

Promoção da alimentação adequada e saudável nos dois anos de vida: Experiências de um projeto de extensão universitária

Promotion adequate and healthy nutrition in the healthy nutrition in the first two Years of life: Experiences from a university extension Project

Jane de Carlos Santana Capelli

Professora da Universidade Federal do Rio de Janeiro
Orcid ID: <https://orcid.org/0000-0002-8009-3715>
E-mail: jcscapelli@gmail.com

Fernanda Amorim de Moraes Nascimento Braga

Professora da Universidade Federal do Rio de Janeiro
Orcid ID: <https://orcid.org/0000-0001-8792-7682>
E-mail: fernanda.amorim@gmail.com

Maria Fernanda Larcher de Almeida

Professora da Universidade Federal do Rio de Janeiro
Orcid ID: <https://orcid.org/0000-0002-6075-6913>
E-mail: mfernandalarcher@gmail.com

Mônica Feroni de Carvalho

Nutricionista da Universidade Federal do Rio de Janeiro
Orcid ID: <https://orcid.org/0000-0002-9777-3063>
E-mail: mferoni@hotmail.com

Beatriz Grazielle Thomaz Alves

Mestranda em Ciências da Nutrição pela Universidade Federal Fluminense
Orcid ID: <https://orcid.org/0000-0002-8480-2734>
E-mail: beatrizthomaz@id.uff.br



Eduarda Vasconcelos de Souza

Discente de Nutrição da Universidade Federal do Rio de Janeiro

Orcid ID: <https://orcid.org/0000-0002-8819-5943>

E-mail: eduardavasconcelos04@gmail.com

Sâmela Caetano Tavares Braga

Discente de Nutrição da Universidade Federal do Rio de Janeiro

Orcid ID: <https://orcid.org/0000-0001-5563-4658>

E-mail: samelanutriufrj@gmail.com

Verônica Martins Guimarães

Nutricionista e Gestora da Gerência de Alimentação e Nutrição da Secretaria Municipal de Saúde de Macaé

Orcid ID: <https://orcid.org/0009-0005-9744-4971>

E-mail: vmartinsg@hotmail.com

Resumo

Objetivou-se apresentar as experiências de graduandos e docentes no planejamento e na execução das ações educativas sobre alimentação saudável nos dois primeiros anos de vida para diferentes grupos populacionais, desenvolvidas no município de Macaé. Um estudo do tipo relato de experiências foi realizado pelas equipes do projeto IACOL e NESAM, em parceria da Gerência de Alimentação e Nutrição da Secretaria Municipal de Saúde de Macaé em 2022. Três ações educativas foram desenvolvidas: IACOL Convida; Curso de Atualização em Aleitamento Materno e Introdução Alimentar; e Salas de Espera. O "IACOL Convida" teve sete edições entre dezembro de 2021 e dezembro de 2022. Segundo as educadoras, os temas abordados proporcionaram aos participantes maior conhecimento para a vida profissional, além de oferecerem orientações e sugestões para atuarem em situações atípicas. O curso de atualização contou com a participação de 27 profissionais na primeira oferta e 19 na segunda. Houve um consenso de que a carga horária foi insuficiente, e foi um ponto a ser reavaliado em futuras edições. Três "Salas de Espera" foram realizadas com a presença de 28 gestantes, e 29 folders foram distribuídos. Nesse espaço, a troca de saberes permitiu compreender que cada

gestante reage de forma distinta à abordagem do educador e à maneira como expressa suas opiniões e dúvidas. Conclui-se que as ações de educativas podem ser consideradas importantes instrumentos de promoção da alimentação saudável do lactente no contexto da extensão universitária.

Palavras-chave: Alimentação saudável; Aleitamento materno; Promoção da Saúde.

