

# Desenvolvimento de um projeto de extensão em uma escola pública de Juiz de Fora: relato de experiência

**Ana Paula Souza Pereira**

Aluna do curso de Nutrição da Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF) e voluntária no projeto de extensão “Ações Voltadas à Prevenção da Obesidade Infantil”.

**Hellen Katianne Gomes Queiroz**

Aluna do curso de Nutrição da UFJF e voluntária no projeto de extensão “Ações Voltadas à Prevenção da Obesidade Infantil”.

**Carlos Alberto Mourão Júnior**

Professor associado do Departamento de Fisiologia da UFJF. Coordenador do projeto de extensão “Ações Voltadas à Prevenção da Obesidade Infantil”.

## Resumo

Este relato, que resulta do projeto de extensão denominado “Ações Voltadas à Prevenção da Obesidade Infantil”, apresenta as dificuldades e experiências de acadêmicas do curso de Nutrição da Universidade Federal de Juiz de Fora durante a realização das atividades em uma escola municipal. As temáticas abordadas visaram trabalhar o incentivo a hábitos de vida saudáveis através de ações educativas, que são uma importante ferramenta nas práticas de combate e prevenção dessa doença, especialmente quando inseridas no ambiente escolar. Ao todo, realizaram-se seis encontros. Em cada um deles foi utilizada uma dinâmica diferente, entre elas, teatro com fantoches, brincadeiras e conversas. Nesse período, foi possível observar a precariedade da educação pública, já que a maior parte dos alunos mal sabia escrever palavras simples. Também houve relatos sobre a difícil rotina que alguns deles levam em casa. Foram encontradas muitas dificuldades durante a realização das atividades, que, por outro lado, contribuíram para a formação profissional de toda a equipe.

**Palavras-chave:** Educação. Obesidade. Crianças.

## Introdução

A obesidade é uma doença crônica que atinge um número cada vez maior de indivíduos ao redor do mundo, tanto em países desenvolvidos quanto nos menos desenvolvidos, e tem por característica o acúmulo excessivo de gordura corporal. Da mesma forma, índices de sobrepeso e obesidade vêm crescendo em todo o Brasil,

especialmente nas últimas décadas, atingindo todas as regiões e acometendo, principalmente, a população de baixa escolaridade e baixa renda (BRASIL, 2014). As consequências desse problema são bastante preocupantes, já que podem ocasionar desde a diminuição da qualidade de vida até a associação a inúmeras doenças, com alterações metabólicas, como a dislipidemia, a hipertensão e a intolerância à glicose, considerados fatores de risco para o diabetes *mellitus* tipo 2, doenças cardiovasculares, entre outras, afetando não só o indivíduo, mas também a população em geral (WHO, 1997).

Tanto na infância quanto em todas as outras fases da vida, o estado nutricional pode ser determinado por fatores intrínsecos, como a genética e, por fatores extrínsecos, como hábitos alimentares, situação econômica e fatores culturais (WEFFORT; LAMOUNIER, 2009).

Os hábitos de vida modernos desempenham grande influência sobre o quadro de sobrepeso e obesidade em que a população se encontra atualmente. O consumo cada vez maior de alimentos processados e ultraprocessados, com adição de açúcar e gordura para torná-los mais atraentes e para aumentar a durabilidade, aliado à redução da prática de atividades físicas, acaba por gerar um desequilíbrio no balanço energético (BRASIL, 2014).

Dessa forma, a promoção da alimentação adequada e saudável, que se constitui de um conjunto de estratégias que visam à melhoria da qualidade de vida e proteção à saúde, tanto no âmbito individual quanto no coletivo, se torna uma importante ferramenta nas práticas de combate e prevenção da obesidade.

A escola desempenha fundamental papel na construção de conhecimentos, o que a torna um ambiente propício para o desenvolvimento de programas de educação em saúde, já que se encontra inserida em todas as dimensões do aprendizado, além de estar envolvida na realidade social e cultural de cada aluno e possibilitar similaridade comunicativa (CASTOLDI; BIAZETTO; FERRAZ, 2010).

## **Objetivo**

O objetivo deste relato é apresentar as experiências e dificuldades enfrentadas no desenvolvimento de um projeto de extensão realizado com crianças de uma escola municipal de Juiz de Fora-MG.

## Metodologia

O projeto de extensão referido foi executado por acadêmicos do curso de Nutrição da Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF).

Para execução do projeto, foi escolhida uma escola situada no Bairro São Pedro, em Juiz de Fora. A instituição conta com cerca de 900 alunos, dos quais participaram 80 crianças do 4º ano, matriculados no ensino fundamental. A proposta teve início em novembro de 2014 e término em abril de 2015.

Antes do início das atividades, foram encaminhadas as propostas em um documento por escrito junto à escola. Foram trabalhados, por meio de abordagens qualitativas, temas relacionados à obesidade e hábitos de vida saudáveis, de maneira lúdica, por meio de brincadeiras, teatro com fantoches, conversas e observação. Através da direção da escola, os pais e responsáveis puderam comparecer a algumas reuniões no intuito de conhecer as atividades executadas com os alunos. Cada encontro foi registrado sob a forma de relatório, em que se avaliou o nível de conhecimento acerca do tema trabalhado.

## Relatos e discussão

Optou-se por trabalhar nessa escola devido à escassez de projetos que abordem o tema da prevenção da obesidade com alunos mais novos pertencentes à rede pública de ensino em Juiz de Fora no Bairro São Pedro, visto que o tema é comumente mais debatido em escolas da região central do município.

