, contribuíram para aperfeiçoar as práticas, fortalecer o caráter interinstitucional da experiência e reafirmar a importância da atuação do nutricionista no enfrentamento da fome e do desperdício de alimentos.

Foi esse olhar crítico, sustentado pela vivência prática e acadêmica, que motivou a escrita do manuscrito "Banco de Alimentos e Segurança Alimentar e Nutricional: uma revisão sistemática de métodos mistos", construído para minha dissertação de mestrado no Programa de Pós-Graduação em Nutrição e Saúde da Universidade Estadual do Ceará (UECE). Minha trajetória reafirma o meu compromisso com a justiça social, a equidade no acesso à alimentação e a produção de conhecimento comprometido com a transformação da realidade.



Produção de Polpa de Frutas



Polpa de goiaba produzida pelo Programa Mais Nutrição.

RESULTADOS E IMPACTOS OBSERVADOS:

Desde a sua criação, o Programa Mais Nutrição tem alcançado resultados expressivos e de grande relevância social. Em torno de 4.702.324,47 kg de alimentos foram distribuídos, evitando o descarte em aterros sanitários e transformando o que seria desperdício em recurso fundamental para a promoção da saúde e da dignidade humana. Essa estratégia permitiu a ampliação do acesso a alimentos de qualidade nutricional, beneficiando diretamente mais de 400 mil pessoas em situação de vulnerabilidade social atendidas por instituições sociais.

Os impactos vão além do fornecimento de alimentos. As capacitações promovidas junto a gestores, cozinheiras e voluntários contribuíram para disseminar práticas de manipulação segura e de aproveitamento integral, fortalecendo uma cultura de educação alimentar e nutricional.

Além disso, a atuação do programa trouxe efeitos positivos na sustentabilidade ambiental, com significativa redução dos resíduos orgânicos gerados na Ceasa e incentivo à economia circular. O caráter inovador e a efetividade da iniciativa possibilitaram ainda sua replicabilidade, inspirando novas experiências locais e fomentando a criação da Rede Cearense de Bancos de Alimentos (RECEBA), ampliando o alcance da política pública e reforçando seu potencial transformador.



Visita do Governador do Ceará, Elmano de Freitas, da primeira-dama do Ceará, Lia de Freitas e do Ministro do Desenvolvimento Social, Wellington Dias.

CONSIDERAÇÕES FINAIS:

A experiência do Programa Mais Nutrição demonstra como a articulação entre políticas públicas, sociedade civil e setor produtivo pode gerar soluções inovadoras, com impacto direto na garantia do Direito Humano à Alimentação Adequada (DHAA).

O trabalho integrado possibilitou transformar alimentos que seriam desperdiçados em insumos de saúde, cidadania e dignidade. O caráter intersetorial, a sustentabilidade social e ambiental, o alcance territorial e o potencial de replicabilidade tornam o programa uma referência em políticas de Segurança Alimentar e Nutricional no Brasil. Essa experiência reafirma que nutricionistas podem e devem ser protagonistas na construção de uma sociedade mais justa, saudável e sustentável.



Nutricionista do Programa Mais Nutrição – Débora Melo, e o Ministro do MDS, Wellington Dias, em apresentação do Programa Mais Nutrição à convite do MDS, no evento sobre Bancos de Alimentos, em Brasília.

EXPERIÊNCIAS DO NUTRICIONISTA NO ACOMPANHAMENTO DE CRIANÇAS COM ATRASO NO DESENVOLVIMENTO NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE DO MUNICÍPIO DE CAUCAIA – CE

Autores: Carolina de Souza Costa; Luisilda Maria Dernier Pinto Martins; Carlos Eduardo Coelho dos Santos.

Município, local e período: Caucaia-CE, Núcleo de Crescimento e Desenvolvimento Infantil (NCDI), de 2023 até a atualidade.



Criança em momento de estímulo alimentar supervisionado.

INTRODUÇÃO:

O acompanhamento nutricional na primeira infância é de suma importância para um desenvolvimento saudável, pois favorece o crescimento adequado e sadio, prevenção de doenças, melhora da cognição e desempenho escolar, entre outros.

A interação interprofissional promove maior integração entre os profissionais, favorecendo o aprendizado conjunto, o fortalecimento da equipe, a definição clara de responsabilidades e a melhoria contínua do ambiente e do desempenho coletivo no cuidado da criança.

Para crianças com algum transtorno e/ou atraso no desenvolvimento é imprescindível que o nutricionista faça parte da equipe multidisciplinar durante os atendimentos, na realização de estratégias que respeitem, de forma sensível e individualizada, as particularidades de cada criança.

O cenário de atuação do presente relato é Núcleo de Crescimento e Desenvolvimento Infantil (NCDI), criado em setembro de 2023. O núcleo é realizado pela Prefeitura de Caucaia, por meio da Secretaria Municipal de Saúde (SMS) e faz parte da Atenção Primária à Saúde (APS) e foi institucionalizado através da Portaria nº 373, de 12 de novembro de 2024.

O núcleo conta com três unidades, localizados nos Distritos 1, 5 e 6, e realiza acompanhamento multiprofissional de crianças de 0 a 4 anos incompletos, que apresente algum transtorno e/ou atraso no desenvolvimento infantil. Os núcleos têm o objetivo de promover o desempenho físico, cognitivo, socioemocional e cultural e ampliar o acesso aos serviços de saúde da rede.

Os núcleos funcionam de segunda à sexta-feira, em Unidades de Atenção Primária à Saúde (UAPS), com a realização de atendimentos multiprofissionais, com hora marcada e periodicidade quinzenal para cada criança.

Os profissionais envolvidos, além dos nutricionistas, são: enfermeira (coordenação e avaliação inicial), terapeuta ocupacional, psicóloga, fisioterapeuta, fonoaudióloga, residentes de Nutrição, fisioterapia e serviço social. O perfil mais atendido no NCDI são crianças com diagnóstico de Transtorno do Espectro Autista (TEA), Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH), Transtorno Opositivo Desafiador (TOD), atraso neuropsicomotor, entre outros.



Orientação alimentar a mães/responsáveis durante o acompanhamento.

DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA:

A experiência dos nutricionistas nos NCDI's teve início desde a sua implementação, em setembro de 2023 e continua até o presente momento deste relato. A atuação durante esse período foi muito gratificante e enriquecedora, o trabalho consistiu de atendimentos compartilhados, principalmente com a terapeuta ocupacional e a fisioterapeuta, com realização de *anamnese*, marcadores de consumo alimentar, recordatório de 24h e deficiências nutricionais.

O nutricionista apresenta papel fundamental no manejo da seletividade alimentar, identificando as deficiências nutricionais e trabalhando para corrigi-las, de forma individual, sensível e acolhedora, levando em consideração os fatores que podem interferir na aceitação de novos alimentos.

Além disso, às mães eram orientadas acerca da importância do trabalho em conjunto do nutricionista com o fonoaudiólogo e terapeuta ocupacional para a melhora da seletividade alimentar.



Equipe multiprofissional do NCDI em atendimento conjunto.

Eram entregues orientações impressas como, um livrinho de receitas saudáveis e o plano alimentar individualizado, voltado para a alimentação do dia a dia da criança, observando a aceitação no decorrer do acompanhamento. Era realizada a prescrição de suplementação, quando necessário.

As consultas se baseavam na escuta ativa e acolhimento dos desafios enfrentados pelos pais e/ou responsáveis, na compreensão do contexto familiar que a criança está inserida, dificuldades e objetivos esperados, além da identificação de fatores que impactam negativamente na alimentação, como dificuldades motoras, seletividade alimentar, presença de condições gastrointestinais e questões socioeconômicas, salientando as discussões dos casos juntamente com a equipe.

Os desafios encontrados a partir das consultas foram: seletividade alimentar, aversão sensorial, presença de comportamento repetitivo e rituais alimentares, uso de celular durante as refeições, forte presença de alimentos industrializados e ultraprocessados e baixo consumo de alimentos *in natura* ou minimamente processados. Os retornos eram realizados em um intervalo variável, segundo a necessidade das crianças, ocorrendo geralmente a cada 30 dias.



Equipe multiprofissional do Núcleo de Crescimento e Desenvolvimento Infantil em atendimento conjunto.



Espaço acolhedor de atendimento na Unidade de Atenção Primária à Saúde.

RESULTADOS:

Desde o início dos NCDI's, já foram acompanhadas mais de 500 crianças no atendimento nutricional dos 3 núcleos. São atendidas em média 30 crianças por semana com mais de 120 atendimentos mensais, somando os três núcleos. A evolução alimentar da maioria das crianças demonstrou ser eficaz, segundo relatos de pais e responsáveis.

Ocorreu um maior aumento da variedade alimentar em grande parte das crianças acompanhadas, maior adesão das famílias às orientações fornecidas baseadas no diálogo e respeito às individualidades, diminuição e/ou exclusão do uso de telas durante as refeições, redução do consumo de alimentos processados e ultraprocessados, aplicação das receitas fornecidas durante as consultas e muitas crianças passaram a comer sem o auxílio dos pais, promovendo assim a autonomia alimentar.

Assim, essa experiência se mostrou inovadora pela presença do nutricionista em equipes multiprofissionais de núcleos especializados em atraso de desenvolvimento infantil inseridos em unidades básicas do Sistema Único de Saúde (SUS).

CONSIDERAÇÕES FINAIS:

A experiência relatada demonstra que o trabalho do nutricionista juntamente com equipe multiprofissional é fundamental para o sucesso das terapias e formação de vínculo da equipe com as crianças e seus responsáveis. Que este relato inspire outros profissionais que atuam no SUS a buscar e promover o cuidado integral e humanizado para garantir um desenvolvimento infantil adequado e possível.



Orientação alimentar a mães e responsáveis durante o acompanhamento.

ATUAÇÃO DE UMA NUTRICIONISTA COM AS PRÁTICAS INTEGRATIVAS: INOVAÇÃO NO CUIDADO A PACIENTES DA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE EM CAUCAIA-CE

Autora: Luisilda Maria Dernier Pinto Martins.

Município, local e período: Caucaia-CE, Núcleo de Crescimento e Desenvolvimento Infantil (NCDI), de Novembro de 2020 até a atualidade.



Banco de imagens Canva

INTRODUÇÃO:

Segundo o Ministério da Saúde (Brasil, 2022), as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) consistem em terapias que visam a prevenção de doenças, a promoção e a recuperação da saúde, incluindo o ser humano integral e uma escuta acolhedora. A Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) foi instituída em 2006, com cinco práticas iniciais (Medicina Chinesa, Fitoterapia, Homeopatia, Antroposofia e Termalismo), com a inclusão de mais PICS nos anos de 2017 e 2018, totalizando 29 PICS oferecidas pelo Sistema Único de Saúde (SUS). A maioria dessas práticas é realizada na Atenção Primária à Saúde (APS) e pode ser realizada por profissionais de nível superior. A Resolução CFN nº 679 (CFN, 2021) regulamentou o exercício das PICS pelo nutricionista, o que possibilitou a este profissional também realizar a maioria das práticas integrativas, mediante suas formações específicas.

Tendo em vista a importância da Nutrição na prevenção e tratamento de doenças e das PICS como complemento dos tratamentos convencionais, o objetivo deste trabalho é relatar a experiência de uma nutricionista com as PICS no município de Caucaia-CE.

DESCRIÇÃO:

Será descrito o processo de trabalho de uma profissional nutricionista, desde novembro de 2020 até agosto de 2025. A profissional é servidora municipal desde 2012, fazendo parte da Emulti, com acompanhamento de pacientes atendidos em três Unidades de Atenção Primária à Saúde (UAPS), além de visitas domiciliares e atividades coletivas no território do distrito 5.

A profissional realizou algumas capacitações na área de PICS, como a pós-graduação em Fitoterapia funcional, cursos de formação em Auriculoterapia e Aromaterapia, começando a incluir a orientação fitoterápica, com a indicação de chás medicinais e fitoterápicos, quando necessários, complementando o atendimento nutricional.

A Fitoterapia foi incluída também em algumas intervenções com agentes de saúde, grupos de convivência de idosos e de mulheres, com a realização de “Oficinas de chás medicinais” e “Oficinas de sais de ervas”, que foram realizadas em unidades de saúde e equipamentos de outros territórios, mediante convite das equipes Emulti e do Centro de Atenção Psicossocial (CAPS). As oficinas ocorriam com degustação e a entrega de folder, sachês com sal de ervas e de plantas medicinais, tendo sido realizadas nos anos de 2023 e 2024.



Banco de imagens Canva



Oficinas de chás medicinais

A Auriculoterapia também era incluída em alguns atendimentos individuais para pacientes que apresentavam sintomas e/ou condições que dificultavam a manutenção de uma alimentação saudável (compulsão alimentar, sintomas relacionados ao sistema digestório, dentre outros). A Auriculoterapia também foi oferecida nos grupos de idosos em associações beneficentes, no CAPS e em Centros de Referência e Assistência Social (CRAS), com o intuito de ajudar a melhorar os sintomas de dores agudas e crônicas, ansiedade e insônia. Tendo em vista a pandemia de Covid-19, houve a necessidade de mais ações com inclusão das PICS no cuidado de usuários e trabalhadores do SUS, por conta do aumento de problemas de saúde mental e física (excesso de peso, dores agudas e crônicas). Por conta do relato positivo de pacientes e profissionais das UAPS que receberam a orientação fitoterápica e Auriculoterapia, foram iniciados em novembro/2020 os atendimentos ambulatoriais semanais com as PICS na UAPS Antônio Jander.

Houve um processo de sensibilização dos trabalhadores da unidade, a partir de cinco reuniões semanais, com apoio da gestão e de outros profissionais da UAPS e residentes (fonoaudióloga, fisioterapeutas, profissionais de educação física, psicólogo, enfermeiras), que tinham capacitação em PICS.

Foram oferecidas no ambulatório as técnicas de Ventosaterapia, Massoterapia, Meditação, Reiki, além da orientação fitoterápica e a Aromaterapia, com o uso do óleo de lavanda nas sessões de Auriculoterapia e Reiki.



Atendimento em aromaterapia



Oficinas de chás medicinais

O público-alvo das terapias era composto por pacientes com doenças crônicas, pacientes poliqueixosos e com sintomas de saúde mental, a partir de encaminhamento do médico, enfermeiro ou profissional da E-multi. Eram realizadas de forma individual, de 5 a 10 sessões com as PICS necessárias ao indivíduo, além da escuta ativa e acolhimento do paciente, com *anamnese* inicial e observações semanais realizadas no prontuário específico do ambulatório e no Prontuário eletrônico do cidadão (PEC). Era entregue ao paciente um cartão de marcação das consultas com as orientações dos chás medicinais e estratégias de vida saudável.

Em dezembro de 2021, foi iniciado o segundo ambulatório de PICS, na UAPS Paulo Pontes, cujas atividades foram oferecidas aos pacientes semanalmente, após uma reunião com os profissionais do posto para discutir a importância e o processo de encaminhamento dos pacientes para as PICS. Houve o apoio da fonoaudióloga e do profissional de educação física da Emulti para aplicação de Reiki e massoterapia.



Utilização de práticas complementares durante consulta na Atenção Primária.

A profissional também conseguiu incluir as PICS em processos de educação permanente, ministrando duas capacitações em Auriculoterapia (em 2021 e 2023) para mais de 20 profissionais das UAPS, incluindo os residentes, com o intuito de ampliar os atendimentos com PICS e replicar os ambulatórios no município. Também ocorreram ações coletivas, algumas vezes chamadas de “Ambulatório de PICS itinerante”, com aplicação de Auriculoterapia em estudantes de escolas municipais, grupos de idosos e mulheres, agentes de saúde, profissionais de outros setores do município, além de Campanhas do calendário da saúde, campanhas de vacinação e ações intituladas “Cuidando do cuidador”.



Curso de formação em Auriculoterapia

RESULTADOS:

Desde 2020 até 2025, há uma estimativa de mais de 200 pacientes atendidos nos ambulatórios de PICS pela nutricionista, de forma multidisciplinar. A maioria dos pacientes foram mulheres de 20 a 50 anos, que finalizaram o tratamento de 5 a 10 sessões. Os resultados positivos mais relatados foram: melhora de dores crônicas, de sintomas gastrointestinais, ansiedade e insônia, além da redução do uso de medicamentos anti-inflamatórios, analgésicos e antiácidos.

O maior consumo de chás, além de mudanças de estilo de vida e de alimentação também foram observados em muitos pacientes, havendo poucos relatos de pacientes que não tiveram resultado positivo. A maioria demonstrou boa aceitação das consultas nutricionais com abordagem holística, incluindo Auriculoterapia e Fitoterapia. Após as capacitações de Auriculoterapia, alguns profissionais conseguiram realizar atendimentos pontuais e foram desenvolvidos ambulatórios na secretaria de saúde, em outras UAPS e no CAPS.

Nas atividades coletivas, em torno de 100 idosos, 50 estudantes, 100 profissionais do SUS e mais de 60 mulheres da comunidade já foram beneficiados com a Fitoterapia, Auriculoterapia e *Reiki*. As principais dificuldades encontradas foram referentes à estrutura física, pois não havia uma sala específica para as PICS na UAPS Antônio Jander, além da escassez dos materiais utilizados para Auriculoterapia e óleos essenciais, que geralmente eram financiados pelos profissionais.



Curso de formação em Aromaterapia

CONCLUSÃO:

O trabalho da nutricionista com as PICS no município a tornou uma referência no município, trazendo bons frutos e satisfação de muitos pacientes que puderam receber um cuidado diferenciado, além do cuidado nutricional. O trabalho foi considerado uma inovação para a Nutrição e APS do município, gerando o interesse da população e dos profissionais com essa estratégia de cuidado em saúde.

CONSIDERAÇÕES FINAIS:

Este trabalho gera reflexões sobre a necessidade de ampliação do olhar e do trabalho do nutricionista em saúde coletiva, incluindo práticas complementares à sua orientação nutricional e envolvendo esse profissional em grupos terapêuticos e ambulatorios de PICS, para acolher e auxiliar no tratamento dos usuários do SUS.



Oficinas de chás medicinais

A ATUAÇÃO DO NUTRICIONISTA NA RESIDÊNCIA MULTIPROFISSIONAL EM SAÚDE DA FAMÍLIA: EXPERIÊNCIAS EM TERRITÓRIOS DE TERESINA-PI

Autoras: Andrea Nunes Mendes de Brito; Edna Lara Vasconcelos Gomes Monteiro Ramos; Victória Lorrany Alencar da Costa; Cláudia Thais Gomes Carvalho; Rivanna Sousa Moura; Vanessa Cruz Carvalho.

Município, local e período: Teresina-PI, Unidades Básicas de Saúde(UBS), de Março de 2024 a Agosto de 2025.



Nutricionistas residentes em ação educativa com a comunidade.

INTRODUÇÃO:

O Programa de Residência Multiprofissional em Saúde da Família (PRMSF) da Universidade Estadual do Piauí (UESPI) é um espaço já consolidado em saúde coletiva e tem possibilitado aos nutricionistas residentes uma atuação ampliada nos territórios de saúde de Teresina-PI. Essa experiência tem se desenvolvido principalmente nas Unidades Básicas de Saúde (UBS) e em diversos equipamentos sociais e comunitários, permitindo a aproximação com diferentes públicos e contextos.



O presente relato aborda as experiências vivenciadas por quatro nutricionistas residentes que atuam em territórios das zonas leste, norte, sul e sudeste de Teresina-PI, no período de março de 2024 e agosto de 2025, evidenciando a integração entre ensino, serviço e comunidade, a valorização da prática profissional e a ampliação do alcance das ações de alimentação e nutrição no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS).

Dessa maneira, o objetivo deste trabalho é relatar a prática do nutricionista residente em diferentes cenários de cuidado, destacando as contribuições da categoria para a promoção da saúde, a prevenção de agravos e a defesa da alimentação adequada e saudável como direito social.



Roda de conversa sobre alimentação adequada.



Oficina de alimentação saudável com usuários da Atenção Básica.

As ações foram desenvolvidas em UBS e em diversos espaços comunitários, como escolas, creches, centros de convivência de curta permanência de pessoas idosas e equipamentos sociais, sempre em articulação com a equipe multiprofissional.

As ações nas UBS vão além dos atendimentos ambulatoriais, os nutricionistas participaram do acompanhamento de grupos de gestantes, hipertensos, diabéticos, idosos e do grupo de tabagismo, conduzindo atividades de educação alimentar e nutricional com foco na autonomia, no autocuidado e no fortalecimento do vínculo entre usuários e equipe.



Ações educativas em escolas e espaços comunitários de Teresina.

Nos espaços educativos, foram realizadas atividades com oficinas práticas e lúdicas voltadas para crianças e adolescentes, abordando desde a higienização correta dos alimentos até a importância do consumo de frutas e hortaliças, além de estratégias de enfrentamento da obesidade infantil. Nessas vivências, o envolvimento pedagógico possibilitou não apenas a transmissão de conhecimentos, mas também a criação de um espaço de diálogo e reflexão sobre escolhas alimentares no cotidiano escolar e familiar.

O envelhecimento populacional representa um desafio para os sistemas de saúde, exigindo a implementação de práticas educativas capazes de promover autonomia e qualidade de vida aos idosos.

Diante disso, os residentes proporcionaram aos Serviços de Convivência e Fortalecimento de Vínculos (SCFV) para a Pessoa Idosa, ações que priorizaram a promoção da saúde e o fortaleceram da autonomia dessa população. Foram desenvolvidas rodas de conversa, oficinas culinárias adaptadas e dinâmicas interativas, que abordaram temas como alimentação saudável na terceira idade, controle da pressão arterial e glicemia por meio da alimentação, hidratação, aproveitamento integral dos alimentos e cuidados com sal, açúcar e gorduras.



Montagem de fotos: autores.

Essas ações contribuíram para mudanças graduais nos hábitos alimentares, valorização dos saberes populares e fortalecimento da autoestima dos idosos, além de consolidar o espaço como ambiente de cuidado coletivo e socialização. Essa abordagem que valoriza o protagonismo do idoso tem potencial para melhorar de forma significativa sua saúde e qualidade de vida, consolidando a educação em saúde como estratégia essencial para o envelhecimento saudável.



Equipe multiprofissional da Residência em atividade de campo.

Outro aspecto relevante foi a atuação intersetorial em diferentes espaços comunitários de trabalho e produção, como Associações Profissionais sem fins lucrativos, Hortas e Viveiros Comunitários, onde as ações aproximaram o nutricionista de políticas públicas locais ao articular saúde, educação e assistência social, com orientações práticas adaptadas à realidade dos grupos, avaliações antropométricas e promoção de hábitos alimentares adequados, sempre valorizando a escuta e o protagonismo comunitário. Essa integração permitiu ampliar o alcance das práticas educativas, fortalecer vínculos e consolidar a Residência como estratégia de promoção da saúde e transformação social nos territórios.

Durante a trajetória, alguns desafios se mostraram presentes, como a baixa adesão inicial de alguns grupos, limitação de recursos materiais e a sobrecarga de conciliação de demandas. Contudo, tais dificuldades foram superadas por meio da adoção de metodologias ativas e participativas, pela construção de linguagem acessível e pela aproximação com lideranças comunitárias, garantindo maior adesão e engajamento das pessoas envolvidas.

Os impactos observados foram expressivos, destacando-se a ampliação da visibilidade e valorização do nutricionista no território, reconhecido tanto pela comunidade quanto pelas equipes de saúde. Além disso, foram identificadas mudanças nos hábitos alimentares dos usuários acompanhados, fortalecendo a percepção de que práticas educativas contínuas podem transformar rotinas alimentares. As vivências também proporcionaram integração interprofissional mais efetiva, aproximando saberes distintos e permitindo um cuidado integral e humanizado.

Considera-se que a inserção do nutricionista na Residência Multiprofissional em Saúde da Família da UESPI representa uma prática exitosa, uma vez que extrapola o espaço clínico e alcança diferentes dimensões da vida comunitária. Essa vivência demonstra que a nutrição, quando desenvolvida em diálogo com outras áreas e em contato direto com a população, é capaz de transformar realidades, promover cidadania e fortalecer o direito humano à alimentação adequada.

Assim, reafirma-se a importância do nutricionista como agente fundamental na promoção da saúde coletiva, consolidando sua relevância no SUS e nos territórios de atenção básica.



Nutricionistas residentes em ação educativa com a comunidade

PROMOÇÃO DA SAÚDE MATERNO-INFANTIL POR MEIO DE AÇÕES DE EDUCAÇÃO NUTRICIONAL NA MATERNIDADE DONA EVANGELINA ROSA

Autoras: Ruthe Soares Pessoa dos Santos; Giselle Voga do Correia.

Município, local e período: Teresina-PI, Nova Maternidade Dona Evangelina Rosa, fevereiro a abril de 2025.



Oficina educativa com gestantes sobre aleitamento materno.

OBJETIVO DA EXPERIÊNCIA:

Promover a saúde materno-infantil por meio de atividades de educação nutricional, incentivo ao aleitamento materno e práticas de segurança alimentar, integrando teoria e prática na atenção às gestantes, puérperas e recém-nascidos assistidos na maternidade.

DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA:

A experiência foi desenvolvida durante o estágio supervisionado em Nutrição Social, em parceria com a equipe multiprofissional da Maternidade Dona Evangelina Rosa. As ações foram realizadas junto a gestantes, puérperas, acompanhantes e colaboradores da instituição.

As principais estratégias envolveram: Corridas de leite: realizadas diariamente nas enfermarias, com avaliação nutricional das puérperas e recém-nascidos. Durante as visitas, eram verificadas condições clínicas, adesão ao aleitamento materno, sinais de dificuldades na amamentação e intercorrências como fissuras mamilares e ingurgitamento. A partir disso, foram prestadas orientações individualizadas, garantindo apoio imediato às demandas identificadas.

Educação nutricional em grupo e individualizada: palestras, rodas de conversa e dinâmicas lúdicas foram conduzidas com mães e acompanhantes em salas de espera e enfermarias. Foram utilizados recursos visuais e materiais como folders sobre a introdução alimentar, o xixímetro (escala de hidratação pela cor da urina) e a Escala do Cocôzito (versão lúdica da Escala de Bristol). Essas metodologias facilitaram a compreensão de temas muitas vezes complexos, como constipação, hidratação e sinais de prontidão para introdução alimentar.

Promoção e apoio ao aleitamento materno: orientações práticas sobre posições para amamentar, uso da mama de crochê para demonstração da pega correta, sinais de fome e saciedade do bebê, além da explicação sobre os diferentes tipos de leite materno (colostró, leite de transição e maduro). Houve ainda demonstrações da capacidade gástrica do recém-nascido, o que ajudou a reduzir a ansiedade materna quanto à produção de leite.

Atividades em datas comemorativas: em alusão ao Dia da Mulher e ao Dia Mundial da Saúde e Nutrição, foram organizadas ações coletivas com discussão em grupo utilizando cartas com mensagens de alimentação e saúde da mulher, entrega de folders, demonstração de prato saudável (feito em MDF) organizado junto com uma mesa expositiva com alimentos *in natura* e minimamente processados, destacando a proporção ideal de cada grupo alimentar e distribuição de kits de sementes. Esses momentos favoreceram a valorização da mulher e estimularam escolhas alimentares mais conscientes.

Promoção de boas práticas de manipulação de fórmulas infantis no lactário: por meio de palestras foram reforçadas orientações sobre higienização das mãos, uso correto de EPIs, esterilização de utensílios e controle de temperatura no preparo das fórmulas, dinâmica com uso de luz UV, recurso de demonstração da higienização das mãos com tinta fluorescente e luz UV. A atividade gerou forte impacto visual entre os colaboradores, estimulando maior cuidado nas rotinas com a importância da técnica correta para garantir segurança alimentar e prevenir contaminações.



Mama de crochê para demonstração da pega correta



Caneta utilizada em dinâmica com uso de luz UV



Folder de distribuição com a temática de Aleitamento Materno: amor, saúde e vida!

Vivências em setores especializados: no Banco de Leite Humano, as estagiárias acompanharam o processo de coleta, pasteurização e distribuição do leite, além do manejo de dificuldades na amamentação. Na Nutrição Clínica, participaram da prescrição dietética de gestantes e puérperas, fortalecendo o olhar sobre a assistência nutricional integrada.

O público-alvo incluiu puérperas, gestantes, acompanhantes, recém-nascidos e profissionais da equipe multiprofissional da maternidade. Como desafios, destacaram-se a necessidade de linguagem acessível, a superação de tabus relacionados à amamentação e às funções fisiológicas, além da limitação de tempo para atender diferentes demandas do ambiente hospitalar.



Equipe multiprofissional em ação de promoção da saúde materno-infantil.

AÇÕES EDUCATIVAS EM NUTRIÇÃO E SAÚDE PARA IDOSOS EM UM CENTRO DE CONVIVÊNCIA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA.

Autoras: Edna Lara Vasconcelos; Jully Anne Noronha Ferreira Modesto, Evelyn Larissa Viana Santos; Elane Natielly da Conceição Silva; Deyrelle de Jesus Gama Barbalho.

Município, local e período: Teresina-PI, Centro de Convivência Marly Sarney, julho a setembro de 2025.



Grupo de idosos participando de atividade educativa sobre alimentação.

INTRODUÇÃO:

No âmbito da saúde do idoso, projeções estatísticas indicam que, até o ano de 2025, a população idosa brasileira ultrapassará os 32 milhões de pessoas, colocando o país na sexta posição mundial em número de idosos.

O envelhecimento é um processo heterogêneo, acontecendo em uma etapa sequencial e natural da vida que alcança a todos, sendo caracterizado como um processo contínuo, ativo e diferencial que sofre modificações de fatores biológicos, psíquicos e sociais.

Esses espaços são considerados meios de prevenção de agravos, pois proporcionam interação, inclusão social e autoestima. Além disso, a promoção de uma alimentação adequada nesses ambientes fortalece o resgate da autonomia dos idosos ao incentivar escolhas alimentares mais conscientes e prazerosas, contribuindo diretamente para o seu bem-estar físico e mental.

METODOLOGIA:

Trata-se de um relato de experiência referente à implementação de ações educativas em saúde voltadas à nutrição, realizadas com idosos do Centro de Convivência Marly Sarney, no município de Teresina-PI. As atividades foram conduzidas por nutricionistas da Residência Multiprofissional em Saúde da Família, por meio de encontros quinzenais, no período de julho a setembro de 2025.

Cada encontro teve duração aproximada de 90 minutos e foi organizado em formato de roda de conversa, dinâmicas participativas e utilização de materiais ilustrativos, visando estimular a reflexão sobre hábitos alimentares e a promoção de escolhas mais saudáveis no cotidiano.

Por se tratar de um relato de experiência, não houve necessidade de submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa.

Entretanto, foram respeitados os preceitos éticos previstos na Resolução nº 510, de 07 de abril de 2016, do Conselho Nacional de Saúde (CNS), que dispõe sobre as normas aplicáveis a pesquisas em Ciências Humanas e Sociais, garantindo a ética na análise e socialização dos resultados.

RESULTADOS E DISCUSSÃO:

Durante as ações foram realizadas atividades através de rodas de conversas, recursos educativos e jogos, para facilitar a compreensão do público-alvo. Os temas utilizados foram saúde e bem-estar, contenção de danos alimentares em datas comemorativas, orientações sobre alimentação cardioprotetora e diabetes mellitus.

O fortalecimento das relações sociais é fundamental para a saúde mental dos idosos, pois promove sentimentos de carinho e pertencimento ao grupo, favorece a troca de experiências e o apoio emocional, além de possibilitar a criação de vínculos afetivos que geram segurança e proteção ao indivíduo.

A cada encontro, eram propostas dinâmicas com recursos educativos, que proporcionaram maior entusiasmo das idosas e possibilitaram uma abordagem mais leve e participativa dos temas relacionados a nutrição. A realização dessas atividades, atuando como facilitadora do conhecimento, proporcionou um espaço de valorização da pessoa idosa, estimulando a autoconfiança e o autocuidado, além de possibilitar momentos de troca de experiências, orientações e promoção da saúde.

A educação em saúde deve ser entendida como prática humanizada e holística, capaz de promover tanto a socialização quanto a autonomia no cuidado. Assim, as dinâmicas de acolhida e as atividades interativas não apenas facilitaram o processo de aprendizagem, mas também reforçaram a importância do grupo como espaço de apoio mútuo, socialização e estímulo à adoção de estilos de vida mais saudáveis.

Observa-se que ao longo dos encontros houve um aumento na construção do vínculo entre equipe e o idoso, pois, por meio dos encontros, pode-se fornecer a eles uma escuta acolhedora e um ambiente seguro e de respeito mútuo.

As discussões revelaram também desafios, sobretudo relacionados às dificuldades financeiras para aquisição de determinados alimentos e à influência de costumes culturais sobre a alimentação. Entretanto, o espaço do grupo favoreceu o compartilhamento de estratégias práticas, como substituições alimentares e aproveitamento integral de alimentos, o que contribuiu para ampliar o repertório das idosas no cuidado com a nutrição.

Assim, as ações educativas em saúde com foco na nutrição, desenvolvidas por nutricionistas, mostraram-se uma estratégia relevante para a promoção da saúde e qualidade de vida de idosas. Além disso, a valorização dos saberes populares e a adaptação das orientações nutricionais à realidade socioeconômica e cultural das idosas foram essenciais para a construção de práticas alimentares mais acessíveis e sustentáveis. Portanto a educação em saúde deve ser entendida como prática humanizada e holística, capaz de promover tanto a socialização quanto a autonomia no cuidado.

TRANSFORMANDO A ALIMENTAÇÃO INFANTIL: UMA EXPERIÊNCIA LÚDICA DA ESCOLINHA DA NUTRI

Autoras: Carla Keruleny Barreto Lemos de Andrade; Christianne Nogueira Holanda Aguiar; Iasmine Almeida Alencar de Castro.

**Município, local e período: Teresina-PI; Laboratorium Ateliê;
Turma 1: 15 de março a 17 de maio; Turma 2: 31 de maio a 07 de julho.**



Banco de imagens Canva

OBJETIVO DA EXPERIÊNCIA:

O objetivo da Escolinha da Nutri é promover a inclusão de alimentos frequentemente recusados na rotina alimentar de crianças, com foco especial nas crianças autistas, que podem apresentar seletividade alimentar. Buscamos, por meio de atividades lúdicas e sensoriais, facilitar a aproximação e familiarização dessas crianças com novos alimentos, ajudando a expandir seu paladar e a melhorar sua alimentação.

DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA:

A experiência foi desenvolvida em um espaço culinário adaptado para receber as crianças com conforto e segurança. As atividades foram planejadas de acordo com a faixa etária, presença de alergias e/ou intolerâncias alimentares, assim como os limites de cada criança. As aulas foram baseadas nos grupos alimentares da pirâmide alimentar, com vistas a permitir o aprendizado sobre cada grupo e sua importância na alimentação saudável, por meio do contato com alimentos de verdade, explorando suas texturas, temperatura, consistência, sabor e aroma.



Crianças em oficina de culinária explorando texturas e sabores.

METODOLOGIA:

Aos sábados, das 14h às 17h, as crianças participam de vivências alimentares e culinária infantil que estimulam o interesse e a curiosidade sobre os alimentos. Durante essas atividades, elas têm a oportunidade de explorar texturas, sabores e aromas, o que ajuda a quebrar barreiras e familiarizar-se com alimentos que costumam ser rejeitados.

As dinâmicas são cuidadosamente planejadas pelas nutricionistas e pela estagiária para promover a interação entre os pequenos, incentivando o trabalho em equipe e a troca de experiências. Cada atividade se torna uma chance de aprender e se divertir ao mesmo tempo, criando uma relação positiva com a alimentação saudável.

ESTRATÉGIAS:

As atividades incluíram oficinas de culinária, onde as crianças puderam tocar, cheirar e até mesmo preparar os alimentos, tornando a experiência mais interativa e divertida. Além disso, utilizamos histórias e personagens que representavam alimentos de forma positiva, incentivando a curiosidade e o interesse.

PÚBLICO-ALVO:

Crianças de 5 a 13 anos, incluindo crianças com e sem diagnóstico de Transtorno do Espectro Autista (TEA), totalizando cerca de 10 participantes.

PARCERIAS:

Laboratorium Ateliê.

DESAFIOS ENFRENTADOS:

Um dos principais desafios na Escolinha da Nutri foi lidar com o comportamento de fuga e medo que algumas crianças apresentavam em relação aos alimentos. Isso foi especialmente notável entre crianças com Transtorno do Espectro Autista (TEA), que muitas vezes demonstravam resistência inicial em participar das atividades.

Muitos pequenos evitavam o contato visual com os alimentos, se recusaram a tocá-los ou, em alguns casos, até saíam do espaço de atividade ao se depararem com novos alimentos. Essa resistência pode ser compreendida como uma reação natural ao desconhecido, e é fundamental abordá-la com empatia e compreensão.

Para contornar essas situações desafiadoras, implementamos estratégias individualizadas que respeitavam o ritmo de cada criança. A introdução gradual dos alimentos foi uma dessas estratégias, permitindo que as crianças se familiarizassem com os novos sabores e texturas sem pressão.

O reforço positivo foi uma ferramenta essencial na nossa metodologia. A cada pequena evolução, colocamos uma estrela no quadro de conquistas, que funciona como um estímulo visual e motivacional para as crianças. Nesse quadro, registramos cada vitória, como tocar, cheirar, lamber, beijar ou até mesmo provar um novo alimento.

Cada conquista era celebrada com entusiasmo, e as crianças podiam ver seu progresso de forma clara e tangível. Essa prática não apenas incentivava a participação, mas também criava um senso de pertencimento e realização. Ao ver suas conquistas registradas, as crianças se sentiam valorizadas e reconhecidas, o que aumentava sua confiança.

Além disso, o quadro servia como um ponto de referência para as crianças e seus responsáveis. Ao final de cada atividade, podíamos revisar juntos as conquistas do dia, reforçando o aprendizado e a experiência positiva. Esse momento de partilha também promovia a interação entre as crianças, que se apoiavam mutuamente, criando um ambiente de amizade e colaboração.

O uso do quadro de conquistas ajudou a transformar a experiência de aprendizado em uma jornada divertida e gratificante, onde cada pequeno passo era celebrado, incentivando as crianças a se sentirem mais abertas e dispostas a experimentar novos alimentos.

Além disso, respeitamos o tempo de adaptação de cada participante, reconhecendo que cada criança tem seu próprio processo de aprendizagem. Essa abordagem não apenas facilitou a aceitação de novos alimentos, mas também promoveu um ambiente de confiança e respeito, fundamental para o desenvolvimento de uma relação saudável com a alimentação.

RESULTADOS/IMPACTOS OBSERVADOS:

As atividades lúdicas são fundamentais para aproximar as crianças dos alimentos, pois criam um ambiente seguro e divertido. Isso ajuda a reduzir a ansiedade e o medo que muitas crianças dentro do espectro do autismo podem sentir em relação a novos alimentos. Através do brincar, conseguimos mostrar que experimentar novos sabores pode ser uma aventura agradável, em que algumas crianças, que inicialmente não aceitaram determinados alimentos, passaram a manuseá-los e, às vezes, até experimentá-los voluntariamente.



Nutricionistas conduzindo atividade sensorial de educação alimentar.

CONSIDERAÇÕES FINAIS:

A experiência da Escolinha da Nutri demonstrou ser uma ferramenta eficaz na promoção da saúde alimentar infantil. Acreditamos que iniciativas como essa são essenciais para a formação de hábitos saudáveis desde a infância, uma vez que possibilitou que as crianças ressignifiquem suas relações com os alimentos, contribuindo para uma sociedade mais consciente e saudável.

PROJETO VOVÔS NUTRIDOS

Autoras: Raissa Bárbara dos Santos da Silva ; Ângela Colodel.

Município, local e período: Balsas-MA, na Igreja São João Batista, no dia 17 de agosto de 2025.



Banco de imagens Canva

OBJETIVO DA EXPERIÊNCIA:

É sabido por todos que o envelhecimento é um processo natural no curso da vida, no entanto, costuma trazer consigo algumas consequências ao funcionamento da anatomia e fisiologia do organismo. Devido aos diversos problemas de saúde, o idoso é um indivíduo que tende a consumir mais medicamentos, segundo a edição de 2024 do Estudo do Mercado Sênior, realizado pelo IFEPEC (Instituto Febrifar de Pesquisa e Educação Corporativa) em parceria com o NEIT (Núcleo de Economia Industrial e da Tecnologia) da Unicamp, foram revelados novos *insights* sobre os hábitos de compra dos consumidores com 50 anos ou mais em farmácias, constatando que esses indivíduos costumam desenvolver polifarmácia.

Na maioria das vezes, com o avanço da idade, o corpo pode apresentar um desequilíbrio entre a ingestão, absorção ou até a distribuição de nutrientes que são essenciais para manter a pessoa idosa saudável e que podem acar-

-retar em problemas de saúde graves e, o nutricionista desempenha um papel fundamental nesse aspecto, tendo em vista que é um profissional habilitado a identificar tais deficiências nutricionais e pode realizar as devidas intervenções.

Dito isto, o objetivo dessa experiência foi realizar uma oficina para idosos em parceria com a pastoral do idoso da comunidade São João Batista em Balsas-Ma, levando informações sobre alimentação saudável na terceira idade, prevenção de doenças crônicas não transmissíveis e práticas de terapias integrativas complementares (PICS) voltadas a saúde do idoso tais como meditação, *yoga*, *mindfulness* e outros.



Orientação nutricional para grupo de idosos

DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA:

Tendo como base as estimativas de que idosos são indivíduos que tendem a desenvolver o hábito da polifarmácia, são mais susceptíveis ao surgimento/desenvolvimento de uma variedade de patologias e somado a isso ainda a perda da acuidade do paladar, dificuldades de mastigação e deglutição, foi escolhido então, o público-alvo de idosos para realizar este projeto.

Para se realizar esta oficina, seria necessário reunir um grupo de idosos e, para conseguir este feito, firmou-se uma parceria com a pastoral do idoso da comunidade São João Batista, que tem a missão de evangelizar especialmente esse grupo de indivíduos. E, após reunião com os agentes da pastoral, decidiu-se então, fazer o convite durante as missas para que pudessemos reuni-los. Escolhemos uma data e conseguimos reunir os idosos logo após a missa no domingo pela manhã.

Um dos principais desafios seria o tempo de aplicação da oficina, já que sabemos que os idosos costumam ficar impacientes logo após a finalização da missa pois apreciam o hábito de seguir uma rotina. . Para tentar evitar esse impasse, conseguimos que os próprios agentes da pastoral servissem um café da manhã ao finalizar a missa para que o grupo idosos ficassem mais confortáveis e conseguissem aguardar até a finalização da oficina.

Para o desenvolvimento da oficina, utilizamos um notebook com um slide contendo algumas imagens de exemplos de pratos saudáveis, suplementos e vídeos sobre técnicas de mindfulness, além disso, montamos uma mesa com frutas, verduras, sachês de chás e suplementos que são importantes na saúde do idoso como ômega 3, proteínas em pó, magnésio e outros.

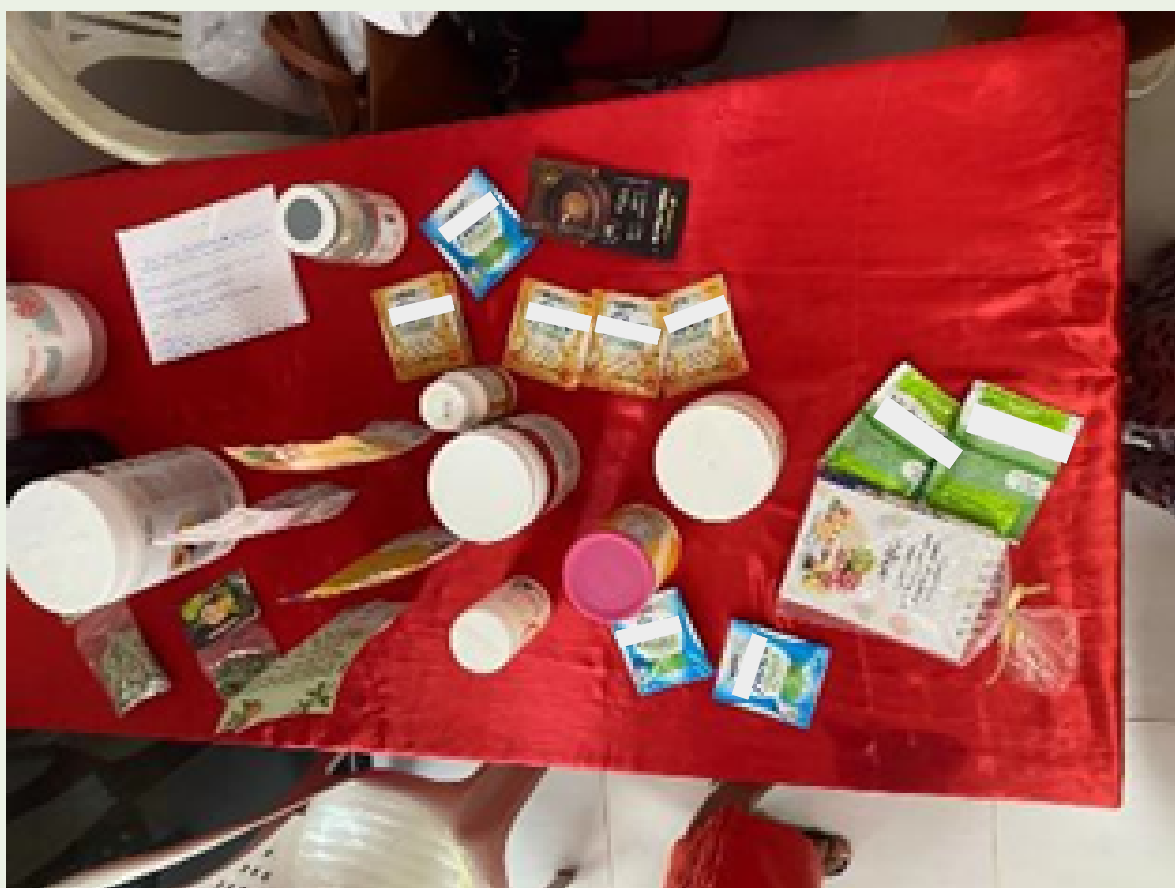
A oficina se iniciou pela nutricionista Raissa falando sobre alimentação saudável na terceira idade, uso de suplementos como estratégias de saúde, malefícios da automedicação e efeitos benéficos de alguns chás meio de paliar alguns sintomas como azia, má digestão, constipação, dores articulares, apatia e outros.

Logo em seguida, tivemos a fala da Angela, recém formada em nutrição e especialista em terapia reiki, falando sobre técnicas de respiração, meditação, exercícios simples de yoga e como praticar o mindfulness ao fazerem as refeições. Para finalizar, fizemos degustação de chá de camomila e whey protein.

RESULTADOS/IMPACTOS OBSERVADOS:

Ao finalizar a oficina, foi possível observar os olhares atentos daquele grupo que, devido a várias circunstâncias, não conseguem ter tanto acesso a informação séria, de qualidade ou até mesmo ao acompanhamento frequente com uma variedade de profissionais de uma equipe multidisciplinar de assistência. Ainda durante as falas das profissionais, os idosos participavam ativamente, fazendo questionamentos e compartilhando experiências.

Conseguimos ficar cerca de 1:30h compartilhando informações e foi possível constatar que, mesmo noções básicas como a importância do consumo de frutas diariamente, consumo hídrico adequado, malefícios no consumo frequente de frituras e açúcar entre outras, ainda eram desconhecidas por eles. Pudemos notar que os mesmos saíram satisfeitos e sentiram-se acolhidos por não terem sido julgados em momento algum ao relatarem como eram suas rotinas alimentares.



Orientação nutricional com demonstração de suplementos alimentares para os idosos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS:

Após a aplicação da oficina com o grupo de idosos, foi possível notar que, apesar de os mesmos não terem tanto acesso a informação, não são resistentes e até estão dispostos a realizar pequenas mudanças em suas rotinas em prol da saúde.

Além disso, pelos questionamentos do grupo, pode-se perceber que é crucial se realizar mais atividades de educação alimentar e nutricional, para que se consiga promover um envelhecimento saudável, uma vez que esses encontros estimulam a adoção de hábitos alimentares equilibrados, o resgate de memórias afetivas pela culinária, a socialização e o bem-estar psicossocial, além de aumentar a autonomia e a autoestima dos participantes.



Orientação nutricional para idosos.

ALEITAMENTO, DOAÇÃO E HUMANIZAÇÃO: RELATO DE EXPERIÊNCIA COM BEBÊS INTERNADOS NO HOSPITAL REGIONAL NORTE EM SOBRAL

Autoras: Raíra Kirilly Cavalcante Bezerra; Renata Karem Oliveira Cordeiro; Patrícia Narguis Grun.

Município, local e período: Sobral-CE, Hospital Regional Norte (HRN), agosto de 2025.



Registro de recém-nascida vestida de super-heróína na sessão fotográfica do Banco de Leite Humano

INTRODUÇÃO:

O leite materno é o alimento ideal para o bebê, pois reúne benefícios nutricionais, imunológicos, fisiológicos e afetivos essenciais para o seu desenvolvimento saudável. Além disso, contribui para a redução de riscos de doenças tanto para a puérpera quanto para o recém-nascido (MARGOTTI ; MARGOTTI, 2017). Nesse contexto, os Bancos de Leite Humano (BLH) assumem um papel fundamental nas políticas públicas de saúde, atuando na promoção, proteção e apoio ao aleitamento materno. Essas instituições são responsáveis pela coleta, processamento, controle de qualidade e distribuição do leite humano doado para bebês que, por diferentes motivos, não podem ser amamentados diretamente por suas mães (FONSECA, et al., 2021).

