



XVI Encontro de Extensão Universitária da Universidade Federal de Campina Grande.  
*Os desafios da Extensão Brasileira frente à curricularização e às mudanças paradigmáticas.*  
De 07 a 08 de março de 2023. Cajazeiras, PB – Brasil.

# **UM HOMEM, UMA HISTÓRIA, UMA TRAJETÓRIA, UM CUIDADO PELA VIDA.**

*Max Wilker Evangelista da Silva<sup>1</sup>, Diana Ísis Ribeiro Macêdo<sup>2</sup>, Veruscka Pedrosa Barreto<sup>3</sup>, Nome do Coordenador<sup>4</sup>*  
*[Veruscka.pedrosa@professor.ufcg.edu.br](mailto:Veruscka.pedrosa@professor.ufcg.edu.br) e [barretveruscka@gmail.com](mailto:barretveruscka@gmail.com)*

---

<sup>1,2</sup> Max Wilker Evangelista da Silva; Diana Ísis Ribeiro Macêdo, UFCG, Campus Campina Grande, PB. Brasil.

<sup>3</sup> Veruscka Pedrosa Barreto, <Cargo>, UFCG, Campus Campina Grande, PB. Brasil.

<sup>4</sup> Coordenador/a, <Cargo>, UFCG, Campus Campina Grande, PB. Brasil.

**Resumo:** A extensão enquanto processo formador estabelece por meio de suas práticas pontos de integração e crescimento entre a comunidade e a instituição de ensino. Diante disso, o projeto acima intitulado teve como objetivo principal orientar e promover educação em saúde com o foco nutricional para a população, especialmente do público masculino, promovendo momentos de integração com o público em atendimento no Hospital Universitário Júlio Bandeira (HUJB) na cidade de Cajazeiras-PB. Através de panfletagem, rodas de discussões e utilização de plataformas e mídias digitais, desenvolvendo a proposta de contribuir com a aproximação e permanência dos homens nos serviços de saúde e sob suas práticas de cuidados. Já que os mesmos não mantêm bons cuidados com a saúde como descrito bem na literatura. É válido salientar que o campo principal do trabalho está centrado nos hábitos alimentares e suas repercussões gerais e específicas sobre a saúde do homem. Ademais, tratou-se também de realizar-se de forma a quebrar tabus alimentares e elucidar dúvidas comuns à população.

**Palavras-chaves:** *Educação em Saúde, Hábitos Alimentares, Propriedades Alimentares, Doenças Crônicas.*

## 1. Introdução

A extensão enquanto processo formador estabelece por meio de suas práticas pontos de integração e crescimento entre a comunidade e a instituição de ensino. Diante disso, o projeto de extensão possui como principal objetivo orientar e promover educação em saúde com o foco nutricional para a população, especialmente, masculina, promovendo momentos de integração com o público em atendimento no Hospital Universitário Júlio Bandeira (HUJB), gerando uma maior aproximação entre comunidade e instituição formadora (Universidade Federal de Campina Grande - Cajazeiras-PB). Tratando-se de uma abordagem de saúde, o acesso a boa informação é de grande relevância e de importância cada vez maior, visto que, apesar de ter aumentado com o uso da internet, não é garantidamente eficaz, dissemina tabus e cria inverdades sem base científica quando mal utilizado. A atuação prática e em ambiente de saúde busca ainda a inclusão dos homens, visto que, historicamente, possuem menor aproximação com questões de saúde. Portanto, foram elaborados materiais educativos com linguagem acessível para distribuição à população, estes com foco em questões nutricionais e suas repercussões sobre a saúde do homem. As interações foram realizadas no ambiente do Hospital Universitário Júlio Bandeira, com clientes que aguardavam consultas, com o apoio da coordenação do hospital.

## 2. Ilustrações



Figura 1 – integrantes do projeto junto à população.



Figura 2 - integrantes do projeto apresentam material.



Figura 3 - alunos do projeto distribuindo material.



Figura 4 - discentes do projeto junto a orientadora.

Tabela I – Temáticas abordadas pelo projeto

Meses	Tema abordado
06 e 07 de 2022	Influência da alimentação em processos inflamatórios e anti-inflamatórios, quais alimentos devem ser priorizados para trazer equilíbrio neste aspecto;
08 e 09 de 2022	Balanço energético e déficit calórico, como manejar os macronutrientes para alcançar o peso adequado para a realidade de cada indivíduo;
10 e 11 de 2022	Alimentos funcionais e outras funções na melhora da qualidade e prolongamento da vida.