Foram realizados seis encontros com as três turmas de 4º ano da escola. Esse número foi menor que o esperado, devido à necessidade da paralisação do projeto. Os encontros aconteceram na sala de teatro, na biblioteca, no pátio de recreação e em sala de aula. O primeiro contato com a escola foi difícil, pois não se conseguia marcar uma reunião com o principal responsável pela escola, muitas vezes sob alegação de haver revezamento entre os três diretores em dias e horários diferentes na semana.

Em sala de aula, durante o primeiro encontro, foi possível perceber como funciona a hierarquia entre professor e aluno, bem como estes se relacionam. A recepção pela professora responsável, que num primeiro momento demonstrou bom controle sobre a turma, foi muito boa. Foi feita a apresentação do projeto aos alunos

e falado sobre a importância de se manter uma alimentação saudável, para só então introduzir a primeira atividade a eles.

A primeira atividade consistiu em conhecer os gostos e preferências dos alunos em relação à alimentação que estes realizam dentro e fora do ambiente escolar e familiar, procurando, dessa forma, estar a par do dia a dia dos estudantes quanto às refeições. Contudo, durante a execução da atividade, a educadora responsável se ausentou de sala, e assim os alunos se dispersaram e alguns deles tumultuaram com brincadeiras, xingamentos entre eles, dificultando a comunicação da equipe com a turma. Assim, não se pôde concluir a atividade de acordo com o planejado pela equipe. O material distribuído foi posteriormente recolhido e analisado. Nos desenhos e durante a aplicação da atividade, foi possível averiguar que a maior parte dos alunos não possui domínio/conhecimento básico da língua portuguesa, já que muitos deles não souberam escrever palavras como “fruta”, “maçã” etc., e precisaram de ajuda da equipe para concluir a atividade, o que deixa evidente a precariedade da educação pública brasileira. Vale ressaltar que os materiais utilizados com as crianças foram disponibilizados pela equipe.

Foram realizadas intervenções dentro e fora da sala de aula. No ambiente externo – pátio de recreação –, apenas um encontro ocorreu. Nesse encontro foi feita uma brincadeira conhecida entre os alunos como “batata quente”, no intuito de tornar a atividade mais dinâmica e envolvente, de modo que os alunos estivessem mais à vontade para responder às perguntas para a equipe. Os alunos mais uma vez foram deixados sem a supervisão do professor. O objetivo primordial foi descobrir a realidade vivenciada dentro e fora de casa, em relação a hábitos e costumes alimentares. Pode-se dizer que esse objetivo foi alcançado e, através desse questionário oral, também foi possível perceber pelas respostas o estilo de vida que alguns alunos enfrentam no ambiente familiar. Dentre esses, tanto meninas quanto meninos de aproximadamente 9 anos afirmaram ficar em casa sozinhos e preparar algumas refeições (geralmente o almoço), sem supervisão de um adulto. Também foram relatadas por alguns alunos a realização de trabalhos domésticos e a responsabilidade de cuidar dos irmãos mais novos.

De todas as reuniões com os escolares, esta foi a mais difícil, pois a equipe ficou à mercê da situação, inteiramente responsável pelos alunos e sem apoio por

parte da professora, mesmo quando solicitada. Alguns alunos ficaram bastante agitados, correndo pelo pátio, e outros se recusaram a participar da atividade.

Devido ao problema de comunicação da equipe com a turma, foi solicitado que algum profissional capacitado pudesse acompanhar as futuras reuniões que seriam posteriormente realizadas.

Os demais encontros sucederam de forma semelhante quanto à participação e colaboração dos corpos discente e docente.

## **Considerações finais**

Com base nas experiências, observou-se que é imprescindível a realização de projetos educativos voltados à rede de ensino público em Juiz de Fora. De acordo com o que foi discutido, pôde-se notar que a realidade da execução do projeto em uma escola pública não ocorreu conforme o planejado, tendo em vista os vários inesperados obstáculos e dificuldades, sobretudo pelo corpo docente. A escola se mostrou disposta e entusiasmada com o projeto, aceitando nossas propostas, mas, em contrapartida, negligenciou suporte quando requerido. Portanto, haja vista o desenvolvimento das atividades, conclui-se que é necessária a participação com mais afinco por parte da equipe escolar, uma vez que não se teve o apoio esperado por parte desta.

## **Development of an extension project in a public school in Juiz de Fora city: experience report**

### **Abstract**

This report, which is the result of an extension project entitled “Actions to Prevent Childhood Obesity”, shows the difficulties and experiences of students of the Nutrition course at the Federal University of Juiz de Fora in carrying out activities in a municipal school. The actions aimed at encouraging healthy living habits through educational activities, which are an important tool in practices to combat and prevent this disease, especially in the school environment. We did six meetings in the school. We performed different strategies, including theater with puppets, jokes and conversations. During this period, we observed the precariousness of public education, since most of the students could hardly write simple words. There were also reports about the difficult routine that some of them live at home. We found many difficulties in carrying out our

Desenvolvimento de um projeto de extensão em uma escola pública de Juiz de Fora: relato de experiência

activities, but, on the other hand, such difficulties contributed to the personal maturation of our team.

**Keywords:** Education. Obesity. Children.

## Referências

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. *Estratégia intersetorial de prevenção e controle da obesidade: recomendações para estados e municípios*. Brasília: MDS, 2014.

CASTOLDI, R.; BIAZETTO, A. C. F.; FERRAZ, D. F. Aplicação de módulo didático com o tema nutrição a alunos do ensino fundamental. *Experiências em Ensino de Ciências*, Cascavel, v. 5, n. 1, p. 89-95, 2010.

WEFFORT, V. R. S.; LAMOUNIER, J. A. *Nutrição em pediatria: da neologia à adolescência*. Barueri: Manole, 2009.

WHO – World Health Organization. *Obesity: preventing and managing the global epidemic*. Report on a WHO Expert Consultation on Obesity. Geneva, 1997.