Os BLH também se configuram como espaços de orientação e acolhimento às nutrizes, oferecendo suporte quanto ao preparo das mamas para a amamentação ou doação, à postura e à pega corretas do bebê, além de conduzirem etapas técnicas como coleta, triagem, classificação, processamento e distribuição do leite humano doado. Dessa forma, garantem a qualidade, a segurança e a eficácia desse alimento na promoção da saúde materno-infantil (MARCHIORI, et al., 2018).

Este trabalho teve como objetivo relatar a experiência do Banco de Leite Humano (BLH) do Hospital Regional Norte (HRN), em Sobral, durante a campanha Agosto Dourado de 2025, voltada aos bebês internados na unidade de Neonatologia, com foco na humanização do cuidado, no incentivo ao aleitamento materno e na valorização da doação de leite humano.



Banco de imagens Canva



Orientação nutricional

DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA:

A experiência foi idealizada pela equipe do BLH do HRN, com o intuito de integrar a programação do Agosto Dourado — campanha nacional de valorização do aleitamento materno. A iniciativa também buscou promover a humanização do cuidado aos bebês internados e sensibilizar mães, familiares e profissionais sobre a importância da doação de leite humano.

Um Banco de Leite Humano (BLH) é um serviço de saúde especializado e sem fins lucrativos, dedicado à promoção, proteção e suporte ao aleitamento materno. Ele é encarregado da coleta, processamento, controle de qualidade, armazenamento e distribuição do leite humano doado para recém-nascidos que não têm a possibilidade de serem amamentados diretamente pela mãe.

O Brasil possui a maior e mais complexa Rede de Bancos de Leite Humano do mundo, reconhecida internacionalmente por combinar baixo custo e alta tecnologia.

A Rede Brasileira de Bancos de Leite Humano (rBLH-BR), fruto da parceria entre o Ministério da Saúde e o Instituto Fernandes Figueira (IFF/Fiocruz), contava em 2020 com 224 bancos de leite e 217 postos de coleta. O processo metodológico, consistiu na organização de uma ação lúdica, em que os bebês internados nas Unidades de Cuidados Intermediários Neonatal Convencional e Canguru (UCINCO e UCINCA) foram vestidos com trajes de super-heróis confeccionados especialmente para o momento. Em seguida, foi realizado um ensaio fotográfico, e as imagens foram expostas em um mural no Banco de Leite Humano, permitindo que famílias e profissionais pudessem contemplar os registros.



Registro de recém-nascida vestida de super-heróína na sessão fotográfica do Banco de Leite Humano

As estratégias adotadas para a realização da experiência envolveram a mobilização da equipe multiprofissional do Hospital Regional Norte (HRN), com destaque para o Banco de Leite Humano (BLH) e a equipe de enfermagem das unidades neonatais. A ação contemplou a divulgação da importância da doação de leite humano junto às mães e familiares, bem como a promoção de ações educativas sobre aleitamento materno e doação de leite.

A doação de leite materno é uma prática de assistência em saúde essencial para garantir qualidade de vida e promover a saúde de doadores e receptores. Discutir essa temática nos contextos sociais é relevante, pois permite ações de educação em saúde que desmistifiquem a doação, previnam o desmame precoce e incentivem o fornecimento de leite humano a quem necessita.

Entre os desafios enfrentados, destacou-se a vulnerabilidade dos bebês, que exige atenção constante e cuidados especiais, além da necessidade de planejar e organizar a ação de forma criteriosa, garantindo que todas as etapas fossem executadas sem comprometer a rotina assistencial das unidades.

RESULTADOS/IMPACTOS OBSERVADOS:

A ação promoveu impactos positivos em diversas dimensões. No aspecto emocional, as famílias relataram forte comoção ao ver seus filhos representados como super-heróis, o que reforçou sentimentos de esperança e acolhimento em um momento de fragilidade.

Em termos profissionais, a equipe de saúde apresentou maior engajamento e satisfação, evidenciando a importância do cuidado humanizado. A experiência também fortaleceu os vínculos com as famílias, promovendo colaboração, empatia e atenção às necessidades individuais de cada bebê, fatores essenciais para a qualidade da assistência prestada. Do ponto de vista educacional, a atividade proporcionou uma oportunidade de sensibilização sobre a relevância do aleitamento materno e da doação de leite humano, envolvendo não apenas mães, mas também familiares e profissionais.

Por fim, na dimensão assistencial, destacou-se a atuação do Banco de Leite Humano (BLH) na garantia do fornecimento de leite para os recém-nascidos internados, especialmente quando as mães enfrentam dificuldades iniciais na produção de leite.

CONSIDERAÇÕES FINAIS:

A experiência conduzida pelo Banco de Leite Humano do Hospital Regional Norte durante o Agosto Dourado de 2025 evidenciou que iniciativas simbólicas e humanizadas possuem um alto potencial para gerar impactos positivos tanto em famílias quanto em profissionais, além de reforçarem a cultura da doação de leite humano e a importância da amamentação.

Vestir os bebês como super-heróis simbolizou sua luta diária, a solidariedade das mães doadoras e a dedicação dos profissionais de saúde, reforçando que o aleitamento materno é essencial para a sobrevivência e o desenvolvimento saudável.

PROJETO DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL CONTINUADA: RELATO DE EXPERIÊNCIA SOBRE O DIA DA FRUTA EM UMA ESCOLA DE FORTALEZA/CE.

Autoras: Ana Carolina Montenegro Cavalcante; Gleiciane Moreira de Lima.

Município, local e período: Fortaleza-CE, Creche Escola Espaço Inteligente, Fevereiro a Julho 2025.



Certificados, medalha e painel educativo utilizados no projeto

INTRODUÇÃO:

A alimentação saudável é formada desde a infância e é influenciada pela família, amigos, escola, mídia, religião, conhecimento científico, e a condição econômica. A requisição nutricional nessa fase da vida, está aumentada pelo desenvolvimento fisiológico e a atenção com a alimentação precisa ser priorizada para promover a promoção da saúde e a prevenção de doenças crônicas não transmissíveis.

Nas últimas décadas têm se observado alterações nos padrões de alimentação, especialmente com o aumento da ingestão de alimentos ultraprocessados, hipercalóricos e pobres em nutrientes, juntamente com o sedentarismo estão associados a fatores que influenciam os hábitos alimentares.

Um relatório da Organização das Nações Unidas (Constatou-se que 22,5% da população da América Latina e do Caribe não tem acesso a uma alimentação saudável, sendo que 18,4% deste total é referente a América do Sul.

Educação Alimentar e Nutricional (EAN) é um campo de conhecimento e prática que promove hábitos alimentares saudáveis de forma continuada contribuindo para a segurança alimentar e nutricional, especialmente no ambiente escolar, onde crianças estão em processo de formação de hábitos e valores.

Nesse contexto, a escola apresenta-se como um ambiente estratégico para o desenvolvimento de ações de EAN visto que está no dia a dia das crianças e influencia diretamente na formação de seus hábitos e comportamentos.



Roda de conversa: apresentação do projeto e discussão do tema apresentado.

OBJETIVOS:

Diante do exposto, apresentamos um relato de experiência do Projeto de Educação Alimentar e Nutricional Continuada “Dia da Fruta” que objetivou promover um espaço de aprendizagem sob o ângulo da educação alimentar e nutricional para o desenvolvimento de bons hábitos alimentares entre os alunos da Creche Escola Espaço Inteligente, em Fortaleza- CE.



Espaleco caminhando com a ajuda das crianças para chegar na saúde.



Certificados e medalha do projeto

DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA:

Realizou-se educação alimentar e nutricional no período de fevereiro a julho de 2025, para escolares com faixa etária entre 3 e 7 anos de idade, estudantes do ensino pré-escolar (Infantil 3 ao Ano I) de uma escola particular do município de Fortaleza/CE.

Para enriquecer o processo educativo, o recurso pedagógico utilizado foi um painel representado pelo mascote da escola, o Espaleco, que precisa caminhar até chegar na saúde, as ações desse projeto acontecem em sala de aula, duas vezes na semana, para cada dia da fruta na escola que é terça-feira à tarde e quarta-feira pela manhã, as nutricionistas entram em sala de aula na hora do lanche.

O Espaleco anda duas casas quando todos da sala trazem e comem frutas, e uma casa, quando alguma criança não traz a fruta. Ao longo da aplicação do projeto, os seguintes conteúdos foram abordados: hábitos alimentares saudáveis e relação das frutas com o nosso corpo e a manutenção da saúde. Essa estratégia facilita a comunicação com o público infantil, tornando o aprendizado mais acessível e atrativo.

Além disso, quando as turmas finalizam o painel e o Espaleco chega na saúde, as nutricionistas realizam uma roda de conversação com o objetivo de auxiliar os alunos na compreensão dos temas abordados, dessa forma, é estimulado o diálogo, a atenção e o ouvir.

As nutricionistas levam uma surpresa para as crianças como por exemplo: uma fruta ou creme de fruta, um certificado para as crianças assinarem, uma medalha; e para as professoras um cartão em forma de agradecimento pela estimulação diária.



Dinâmica da entrega da fruta, medalha e assinatura do certificado.

RESULTADOS:

Cerca de 400 alunos do período participaram do projeto e puderam obter um maior conhecimento sobre o que é uma alimentação saudável. As crianças demonstraram interesse no tema tratado, tiraram dúvidas sobre o assunto e alguns revelaram não fazer consumo de frutas.

As crianças da escola apresentam uma excelente aceitação de diversas frutas tanto nos lanches quanto nas sobremesas; com situações pontuais e esporádicas de não aceitação; o que confirma a importância da EAN desde os primeiros anos de vida e dentro da Educação Infantil, período que deixará marcas por toda a vida.

CONSIDERAÇÕES FINAIS:

O projeto de Educação Alimentar e Nutricional Continuada “Dia da Fruta” proporcionou aos alunos a vivência de experiências de maneira divertida. Observou-se que ações sobre educação alimentar são bastante construtivas, assim como atividades que envolvam toda a comunidade escolar, de forma contínua são de extrema importância para intensificar a importância da alimentação adequada e saudável para essa faixa de idade.

Neste cenário, os profissionais de nutrição têm o papel de orientar e promover ações que estimulem as crianças como participante não só do seu cuidado, mas também como meio de disseminação de bons hábitos alimentares no ambiente escolar e na família.



Montagem de fotos: banco de imagens Canva

O PODER SECRETO DOS ALIMENTOS: RELATO DE EXPERIÊNCIA SOBRE A UTILIZAÇÃO DE MATERIAL LÚDICO NO INCENTIVO À ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL EM FAMÍLIAS

Autora: Ivânia Thauany Ribeiro Fontinele.

Município, local e período: Teresina-PI, janeiro de 2024 a junho de 2025.



Nutricionista Ivânia Fontinele com seu livro lúdico “O Poder Secreto dos Alimentos”

INTRODUÇÃO:

A promoção da alimentação saudável na infância é um dos maiores desafios contemporâneos da saúde pública. A infância representa uma fase decisiva para a formação de hábitos alimentares, os quais, quando consolidados de forma inadequada, tendem a persistir ao longo da vida, contribuindo para o aumento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) na idade adulta (SILVA et al., 2020; WHO, 2021). Nesse contexto, estratégias inovadoras de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) que dialoguem com o universo lúdico e afetivo das crianças têm se mostrado eficazes para estimular o interesse pelos alimentos e fortalecer o vínculo entre conhecimento e prática alimentar (BRASIL, 2021; BENEDETTI et al., 2022).

O uso de materiais lúdicos — como livros ilustrados, jogos e personagens — tem ganhado destaque nas ações de EAN por favorecer a aprendizagem ativa e o envolvimento emocional das crianças com os temas abordados (SILVA; CUNHA; OLIVEIRA, 2023). Além de facilitar a compreensão de conceitos nutricionais, o recurso lúdico estimula a curiosidade e o senso de pertencimento, transformando o aprendizado em uma experiência prazerosa e significativa. Estudos recentes evidenciam que o emprego de recursos narrativos e visuais contribui para a internalização de valores alimentares positivos e para o aumento da autonomia infantil nas escolhas alimentares (OLIVEIRA et al., 2021; MORAES et al., 2023).

No âmbito familiar, a leitura compartilhada entre pais e filhos emerge como uma prática pedagógica potente. Pesquisas apontam que o envolvimento dos responsáveis em atividades educativas relacionadas à alimentação amplia a adesão das crianças a novos alimentos e estimula um ambiente alimentar mais saudável em casa (COSTA et al., 2020; BERTOLDI et al., 2022). Assim, a educação alimentar mediada pela afetividade e pela comunicação familiar se configura como um eixo essencial da Nutrição em Saúde Coletiva.

Diante desse cenário, o presente relato descreve a experiência de criação e aplicação do livro “O Poder Secreto dos Alimentos”, aliado a um personagem confeccionado em EVA (A Cenourinha Maravilha), como estratégia lúdica de educação nutricional. A proposta visa transformar a leitura em um momento de interação familiar e aprendizado prazeroso, fortalecendo o papel da família como agente de promoção da saúde e estimulando o desenvolvimento de hábitos alimentares mais conscientes e saudáveis desde a infância.

OBJETIVO DA EXPERIÊNCIA:

Relatar a experiência de utilização do livro O Poder Secreto dos Alimentos, aliado a um personagem lúdico, como estratégia inovadora de educação nutricional no ambiente familiar, promovendo a leitura compartilhada entre pais e filhos e incentivando a adoção de hábitos alimentares mais saudáveis.

DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA:

O livro *O Poder Secreto dos Alimentos* foi idealizado com a proposta de apresentar os alimentos como personagens dotados de “poderes secretos”, associados às suas propriedades nutricionais. A publicação foi comercializada junto a um personagem confeccionado em EVA, distribuído como brinde, com o intuito de aumentar a atratividade para o público infantil.

A proposta central consistiu em estimular que os pais realizassem a leitura em casa junto aos filhos, transformando o momento em uma vivência divertida e educativa.



Material didático utilizado em ação lúdica sobre alimentação



Capa do livro lúdico “O Poder Secreto dos Alimentos”

O material foi pensado para favorecer a aproximação entre a família e o tema da alimentação saudável, promovendo diálogos sobre escolhas alimentares e estimulando mudanças de hábitos no cotidiano.

Entre as estratégias destacam-se:

Criação de narrativas que traduzem conceitos nutricionais complexos em linguagem acessível e lúdica;

Utilização do personagem como mediador da atenção das crianças;

Incentivo à leitura compartilhada, fortalecendo o vínculo familiar e o aprendizado;

Envolvimento dos pais como protagonistas no processo educativo, ampliando o alcance da mensagem além do espaço escolar.

RESULTADOS/IMPACTOS OBSERVADOS:

Os resultados foram observados de forma qualitativa, a partir de relatos de famílias e da recepção do material:

ENGAJAMENTO INFANTIL

O personagem lúdico despertou curiosidade e estimulou maior interesse das crianças durante a leitura.

VALORIZAÇÃO DO MOMENTO EM FAMÍLIA

Os pais apontaram que a atividade favoreceu um tempo de qualidade, unindo entretenimento e educação.

APROXIMAÇÃO COM O TEMA DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

Surgiram conversas no ambiente doméstico sobre frutas, verduras, legumes e a importância da diversidade alimentar.

INOVAÇÃO NA ABORDAGEM

A experiência se diferenciou das práticas tradicionais de educação nutricional por unir a ludicidade da leitura com a afetividade do ambiente familiar.

POTENCIAL DE REPLICABILIDADE

O modelo pode ser adaptado para outros contextos e faixas etárias, especialmente em ações de promoção da saúde coletiva.

CONSIDERAÇÕES FINAIS:

A experiência com o livro *O Poder Secreto dos Alimentos* demonstrou que o uso de materiais lúdicos pode ser uma estratégia eficaz de promoção da alimentação saudável quando inserida no contexto familiar. Ao estimular a leitura conjunta e oferecer um personagem que conecta a criança ao conteúdo, a proposta mostrou-se inovadora, acessível e com potencial de impacto positivo na formação de hábitos alimentares desde a infância.

Embora a comercialização limite o alcance às famílias com menor poder aquisitivo, o modelo apresenta grande potencial de replicabilidade em políticas públicas, programas escolares e ações comunitárias. O relato reforça a importância da criatividade e da afetividade como recursos estratégicos para a Nutrição em Saúde Coletiva.

PROJETO PRIMEIROS PASSOS – NUTRIÇÃO COMO FERRAMENTA DE TRANSFORMAÇÃO SOCIAL E DESENVOLVIMENTO INFANTIL

Autora: Raquel Santos Alves Pereira.

Município, local e período: Teresina-PI; CINCACRE – Centro Integrado da Criança e Adolescente Cordeiro do Reino. Período: 01/08/2025 em continuidade até o presente momento.



Banco de imagens Canva

INTRODUÇÃO:

A nutrição é um dos pilares fundamentais para o desenvolvimento humano, especialmente na infância, fase em que as bases físicas, cognitivas e emocionais são consolidadas. Pensando nisso, o projeto Primeiros Passos foi desenvolvido com o propósito de promover saúde, educação alimentar e impacto social entre crianças em situação de vulnerabilidade. Por meio da capacitação de profissionais e da elaboração de cardápios equilibrados, o projeto busca transformar a realidade alimentar das instituições envolvidas, fortalecendo a formação de hábitos saudáveis desde cedo. Além de contribuir para a segurança alimentar, o projeto também atua como instrumento de transformação social, ao estimular o aprendizado, a inclusão e o cuidado coletivo com o bem-estar infantil. Assim, a nutrição se consolida não apenas como ciência da alimentação, mas como um meio de mudança e desenvolvimento humano integral.

OBJETIVO DA EXPERIÊNCIA:

O Projeto Primeiros Passos tem como objetivo central contribuir para a transformação social por meio da nutrição, atuando em uma comunidade marcada pela vulnerabilidade e pela violência. A iniciativa busca, através da alimentação escolar adequada, oferecer condições para que as crianças tenham melhor aprendizado, desenvolvimento cognitivo, comportamento saudável e mais oportunidades de futuro. Ao mesmo tempo, promove a valorização dos profissionais envolvidos, fortalecendo a rede de cuidado dentro do ambiente escolar.

A experiência realizada em 01/08/2025 teve como objetivo capacitar merendeiras e professores do Projeto Primeiros Passos, por meio de um encontro interativo, para que compreendessem o papel da alimentação não apenas como preparo de refeições, mas como ato de cuidado, amor e transformação de vidas.

DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA:

No dia 1º de agosto de 2025, foi realizada uma capacitação presencial com merendeiras e professores do Projeto Primeiros Passos, uma ação voltada para 200 crianças de 0 a 12 anos em situação de vulnerabilidade social.

A atividade foi conduzida de forma interativa, incentivando a troca de experiências e estimulando reflexões comportamentais. Foram utilizados gatilhos específicos de mudança de comportamento para que os profissionais compreendessem que o ato de preparar e servir uma refeição, que vai muito além de oferecer alimento: trata-se de um gesto de amor e cuidado, capaz de transformar vidas.

Durante a capacitação, foram elaborados e apresentados: cardápio semanal e mensal, com foco em alimentação equilibrada e nutritiva.



Lista de compras alinhada ao cardápio, facilitando a execução das refeições

2

Orientações práticas para café da manhã, almoço e lanche, considerando viabilidade, aceitação e valor nutricional.

3

Conversas e exemplos práticos sobre postura profissional e o impacto emocional do alimento.

A ação contou com o apoio de uma ONG local, que forneceu suporte logístico e possibilitou a participação integral das equipes.



Nutricionista orientando responsáveis durante ação social.

RESULTADOS/IMPACTOS OBSERVADOS:

Desde a implementação, as mudanças propostas estão sendo executadas de forma consistente:

- 1 Melhoria na qualidade e variedade dos cardápios.**
- 2 Aumento da aceitação das refeições pelas crianças.**
- 3 Ampliação do conhecimento técnico e prático das merendeiras e professores sobre alimentação saudável e comportamento alimentar.**
- 4 Maior conscientização sobre o impacto do ato de servir uma refeição como parte de um cuidado integral.**

O projeto segue ativo, com acompanhamento periódico e motivando outras instituições a adotarem práticas semelhantes.

DEPOIMENTO DAS PARTICIPANTES:

Maria do Carmo Pinheiro

“Sabemos o quanto é importante termos bons hábitos alimentares para desempenharmos bem nossas atividades diárias. Com bons hábitos, conquistamos saúde e qualidade de vida, tanto para nos merendeiras, como para as crianças.”



Participante do projeto

DEPOIMENTO DAS PARTICIPANTES:

Dalvanir Pereira dos Santos

“A palestra com a nutricionista foi fundamental para que pudéssemos elaborar um cardápio saudável e equilibrado para nossas crianças. Foi muito proveitoso e grandioso para nossa comunidade.”



Participante do projeto

CONSIDERAÇÕES FINAIS:

O Projeto Primeiros Passos demonstra que a nutrição, quando associada ao cuidado humano e ao entendimento do papel transformador do alimento, é capaz de gerar mudanças profundas na saúde e no bem-estar das pessoas. Ao unir conhecimento técnico, sensibilidade social e ações práticas, a iniciativa fortalece a promoção da saúde e a qualidade de vida, sendo um modelo replicável para diferentes contextos comunitários.

DO CAMPO PARA A ESCOLA: APRENDENDO DE ONDE VEM A COMIDA

Autoras: Lívia Sousa Aguiar; Natália Júlia de Sousa Pinto.

Município, local e período: Itapipoca – CE, Cooperativa de Agricultores Familiares de Itapipoca (COOPEAGRI), 20 de agosto de 2025.



Banco de imagens Canva

INTRODUÇÃO:

A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) no Brasil é reconhecida como uma ação estratégica para alcançar a Segurança Alimentar e Nutricional e garantir o Direito Humano à Alimentação Adequada (DHAA). Com base no Decreto vigente Nº 7.272, de 25 de agosto de 2010, a Educação Alimentar e Nutricional é uma norma da Política Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (PNSAN), e desde então vem sendo aprimorada em um panorama mais ampliado em diversos campos de ação, no intuito do sistema alimentar, e vinculada as outras políticas públicas.

A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) se conceitua objetivando ações no âmbito multiprofissional, intersetorial e transdisciplinar, em que o conhecimento e o aprendizado, contínuo e permanente, propõem-se a desenvolver a autonomia e a voluntariedade ante os hábitos alimentares

saudáveis, realizado através da utilização dos recursos e abordagens educacionais ativas e problematizadoras (BRASIL, 2012).

Nota-se como as ações de Educação Alimentar e Nutricional se tornam fundamentais no que abrange às políticas públicas de alimentação e nutrição devido à necessidade de ampliar a discussão sobre as possibilidades, limites e o modo como as ações são realizadas, resultando em ações governamentais, levando à construção do Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas, que reflete uma importante etapa de valorização dessas ações (GREENWOOD; FONSECA, 2016).

O ambiente escolar é fundamental para promover práticas alimentares saudáveis e sustentáveis, sendo o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) um dos principais instrumentos de promoção da EAN no país. O PNAE garante o acesso à alimentação escolar e orienta sobre a inserção da educação alimentar no currículo e no cotidiano das escolas públicas brasileiras.

OBJETIVO DA EXPERIÊNCIA:

Incentivar hábitos alimentares saudáveis a partir da aproximação com alimentos naturais, fortalecendo o papel das ações de educação alimentar e nutricional como instrumento pedagógico.



Equipe escolar acompanhando atividade educativa no campo.

METODOLOGIA:

Foi realizado no dia 20/08/2025, uma visita na cooperativa da agricultura familiar do município, com os alunos do Centro de Educação Infantil (CEI) Francisca de Sousa Braga, com alunos da turma do infantil V, com faixa etária de 05 anos, abordando de maneira lúdica sobre a importância da agricultura familiar no contexto do Programa Nacional da Alimentação Escolar (PNAE).

No primeiro momento, tivemos a acolhida com os alunos e a equipe pedagógica da escola, onde seguimos a caminho da cooperativa. Após essa chegada da turma no destino, foi iniciada a visita guiada pelo os funcionários da cooperativa, onde foram explanados sobre o processo de fabricação dos alimentos oriundos da agricultura familiar, desde do recebimento dos itens, até o envio para as escolas do município.

A agente administrativa da cooperativa nos guiou em todos os setores de fabricação, sendo possível a turma acompanhar o processamento de alguns dos itens, como a fabricação do bolo e o momento de empacotamento da polpa e sua identificação, através das etiquetas de fabricação.

Com isso, notamos que é essencial desde da infância, as crianças conhecerem a base dos alimentos que chegam à sua mesa, buscando valorizar o trabalho dos agricultores e compreender a importância de hábitos alimentares saudáveis.

Ao verem de perto as frutas, verduras e legumes, bolos e pães preparados com tanto cuidado, a turma despertou a curiosidade, criando vínculos com a cultura local.

Tal experiência aproxima a escola do campo, fortalecendo a educação alimentar e nutricional e mostrando, de forma prática e lúdica, que a comida é resultado de muito carinho e dedicação das famílias agricultoras.

Para encerrar, realizou-se uma degustação dos itens ofertados através da agricultura familiar, por exemplo o bolo de laranja, as frutas, como a banana e laranja, além da polpa de goiaba.

Este momento, foi de grande valia para todos os atores envolvidos, pois através desta ação os alunos puderam conhecer a origem do alimento consumido na escola, fortalecendo a relação entre produtores e consumidores.