### 3. Resultados e Discussões

Ao longo do desenvolvimento do projeto os discentes foram capazes de assimilar o procedimento técnico proposto para a promoção de saúde nutricional, nas dimensões teórico-prático, aplicando-o com ética e humanização, visando a qualificação do apoio prestado e garantindo a integralidade da atenção. No projeto, foi possível conhecer os limites precisos de sua atuação e aprender a acessar as fontes de informação sobre saúde e outras áreas de conhecimento conforme demandas surgidas no decorrer dos encontros. A partir do conhecimento da problemática e da estrutura local de assistência à saúde possibilitou conhecer e entender as noções básicas de programação de atividades e também as noções básicas de pesquisa, bem como entender as

ferramentas que possibilitam acompanhar o melhoramento da qualidade de vida da população assistida no decorrer do projeto.

Como descrito na tabela 1, os temas foram trabalhados por um período de dois meses, até que foram apresentados à população.

O tema 1 “Influência da alimentação em processos inflamatórios e anti-inflamatórios, quais alimentos devem ser priorizados para trazer equilíbrio neste aspecto” teve participação de boa quantidade de pessoas, foram impressos 100 exemplares do material e todos foram entregues.

O tema 2 “Balanço energético e déficit calórico, como manejar os macronutrientes para alcançar o peso adequado para a realidade de cada indivíduo” foi o que teve maior interação com a população, visto que este traz muitas dúvidas e possui um fator determinante que aumenta o interesse, a obesidade. Todo o material foi entregue.

O tema 3 “Alimentos funcionais e outras funções na melhora da qualidade e prolongamento da vida” foi, de fato, o que proporcionou um conhecimento menos explorado pela população. Por isso, gerou bastantes dúvidas, estas foram sanadas.

Portanto, os temas possuem interseção e importância equiparável, tornando-os importantes para o conhecimento geral. Em soma, o projeto atendeu mais de 120 pessoas em seis encontros, dois para desenvolvimento de cada tema, utilizando apenas os dois alunos de graduação inscritos no projeto.

### 4. Conclusões

O desenvolvimento do projeto de extensão colaborou para uma prerrogativa já sabida: A maioria dos homens procuram atendimento médico quando estão com o processo da doença instalado por muito tempo. Ademais, percebeu-se no curso das ações desenvolvidas a carência de informações sobre hábitos alimentares saudáveis; nas ações que envolveram a temática balanço energético e déficit calórico, por exemplo, os homens trouxeram diversos questionamentos que foram desde quais alimentos podem ser retirados da dieta aos benefícios dos alimentos ricos em carboidratos; outro fato marcante foi o desenvolvimento das atividades sobre reeducação alimentar, dentro da dinâmica desenvolvida os homens foram capazes de listar que a bebida alcoólica (cerveja) não fazia mal e sim a grande quantidade consumida. Portanto, é notório a importância da extensão no contexto da vida acadêmica, uma vez que o benefício é mútuo: o aluno contribui com a sociedade e esta se beneficia dos conhecimentos repassados de forma mais dinâmica.

### 5. Referências

[1] XV ENCONTRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA DA UFCG: Ações de Extensão no Enfrentamento ao Coronavírus – COVID19. Campina Grande, PB: EDUFCEG, 2021-2022. Anual. Disponível em:

<https://revistas.editora.ufcg.edu.br/index.php/cite/issue/view/5>. Acesso em: 1 dez. 2022

[2] TONELI, Maria Juracy Filgueiras; SOUZA, Marina Gomes Coelho de; MULLER, Rita de C. Flores. Masculinidades e práticas de saúde: retratos da experiência de pesquisa em Florianópolis/SC. **Physis**, Rio de Janeiro , v. 20, n. 3, p. 973-994, 2010 . Available from <[http://old.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-73312010000300015&lng=en&nrm=iso](http://old.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-73312010000300015&lng=en&nrm=iso)>. access on 15 Feb. 2023.

[3] BRESSAN, Josefina; HERMSDORFF, Helen H. M.; ZULET, María Ángeles; MARTÍNEZ, José Alfredo. Impacto hormonal e inflamatório de diferentes composições dietéticas: ênfase em padrões alimentares e fatores dietéticos específicos. **Arquivos Brasileiros de Endocrinologia & Metabologia**, [S.L.], v. 53, n. 5, p. 572-581, jul. 2009. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s0004-27302009000500010>.

[4] GERALDO, Júnia M.; ALFENAS, Rita de C. G.. Papel da dieta na prevenção e no controle da inflamação crônica: evidências atuais. **Arquivos Brasileiros de Endocrinologia & Metabologia**, [S.L.], v. 52, n. 6, p. 951-967, ago. 2008. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s0004-27302008000600006>.

### ***Agradecimentos***

Ao Hospital Universitário Júlio Bandeira, pela colaboração no desenvolvimento das atividades e disponibilidade de tempo e espaço para contato com a população..

À UFCG pela concessão de bolsa(s) por meio da Chamada PROPEX 003/2022 PROBEX/UFCG.