Abstract

This study aims to present the experiences of undergraduate students and teachers in planning and implementing educational activities on healthy eating in the first two years of life for different population groups, developed in the municipality of Macaé. An experience report study was conducted by the IACOL and NESAM project teams, in partnership with the Food and Nutrition Management Department of the Macaé Municipal Health Secretariat in 2022. Three educational actions were developed: IACOL Invites; Refresher Course on Breastfeeding and Food Introduction; and Waiting Rooms. "IACOL Invites" had seven editions between December 2021 and December 2022. According to the educators, the topics covered provided participants with greater knowledge for their professional lives, in addition to offering guidance and suggestions for acting



in atypical situations. The refresher course was attended by 27 professionals in the first edition and 19 in the second. There was a consensus that the workload was insufficient, and this was a point to be reevaluated in future editions. Three “Waiting Rooms” were held with the presence of 28 pregnant women, and 29 folders were distributed. In this space, the exchange of knowledge allowed us to

understand that each pregnant woman reacts differently to the educator’s approach and to the way she expresses her opinions and doubts. It was concluded that educational activities can be considered important tools for promoting healthy infant feeding in the context of university extension.

Keywords: Healthy Diet; Breast Feeding; Health Promotion.

Área de extensão: Saúde

Introdução

O tema alimentação do lactente vêm sendo prioridade no campo das políticas públicas no cenário brasileiro desde o século XX. O primeiro programa na área materno-infantil foi instituído no ano de 1937. No entanto, somente 38 anos depois, com a criação do Programa Nacional de Saúde Materno-Infantil (PNIAM), as ações voltadas para a redução da morbidade e mortalidade da criança e da mulher priorizaram as atividades de incentivo ao aleitamento materno, acontecendo de forma isolada e envolvendo, principalmente, o setor saúde (Brasil, 2011).

No ano de 1992, houve a implantação da Iniciativa Hospital Amigo da Criança no Brasil, com ação do PNIAM e do Grupo de Defesa da Saúde da Criança, e o apoio do Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF) e da Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS), adotando-se os “10 passos para o sucesso do aleitamento materno” (Brasil, 2011).

Nessa perspectiva, pode-se afirmar que as ações voltadas à alimentação no primeiro ano de vida, com ênfase ao aleitamento materno, no campo da alimentação e nutrição das crianças, foram os primeiros marcos da Educação Alimentar e Nutricional (EAN) no Brasil. Na década seguinte, foram elaborados programas, agendas, estratégias etc., observando-se no ano de 2008, o lançamento da Rede Amamenta Brasil (estratégia de promoção, proteção e apoio ao aleitamento materno), com o objetivo principal de contribuir para o



aumento dos índices de aleitamento materno no Brasil (Brasil, 2008, 2009). Em 2010, a publicação da Estratégia Nacional para Alimentação Complementar Saudável (ENPACS), a qual visava fortalecer as ações de apoio e promoção à alimentação complementar no Sistema Único de Saúde (SUS) (Brasil, 2010).

Desde então, esforços da Coordenação Geral de Alimentação e Nutrição (CGAN)/da Secretaria de Atenção Primária/Ministério da Saúde, a partir da Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN) (Brasil, 2013a), têm sido despendidos para que a alimentação da população esteja na agenda dos gestores dos diferentes níveis de atenção à saúde (Bortolini *et al.*, 2021). No ano de 2013, a Rede Amamenta Brasil e a ENPACS foram unificadas por meio da Portaria no 1.920, de 5 de setembro de 2013, que instituiu a Estratégia Amamenta e Alimenta Brasil, considerada um marco decisivo para a consolidação das ações voltadas à promoção da alimentação das crianças menores de dois anos (Brasil, 2013b).

Diversas publicações voltadas às crianças menores de dois anos têm sido elaboradas e disponibilizadas gratuitamente pelo Ministério da Saúde (Brasil, 2012a, 2013b, 2015, 2017). Dentre elas, o Guia Alimentar para crianças brasileiras menores de 2 anos (Brasil, 2019) é a referência atual.