Equipe escolar acompanhando atividade educativa no campo.



Crianças observando os espaços da cooperativa da agricultura familiar.

ESTRATÉGIAS:

As estratégias aplicadas foram o passeio guiado pelos espaços da cooperativa, onde puderam observar de perto os alimentos produzidos e compreender de maneira simples como eles chegam até a escola.

Além da oportunidade de experimentar alguns alimentos em uma degustação sensorial, explorando sabores, texturas e cheiros, o que despertou grande curiosidade e entusiasmo. Para finalizar, uma roda de conversa possibilitou que as crianças compartilhassem o que mais gostaram na experiência.

PÚBLICO-ALVO:

Alunos matriculados na turma de infantil V do Centro de Educação Infantil (CEI) Francisca de Sousa Braga.

RESULTADOS:

Os resultados da visita da turma do Infantil V à cooperativa da agricultura familiar foram bastante positivos e significativos para o processo de aprendizagem das crianças.

Durante a atividade, foi possível observar o interesse e a curiosidade em conhecer de perto a origem dos alimentos que fazem parte da alimentação escolar.

As crianças participaram ativamente das propostas, como a observação dos espaços da cooperativa, a identificação de diferentes alimentos, demonstrando entusiasmo em cada etapa.



Momento de socialização sobre alimentação saudável.



Crianças observando os espaços da cooperativa da agricultura familiar.



Crianças observando os espaços da cooperativa da agricultura familiar.

CONSIDERAÇÕES FINAIS:

A experiência favoreceu a aproximação das crianças com o trabalho dos agricultores, valorizando a agricultura familiar e a importância do campo na produção de alimentos saudáveis.

Além disso, a ação contribuiu para ampliar o repertório sensorial e alimentar do grupo, estimulando a aceitação de novos sabores e a compreensão de que os alimentos passam por um caminho antes de chegar à escola e às casas. A socialização também foi fortalecida, especialmente durante as rodas de conversa e brincadeiras coletivas.

De forma geral, a visita trouxe resultados educativos relevantes, promovendo a conscientização sobre a origem dos alimentos, incentivando hábitos saudáveis e despertando nas crianças o cuidado com a natureza e com quem produz o que consumimos diariamente.

CANAL "DIA A DIA COM NUTRIÇÃO": UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Autores: Ivânia Thauany Ribeiro Fontinele; Christianne Nogueira Holanda Aguiar; Ítalo Sousa Ribeiro Silva; Raquel Santos Alves Pereira

Município, local e período: Teresina-PI, plataforma YouTube – Canal “Dia a Dia com Nutrição”, junho de 2024 a julho de 2025.



Banco de imagens Canva

INTRODUÇÃO:

Nos últimos anos, a comunicação digital tem se consolidado como uma das principais ferramentas de disseminação de informações em todas as áreas, especialmente em saúde. A popularização das redes sociais e das plataformas de vídeo, como o *YouTube*, abriu novas possibilidades para o desenvolvimento de ações de educação nutricional capazes de alcançar diferentes públicos de maneira dinâmica, atrativa e acessível. Nesse contexto, o profissional nutricionista passa a desempenhar um papel ampliado, não apenas como educador no âmbito acadêmico, mas também como produtor de conteúdo de qualidade e agente ativo social na promoção da saúde em ambientes virtuais (Silva et al., 2020).

A criação do canal “Dia a Dia com Nutrição” surgiu a partir dessa necessidade de aproximar o conhecimento técnico-científico da população, utilizando uma linguagem mais cotidiana e acessível ao público geral.

O projeto propõe-se a traduzir conceitos complexos da nutrição em mensagens curtas, contextualizadas e de fácil compreensão, explorando o potencial das mídias digitais como meio de empoderamento alimentar e incentivo a escolhas saudáveis para todas as faixas etárias.

E os assuntos abordados no canal “Dia a Dia com Nutrição” seriam os mais diversos possíveis. Desde curiosidades, aspectos de prevenção de doenças, funções dos alimentos, receitas e até mesmo um curso contendo aulas de elaboração e aplicação de fichas técnicas de preparo. O universo da nutrição é vasto e cabe ao nutricionista mostrar à população os desdobramentos e repercussões de cada um dos fatores que compõem a nutrição, e, para isso, a rede social pode ser um veículo eficiente na divulgação de informações com embasamento científico e ótica profissional.

Além disso, a experiência reflete o processo criativo e colaborativo de profissionais de diferentes áreas — da nutrição ao marketing digital — demonstrando como a união entre ciência, comunicação e tecnologia pode contribuir significativamente para a valorização da profissão e o fortalecimento da educação nutricional no cenário atual. Outro aspecto relevante do processo é o passo a passo da criação de um vídeo. Iniciamos com a escolha do assunto, escrita do roteiro, escolha de cenário, da vestimenta, escolha dos cortes de vídeo, planejamento de lives, fotos para elaboração de thumbnail, edição do vídeo.

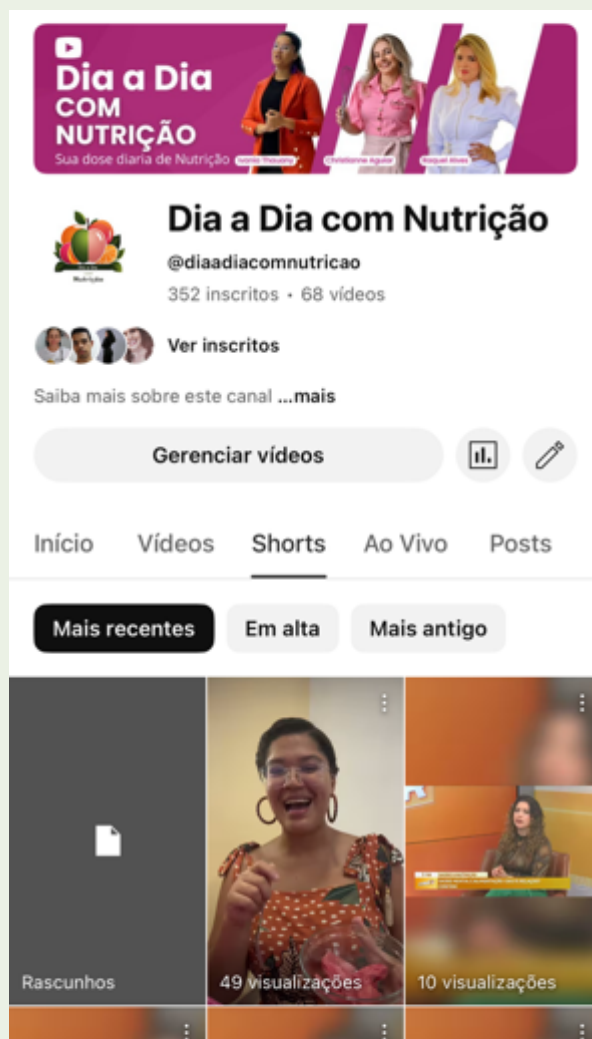
Ao longo do período de execução do projeto, observou-se que a comunicação visual, a linguagem coloquial e a autenticidade do conteúdo elaborado foram determinantes para despertar o interesse de um público específico, alcançando o nicho interessado em alimentação e saúde - 361 inscritos em 68 vídeos e um total de 9.430 visualizações. Portanto, o uso estratégico das plataformas digitais mostrou-se uma alternativa eficiente para ampliar o alcance das ações de educação alimentar e nutricional, especialmente em um cenário social marcado pela desinformação e pelo consumo de conteúdos rápidos e superficiais sobre alimentação, muitas vezes elaborados por leigos que não medem as consequências para a vida do outra pessoa.

Dessa forma, o canal “Dia a Dia com Nutrição” consolida-se na atualidade não apenas como uma vitrine de conteúdos educativos, mas como um instrumento de promoção da saúde coletiva, contribuindo para fortalecer o papel do nutricionista como educador e comunicador social. O projeto em si busca, portanto, compartilhar os aprendizados, desafios e resultados do processo de construção da alimentação saudável ao passo que busca sua

própria construção digital, ressaltando seu potencial como modelo replicável de intervenção educativa em nutrição e saúde.



Página inicial do perfil “Dia a Dia com Nutrição” no Youtube.



Página com apresentação dos vídeos shorts do perfil “Dia a Dia com Nutrição” no Youtube.

OBJETIVO DA EXPERIÊNCIA:

Relatar a criação, desenvolvimento e consolidação do canal no *YouTube* “Dia a Dia com Nutrição”, como uma estratégia de educação nutricional em ambiente digital, utilizando linguagem acessível, conteúdos curtos e atrativos, visando alcançar diferentes públicos com informações baseadas em evidências científicas.

DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA:

O projeto nasceu da percepção da necessidade de ampliar o alcance das ações de educação nutricional para além do ambiente presencial, explorando o potencial das plataformas digitais como recurso de promoção da saúde.

Assim, em junho de 2024, foi criado o canal “Dia a Dia com Nutrição”, hospedado no *YouTube* e idealizado para compartilhar conteúdos semanais sobre alimentação, nutrição e qualidade de vida. O canal foi estruturado em três pilares principais:

- 1 Educação acessível:** transformar evidências científicas em linguagem simples, respondendo dúvidas comuns da população.
- 2 Conteúdo diversificado:** vídeos em formato de aulas curtas, entrevistas, receitas práticas e shorts educativos, abordando mitos e verdades da nutrição.
- 3 Identidade visual e credibilidade:** a marca foi construída com banner, logotipo e padronização gráfica, além da presença de nutricionistas especialistas (Ivânia Thauany, Christianne Aguiar e Raquel Alves), que atuam como apresentadoras do projeto.

Além do planejamento temático, um dos pontos de destaque desta experiência foi o processo autônomo de criação de cada vídeo, que exigiu das autoras e do autor não apenas conhecimento técnico em nutrição, mas também habilidades de produção audiovisual e gestão digital. O fluxo de bastidores envolvia:

DEFINIÇÃO DA TEMÁTICA:

Baseada em dúvidas frequentes da população, tendências de busca nas redes sociais ou demandas identificadas no consultório.

PREPARAÇÃO DO CENÁRIO E DA IMAGEM PESSOAL:

Escolha do figurino adequado, maquiagem e definição do espaço de gravação (ambientes iluminados e harmonizados com a identidade do canal).

PRODUÇÃO DE MATERIAL VISUAL DE APOIO:

Elaboração das *thumbnails* atrativas, bem como fotos complementares para redes sociais.

FILMAGEM:

Realizada com equipamentos acessíveis (câmera de celular e iluminação auxiliar), respeitando enquadramento, dicção e clareza da mensagem.

EDIÇÃO:

Etapa minuciosa que incluiu cortes, inserção de legendas, trilhas sonoras livres de direitos autorais e ajustes de áudio e imagem para tornar o conteúdo mais dinâmico.

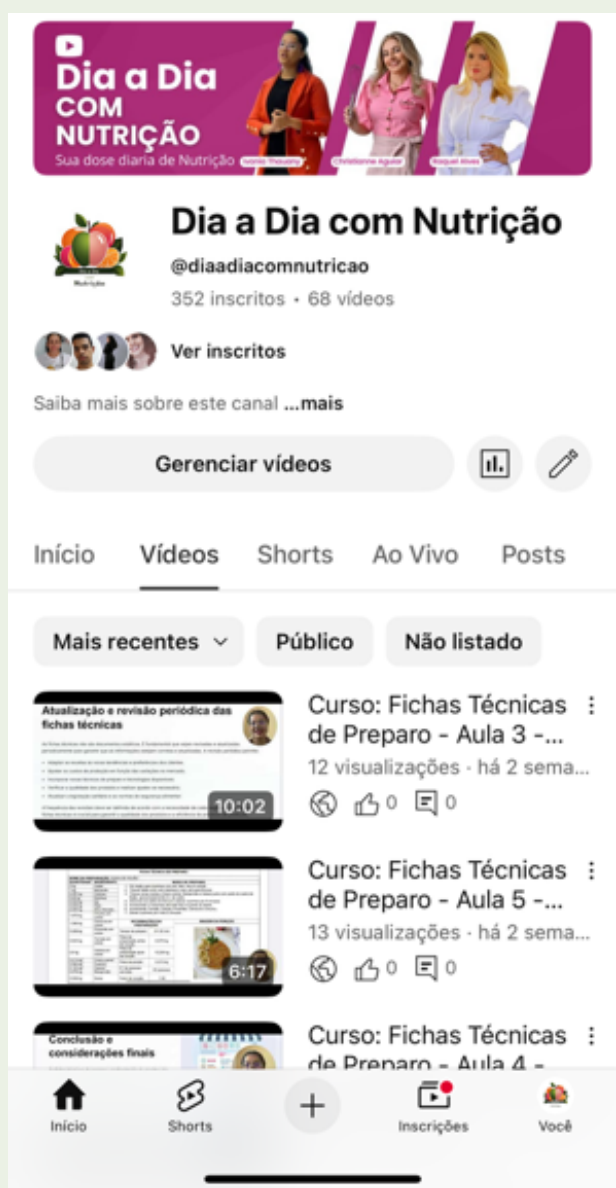
PUBLICAÇÃO:

Após a renderização final, o vídeo era postado no YouTube com título otimizado, descrição completa e *hashtags* relevantes.

DIVULGAÇÃO:

Feita nas redes sociais pessoais e profissionais das nutricionistas e do editor, com chamadas em stories, posts e compartilhamentos para estimular engajamento.

O canal rapidamente estruturou um acervo com 68 vídeos publicados, atingindo até abril de 2025 um total de 352 inscritos e 8.833 visualizações acumuladas, com destaque para os vídeos de maior engajamento:



Lista de vídeos do canal “Dia a Dia com Nutrição” no Youtube.

“A farinha de amendoim engorda?” – elaborado por Raquel Alves, com 1,1 mil visualizações e 74 curtidas.

“Transforme 1kg de peito de frango em 3 deliciosas e saudáveis refeições” – elaborado por Raquel Alves, com 445 visualizações e 84 curtidas.

“10 minutos! Pastel de abóbora saudável: Sem glúten, sem lactose” – elaborado por Christianne Aguiar, com 351 visualizações e 24 curtidas.

“Nutrientes essenciais para a saúde! O guia completo” – elaborado por Ivânia Thauany, com 322 visualizações e 89 curtidas.

RESULTADOS OBSERVADOS:

ALCANCE DIGITAL CRESCENTE:

O canal, mesmo em fase inicial, consolidou-se como um espaço confiável de informações nutricionais, atingindo mais de 8,8 mil visualizações no período avaliado.

ENGAJAMENTO DA AUDIÊNCIA:

Os vídeos de curiosidades e mitos alimentares obtiveram maior interação, mostrando a relevância de formatos curtos e temáticas do cotidiano.

MULTIPLICIDADE DE PÚBLICOS:

O canal alcançou desde estudantes de nutrição até pais e adultos interessados em adotar hábitos alimentares saudáveis.

VALORIZAÇÃO PROFISSIONAL:

A exposição digital reforçou a credibilidade e ampliou o reconhecimento do trabalho das nutricionistas e do editor envolvido.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O canal “Dia a Dia com Nutrição” representa uma experiência inovadora de educação nutricional digital, demonstrando como o *YouTube* pode ser um espaço estratégico para difundir informação científica de forma acessível e interativa.

Ao combinar conteúdo diversificado, linguagem simples e presença profissional, a iniciativa fortalece o papel do nutricionista como agente de promoção da saúde também no ambiente virtual. A experiência sugere que canais digitais podem ser replicados como ferramentas complementares às práticas de nutrição em saúde coletiva, ampliando o alcance da educação alimentar para diferentes públicos e contextos sociais.



Banco de imagens Canva

NUTRIÇÃO EM ALIMENTAÇÃO COLETIVA





Banco de imagens Canva

NUTRIÇÃO EM ALIMENTAÇÃO COLETIVA

A área de Alimentação Coletiva é um dos pilares da atuação profissional do(a) nutricionista, conforme dispõe a Resolução CFN nº 600/2018, que organiza as grandes áreas da Nutrição. Sua importância reside no planejamento, organização, direção, supervisão e avaliação de unidades de alimentação e nutrição (UAN), garantindo a oferta de refeições saudáveis, seguras e de qualidade para diferentes coletividades, sejam em escolas, hospitais, empresas, restaurantes institucionais ou comerciais.

Mais do que gestão de processos, a atuação em Alimentação Coletiva envolve a promoção da saúde, a prevenção de doenças, a educação alimentar e nutricional, a sustentabilidade e o respeito às legislações sanitárias e nutricionais. Trata-se de uma área estratégica que contribui diretamente para a segurança alimentar e nutricional da população, com impacto social relevante, especialmente no fortalecimento de políticas públicas e na melhoria da qualidade de vida.

Neste e-book, organizado pelo Conselho Regional de Nutrição da 11ª Região, apresentamos relatos de experiências exitosas desenvolvidas por nutricionistas em Alimentação Coletiva. As práticas aqui reunidas foram selecionadas de acordo com os critérios estabelecidos no Edital nº 003/2025, valorizando clareza, relevância técnica e social, criatividade, inovação e potencial de replicabilidade.

Essas experiências revelam como a ciência da Nutrição se transforma em ação concreta nos territórios, demonstrando a capacidade de nutricionistas de transformar realidades por meio da gestão de serviços de alimentação, da atenção ao cuidado coletivo e do compromisso ético com a sociedade.

Comissão Organizadora E-book CRN-11

Nutricionistas que Transformam

GESTÃO INOVADORA, INCLUSIVA E RESILIENTE DO RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO (RU) DA UNIVERSIDADE FEDERAL DO CEARÁ (UFC): EXPANDINDO O ACESSO À ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E SUSTENTÁVEL NO CEARÁ.

Autores: Natália Lopes Vasconcelos; Indira Cely C. da Silva, Natália Viviane S. de Menezes; Sansão L. de Moraes Neto; Theresa Paula F. da S. Meireles; Háquila Andréa M. da Silva.

Município, local de realização e período: Fortaleza-CE, Restaurante Universitário da Universidade Federal do Ceará, com unidades nos Campi Pici, Benfica, Porangabuçu, Labomar, Quixadá, Sobral, Russas, Crateús e Itapajé. Janeiro de 2023 a agosto de 2025.



Equipe de nutricionistas do Refeitório Universitário

OBJETIVO DA EXPERIÊNCIA:

Descrever a transformação do Restaurante Universitário da Universidade Federal do Ceará (UFC), que serve anualmente mais de dois milhões de refeições de qualidade em 10 unidades distribuídas em seis municípios cearenses, em um equipamento estratégico de promoção da saúde e da Segurança Alimentar e Nutricional (SAN).

O objetivo é demonstrar como a integração das diretrizes da Política Nacional de Assistência Estudantil (PNAES) e da Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN) fortaleceu o RU na garantia do acesso equitativo à alimentação saudável, na redução da evasão acadêmica, na valorização da cultura alimentar regional e na implementação de práticas sustentáveis, consolidando-o como experiência inovadora, socialmente relevante e com alto potencial de replicabilidade para outros contextos institucionais e políticas públicas de alimentação no Brasil.

DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA:

Na UFC, o RU consolidou-se como o maior equipamento de assistência estudantil. Redesenhado em 2023, sob liderança inédita de um nutricionista, enfrentou desafios complexos, mas se fortaleceu com a ampliação da equipe técnica. Essa expansão qualificou a gestão, estimulou a inovação e diversificou ações, ampliando os impactos na comunidade universitária.



Refeitório Universitário da Universidade Federal do Ceará

METODOLOGIAS E ESTRATÉGIAS ADOTADAS:

A gestão do RU fundamenta-se em dois eixos: planejamento estratégico orientado por dados, com monitoramento contínuo de séries históricas, relatórios institucionais e pesquisas de satisfação, e abordagem participativa e interdisciplinar, que envolve gestores, estudantes e setores da universidade em uma governança colaborativa.

A partir desses eixos, foram implementadas estratégias de alto impacto social: oferta de refeições acessíveis e de qualidade, com valorização da cultura regional; ampliação das isenções para estudantes em vulnerabilidade; ações de educação nutricional e promoção da saúde; parcerias intersetoriais e interinstitucionais em ensino, pesquisa e extensão; atendimento nutricional individualizado; práticas de sustentabilidade com reaproveitamento de resíduos e eliminação de descartáveis; além do uso de dados do RU em pesquisas e eventos científicos.



Buffet *self-service* do Refeitório Universitário

PÚBLICO-ALVO:

O público-alvo abrange toda a comunidade acadêmica, com prioridade aos estudantes em situação de vulnerabilidade socioeconômica.

PARCERIAS:

A gestão se sustenta em parcerias institucionais e interinstitucionais que ampliam seu alcance e impacto. Essas articulações integram assistência estudantil, ensino, pesquisa e extensão, fortalecendo o caráter interdisciplinar do RU e consolidando-o como espaço de formação, produção científica e inovação em políticas públicas. Ao conectar setores internos e instituições externas, o RU tornou-se um laboratório vivo de práticas inclusivas, sustentáveis e replicáveis, com impacto acadêmico, social e de saúde em larga escala.

DESAFIOS ENFRENTADOS:

A gestão do RU enfrentou desafios relacionados à restrição orçamentária, que demandou constante articulação institucional para assegurar recursos; à manutenção de uma equipe técnica adequada, indispensável à qualidade nutricional e à segurança alimentar; e à necessidade constante de reafirmar o papel social do RU, frente a propostas que ameaçavam o modelo de refeições subsidiadas com acesso universal, preservando sua missão de inclusão, saúde e permanência estudantil.



Banco de imagens Canva

RESULTADOS E IMPACTOS OBSERVADOS:

Entre 2023 e 2025, o RU passou por expansão que o consolidaram como referência nacional em alimentação estudantil. O número de refeições anuais evoluiu de 2,1 milhões para uma projeção de 2,7 milhões em 2025, um crescimento de 24%. No período, foram servidas quase 7 milhões de refeições, das quais 2,3 milhões gratuitas, garantindo equidade e permanência acadêmica.

As refeições destinadas a isentos cresceram mais de 61%, de 617 mil em 2023 para uma projeção de 1 milhão em 2025, passando de 28% para quase 37% do total.

Esses dados confirmam o compromisso do RU com a inclusão social, a redução da evasão e a democratização do acesso à alimentação saudável.

Além da segurança alimentar, o RU tornou-se espaço de promoção da saúde e formação cidadã. Foram realizadas ações de educação nutricional inovadora nos refeitórios, rádio, redes sociais e em eventos institucionais, alcançando milhares de participantes.

A ampliação da equipe de nutricionistas possibilitou o início do Serviço de Nutrição e Promoção da Saúde, que além das ações coletivas implementou o atendimento clínico individualizado.

O RU também se consolidou como espaço de ensino, pesquisa e extensão, subsidiando projetos e estágios em áreas como Nutrição, Gastronomia, Engenharia de Alimentos e Agronomia. Os impactos ambientais incluíram a eliminação de copos descartáveis, redução de desperdício e parcerias para reaproveitamento de resíduos, alinhando gestão alimentar e sustentabilidade.

Por fim, os cardápios passaram a incorporar diariamente de 9 a 16 alimentos regionais, representando, em média, 45% dos ingredientes e/ou preparações prontas, valorizando a identidade cultural nordestina.

Assim, a evolução entre 2023 e 2025 com prova que o RU ampliou escala, inclusão e qualidade, ao mesmo tempo em que fortaleceu saúde, sustentabilidade e produção de conhecimento.

CONSIDERAÇÕES FINAIS:

O RU consolidou-se como modelo de política pública inovadora, no qual a atuação do nutricionista ultrapassa a gestão da produção de refeições e se transforma em agente de inclusão social, promoção da saúde e fortalecimento da cidadania.

A criatividade e a inovação se expressam em iniciativas pioneiras como o programa de rádio De Bandeja, campanhas educativas multicanal, atendimento nutricional individualizado e integração com diferentes áreas acadêmicas, transformando o RU em espaço de ensino, pesquisa e extensão, com práticas replicáveis em outros RUs e outras esferas do poder público.

Assim, o RU da UFC confirma que alimentar é também educar, incluir e transformar vidas. Demonstrando que, quando o nutricionista assume papel de protagonista na assistência estudantil, é possível articular saúde, equidade, sustentabilidade e inovação, criando um legado replicável que fortalece o SUS, a PNAES e as políticas de Segurança Alimentar e Nutricional no Brasil.



Visão geral da área interna do Refeitório Universitário

IMPLANTAÇÃO DE SERVIÇOS DE ALIMENTAÇÃO HOSPITALAR SOB A ÓTICA DO NUTRICIONISTA: RELATO DE EXPERIÊNCIA TÉCNICA

Autora: Ruthe Soares Pessoa dos Santos.

Município, local de realização e período: Teresina-PI, Nova Maternidade Dona Evangelina Rosa. Junho de 2022 a outubro de 2023.



Cozinha do Complexo da Unidade Produtora de Alimentos da Nova Maternidade Dona Evangelina Rosa

INTRODUÇÃO:

A Nova Maternidade Dona Evangelina Rosa (NMDER), referência em atendimentos de alta complexidade na área materno-infantil, contribuindo significativamente para a redução das taxas de mortalidade materna e infantil no Estado do Piauí e no País. Atualmente, a UAN-Unidade de Alimentação e Nutrição da NMDER, fornece aproximadamente 2.000 refeições diárias, destinadas a pacientes, acompanhantes e funcionários. O serviço funciona ininterruptamente, 24 horas por dia, exigindo uma operação altamente estruturada, com rigoroso controle higiênico-sanitário e atendimento às necessidades clínicas e dietéticas de cada grupo.

Diante dessa demanda, a presença do nutricionista no planejamento da estrutura física e funcional da unidade se mostrou essencial uma vez que é atribuição do nutricionista participar do planejamento e supervisão da implantação ou adequação das instalações físicas, equipamentos e utensílios da UAN. A presença de um nutricionista com conhecimento técnico específico foi determinante para evitar erros de *layout* e inadequações no posicionamento de máquinas e utensílios. Essa atuação contribuiu para a implantação de projetos mais assertivos e funcionais.

OBJETIVO DA EXPERIÊNCIA:

Este trabalho tem como objetivo relatar a experiência da nutricionista responsável técnica no processo de planejamento e estruturação de uma UAN em um Hospital Maternidade de referência na América Latina, destacando os principais benefícios e desafios enfrentados durante esse processo e as vantagens significativas ao projeto, garantindo economia e eficiência operacional.



Equipe técnica do projeto

DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA:

O período de atuação compreendeu aproximadamente 16 meses, compreendendo um período que se estendeu desde junho de 2022 até outubro de 2023, em atividades intensas, que se dividiram em seis etapas principais:

- 1** **Análise do espaço físico e planejamento do layout da UAN;**
- 2** **Estruturação funcional e definição dos fluxos operacionais;**
- 3** **Elaboração do estudo técnico e Termo de Referência para licitação;**
- 4** **Análise técnica e validação dos equipamentos;**
- 5** **Acompanhamento da implantação e ajustes estruturais;**
- 6** **Participação no seletivo da equipe técnica, treinamento e monitoramento da eficiência operacional.**

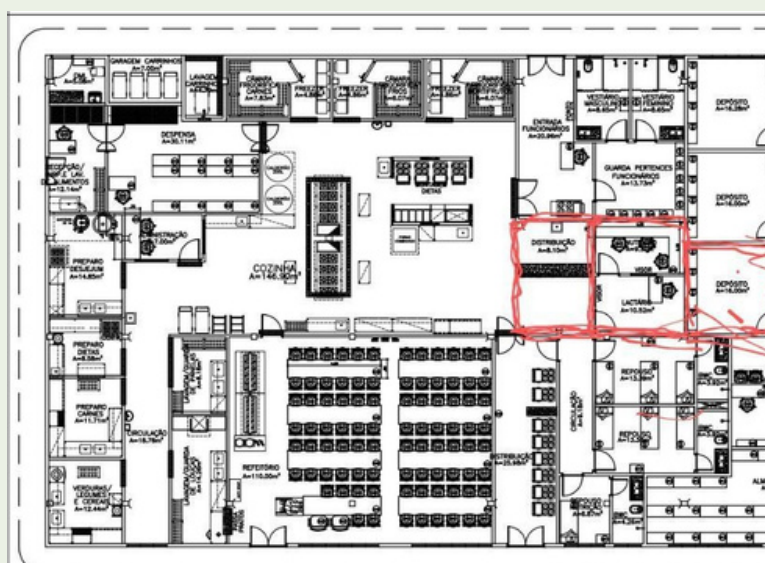
Desde as fases iniciais do projeto do Complexo da Unidade Produtora de Alimentos da NMDER, atuei junto à equipe técnica, composta por arquitetos e engenheiros, analisando o espaço, *layout* e estruturação de equipamentos e insumos, considerando a magnitude da produção diária prevista. Realizei análise crítica dos espaços, colaborando com a certificação dos fluxos e a distribuição funcional das ilhas de processamento de alimentos, sempre com o objetivo de otimizar a operação e garantir praticidade e eficiência.

Na fase pré-operacional, participei diretamente da elaboração do estudo técnico e do termo de referência, em conjunto com a comissão de licitação, especificando e qualificando tecnicamente cada equipamento e utensílio, além de realizar o dimensionamento por área. Avaliando tecnicamente cada item proposto para aquisição. Atuei de forma intensiva na revisão das características dos equipamentos, propondo ajustes e substituições sempre que necessário, assegurando a coerência entre estrutura física, equipamentos e processos.

Na sequência, já com a estrutura em vias de finalização, acompanhei a instalação dos equipamentos e os acabamentos dos ambientes, colaborando com as equipes de engenharia para ajustes de comissionamento e realocação estratégica de áreas, otimizando o espaço e assegurando a funcionalidade dos ambientes. Inclusive, alterações aparentemente simples que, quando feitas sem visão técnica, poderiam comprometer etapas essenciais do processo produtivo. Minha presença nesse momento, foi crucial para evitar prejuízos operacionais.

Com a finalização da estrutura física e a instalação dos equipamentos, passamos a integrar a comissão técnica responsável pela seleção de colaboradores, participando das etapas de definição de atribuições, critérios de escolaridade e experiência, análise documental, avaliação curricular e entrevistas. Na fase seguinte, conduzimos o treinamento operacional com duração de um mês (30 horas semanais). Os conteúdos abordaram segurança alimentar, eficiência produtiva, uso adequado dos equipamentos, Boas Práticas, Primeiros Socorros e Atendimento ao Cliente, assegurando a capacitação técnica da equipe e o alinhamento com os padrões da instituição.

Ao longo de todas as etapas, minha atuação esteve centrada em dois pilares: o técnico e o operacional. Essa participação ativa desde o início do projeto permitiu uma estruturação mais eficiente e econômica, com investimentos mais assertivos e menor necessidade de retrabalho. Estima-se que a capacidade produtiva da UAN da NMDER seja pelo menos 20% superior à de outras unidades hospitalares de porte similar que não contaram com um planejamento tão detalhado e integrado.



Planta baixa - UAN NMDER

RESULTADOS E DISCUSSÃO:

A implantação da UAN na NMDER revelou-se um processo complexo e desafiador, cuja condução técnica pelo nutricionista foi fundamental para garantir a eficiência operacional e a qualidade dos serviços alimentares prestados. A participação ativa possibilitou a construção de uma UAN com fluxo operacional racionalizado, garantindo segurança alimentar, qualidade higiênico-sanitária e conforto aos trabalhadores. Entre os principais benefícios observados, destacam-se: Redução de deslocamentos desnecessários durante a produção; Adequação dos espaços de acordo com a função de cada área; Otimização da logística interna de insumos e refeições; Melhoria das condições de trabalho e ergonomia da equipe e atendimento às normas sanitárias e de segurança alimentar.

Entretanto, alguns desafios foram enfrentados, como a necessidade de diálogo constante com engenheiros e arquitetos para garantir que as exigências técnicas fossem atendidas, além das limitações orçamentárias e prazos de obra que demandaram adaptações estratégicas.

O planejamento detalhado impactou diretamente a eficiência operacional da UAN, promovendo um ambiente mais seguro, organizado e produtivo. A escolha criteriosa dos equipamentos, aliada ao correto dimensionamento, possibilitou a implantação de um fluxo de trabalho contínuo e linear, evitando cruzamentos inadequados entre as etapas do processo de produção, fator crucial para a segurança higiênico-sanitária dos alimentos. Já o uso de equipamentos industriais de grande porte, compatíveis com a demanda da unidade, otimizou o tempo de preparo, minimizou desperdícios e favoreceu a padronização das preparações.

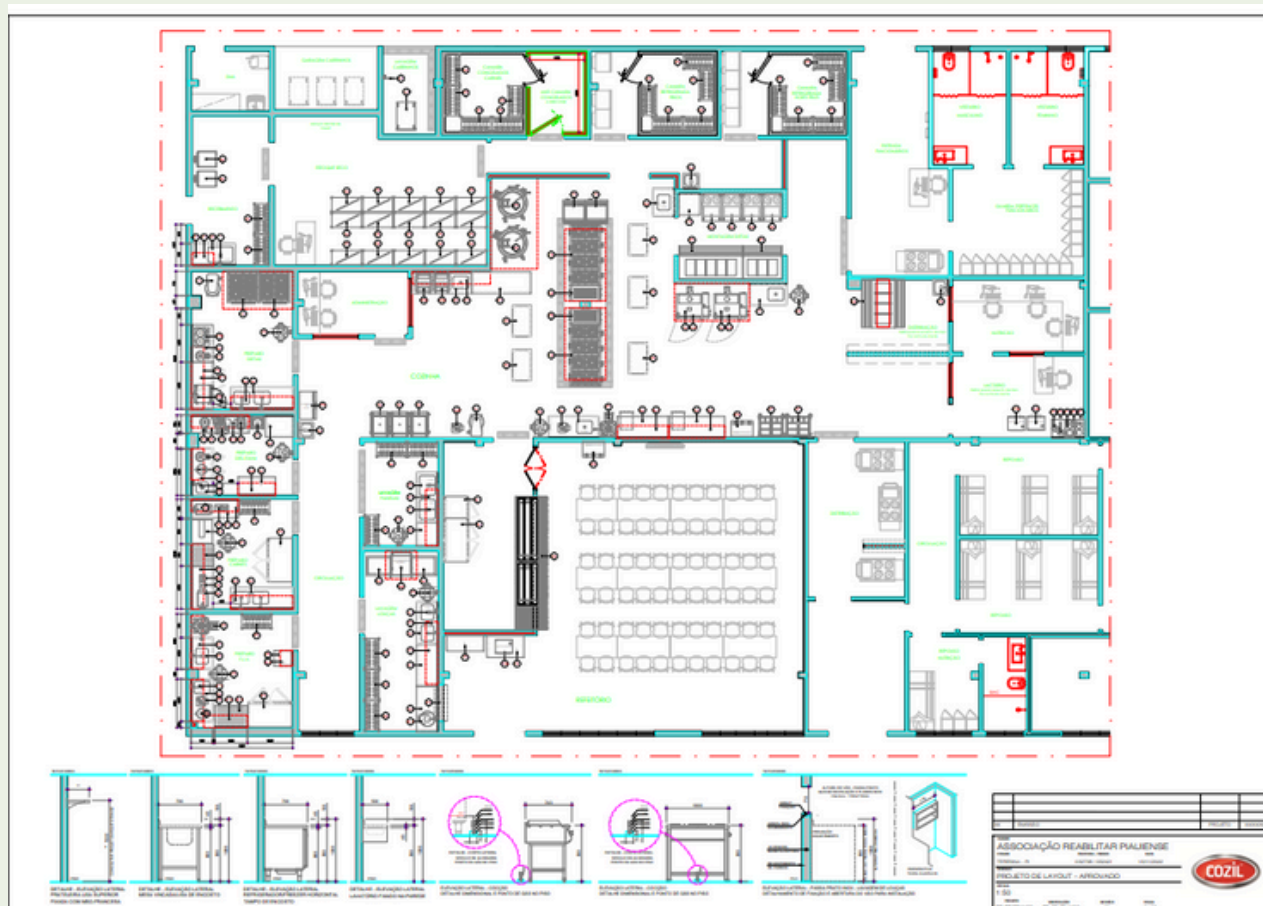
Por fim, o acompanhamento pós-implantação evidenciou que a capacidade produtiva da UAN é cerca de 20% superior à de unidades similares que não passaram por planejamento integrado e detalhado. Essa melhora reflete a economia gerada diretamente pela otimização dos recursos e indiretamente pela redução do retrabalho e desperdícios, comprovando o papel estratégico do nutricionista não apenas na operação, mas principalmente no planejamento, supervisão e gestão das unidades de alimentação hospitalar.

CONSIDERAÇÕES FINAIS:

A atuação do nutricionista no planejamento físico e funcional da UAN hospitalar foi fundamental para garantir a qualidade do serviço prestado, a segurança alimentar e a eficiência operacional.

A experiência vivenciada demonstrou que a presença técnica do nutricionista desde a fase inicial de um projeto de tamanho porte foi essencial para assegurar um ambiente adequado às boas práticas de fabricação e ao bem-estar dos profissionais envolvidos.

Essa integração técnica é indispensável para o desenvolvimento de unidades de alimentação eficientes, seguras e alinhadas às demandas crescentes da assistência hospitalar moderna, desta feita entendemos que é fundamental que o nutricionista passe a integrar de forma regular esses grupos de trabalho, garantindo vantagens econômicas e operacionais.



Planta baixa - UAN NMDER

EU NÃO VOU DESPERDIÇAR MINHA MERENDA ESCOLAR!

Autora: Cibelle Maria de Abreu Ibiapina.

**Município, local de realização e período: São José do Divino–PI,
Unidade Escolar Maria Machado de Cerqueira. 28 de julho a 22
agosto de 2025.**



Banco de imagens Canva

OBJETIVOS DA EXPERIÊNCIA:

Objetivo primário:

- Diminuir o desperdício do almoço no ensino integral.

Objetivos secundários:

- Desenvolver nos alunos pensamento reflexivo sobre o desperdício de alimentos e cenário de pobreza no mundo;
- Demonstrar aos alunos a importância da alimentação saudável;
- Mostrar aos alunos estatísticas de desnutrição e descarte de comida pronta para consumo.

DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA:

O projeto intitulado “Eu não vou desperdiçar minha merenda escolar!” foi planejado e executado pela nutricionista RT do município de São José do Divino- PI, após várias análises do quantitativo de resto ingesta e várias modificações de cardápios.

O desperdício de alimentos configura como um dos principais problemas sociais e ambientais contemporâneos, interferindo diretamente na sustentabilidade dos sistemas alimentares.

Tentar reduzir o desperdício de alimentos nas escolas e domicílios pode ser um fator determinante para atenuar os impactos ambientais e sociais, melhorar a sustentabilidade e diminuir o impacto da pobreza, tornando cada vez mais frequentes as discussões sobre como a mitigação do desperdício pode ser alcançada.

Diversas tentativas foram colocadas em prática como: testes de aceitabilidade, visitas *in locus* para constatação se os cardápios estavam sendo realizados em conformidades com as fichas técnicas, palestras educativas com alunos e seus respectivos responsáveis sobre o desperdício alimentar e modificações periódicas de cardápios, mas nenhuma das ações diminuíram significativamente com a rejeição de determinados cardápios.

Nas palestras eram abordados assuntos com intuito de desenvolver nos alunos pensamento reflexivo sobre o desperdício de alimentos perante o cenário de pobreza no mundo. De acordo com dados: *Food and Agriculture Organization of the United Nations* (2013), apontam que 1,3 bilhão de toneladas de alimentos é jogado fora por anualmente em todo planeta, ou seja, um terço dos alimentos produzidos é desperdiçado. Estes dados demonstra um quantitativo muito elevado, que impacta na segurança alimentar e nutricional da população mundial, e mantendo diversas vidas em risco.

O teste de aceitabilidade da alimentação escolar constitui um importante fator, pois retrata a qualidade e a preferência dos alimentos ofertados pelas escolas. Segundo o Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE), os cardápios devem ser elaborados por nutricionistas, levando em consideração os hábitos alimentares dos estudantes, a cultura alimentar da localidade, o perfil epidemiológico da população atendida, a vocação agrícola

da região e apresentar um percentual maior do que 85% ou 90% de aceitabilidade dependendo do método empregado.

A escola possui não só o papel de educar, mas também de conscientizar os indivíduos frente às inúmeras possibilidades de consumo, ou seja, contribuir na formação de indivíduos mais atentos às suas práticas e seus hábitos alimentares. No entanto, a promoção de hábitos alimentares saudáveis no ambiente escolar necessita de evidências mais significativas que apontem estratégias efetivas e convenientes, norteadas assim o aprimoramento de políticas públicas direcionadas à população de escolares.

Neste contexto problemático de desperdício, cabe ao nutricionista com suas habilidades e criatividade tentar amenizar esse cenário.

O projeto “Eu não vou desperdiçar minha merenda escolar!”, surgiu pela necessidade de amenizar o desperdício do almoço rejeição pela preparação de carne cozida, por saladas e verduras. A escolha por carne cozida (calor úmido) é por ser mais saudável e maior rendimento, porém os alunos preferem assado, contudo, os cardápios semanais não podem constar somente com calor seco. As saladas que variam cozidas e cruas, com adição de frutas são também alvo de rejeição.

A escola onde serviu de cenário é a Unidade Escolar Maria Machado de Cerqueira que conta com cerca de 190 alunos na modalidade fundamental. Na modalidade integral é composta por 100 alunos divididos em 04 turmas subdivididas em 02 turmas do quinto ano e 02 turmas do sexto ano sendo turmas A e B.

A nutricionista no dia 28 de julho foi à escola e realizou uma palestra com os alunos (público alvo) e demais profissionais ali presentes (parceiros na execução do projeto), descreveu como seria o projeto: as duas turmas A e B do quinto ano após o almoço deixariam o resto de alimento na bacia de cor vermelha e os alunos das turmas A e B do sexto ano deixariam na bacia de cor azul, e assim após os descartes as bacias seriam pesadas, e que ao final de 20 dias sendo avaliados e pesados as bacias, o recipiente que constasse menos alimentos, os alunos ganhariam uma manhã de lazer em um clube aquático da cidade.



Registro do dia 28 de julho de 2025 (cardápio da segunda-feira)



Registro do mesmo cardápio da foto anterior dia 11 de agosto de 2025

O projeto foi realizado por 20 dias letivos consecutivos, e que foi observado logo nos primeiros dias um clima de competitividade, contudo ao final dos 20 dias os alunos demonstraram um grande passo em experimentar e aceitar mais as saladas e demais cardápios, o índice de rejeição foi controlado, e mesmo após o resultado do quinto ano ser o vencedor os demais alunos continuaram a aceitar a merenda escolar. O índice de rejeição reduziu cerca de 38% em relação ao primeiro semestre. O projeto não teve desafios na execução nas ações.

RESULTADOS / IMPACTOS OBSERVADOS:

A redução da rejeição foi visivelmente identificada. A aceitação dos alunos pelos novos alimentos foi positivamente concluída. As palestras sobre alimentação saudável e desperdício alimentar resultou na melhoria dos hábitos alimentares dos alunos, fato concreto em resultado na balança e perceptual de rejeição.

CONSIDERAÇÕES FINAIS:

Esse cenário de evolução nos hábitos alimentares mais saudáveis dos alunos deixa a pesquisadora (nutricionista) muito feliz em ter conseguido colocar em prática e ter tido êxito dos objetivos pré-estabelecidos.

A comunidade escolar (pais/responsáveis e servidores da escola) observou as mudanças positivas dos alunos, algumas mães relataram que as mudanças chegaram até nos hábitos alimentares em casa, estes relatos ficam evidentes que o olhar cuidadoso e estratégias devem ser implantadas dinamicamente na execução do PNAE e engloba família, escola e gestão.



Registro da execução do projeto

NOSSAS RAÍZES, NOSSA CULINÁRIA.

Autoras: Quésia Castro Reis Coelho; Francilene da Conceição Silva Oliveira; Carliane da Silva; Lucileide Sousa; Rosileide Lino Lima.

Município, local de realização e período: Lago Verde-MA ; Unidade Educacional Marechal Deodoro da Fonseca (zona rural). Período de execução: 15/05/2023 a 23/06/2023.



Turma infantil da Unidade Educacional Marechal Deodoro da Fonseca

OBJETIVOS DA EXPERIÊNCIA:

Despertar nos alunos o interesse em conhecer a culinária regional, seus insumos e preparações de forma lúdica, fortalecendo a agricultura familiar, ressaltando o valor nutricional dos alimentos do nosso cotidiano, promovendo saúde e criando bons hábitos alimentares.

PÚBLICO ALVO:

Turma unificada da Educação Infantil; Creche II, Pré I e Pré II e turmas multi seriada de 1º, 2º e 3º ano.

DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA:

No primeiro momento realizamos uma roda de conversa com a direção, professoras e nutricionista para planejarmos ações a serem realizadas.

Foi dado o início a primeira semana com uma roda de conversa com o tema: “A importância da alimentação saudável para o corpo, foi utilizado como base o livro “A CESTA DA DONA MARICOTA” de Tatiana Belinky, que falava das frutas, verduras e legumes, posteriormente a turminha apresentou em formato de dramatização, foi apresentado o vídeo com a música “Verde que te quero verde” – Aline Barros e Nicolas Barros, foi um momento em que as crianças participaram efetivamente.

Logo após as professoras se sentaram com elas e refletiram sobre a importância de não retirar as verduras adicionadas na preparação da sopa que era servida na alimentação da escola.

Na terceira semana continuando com o primeiro momento em uma roda de conversa, foi trabalhado a receita do beiju, extraído da mandioca e o biscoito de mesocarpo, extraído da parte que entre a casca e amêndoa do coco babaçu, dois insumos regionais que fazem parte da culinária local.

As crianças da turma 1 foram conhecer a roça de mandioca, planta arbustiva que chega até 5 metros de altura e sua produção é bem vasta em nosso região.

A turma 2 foram visitar as quebradeiras de coco e conhecer mais sobre as diversidades que o coco babaçu podem oferecer.

O mesocarpo trabalhado como insumo dos biscoitos, pode ser utilizado também como base para a produção de bolos e mingau ela possui importante valor nutricional e está presente entre o epicarpo e o endocarpo do coco babaçu, os mais velhos utilizam pó como remédio para o estômago, para a anemia, suas propriedades já foram bastantes estudadas por universidades e são muitos benefícios além de contribuir para o bom funcionamento do intestino por ser fonte de fibra.

A nossa culminância teve como desfecho a produção das iguarias dos produtos locais observados nas visitas realizadas anteriormente, os professores acompanharam a produção e foi realizada a degustação que foi muito satisfatório por todos os alunos envolvidos nas ações do projeto.

RESULTADOS:

Foram observados através de suas falas que absorveram muitos conhecimentos através das visitas, eles começaram também a consumir as verduras e legumes inseridas na sopa ofertada na alimentação da escola e alguns começaram a trazer frutas de casa ao invés de salgadinhos e biscoitos recheados, suas escolhas se modificaram para uma forma mais consciente e saudável.

CONSIDERAÇÕES FINAIS:

Muitas lições também foram absorvidas e reflexão de que precisamos trabalhar a Educação Alimentar Nutricional (EAN) não só de forma isolada, mas também com os pais de alunos se possível através de palestras de conscientizações de forma contínua e eficaz para a promoção e prevenção de saúde na vida escolar e na vida adulta.

E essa é mais uma das atribuições da nutricionista que trabalha no PNAE ela busca criar ações no cenário escolar para a formação de bons hábitos alimentares juntamente com os professores, coordenadores e direção é um trabalho entre família e escola para que venhamos juntos prevenir doenças crônicas na vida escolar e para vida futura.



Equipe do projeto com parte da turma infantil.



Nutricionista Quésia Castro durante Encontro Nacional do PNAE 2025 segurando o livro "Jornada de Educação Alimentar e Nutricional - 5ª Edição"

CAPACITAÇÃO SOBRE BOAS PRÁTICAS DE MANIPULAÇÃO DE ALIMENTOS

Autora: Sandra Maria de Oliveira.

Município, local de realização e período: Sobral–CE, Período: Semestres 2024.2 e 2025.1



Turma certificada do Curso de Boas Práticas de Manipulação

OBJETIVOS DA EXPERIÊNCIA:

Capacitar manipuladores de alimentos, promovendo a conscientização sobre higiene, controle de perigos e conformidade com as normas sanitárias vigentes, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida e para a autonomia econômica dos participantes.

DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA:

Colaboradores de estabelecimentos de alimentação (restaurantes, lanchonetes, cantinas e entidades socioassistenciais) foram convidados a participar, constituindo o público-alvo. Foi estabelecido como critério de inclusão a atuação direta na manipulação de alimentos e de exclusão, a concordância em participar ou não da capacitação. A capacitação consistiu em 02 aulas teóricas (8 horas cada) e 01 aula prática (8 horas), totalizando uma carga horária de 24 horas por participante.

Cada aula teórica, combinou exposição dialogada, utilizando recursos audiovisuais, com discussões em grupo e as aulas práticas foram realizadas em laboratório de Gastronomia e Técnica Dietética, fomentando a participação ativa e a troca de experiências.

O conteúdo programático foi:

- ▶ Fundamentos da Higiene e Segurança Alimentar;
- ▶ Higiene Pessoal;
- ▶ Higiene de Equipamentos;
- ▶ Utensílios e Superfícies;
- ▶ Higiene Ambiental;
- ▶ Controle de Qualidade e Conformidade Legal;
- ▶ Técnicas de Armazenamento;
- ▶ Legislação Sanitária Básica Aplicada (RDC Nº 216/2004);
- ▶ Controle de saúde dos manipuladores;
- ▶ Controle da água.



Curso de formação Boas Práticas de Manipulação

RECURSOS DIDÁTICOS:

Cópia da Cartilha "Boas Práticas para Serviços de Alimentação", da RDC 216/2004 da ANVISA, bloco para anotações, caneta, pasta e crachá de identificação.



Turma do Curso de Boas Práticas de Manipulação

ATIVIDADES PRÁTICAS INTEGRADAS:

O foco central foi a aplicação prática e integrada de todos os conceitos aprendidos nas aulas teóricas e as atividades foram minuciosamente supervisionadas por nutricionista, que intervia para correções e reforço positivo, garantindo a adesão às Boas Práticas de Manipulação (BPM) e aos requisitos da legislação abordada.

Esta metodologia, ao integrar diagnóstico contextualizado, capacitação teórico-prática fundamentada em legislação vigente, materiais didáticos de apoio e atividades vivenciais supervisionadas, busca promover uma mudança efetiva nas práticas de manipulação de alimentos, para isso foi preparado um cardápio completo para coletividade sadia, seguindo todas as normas da legislação.

PARCERIA:

Centro Universitário INTA – UNINTA (espaço, material didático, insumos para aula prática, EPI's (equipamentos de proteção individual) e lanches das aulas teóricas.

DESAFIOS:

A experiência enfrentou desafios inerentes à heterogeneidade do público-alvo, composto por manipuladores de alimentos de diferentes níveis de formação e realidades de atuação, o que exigiu adaptações didáticas para garantir a compreensão uniforme dos conteúdos. Além disso, a transposição do conhecimento teórico para a prática, embora supervisionada, demandou atenção contínua para corrigir vícios consolidados e assegurar a internalização dos protocolos de boas práticas.



Turma do Curso de Boas Práticas de Manipulação



Turma certificada do Curso de Boas Práticas de Manipulação



Montagem de fotos: Autora

RESULTADOS/IMPACTOS OBSERVADOS:

Observou-se notório aprimoramento na aplicação das boas práticas de manipulação, com elevado grau de adesão às normas da RDC nº 216/2004 durante as atividades práticas. Os participantes demonstraram maior conscientização sobre higiene pessoal, ambiental e de utensílios, além de maior autonomia na gestão de procedimentos de segurança alimentar, indicando potencial impacto positivo na qualidade dos serviços prestados e na redução de riscos sanitários.



Turma do Curso de Boas Práticas de Manipulação

CONSIDERAÇÕES FINAIS:

A capacitação mostrou-se uma estratégia eficaz para promoção da conformidade sanitária e empoderamento técnico dos manipuladores. A integração entre teoria, prática supervisionada e suporte didático contextualizado foi fundamental para consolidar a aprendizagem. Recomenda-se a continuidade de ações educativas dessa natureza, com acompanhamento pós-capacitação para avaliar a sustentabilidade das mudanças implementadas e o impacto na segurança alimentar local.



Turma certificada do Curso de Boas Práticas de Manipulação

IMPLANTAÇÃO DE UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO NA BRISANET: DESAFIOS, ESTRATÉGIAS E RESULTADOS

Autora: Maria Rita de Almeida.

Município, local de realização e período: Pereiro-CE, Brisanet Serviços de Telecomunicações SA, 11 de Setembro de 2025.



Parte da equipe de almoço, em 2025.

OBJETIVO DA EXPRIÊNCIA:

O objetivo deste relato de experiência é incentivar profissionais a aceitarem oportunidades desafiadoras, mostrando que superá-las é possível. São justamente esses desafios que desenvolvem competências, aperfeiçoam processos e trazem o sucesso desejado. Aqui, relatamos o desafio de implantar uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) com estrutura física e processos adequados para atender de forma saudável, balanceada e eficiente os colaboradores da Brisanet, garantindo qualidade nutricional, cumprimento da legislação vigente e suporte ao crescimento acelerado da empresa.



Cozinha Brisanet, setembro de 2018.

DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA

Em setembro de 2018, iniciei uma consultoria em alimentação na Brisanet, empresa familiar de telecomunicações fundada em 1998 por Roberto Nogueira em Pereiro, no interior do Ceará. Atualmente, a empresa está presente nos nove estados do Nordeste, com mais de 1,5 milhão de clientes de internet banda larga e 605 mil clientes de telefonia móvel 5G. A Brisanet conta com mais de 8.700 colaboradores, consolidando-se como a maior operadora de telecomunicações do Nordeste, a 5ª maior operadora de banda larga do país e líder em satisfação no Nordeste, de acordo com pesquisa da Anatel.

O trabalho inicial foi realizar um diagnóstico situacional após a necessidade apontada pelo CEO: fornecer refeições saudáveis, balanceadas e de qualidade aos colaboradores da Sede, localizada em Pereiro (CE). Encontrei uma estrutura simples, com cozinha de características domiciliares; produção média de 530 refeições/dia; e equipe reduzida, com sete colaboradores.



Realizados ajustes, novembro de 2018.

Diante desse cenário, elaborei um plano de ação contemplando: aquisição de utensílios e equipamentos industriais, organização de estoques e definição de processos de compras, elaboração de cardápios seguindo o Programa de Alimentação do Trabalhador (PAT), treinamento e condução da equipe operacional e contratação de novos colaboradores para ampliar a capacidade de produção.



Equipe em 2018.

Aplicadas às mudanças e superados os primeiros obstáculos, em 2020, em meio à pandemia, a empresa experimentou crescimento acelerado do quadro de colaboradores. A produção triplicou, e passamos a servir, em média, 1.500 refeições diárias para colaboradores de diferentes turnos, incluindo equipes de atendimento que operam 24h/dia. Para atender à nova demanda, sugerimos a elaboração de um projeto de construção de uma UAN industrial, com planejamento físico-funcional para atender a produção estimada de 3.000 refeições/dia.



Início da obra Refeitório, em 2021.

A construção foi iniciada em 2021 e representou um investimento estratégico para a empresa. Fui responsável pela validação técnica do projeto e pelo acompanhamento da obra, garantindo o cumprimento das normas sanitárias e o dimensionamento correto de todos os ambientes. Cada dia era um desafio, pois era necessário conciliar a supervisão da obra com a operação da cozinha antiga, assegurando que a produção não fosse interrompida e mantivesse o padrão de qualidade.



Inauguração, 02 de maio de 2023.

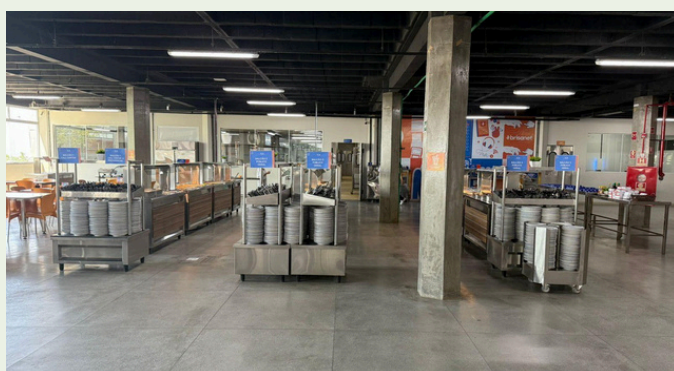
No dia 02 de maio de 2023, inauguramos o novo refeitório da Brisanet. Deixamos para trás uma estrutura limitada e passamos a contar com um espaço moderno e totalmente industrial, composto por: áreas de recebimento, estoques e pré-preparo segregadas; cozinha industrial equipada com caldeirões, *pass through* e câmaras frias (polpas, laticínios, *hortifruti*, congelamento e descongelamento); padaria para produção de lanches; área de distribuição com seis filas, agilizando o atendimento; refeitório com capacidade para 900 pessoas simultaneamente, com ventilação e iluminação natural.



Parte da equipe de almoço, em 2025.



Área de Cocção, em 2025.



Área de distribuição, em 2025.

RESULTADOS:

Hoje, a UAN da Brisanet fornece em média: 2.400 almoços, 500 cafés da manhã, 400 jantares e 2.600 lanches/dia; e atendimento a visitantes e serviço executivo com cardápio diferenciado para diretoria e suas visitas. A equipe conta com 35 profissionais, incluindo duas nutricionistas do Quadro Técnico, Maria Antônia e Ana Isadora, dedicadas ao controle de qualidade. Todos os processos seguem rigorosamente a RDC216/2004, incluindo uso do Manual de Boas Práticas, POPs, checklists, controles de temperatura, coleta de amostras e apresentação de indicadores.



Parte da equipe em 2025.



Ana Isadora (Nutricionista) e Maria Rita (Coordenadora), em 2025.



Maria Antônia (Nutricionista) e Maria Rita (Coordenadora), em 2025.

O cardápio é elaborado pensando na variedade, sabor e igualdade, visando a satisfação dos comensais e o atendimento das necessidades energéticas diárias de acordo com o Programa de Alimentação do Trabalhador (PAT). Diariamente, oferecemos: uma fruta, três tipos de saladas frias, uma salada quente, cinco guarnições (arroz, feijão, farofas, massas), três proteínas, sendo uma vegetariana, e suco. Nosso grande diferencial é que toda a alimentação, incluindo as proteínas, é servida de forma livre, permitindo ao colaborador autonomia na escolha das quantidades.



Balcões de distribuição, em 2025.

Além disso, avançamos no compromisso com o desenvolvimento sustentável por meio de ações como reciclagem de papelão, plásticos, vidros, utensílios e equipamentos, além da compostagem de resíduos orgânicos utilizados na horta da empresa. Implementamos a campanha “Consumo Consciente”, incentivando os colaboradores a adotarem atitudes responsáveis e a reduzirem o desperdício de alimentos. Como resultado, observamos melhoria na qualidade de vida e satisfação dos colaboradores, aumento da produtividade graças à oferta de refeições nutritivas em ambiente adequado, redução expressiva do desperdício e fortalecimento da imagem institucional da Brisanet como empresa que valoriza o bem-estar e a sustentabilidade.



Área de Cocção, em 2025.



Parte da equipe de almoço, em 2025.



Parte da equipe de almoço, em 2025.



Área de Armazenamento, em 2025.

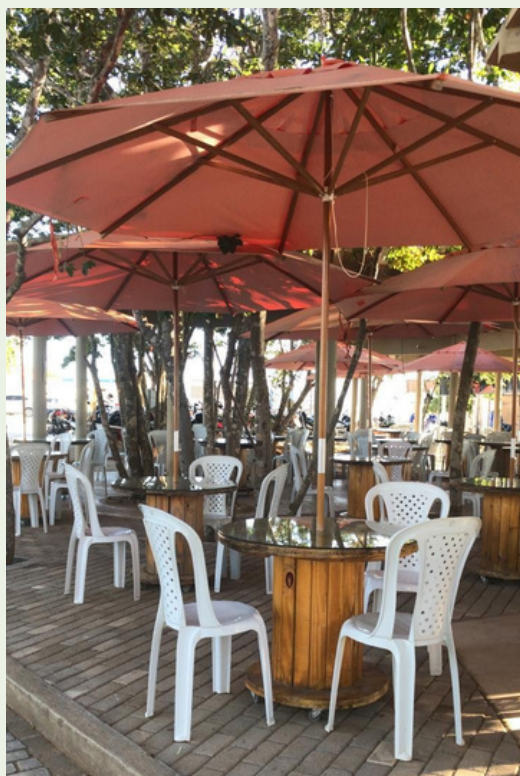


Serviço de entrega de almoço, em 2025.

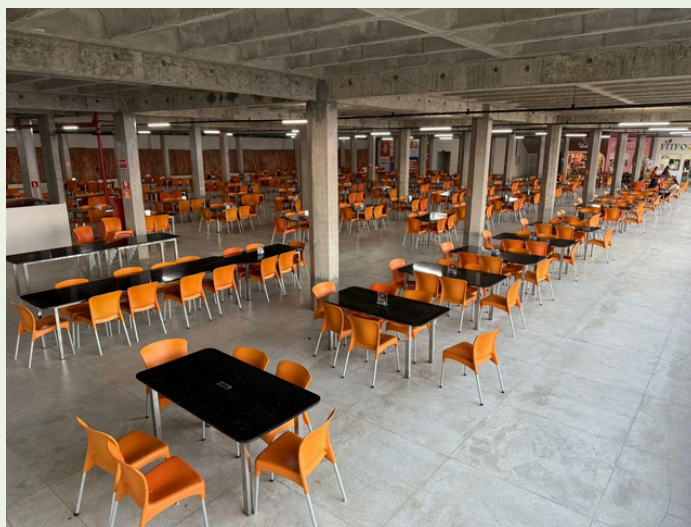
CONSIDERAÇÕES FINAIS:

Olhar para trás e lembrar de tudo o que vivemos para chegar até aqui me faz perceber o quanto aceitar esse desafio transformou não apenas a Brisanet, mas também a mim como profissional. Cada obstáculo foi uma oportunidade de aprendizado e cada decisão exigiu coragem. Ver o novo refeitório funcionando, com os colaboradores sendo bem atendidos é a maior recompensa desse projeto. Mais do que um espaço físico, entregamos um lugar que cuida de pessoas, melhora o dia de cada colaborador e contribui para que eles desempenhem melhor suas funções.

O projeto só foi possível graças ao apoio da diretoria, que acreditou na minha capacidade técnica para torná-lo realidade, e ao engajamento de toda a equipe, que contribuiu direta ou indiretamente para o sucesso do trabalho. Essa experiência comprova que dedicação, planejamento e resiliência são fundamentais para transformar desafios em resultados concretos e duradouros.



Refeitório em 2019.



Refeitório em 2025.



Banco de imagens Canva

NUTRIÇÃO NO ENSINO, NA PESQUISA E NA EXTENSÃO





Banco de imagens Canva

NUTRIÇÃO NO ENSINO, NA PESQUISA E NA EXTENSÃO

A Nutrição no Ensino, na Pesquisa e na Extensão representa o elo entre a formação acadêmica, a produção de conhecimento e o compromisso social da profissão. Prevista na Resolução CFN nº 600/2018, essa área evidencia o papel transformador do(a) nutricionista como educador, pesquisador e agente de mudança junto à sociedade.

Nos relatos reunidos neste e-book, é possível perceber como o Ensino e a Extensão têm aproximado a Nutrição das comunidades por meio de metodologias participativas, rodas de conversa com mães e famílias, atividades educativas em territórios e o acompanhamento constante de grupos sociais em parceria com instituições. Essas ações contribuem tanto para o fortalecimento da formação acadêmica dos futuros nutricionistas, quanto para a troca de saberes com a população, respeitando contextos culturais e promovendo autonomia alimentar.

Experiências de monitoramento, assessoria técnica e formação continuada, como cursos voltados a agricultores familiares ou projetos desenvolvidos com o apoio de Centros Colaboradores em Alimentação e Nutrição Escolar (CECANE), mostram a relevância do nutricionista como facilitador de processos coletivos, integrando ciência, prática e cidadania.

Selecionados de acordo com os critérios do Edital nº 003/2025 do CRN-11, os relatos desta seção reafirmam a importância de uma Nutrição que se faz presente nos espaços acadêmicos, mas também se enraíza nos territórios, fortalecendo vínculos entre universidade e sociedade. São experiências que comprovam que a formação e a pesquisa ganham sentido maior quando se traduzem em transformação social e promoção da saúde.

Comissão Organizadora E-book CRN-11

ATUAÇÃO DO NUTRICIONISTA COMO AGENTE PNAE: MONITORAMENTO E FORTALECIMENTO DA EXECUÇÃO DO PROGRAMA JUNTO AO CECANE/UFPI

Autoras: Elaine Carvalho de Moraes; Marize Melo Santos; Cecília Maria Resende G. de Carvalho.

Município, local de realização e período: Teresina–PI, Centros Colaboradores em Alimentação e Nutrição Escolar (CECANEs), Março a Novembro de 2024.



Encontro de Formação sobre o PNAE.

OBJETIVO DA EXPERIÊNCIA:

Relatar a experiência do monitoramento e assessoria sobre a execução do Programa Nacional de Alimentação Escolar nos municípios do estado do Piauí, no ano de 2024.

DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA:

O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) é uma das mais antigas e importantes políticas públicas de segurança alimentar e nutricional do Brasil, assegurando alimentação saudável e adequada a milhões de estudantes da educação básica pública, ao mesmo tempo em que fortalece a agricultura familiar e a educação alimentar e nutricional.

No acompanhamento da execução do PNAE, os Centros Colaboradores em Alimentação e Nutrição Escolar (CECANEs), instituídos no âmbito das Instituições públicas federais, desempenham papel estratégico, atuando em parceria com o Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE). O CECANE/UFPI, habilitado em 2015, por meio de Termo de Execução Descentralizada (TED) com o FNDE, vem desde então desenvolvendo diversas ações com os atores envolvidos no Programa, em níveis municipal e estadual. Nesse relato, daremos destaque ao monitoramento e assessoria, incluindo as formações.

Em 2024, foram monitorados 18 municípios, além da SEDUC, sendo 08 (oito) de forma remota e 10(dez) de forma presencial. No total, participaram das formações 409 (quatrocentos e nove) atores PNAE, desses 118 (cento e dezoito) eram nutricionistas. Além disso, 94 (noventa e quatro) municípios piauienses estiveram representados nas atividades.



Encontro de Formação sobre o PNAE.

O processo de monitoramento inicia-se com a seleção dos municípios pelo FNDE, a partir de critérios que contemplam aspectos positivos e negativos da execução do PNAE. Após a definição, é elaborado o planejamento das visitas, que têm duração média de cinco dias. As atividades são estruturadas em etapas, a saber:

- 1** **Reunião inicial com os atores do PNAE, com o secretário de educação, nutricionistas, conselheiros de alimentação escolar (CAE) e representantes da agricultura;**
- 2** **Entrevista com o nutricionista responsável, com aplicação de questionário sobre sua atuação e análise da documentação do programa, momento em que são feitas orientações e esclarecimento de dúvidas;**
- 3** **Encontro com o CAE, para aplicação de questionário, entrega de materiais e esclarecimentos sobre direitos e deveres;**
- 4** **Reunião com agricultores familiares, espaço de acolhimento e diálogo que fortalece a aproximação com gestores e nutricionistas, incentivando a participação nas chamadas públicas do PNAE;**
- 5** **Visitas às escolas, priorizando unidades da zona rural e de difícil acesso, em que são observadas as condições de infraestruturadas cozinhas, gestão escolar e atuação das merendeiras.**

Além das visitas, é realizada a análise documental (licitações, chamadas públicas, notas fiscais) e o preenchimento de questionários no sistema PNAE Monitora, o que gera um relatório preliminar com os pontos de melhoria para o município.

No último dia da agenda, ocorre um encontro formativo com os atores do PNAE do município polo, aberto também a representantes de municípios vizinhos convidados. Esse momento é marcado por trocas de experiências, reflexões e construção coletiva de soluções, fortalecendo a rede de apoio à alimentação escolar.

Entre os principais desafios vivenciados, destacam-se: a distância dos municípios e dificuldade de acesso a algumas escolas, especialmente na zona rural; adequação do número de nutricionistas pela entidade executora; a fragilidade na organização da agricultura familiar para atender às chamadas públicas; a necessidade constante de formação e acompanhamento dos conselheiros do CAE.

O trabalho contou com a articulação de diversas instâncias, como: Secretarias municipais de educação e agricultura, apoiando a organização local;

Agricultores familiares, que foram orientados e incentivados a participar das chamadas públicas.

RESULTADOS/IMPACTOS OBSERVADOS:

Para além do momento da visita, manteve-se um canal permanente de diálogo com nutricionistas e agricultores, que buscavam orientações posteriores para melhorar seus processos de trabalho. Entre os resultados relatados pelos municípios monitorados estão a contratação de novos nutricionistas, a ampliação da compra de alimentos da agricultura familiar; elaboração correta de editais de chamada pública e o fortalecimento da atuação dos conselhos de alimentação escolar.



Visita a propriedade de agricultores

CONSIDERAÇÕES FINAIS:

Essa experiência se revelou transformadora, reconhecendo-a como um espaço permanente de diálogo e troca com atores, que buscaram apoio para qualificar suas práticas. O que se estende aos profissionais envolvidos com o Cecane-UFPI, fortalecendo o debate sobre direito humano à alimentação adequada e saudável, vivenciando na prática a dificuldade dos profissionais nutricionistas e muitas vezes dos gestores na execução do PNAE.

Além de incentivar e mostrar possibilidades no avanço da aquisição de gêneros da agricultura familiar, bem como na produção e melhoramento geral das condições de vida desses atores, é transformador.



Reunião com os agricultores familiares e suas organizações.

SABERES QUE TRANSFORMAM: A RELEVÂNCIA DO PROJETO NUTRINDO SABERES NA PROMOÇÃO DA SAÚDE E NA FORMAÇÃO ACADÊMICA

Autora: Juliana Braga Rodrigues de Castro.

Município, local de realização e período: Itapipoca-CE , Projeto de extensão – Centro Universitário Inta–UNINTA desde 2021.



Prática educativa com estudantes e comunidade.

INTRODUÇÃO:

A extensão universitária tem se consolidado como um eixo essencial da formação superior, promovendo a integração entre ensino, pesquisa e compromisso social (Brasil, 2023). Nos cursos da área da saúde, essa integração favorece a construção de uma aprendizagem significativa, pautada na vivência prática e no contato direto com a comunidade (Cyrino; Toralles-Pereira, 2023). O Projeto Nutrindo Saberes, criado em 2021 no curso de Nutrição do UNINTA – Campus Itapipoca, materializa essa perspectiva ao articular o conhecimento científico com a realidade social, fomentando práticas educativas voltadas à promoção da saúde, à valorização da cultura alimentar e à formação humanizada dos acadêmicos. Inspirado nos princípios da educação popular em saúde (Freire, 2019), o projeto reafirma o papel transformador da universidade como agente de cidadania e bem-estar coletivo, evidenciando que o saber técnico, quando compartilhado de forma dialógica e sensível, é capaz de gerar mudanças sustentáveis tanto na comunidade quanto na trajetória formativa dos futuros profissionais.

OBJETIVO DA EXPERIÊNCIA:

A extensão universitária é reconhecida como um dos pilares do ensino superior, ao lado do ensino e da pesquisa. No Brasil, o processo de curricularização da extensão foi instaurado oficialmente a partir de 2023, conforme a Resolução nº 7/2018 do MEC, que determinou que ao menos 10% da carga horária dos cursos de graduação fosse dedicada a atividades de extensão. Tal movimento busca diminuir fragilidades nos processos formativos, sobretudo nos cursos de graduação em saúde, aproximando os estudantes das realidades sociais e promovendo experiências que transcendem a sala de aula (Brasil, 2018).

Contudo, já em 2021, o curso de Nutrição do UNINTA, campus Itapipoca, por meio do Projeto de Extensão Nutrindo Saberes, antecipava essa perspectiva ao transversalizar suas ações com a formação acadêmica, integrando ensino, pesquisa e extensão. O projeto, desde sua criação, vem constituindo um espaço de aprendizado vivo, no qual acadêmicos participam ativamente de práticas educativas em saúde e nutrição, promovendo impactos tanto para a comunidade quanto para a formação profissional.



Ação de educação alimentar e nutricional em escola pública.



Alunos e docentes durante atividade de campo.



Prática educativa com estudantes e comunidade.



Ação de educação alimentar e nutricional em escola pública.

Este capítulo tem como objetivo descrever e refletir sobre a trajetória do Projeto Nutrindo Saberes desde sua criação em 2021, destacando suas ações de extensão, seus resultados para a comunidade e sua relevância no processo formativo dos acadêmicos de Nutrição, à luz do movimento de curricularização da extensão.

Os relatórios institucionais de extensão evidenciam que desde o início houve intensa participação dos acadêmicos, sendo que alguns extensionistas permanecem vinculados ao projeto desde 2021, o que demonstra engajamento contínuo e amadurecimento formativo. Relatos de alunos apontam que a vivência no Nutrindo Saberes foi 'uma das experiências mais válidas' de sua formação, por permitir aplicar a teoria em contextos reais, superando inseguranças iniciais e desenvolvendo competências essenciais à prática profissional.

RESULTADOS E IMPACTOS OBSERVADOS:

Os resultados do Nutrindo Saberes podem ser percebidos em duas dimensões principais: na comunidade e na formação acadêmica. Na comunidade, observou-se maior conscientização sobre escolhas alimentares, adoção de práticas simples e acessíveis como o uso de frutas sazonais e receitas caseiras, redução gradual do consumo de ultraprocessados e fortalecimento da autonomia das famílias.

Em contextos empresariais, colaboradores relataram mudanças no planejamento de refeições e maior atenção ao equilíbrio nutricional em turnos de trabalho. Já nos eventos públicos, a presença ativa da universidade fortaleceu vínculos com a comunidade, ampliando a visibilidade do curso de Nutrição e consolidando a imagem institucional do UNINTA como ator comprometido com o desenvolvimento social.

Na dimensão acadêmica, o projeto impactou de forma decisiva a formação dos estudantes. Extensionistas desenvolveram competências comunicacionais, empatia, escuta ativa, liderança, planejamento de atividades e capacidade de adaptação a contextos desafiadores.

Muitos trabalhos de conclusão de curso e pesquisas científicas tiveram origem nas ações do Nutrindo Saberes, evidenciando a articulação entre extensão e pesquisa.

A permanência de estudantes no projeto ao longo de vários semestres também reforça o papel do Nutrindo Saberes como espaço de amadurecimento e fortalecimento profissional. Complementarmente, é relevante destacar que o Projeto Nutrindo Saberes atua desde 2022, segundo registros em ações desenvolvidas na Paróquia Jesus Cristo Redentor, em Itapipoca-CE. Em março de 2024, o projeto realizou uma roda de conversa com mães em situação de vulnerabilidade social, mobilizando acadêmicos extensionistas e fortalecendo a parceria universidade-comunidade. Essa experiência rendeu inclusive menção honrosa no VII Encontro Nacional de Atenção Primária à Saúde, promovido pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte, reconhecendo a relevância social e acadêmica do Nutrindo Saberes.



Logomarca do projeto



Roda de conversa com comunidade



Montagem de fotos: autora

CONSIDERAÇÕES FINAIS:

O Projeto Nutrindo Saberes nasce da crença de que a nutrição não se limita a tabelas e cálculos, mas que se realiza, sobretudo, no encontro humano, no diálogo e no cuidado. Desde 2021, quando foi criado no curso de Nutrição do UNINTA, em Itapipoca, o projeto tem se consolidado como um espaço vivo onde ciência e sensibilidade caminham lado a lado, dando voz à comunidade e transformando a formação acadêmica.

Na comunidade, cada roda de conversa, oficina ou palestra representou mais do que uma ação educativa: foi um gesto de acolhimento e de fortalecimento da autonomia das famílias. As mães em situação de vulnerabilidade social, os trabalhadores em empresas locais, os jovens e idosos em escolas, igrejas e praças, sendo assim todos se tornaram protagonistas de um processo coletivo de aprendizado e transformação.

Ao compartilhar receitas acessíveis, valorizar alimentos regionais e estimular escolhas mais saudáveis, o projeto não apenas modificou práticas alimentares, mas semeou esperança de que a saúde pode ser construída com pequenos gestos, possíveis e sustentáveis. Na formação acadêmica, o Nutrindo Saberes mostrou-se um verdadeiro laboratório de humanização e prática profissional. Acadêmicos que chegaram inseguros encontraram no projeto a oportunidade de exercer escuta ativa, empatia e protagonismo. Descobriram que ser nutricionista é também ser educador, mediador e agente de mudança social. Muitos levaram essas experiências para seus Trabalhos de Conclusão de Curso, pesquisas científicas e para suas trajetórias profissionais, demonstrando que a extensão não é um complemento, mas uma base sólida para o exercício ético e transformador da profissão.

NUTRINDO SABERES: EDUCAÇÃO ALIMENTAR COM MÃES EM SITUAÇÃO DE VULNERABILIDADE SOCIAL NA PERSPECTIVA DA RESPONSABILIDADE UNIVERSITÁRIA

Autores: Juliana Braga Rodrigues de Castro; José Ícaro Silva de Brito; Maria Ludmila de Sousa Davi.

Município, local de realização e período: Itapipoca-CE, Paróquia Jesus Cristo Redentor – março de 2024.



Banco de imagens Canva

INTRODUÇÃO:

A alimentação adequada e saudável é um direito humano fundamental e um dos determinantes sociais da saúde. No entanto, famílias em situação de vulnerabilidade enfrentam desafios para garantir práticas alimentares equilibradas, devido a fatores como a insegurança alimentar, a falta de acesso a alimentos *in natura* e a influência crescente dos produtos ultraprocessados (Brasil, 2024; Monteiro et al., 2023). Nesse contexto, ações de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) desempenham papel essencial na promoção da saúde e na formação da autonomia alimentar, sobretudo entre mulheres que assumem a responsabilidade pelo cuidado familiar (Santos; Castro; Lima, 2022).

O projeto de extensão Nutrindo Saberes, vinculado ao curso de Nutrição do Centro Universitário Inta – UNINTA, campus Itapipoca, atua com foco na transformação social por meio da educação participativa e dialógica, fortalecendo o vínculo entre universidade e comunidade.

Essa experiência busca não apenas difundir conhecimentos técnicos sobre alimentação saudável, mas também valorizar saberes populares, integrando-os à ciência e contribuindo para a construção de práticas sustentáveis e emancipatórias.

OBJETIVO DA EXPERIÊNCIA:

O presente relato tem como objetivo descrever a experiência de uma roda de conversa realizada com mães em situação de vulnerabilidade social atendidas em uma paróquia católica de Itapipoca, Ceará. A atividade buscou sensibilizar e apoiar essas mulheres na construção de estratégias de alimentação saudável para seus filhos, considerando o contexto econômico e social em que estão inseridas. Contextualizando o Projeto Nutrindo Saberes é um projeto de extensão que visa, através de abordagens educacionais, promover qualidade de vida através de hábitos alimentares saudáveis, coordenado por uma nutricionista docente do Centro Universitário Inta UNINTA campus Itapipoca, e atua desde 2022.

DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA:

A ação foi desenvolvida pelo projeto de extensão Nutrindo Saberes, do Centro Universitário Inta UNINTA campus Itapipoca, em resposta a uma demanda apresentada pela própria comunidade.

A paróquia parceira, que acompanha famílias em situação de vulnerabilidade, identificou a necessidade de apoio educacional para mães que enfrentam dificuldades em conduzir a alimentação de seus filhos diante de restrições financeiras e da forte presença de alimentos ultraprocessados em sua rotina.

A atividade ocorreu no dia 29 de março de 2024 e contou com a participação da nutricionista coordenadora do projeto e de dois extensionistas do curso de Nutrição, responsáveis por planejar e conduzir a roda de conversa.

A metodologia adotada foi de caráter participativo e dialógico, buscando integrar o conhecimento científico às vivências e saberes das mães. Inicialmente, foi realizada uma breve explanação sobre a classificação dos alimentos segundo o grau de processamento, com destaque para os riscos do consumo excessivo de ultraprocessados. Em seguida, foram discutidas alternativas práticas e economicamente viáveis, respeitando os hábitos locais e o tempo disponível das participantes.

Como estratégia metodológica, foram apresentados exemplos de preparações simples, nutritivas e acessíveis, como iogurte natural caseiro, salada de frutas e receitas com aproveitamento integral de alimentos. Durante esse momento, as mães foram convidadas a compartilhar suas experiências e adaptações, promovendo a troca de saberes.

A dinâmica valorizou a escuta ativa e a construção coletiva de soluções, fortalecendo o vínculo entre universidade e comunidade. O público-alvo foram 24 mães em situação de vulnerabilidade social, cuja realidade alimentar é marcada por limitações de renda, tempo e acesso a alimentos de qualidade.

A parceria com a paróquia foi fundamental para viabilizar o espaço físico, mobilizar as participantes e legitimar a ação junto à comunidade. Entre os principais desafios enfrentados, destacaram-se a dificuldade relatada pelas mães em identificar alimentos realmente saudáveis no comércio local, a limitação financeira que restringe opções alimentares e a influência da publicidade sobre as escolhas das crianças.



Roda de conversa sobre orientação nutricional

RESULTADOS/IMPACTOS OBSERVADOS:

A ação teve resultados positivos, evidenciados pela participação ativa das mães e pelo interesse em compreender como realizar substituições alimentares mais adequadas. As participantes relataram dificuldades cotidianas relacionadas ao preparo de refeições saudáveis, mas demonstraram disposição em adotar pequenas mudanças, como incluir frutas da safra, reduzir o consumo de refrigerantes e preparar lanches caseiros para os filhos. Houve também relatos de motivação para retomar práticas tradicionais de preparo de alimentos que estavam sendo substituídas por produtos industrializados.

Do ponto de vista institucional, a experiência fortaleceu o compromisso social do UNINTA, aproximando acadêmicos e docentes da realidade comunitária e possibilitando uma vivência prática de educação alimentar e nutricional baseada no diálogo e na realidade local.

O impacto imediato foi a sensibilização das mães, mas o impacto mais amplo está relacionado à construção de autonomia e senso crítico para escolhas alimentares mais conscientes, mesmo em contextos de vulnerabilidade.



Banco de imagens Canva

CONSIDERAÇÕES FINAIS:

A experiência do projeto Nutrindo Saberes demonstra a relevância da extensão universitária como estratégia de promoção da saúde e enfrentamento das desigualdades alimentares. A ação evidenciou que intervenções educativas contextualizadas, que respeitam a cultura alimentar local e as condições socioeconômicas das famílias, têm potencial para estimular mudanças reais e sustentáveis nos hábitos alimentares.

Ao envolver mães em situação de vulnerabilidade, a roda de conversa promoveu não apenas a transmissão de conhecimento, mas também a valorização dos saberes comunitários e a construção coletiva de soluções, reforçando o papel social do curso de Nutrição e sua contribuição para a melhoria da qualidade de vida da população.

Assim, fica evidente que a universidade, quando atenta às demandas da comunidade, pode exercer impacto significativo na formação cidadã e na promoção da saúde. Ressaltamos com muito orgulho que o trabalho recebeu menção honrosa no ENCONTRO-VII ENCONTRO NACIONAL DE ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE, promovido pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte.



Roda de conversa sobre orientação nutricional

RELATO DE EXPERIÊNCIA DA ATUAÇÃO DO NUTRICIONISTA EM CURSOS DE FORMAÇÃO PROFISSIONAL E PROMOÇÃO SOCIAL DO SENAR

Autores: Elaine Carvalho de Moraes; Marcos Paraguassu de Sousa Martins; Alvimar Medeiros Santos; Thiago Araújo Alves; Eliane Campêlo.

Município, local de realização e período: Teresina-PI, SENAR, 2024.



Execução das atividades no Curso de processamento de temperos e condimentos, Landri Sales – PI.

OBJETIVO DA EXPERIÊNCIA:

Relatar a atuação como nutricionista instrutorado SENAR no ano de 2024, evidenciando a contribuição da nutrição para a formação profissional rural e para a promoção social por meio de cursos voltados à alimentação, boas práticas e desenvolvimento de habilidades no meio rural.

DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA:

O Serviço Nacional de Aprendizagem Rural (SENAR) tem como missão promover ações educacionais de Formação Profissional Rural (FPR), Assistência Técnica e Gerencial, Saúde e a Promoção Social (PS), com foco na produção sustentável, na inovação e na valorização ofertando cursos presenciais que possibilitam ao trabalhador, ao produtor rural e às suas famílias a aquisição de conhecimentos e habilidades voltados ao desenvolvimento profissional e social. A Promoção Social possui caráter educativo e busca despertar o protagonismo da mulher, do jovem e do público-alvo atendido, sendo a alimentação e nutrição uma das áreas de atividade.

No ano de 2024 no período de março a novembro, a atuação como instrutora esteve voltada a cursos de FPR e PS nas áreas de produção de derivados de leite, doces e geleias artesanais e produção de temperos e condimentos, realizados em municípios do Piauí. Muitos deles foram solicitados por escolas por meio dos sindicatos rurais e destinados a alunos do ensino médio, a partir de 18 anos, atendendo à demanda por formação profissional e oportunidades de geração de renda.

Nas cidades de Landri Sales, Altos, Barras e Milton Brandão foram ministrados cursos de produção de temperos e condimentos; 03 (três) cursos de doces e geleias artesanais foram ofertados em São João do Arraial, Oeiras e Matias Olímpio e 01 (um) curso de processamento artesanal de derivados do leite foi realizado no município de Alvorada do Gurguéia.



Execução das atividades, Altos-PI

Os cursos de FPR tinham duração média de cinco dias, enquanto os de PS, quatro dias, mesclando teoria e prática, utilizando metodologias dialogada, apresentação, muitas vezes em cartazes, fazendo adaptação da metodologia para cada realidade de campo.

No curso de leite e derivados, os participantes desenvolveram competências para a produção de queijos, iogurtes, bebidas lácteas e doces, sempre integrando conteúdos sobre boas práticas de manipulação de alimentos. Já nos cursos de doces, geleias e temperos, o foco esteve na elaboração de produtos artesanais, possibilitando que os alunos vislumbassem alternativas de inserção no mercado de trabalho e de geração de renda.

Sempre evidenciando os valores nutricionais dos frutos e dos condimentos utilizados. No curso de temperos e condimentos, trazendo a importância de utilizar temperos naturais, substituir temperos industrializados.



Execução das atividades, Alvorada do Gurguéia –PI, curso Processamento de Leite e Derivados.

Ao término das atividades, era realizada uma mesa de apresentação dos produtos elaborados, acompanhada de orientações sobre rotulagem de alimentos e importância da apresentação visual, com participação de representantes dos sindicatos, gestores escolares e comunidade. Por fim, os alunos realizaram avaliação do curso e receberam certificados de conclusão com carga horária que variam entre 32hs e 40hs, reforçando o caráter de valorização e incentivo à continuidade do aprendizado.



Mesa de demonstração dos produtos elaborados no curso de processamento de temperos e condimentos, Altos – PI.



Mesa de demonstração dos produtos elaborados no curso, Oeiras–PI

RESULTADOS/IMPACTOS OBSERVADOS:

A experiência como instrutora do SENAR possibilitou uma convivência próxima com a realidade de cada participante, permitindo diálogos, trocas de experiências e a abertura de horizontes, especialmente para os jovens alunos. Durante os cursos, foi possível identificar o potencial individual de cada participante, estimulando a autoconfiança e a valorização de suas habilidades.

Alguns participantes, após o término das capacitações, relataram que já estavam colocando em prática os aprendizados, comercializando os produtos elaborados. Outros utilizaram o certificado como forma de inserção no mercado de trabalho formal. Em um município, por exemplo, a abertura de uma indústria de laticínios foi fortalecida pela realização do curso, demonstrando o impacto concreto da formação na geração de oportunidades e no desenvolvimento local.



Curso de Doces e Geleias em Oeiras-PI



Alunos respondendo a avaliação do curso, Oeiras-PI.

CONSIDERAÇÕES FINAIS:

A atuação como instrutora do SENAR, no ano de 2024, foi uma experiência enriquecedora do ponto de vista profissional e pessoal. Além de possibilitar conhecer várias regiões do Piauí e diversas realidades, a vivência proporcionou a construção de amizades, o fortalecimento de vínculos e a oportunidade de compartilhar os saberes na produção de alimentos.

O impacto positivo da geração de conhecimento reforçou a percepção de que o papel do nutricionista vai além da prática clínica, do seu papel como educador e facilitador, contribuindo para a valorização do campo, o fortalecimento da agricultura familiar.



Execução das atividades no Curso de processamento de temperos e condimentos, Landri Sales – PI.



Banco de imagens Canva

NUTRIÇÃO CLÍNICA





Banco de imagens Canva

NUTRIÇÃO CLÍNICA

A Nutrição Clínica constitui uma das áreas centrais da atuação do(a) nutricionista, regulamentada pela Resolução CFN nº 600/2018. Sua prática se fundamenta no cuidado nutricional individualizado, com ênfase na avaliação nutricional, diagnóstico e prescrição dietética, visando à promoção, manutenção e recuperação da saúde em todos os ciclos da vida.

O(a) nutricionista clínico(a) atua em consultórios, ambulatórios, hospitais, clínicas multiprofissionais, instituições de longa permanência, domicílios e outros serviços de saúde, desempenhando papel essencial tanto na prevenção quanto no tratamento de doenças. Por meio da prescrição dietoterápica, da orientação alimentar e do acompanhamento contínuo, contribui para a melhoria da qualidade de vida e para o fortalecimento do Sistema Único de Saúde (SUS) e das redes de atenção à saúde.

Além disso, a Nutrição Clínica envolve compromisso ético, científico e humano, articulando conhecimento técnico às necessidades reais de cada paciente. A prática clínica vai além da assistência, sendo um espaço de escuta, acolhimento e construção de estratégias de cuidado que consideram a singularidade de cada indivíduo.

Neste e-book, os relatos de experiências exitosas em Nutrição Clínica foram selecionados conforme os critérios do Edital nº 003/2025 do CRN-11 – relevância técnica e social, clareza, inovação e potencial de replicabilidade. Esses trabalhos exemplificam como o atendimento nutricional pode transformar vidas, reafirmando o papel do(a) nutricionista como protagonista no cuidado à saúde e na valorização da prática clínica no Brasil.

Comissão Organizadora E-book CRN-11

CONSTRUÇÃO DE UMA PRÁTICA DE EXCELÊNCIA EM NUTRIÇÃO CLÍNICA INTEGRATIVA: A TRAJETÓRIA DO CENTRO AMI EM SÃO LUÍS – MA

Autora: Isis Maria Miranda Vidal Silva.

**Município, local de realização e período: São Luís – MA, Centro AMI – Centro Avançado de Medicina Integrativa (clínica privada).
Período de realização: Últimos 5 anos.**



Nutricionista Isis Silva

OBJETIVO DA EXPERIÊNCIA:

Relatar a trajetória de implantação, consolidação e expansão do Centro AMI – Centro Avançado de Medicina Integrativa, uma clínica privada idealizada e liderada por uma nutricionista, destacando os resultados alcançados com o modelo de atuação multiprofissional, integrativa e baseada em evidências científicas, que culminaram no reconhecimento profissional e na consolidação do serviço como referência em São Luís – MA.

DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA:

A experiência teve início há cinco anos, com a fundação do Centro AMI por uma nutricionista clínica com o propósito de oferecer um atendimento humanizado e integrativo, centrado no paciente. Desde a concepção, o modelo foi estruturado com base em pilares de qualidade, inovação e interdisciplinaridade.

Foram estabelecidas parcerias estratégicas com mais de 10 médicos de diversas especialidades (gastroenterologia, endocrinologia, psiquiatria, dermatologia, ortopedia, ginecologia, entre outras), permitindo a construção de planos terapêuticos conjuntos e alinhados às necessidades individuais de cada paciente.

Um marco importante foi a implantação do laboratório de apoio diagnóstico da Laboratório Cedro dentro da própria clínica, possibilitando a realização de exames com maior agilidade e precisão, o que fortaleceu o vínculo com os pacientes e garantiu uma abordagem mais resolutiva e eficiente.

Paralelamente, houve investimento contínuo e incansável na formação acadêmica e científica, com a realização de diversas pós-graduações nas áreas de Nutrição Clínica, Gastroenterologia e Modulação Intestinal, além de especialização em Endocrinologia e Metabologia. Nesse percurso, também foi concluída a graduação em Biomedicina e atualmente está em curso a formação em Medicina, ampliando a visão integrativa do cuidado em saúde e qualificando ainda mais as condutas nutricionais.



Banco de imagens Canva

PÚBLICO-ALVO:

Pacientes de diferentes faixas etárias e perfis clínicos, provenientes de São Luís e de municípios do interior do Maranhão, em busca de atendimentos integrados e resolutivos para condições crônicas, metabólicas, gastrointestinais, hormonais e de saúde preventiva.

PARCERIAS E DESAFIOS:

A construção do Centro AMI envolveu múltiplos desafios, como a captação e alinhamento de profissionais médicos ao modelo integrativo de atendimento, a implementação de protocolos multiprofissionais e a conquista da confiança do público. A superação desses desafios foi possível por meio de liderança ativa, capacitação contínua da equipe e investimento constante em infraestrutura, tecnologia e atualização científica.

RESULTADOS E IMPACTOS OBSERVADOS:

Resultados e Impactos Observados

Em cinco anos, o Centro AMI consolidou-se como referência em atendimentos de nutrição clínica integrativa em São Luís, registrando crescimento contínuo na demanda de pacientes e fortalecimento da credibilidade junto à comunidade médica e científica.



Nutricionista Isis Silva em seu consultório

Os principais resultados obtidos foram:

Formação de uma equipe multiprofissional sólida, composta por mais de 10 médicos de diversas especialidades atuando de forma integrada com a nutrição clínica;

Implantação de um laboratório de apoio diagnóstico interno (Laboratório Cedro), garantindo agilidade, confiabilidade e maior resolutividade nos atendimentos;

Ampliação do portfólio de serviços e aumento expressivo no número de atendimentos;

Melhora significativa nos desfechos clínicos dos pacientes acompanhados, com elevados índices de adesão e satisfação;

Reconhecimento profissional da nutricionista coordenadora como referência regional em nutrição clínica e gastroenterologia integrativa, com atuação destacada em eventos científicos e na formação de novos profissionais.

Além do crescimento institucional, houve uma notável evolução pessoal e profissional, com a aquisição de competências avançadas que qualificaram a atuação nutricional e fortaleceram a clínica como centro de excelência em saúde integrativa.



Banco de imagens Canva

CONSIDERAÇÕES FINAIS:

A experiência de fundar, gerir e atuar como nutricionista clínica em um centro multiprofissional demonstrou que a integração entre ciência, gestão e humanização pode transformar a prática em saúde. O investimento contínuo em qualificação e inovação, somado à visão colaborativa e centrada no paciente, foi determinante para o crescimento do Centro AMI e para a consolidação da trajetória da nutricionista responsável como referência na cidade de São Luís.

Esse modelo de atuação mostra-se replicável em outros contextos, evidenciando o potencial da liderança do nutricionista na construção de serviços de saúde integrativa de excelência, capazes de promover resultados expressivos e impacto positivo na qualidade de vida da população.



Nutricionista Isis Silva em atendimento nutricional



Nutricionista Isis Silva em atendimento nutricional

A NUTRIÇÃO COMO CUIDADO INTEGRAL: VIVÊNCIAS NA SAÚDE HOSPITALAR E NA ATENÇÃO BÁSICA

Autora: Joana Darque Irani de Oliveira Pascoal.

Município, local de realização e período: Pacatuba–CE;

Início: 11/07/2024. Término: 18/11/2024.



Orientação nutricional em unidade hospitalar.

OBJETIVO DA EXPERIÊNCIA:

Relatar as vivências profissionais em diferentes contextos de atuação da nutrição–hospitalar.

DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA:

1. Atuação na Saúde Hospitalar

Durante o período de atuação em Saúde Hospitalar, foi possível vivenciar a importância da nutrição como parte do processo de recuperação e manutenção da vida. O trabalho foi pautado não apenas na prescrição dietética, mas também no acolhimento humano, no cuidado integral e no olhar atento às necessidades emocionais dos pacientes.

O desafio diário envolvia lidar com pacientes em situação de fragilidade, exigindo não só conhecimento técnico, mas também empatia, escuta ativa e sensibilidade. A cada atendimento, buscava-se oferecer não apenas nutrientes, mas esperança, força de vontade e qualidade de vida.

Apesar da relevância desse trabalho, percebe-se que a atuação do nutricionista hospitalar ainda é pouco valorizada, sendo essencial reforçar sua importância no cuidado multiprofissional.

2. Atuação na Saúde Pública (Postos de Saúde)

Na saúde pública, a realidade é marcada pela carência de recursos e pelo acesso limitado da população a atendimentos especializados. Para muitas pessoas em situação de vulnerabilidade socioeconômica, o posto de saúde e o nutricionista da rede pública representam a única possibilidade de acompanhamento clínico.

Nessa vivência, o nutricionista desempenha um papel fundamental no diagnóstico precoce de doenças crônicas não transmissíveis, como diabetes, hipertensão e obesidade, através da escuta ativa, análise de exames laboratoriais e avaliação nutricional. Além disso, o atendimento vai além da consulta: envolve educação em saúde, orientação alimentar acessível e acompanhamento contínuo, sempre considerando a realidade social e financeira do paciente.

Essa experiência reforça o compromisso do nutricionista em abraçar a causa da saúde coletiva, promovendo não apenas condutas técnicas, mas também acolhimento, clareza e direcionamento para mudanças de hábitos que podem transformar vidas.



Atendimento nutricional individual em unidade hospitalar.

RESULTADOS/IMPACTOS OBSERVADOS:

Melhora da adesão dos pacientes às condutas nutricionais propostas;

Relatos positivos de pacientes e familiares sobre a sensação de acolhimento e cuidado;

Percepção do impacto da nutrição não apenas na recuperação clínica, mas também na motivação e autoestima dos pacientes;

Aumento do acesso da população em situação de vulnerabilidade ao atendimento nutricional;

Diagnóstico precoce de condições como diabetes, hipertensão e obesidade;

Aproximação entre comunidade e serviço de saúde, fortalecendo vínculos de confiança;

Melhoria na adesão ao acompanhamento nutricional, mesmo em condições de baixa renda.



Atendimento nutricional individual em unidade hospitalar.



Atendimento nutricional individual em unidade hospitalar.

CONSIDERAÇÕES FINAIS:

As vivências em saúde hospitalar e saúde pública mostram que o nutricionista exerce um papel essencial em diferentes contextos: no hospital, como parte do processo de recuperação e humanização da saúde; e na atenção básica, como porta de entrada para o diagnóstico e acompanhamento clínico de populações vulneráveis.

Em ambos os cenários, a prática nutricional exige amor, empatia, profissionalismo e compromisso social, indo muito além da prescrição dietética. É essencial que a profissão seja cada vez mais valorizada, pois o nutricionista é peça-chave na promoção da saúde e na melhoria da qualidade de vida.



Atendimento nutricional individual em unidade hospitalar.



Banco de imagens Canva

NUTRIÇÃO EM ESPORTES E EXERCÍCIO FÍSICO





Banco de imagens Canva

NUTRIÇÃO EM ESPORTES E EXERCÍCIO FÍSICO

A Nutrição em Esportes e Exercício Físico é um campo que une ciência, cuidado e movimento. Regulamentada pela Resolução CFN nº 600/2018, essa área reconhece o(a) nutricionista como parte essencial da promoção da saúde, da qualidade de vida e do desempenho físico, seja em atletas de alto rendimento, seja em pessoas que buscam bem-estar em diferentes fases da vida.

Mais do que dietas ou planos alimentares, a atuação nesta área representa cuidado integral. É compreender que a prática de atividade física — em qualquer idade — precisa estar aliada à orientação nutricional adequada, ao acompanhamento próximo e ao incentivo à adoção de hábitos mais saudáveis.

Neste e-book, os relatos selecionados mostram experiências que ultrapassam o campo teórico e se transformam em vivências que tocam a vida das pessoas. Um exemplo é a realização de atividades para idosos, onde a Nutrição se uniu ao Esporte em uma corrida especial, com avaliação nutricional e antropométrica, elaboração de planos alimentares, palestras educativas e acompanhamento multiprofissional, em parceria com educadores físicos.

Essas práticas revelam como a Nutrição em Esportes e Exercício Físico pode ser ferramenta de inclusão, de promoção do envelhecimento saudável e de fortalecimento de vínculos comunitários. São ações que inspiram não apenas pelo impacto imediato, mas pelo legado que deixam na vida dos participantes e pela demonstração de que o(a) nutricionista é protagonista também no incentivo ao movimento e ao cuidado em todas as fases da vida.

Comissão Organizadora E-book CRN-11

Nutricionistas que Transformam

NOCORRE: PROMOÇÃO DA SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA POR MEIO DA NUTRIÇÃO E DA CORRIDA DE IDOSOS EM SITUAÇÃO DE VULNERABILIDADE NO EUSÉBIO – CE

Autora: Carina Espina de Jordão Barros.

Co-autores: Leonardo Lobo (Coordenador Fisioterapia), Felipe Diógenes (Coordenador Educação Física), Sara Beneduce (Diretora Presidente), Anderson Pires (Diretor Operacional) e Miguel Lima (Diretor Financeiro).

Município, local de realização e período: Eusébio–CE. Projeto desenvolvido pelo Instituto Tecnológico e Vocacional Avançado – ITEVA – Período: Novembro de 2024 até o presente.



Corrida em Beberibe- Projeto NoCORRE

OBJETIVO DA EXPERIÊNCIA:

Promover a prática da atividade física e a adoção de hábitos alimentares saudáveis entre idosos em situação de vulnerabilidade social, com foco no estímulo à corrida, visando a melhora da mobilidade, composição corporal, qualidade de vida, autoestima e autonomia funcional.

DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA:

O projeto NOCORRE é uma iniciativa do ITEVA voltada ao público idoso (60+) residente no município do Eusébio – CE, em situação de vulnerabilidade, em parceria com a Prefeitura do Eusébio e instituições privadas. São 320 idosos atendidos em uma proposta que integra educação física, fisioterapia e nutrição, valorizando a interdisciplinaridade no cuidado à saúde. No âmbito nutricional, as ações têm sido estruturadas em múltiplas etapas:

- 1** **Aplicação da Mini Avaliação Nutricional para Idosos (MNA), ferramenta validada que permite identificar riscos nutricionais precocemente.**
- 2** **Realização de anamnese clínica e alimentar, com registro de comorbidades, intolerâncias alimentares e hábitos prévios.**
- 3** **Avaliação antropométrica detalhada: circunferência de braço, cintura, quadril e panturrilha, altura e composição corporal por bioimpedância, possibilitando análise da massa magra e do percentual de gordura.**
- 4** **Elaboração de plano alimentar, levando em consideração as comorbidades de base, condições socioeconômicas e a necessidade de suporte para prática esportiva. Após 2 a 3 meses, é realizada uma segunda avaliação, podendo haver ajustes no plano.**
- 5** **Educação nutricional coletiva, por meio de palestras e oficinas práticas.**

Os desafios enfrentados incluem a adesão inicial de alguns idosos, a necessidade de vencer preconceitos relacionados à corrida nesta faixa etária, e a adequação das orientações alimentares à realidade econômica dos beneficiários.



Corrida Aquiraz- Terra Brasilis – Projeto NoCORRE

RESULTADOS / IMPACTOS OBSERVADOS

Os resultados obtidos até o momento têm superado as expectativas, refletindo impactos em múltiplas dimensões:

NUTRICIONAIS

A aplicação dos questionários de anamnese e da MNA demonstram redução de riscos nutricionais ao longo do acompanhamento, com melhora nos indicadores de ingestão alimentar, hidratação e adequação de micronutrientes. Os idosos demonstram aceitação dos planos alimentares e introdução de hábitos e escolhas nutricionais saudáveis que impactam toda a família.

COMPOSIÇÃO CORPORAL

Parte dos participantes apresentou aumento de massa magra e redução de circunferência abdominal, reforçando o impacto da atividade física associada ao acompanhamento nutricional.

FÍSICOS E FUNCIONAIS

Foi observada melhora significativa da mobilidade e da autonomia funcional, além de relatos de diminuição de dores articulares e maior disposição para atividades do dia a dia. Muitos idosos relataram conseguir caminhar por períodos mais longos sem fadiga.

PSICOLÓGICOS E SOCIAIS

Os idosos relataram maior auto estima, satisfação em participar de eventos esportivos e fortalecimento dos vínculos sociais, fator essencial no enfrentamento da vulnerabilidade. A prática da corrida em grupo trouxe sentimento de pertencimento, superação pessoal e valorização da fase do envelhecimento.

EDUCACIONAIS

As palestras de educação nutricional geraram reflexões e mudanças nos hábitos alimentares.

Esses resultados reforçam o caráter transformador do projeto, tanto no campo da nutrição esportiva quanto na promoção da saúde pública.



Banco de imagens Canva



Participante durante corrida

CONSIDERAÇÕES FINAIS:

O NOCORRE evidencia que a integração entre nutrição, atividade física e fisioterapia pode gerar resultados expressivos e duradouros para idosos em situação de vulnerabilidade. O projeto mostra que o envelhecimento ativo é possível e desejável quando se cria um ambiente de cuidado interdisciplinar, incentivo e inclusão. Mais do que um projeto esportivo, trata-se de uma intervenção social que ressignifica a experiência do envelhecer, promovendo longevidade saudável, autonomia e melhoria da qualidade de vida. O impacto extrapola o indivíduo, alcançando também famílias e comunidade.

Como perspectivas futuras, busca-se ampliar a abrangência do programa, consolidar registros sistematizados de indicadores de saúde, fortalecer parcerias com instituições acadêmicas para pesquisas científicas e atrair apoiadores para garantir a sustentabilidade financeira e expansão da iniciativa.

O NOCORRE pode servir de modelo replicável em outras localidades, demonstrando que, mesmo em contextos de vulnerabilidade, é possível transformar vidas através da ciência, da tecnologia e do cuidado humano.



Acompanhamento nutricional de idoso inscrito no projeto.



Palestra Nutrição para uma Vida Longa e Saudável



Banco de Imagens Canva

NUTRIÇÃO NA CADEIA DE PRODUÇÃO, INDÚSTRIA E COMÉRCIO DE ALIMENTOS





Banco de imagens Canva

NUTRIÇÃO NA CADEIA DE PRODUÇÃO, INDÚSTRIA E COMÉRCIO DE ALIMENTOS

A Nutrição na Cadeia de Produção, Indústria e Comércio de Alimentos é a área que conecta ciência, inovação e responsabilidade social. Prevista na Resolução CFN nº 600/2018, contempla a atuação do(a) nutricionista em todas as etapas que envolvem o alimento — desde o desenvolvimento de produtos até sua chegada ao consumidor — garantindo qualidade nutricional, segurança sanitária e respeito às necessidades específicas da população.

Os relatos apresentados neste e-book evidenciam como os(as) nutricionistas têm atuado de forma criativa e responsável, oferecendo soluções que unem ciência e cuidado. São experiências que mostram o desenvolvimento de preparações adaptadas para pessoas com intolerâncias alimentares, opções pensadas para crianças pequenas ou para indivíduos com condições de saúde que exigem dietas especiais, e a criação de refeições práticas que carregam não apenas nutrientes, mas também a sensação de aconchego e bem-estar.

Esse conjunto de práticas reafirma o papel do(a) nutricionista como protagonista na formulação de alternativas alimentares mais saudáveis, inclusivas e acessíveis. Ao aproximar a ciência da vida real, esses relatos revelam como a Nutrição pode transformar a indústria e o comércio em espaços de cuidado, ampliando as possibilidades de escolha e promovendo saúde em cada detalhe.

Selecionados conforme os critérios do Edital nº 003/2025 do CRN-11, esses relatos revelam a potência da Nutrição em inspirar inovação e oferecer opções que valorizam tanto o sabor quanto a saúde, sempre com o olhar atento e sensível do(a) nutricionista.

PRODUÇÃO E COMERCIALIZAÇÃO DE BOLOS E SALGADOS FUNCIONAIS PARA DIABÉTICOS, INTOLERANTES, ALÉRGICOS, CRIANÇAS MENORES DE 2 ANOS E ADEPTOS DE UMA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

Autora: Christianne Nogueira Holanda Aguiar.

Município, local de realização e período: Teresina-PI, @cakesnutrithe, desde 2021 até o presente.



Banco de imagens Canva

OBJETIVO DA EXPERIÊNCIA:

Desenvolver e comercializar bolos e salgados funcionais adaptados às necessidades de públicos específicos, incluindo pessoas com diabetes, intolerâncias e alergias alimentares, crianças menores de 2 anos e consumidores que buscam uma alimentação saudável e inclusiva, garantindo sabor, segurança e qualidade nutricional.

DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA:

A experiência iniciou-se em 2021, com a produção artesanal de bolos funcionais e, posteriormente, a ampliação para salgados com perfil saudável e inclusivo. A motivação partiu da demanda crescente por alimentos que conciliam prazer, saúde e segurança alimentar, atendendo consumidores que, muitas vezes, se veem limitados em celebrações e refeições sociais devido a restrições alimentares.

A proposta do @cakesnutrithe sempre foi oferecer produtos que não apenas substituíssem ingredientes convencionais, mas que trouxessem novas possibilidades de sabor e textura, tornando as comemorações e o dia a dia mais inclusivos.



Produção artesanal de bolos.

METODOLOGIA:

O processo envolveu pesquisas contínuas de ingredientes alternativos, testes de formulação e adaptação de receitas tradicionais para versões funcionais, sem glúten, sem leite animal e com redução ou substituição do açúcar refinado por frutas secas e ou adoçante saudável.

Foram aplicadas técnicas de manipulação seguras para evitar contaminação cruzada, com seleção rigorosa de fornecedores e controle de qualidade em cada etapa de produção. A elaboração de cardápio variado incluiu desde bolos com recheios de frutas frescas e *chantilly* vegano até salgados assados funcionais, adequados para congelamento e consumo prático.

ESTRATÉGIAS:

A experiência iniciou-se em 2021, com a produção artesanal de bolos funcionais e, posteriormente, a ampliação para salgados com perfil saudável e inclusivo. A motivação partiu da demanda crescente por alimentos que conciliam prazer, saúde e segurança alimentar, atendendo consumidores que, muitas vezes, se veem limitados em celebrações e refeições sociais devido a restrições alimentares.

A proposta do @cakesnutrithe sempre foi oferecer produtos que não apenas substituíssem ingredientes convencionais, mas que trouxessem novas possibilidades de sabor e textura, tornando as comemorações e o dia a dia mais inclusivos.

Produção sob encomenda, permitindo personalização de acordo com restrições individuais.

Divulgação e vendas por meio do Instagram @cakesnutrithe, fortalecendo a conexão direta com os clientes.

Atendimento humanizado, escutando as demandas específicas de cada consumidor.

Parcerias com profissionais de saúde que recomendam os produtos a pacientes com restrições alimentares.

PÚBLICO-ALVO:

- Crianças menores de 2 anos;
- Pessoas com diabetes;
- Indivíduos com intolerâncias e alergias alimentares;
- Famílias que buscam opções saudáveis e inclusivas para celebrações;
- Consumidores adeptos de uma alimentação funcional e equilibrada.

DESAFIOS ENFRENTADOS:

Alto custo de insumos alternativos e funcionais;

Resistência inicial de parte dos consumidores em aceitar preços compatíveis com o valor nutricional e a exclusividade dos produtos;

Necessidade constante de inovação e testes até alcançar receitas estáveis e com boa aceitação;

Gestão de produção artesanal em pequena escala, mantendo padrão de qualidade elevado.



Produção artesanal de bolos.

RESULTADOS/IMPACTOS OBSERVADOS:

Aumento da aceitação e confiança de famílias que antes não tinham alternativas seguras para celebrações e eventos;

Reconhecimento da marca @cakesnutrithe como referência em alimentação inclusiva em Teresina-PI.

Impacto positivo na qualidade de vida dos clientes, que passaram a ter acesso a alimentos seguros, saborosos e funcionais.

Expansão da linha de produtos para incluir salgados funcionais, congelados e práticos, ampliando o alcance do público.

Estímulo à conscientização alimentar, contribuindo para que festas e momentos de confraternização se tornem mais democráticos e saudáveis.

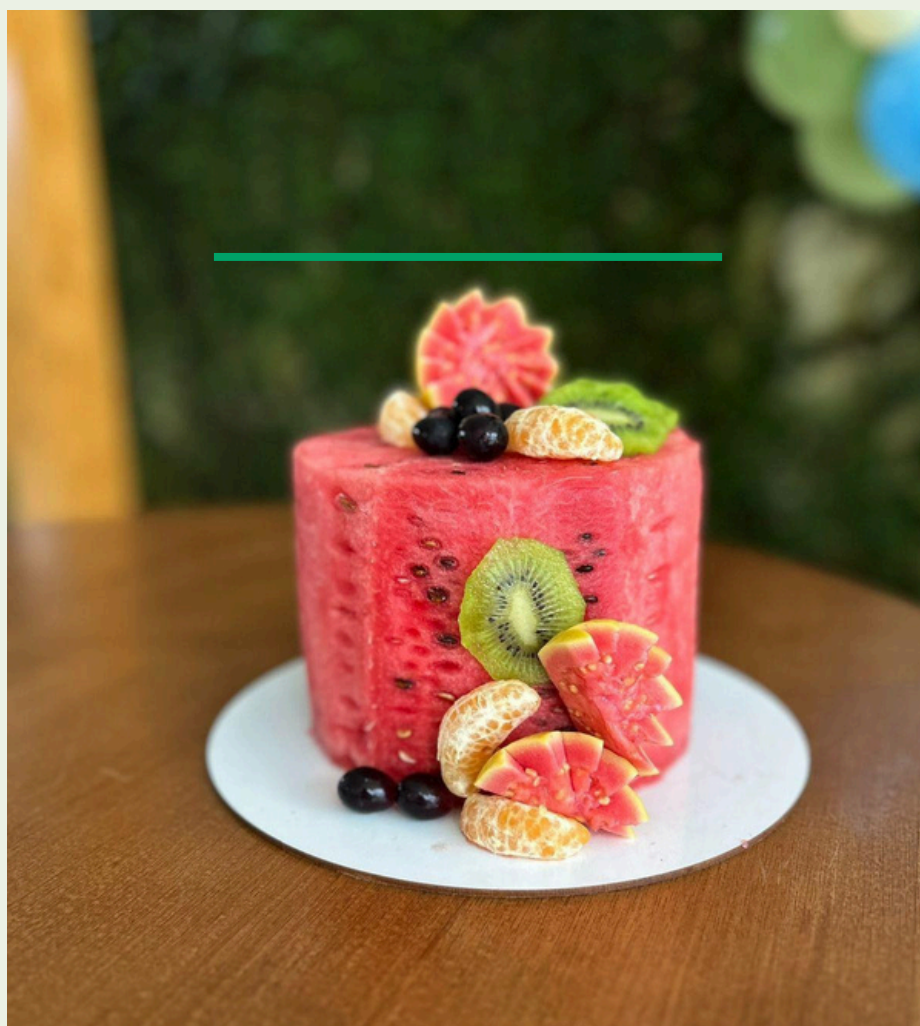


Produção de salgados funcionais.

CONSIDERAÇÕES FINAIS:

A produção e comercialização de bolos e salgados funcionais desde 2021 têm se mostrado uma experiência transformadora, atualmente sou a pioneira e única nutricionista da capital a produzir bolos infantil com recheio de fruta sem açúcar e cobertura de *chantilly* vegano sem açúcar, unindo inovação, empreendedorismo e compromisso com a saúde alimentar.

O trabalho desenvolvido pelo @cakesnutrithe reforça a importância da inclusão alimentar, mostrando que é possível celebrar com prazer e segurança, mesmo diante de restrições. O impacto positivo junto a famílias, crianças e indivíduos com necessidades específicas demonstra que o caminho da alimentação saudável e inclusiva é não apenas viável, mas necessário para promover saúde, qualidade de vida e bem-estar social.



Bolo de frutas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O e-book “Nutricionistas que Transformam e Impactam Vidas” é mais do que uma coletânea de experiências profissionais — é um retrato vivo do compromisso, da sensibilidade e da competência técnica que definem a atuação do nutricionista nos estados do Ceará, Maranhão e Piauí.

Cada relato aqui reunido expressa o poder transformador da Nutrição quando aliada à responsabilidade social, à gestão ética e à prática baseada em evidências. São histórias que revelam o cotidiano de profissionais que, com diferentes olhares e trajetórias, compartilham um mesmo propósito: promover saúde, bem-estar e dignidade por meio da alimentação.

Esta publicação representa também o esforço coletivo do Conselho Regional de Nutrição da 11ª Região em valorizar o fazer profissional e fortalecer a identidade da categoria. O trabalho de seleção, organização e curadoria deste material reafirma o compromisso institucional do CRN-11 em reconhecer, inspirar e difundir práticas que se tornam referência para toda a sociedade.

A todos os nutricionistas que contribuíram com seus relatos — selecionados ou não — o nosso reconhecimento e gratidão. Cada iniciativa recebida demonstra o vigor e a diversidade da Nutrição em nossa região e reafirma que o cuidado com a alimentação é, antes de tudo, um ato de transformação.

Que este e-book sirva de inspiração para novos projetos, parcerias e reflexões sobre o papel essencial do nutricionista na promoção da saúde e na construção de um futuro mais justo e sustentável.



REFERÊNCIAS

ARAÚJO, H. S. P. et al. Ações educativas em saúde com idosos em um centro de convivência: relato de experiência. Revista Saúde Coletiva, v. 11, n. 69, p. 8259-8264, 2021. Disponível em: <https://revistasaudecoletiva.com.br/index.php/saudecoletiva/article/view/1913> Acesso em: 11 set. 2025.

AZEVEDO, M. S. A. O envelhecimento ativo e a qualidade de vida: uma revisão integrativa. 2015. 120 f. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) – Escola Superior de Enfermagem do Porto, Porto, 2015. Disponível em: <https://comum.rcaap.pt/bitstream/10400.26/10776/1/marta%2020%20de%20abril%20-%20tese%20final%20-%20pdf.pdf>. Acesso em: 11 set. 2025.

BRASIL. Avanços e desafios nos 20 anos da Política Nacional de Alimentação e Nutrição. Cadernos de Saúde Pública, Rio de Janeiro, v. 37, supl. 1, e00150220, 2021. Disponível em: <https://scielosp.org/article/csp/2021.v37suppl1/e00150220>. Acesso em: 25 ago. 2025.

BRASIL. Ministério da Educação. Resolução nº 7, de 18 de dezembro de 2018. Dispõe sobre a curricularização da extensão nos cursos de graduação. Brasília, DF: MEC, 2018.

BRASIL. Ministério da Educação; FUNDO NACIONAL DE DESENVOLVIMENTO DA EDUCAÇÃO (FNDE). Manual de apoio para atividades técnicas do nutricionista no âmbito do PNAE. Brasília, DF: FNDE, 2018.

BRASIL. Ministério da Saúde. Guia alimentar para a população brasileira. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS). Brasília: MS, 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saps/pics>. Acesso em: 30 ago. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. *Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS*. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2015. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_praticas_integrativas_complementares_2ed.pdf. Acesso em: 30 ago. 2025.

BUGES, N. M.; PEREIRA, R. J. Fatores que influenciam o processo de doação de leite humano: uma revisão sistemática da literatura. *Revista Contexto & Saúde*, v. 20, n. 38, p. 122-130, 2020.

CASONATO, C. et al. What a waste! Evidence of consumer food waste prevention and its effectiveness. *Sustainable Production and Consumption*, v. 41, p. 305-319, out. 2023.

CECANE-UFRGS. *Manual para aplicação dos testes de aceitabilidade no Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE)*. Brasília, DF: Ministério da Educação; FNDE, 2017.

CONSELHO FEDERAL DE NUTRICIONISTAS (CFN). Resolução CFN nº 679, de 19 de janeiro de 2021. Regulamenta o exercício das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) pelo nutricionista e dá outras providências. Disponível em: <http://sisnormas.cfn.org.br:8081/viewPage.html?id=679>. Acesso em: 29 ago. 2025.

CYRINO, E. G.; TORALLES-PEREIRA, M. L. Trabalhando com estratégias de ensino-aprendizagem por descoberta na área da saúde: a problematização e a aprendizagem baseada em problemas. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 20, n. 3, p. 780-788, 2004.

DAIANE, M. *Papel das emoções na redução do desperdício de alimentos*. *Revista de Administração de Empresas*, v. 64, n. 5, jan. 2024.

FOOD AND AGRICULTURE ORGANIZATION OF THE UNITED NATIONS (FAO); FUNDO INTERNACIONAL DE DESENVOLVIMENTO AGRÍCOLA (FIDA); ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE (OPS); PROGRAMA MUNDIAL DE ALIMENTOS (PMA); FUNDO DAS NAÇÕES UNIDAS PARA A INFÂNCIA (UNICEF). *Panorama regional de la seguridad alimentaria y nutricional – América Latina y el Caribe 2022: hacia una mejor asequibilidad de las dietas saludables*. Santiago do Chile: FAO, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.4060/cc3859es>.

FREIRE, P. *Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa*. São Paulo: Paz e Terra, 1996.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). *Projeção da população do Brasil por sexo e idade para o período 1980-2050: revisão. Metodologia e resultados*. Rio de Janeiro: IBGE, 2012. Disponível em: http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/projecao_da_populacao/metodologia.pdf. Acesso em: 11 set. 2025.

KHALIL, M. et al. Hopefully that's not wasted! The role of hope for reducing food waste. *Journal of Business Research*, v. 147, p. 59-70, ago. 2022.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. *Campanha nacional de doação de leite materno*. Brasília: Secretaria de Atenção Primária à Saúde (SAPS), 2020. Disponível em: <https://aps.saude.gov.br/noticia/8576>.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE (OPAS); ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). *Relatório da ONU: 131 milhões de pessoas na América Latina e no Caribe não têm acesso a uma dieta saudável*. Brasília: OPAS/OMS, 2023. Disponível em: CONSELHO FEDERAL DE NUTRICIONISTAS (CFN). Resolução CFN nº 679, de 19 de janeiro de 2021. Regulamenta o exercício das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) pelo nutricionista e dá outras providências. Disponível em: <http://sisnormas.cfn.org.br:8081/viewPage.html?id=679>. Acesso em: 29 ago. 2025.

PINHEIRO, A. L. B.; OLIVEIRA, M. F. P. L.; ALMEIDA, S. G. Consequências do desmame precoce: uma revisão de literatura. *E-Acadêmica*, v. 3, n. 1, p. 1-19, 2022.

PINTO, R. L. Efetividade de intervenção multicomponente na adesão e aceitabilidade à alimentação escolar: ensaio randomizado de base escolar de múltiplos braços em Sumidouro (RJ). 2022. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Nutrição) – Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2022.

RAMOS, F. P. et al. Educação alimentar e nutricional em escolares: uma revisão de literatura. *Cad. Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 29, n. 11, p. 2147-2161, nov. 2013.

SANTOS, K. L. dos et al. Perdas e desperdícios de alimentos: reflexões sobre o atual cenário brasileiro. *Brazilian Journal of Food Technology*, v. 23, 2020.

SCHOFFEN, L. L.; SANTOS, W. L. A importância dos grupos de convivência para os idosos como instrumento para manutenção da saúde. *Revista Científica Sena Aires*, v. 7, n. 3, p. 160-170, 2018.

SILVA, J. G.; TEIXEIRA, M. L. O.; FERREIRA, M. A. Alimentação e saúde: sentidos atribuídos por adolescentes. *Esc. Anna Nery*, v. 16, n. 1, p. 88-95, 2012. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S1414-81452012000100012>.

SOUZA, K. M.; MARTINS, L. M. D. P.; MOTA, J. S.; PRATA, K. M. S. Oferta de práticas integrativas e complementares na atenção primária. *Cadernos ESP*, ago. 2023.

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA (UFSC). Curso de formação em Auriculoterapia para profissionais de saúde da Atenção Básica: informações gerais. Florianópolis: UFSC, 2025. Disponível em: <https://auriculoterapiasus.ufsc.br>.



Conselho Regional
de Nutrição / 11ª Região