Diante deste cenário, no campo da materno-infantil, o Marco de Referência em EAN para Políticas Públicas (Brasil, 2012b) permitiu que as ações educativas voltadas à alimentação e nutrição fossem norteadas e realizadas por professores, profissionais de saúde, coordenadores de projetos de extensão universitária, dentre outros, de modo a garantir os seus objetivos bem como a sua efetividade. No ano de 2018, a Política Nacional da Criança foi publicada, tendo como Eixo estratégico II, o Aleitamento Materno e a Alimentação Complementar Saudável, uma vez que a alimentação e nutrição adequadas permitirão o pleno crescimento e desenvolvimento de habilidades das crianças com repercussões ao longo das diferentes fases do curso da vida (Brasil, 2018).

No município de Macaé, experiências de ações de extensão universitária voltadas à promoção da alimentação saudável, adequada e oportuna de lactentes vêm sendo realizadas e divulgadas no âmbito da EAN para diferentes públicos, tanto no formato



presencial como formato remoto (iniciada devido a pandemia da COVID-19) e sendo reformuladas diante das necessidades sentidas pelos educadores (integrantes dos projetos de extensão) (Calderoni *et al.*, 2020a).

A interface entre a extensão universitária e as ações de EAN voltadas ao grupo materno-infantil viabiliza, dentre outros aspectos, o diálogo e a troca de saberes sobre a alimentação e nutrição entre a universidade e a sociedade, a formação profissional cidadã, bem como o fortalecimento das políticas públicas (Braga, 2021; Calderoni *et al.*, 2020a).

Neste sentido, o presente estudo visa apresentar as experiências de graduandos e docentes no planejamento e na execução das ações educativas sobre alimentação saudável nos dois primeiros anos de vida para diferentes grupos populacionais, desenvolvidas no município de Macaé.

Percurso metodológico

Realizou-se um estudo do tipo relato de experiências em ações no campo da EAN, realizado pelas equipes do projeto IACOL; o NESAM, sendo compostos por graduandas e docentes dos cursos de Nutrição e Enfermagem (denominadas educadoras); e a Gerência de Alimentação e Nutrição (GAN) de Macaé.

O projeto IACOL é o nome dado ao projeto de extensão universitária “Incentivo à alimentação complementar adequada voltada aos lactentes assistidos na Rede Básica de Saúde do Município de Macaé”, do Centro Multidisciplinar UFRJ-Macaé/Universidade Federal do Rio de Janeiro, o qual, desde 2013, tem realizado ações de EAN nas unidades de saúde visando, dentre outros objetivos, promover a alimentação saudável, adequada e oportuna de crianças menores de dois anos, com ênfase na introdução alimentar de lactentes maiores de seis meses de vida (Calderoni *et al.*, 2020a, 2021).

O projeto IACOL foi elaborado no ano de 2013 e teve as suas duas primeiras bolsas de extensão aprovadas pela Pró Reitoria de Extensão (PR5) no mês de abril do mesmo ano. Ao longo de uma década, desenvolveu ações no campo da educação alimentar e



nutricional no município de Macaé e regiões vizinhas, a convite de nutricionistas de diferentes instituições (pública e filantrópica). O projeto de extensão universitária, a partir de suas ações, permitiu a elaboração de um projeto de pesquisa submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Medicina de Campos dos Goytacazes/RJ, sob CAEE: 30378514.1.0000.5244.

No período da pandemia, entre 2020 e 2021 teve que se reinventar de modo a dar continuidade às suas ações (Calderoni *et al.*, 2020a). Com o retorno ao presencial, a equipe do projeto, com base nas experiências vividas, realizou no ano de 2022 três ações de EAN que trouxeram resultados considerados exitosos por todos os componentes. Além disso, ao longo desses dez anos, a equipe do projeto consolidou parcerias de fundamental importância tanto para as instituições envolvidas como para a população de Macaé, principalmente, com o NESAM e a GAN.

No que tange ao NESAM, o Núcleo, fundado em 2017, dedica-se ao ensino, à pesquisa e à extensão e, está voltado à saúde integral da mulher nos seus cursos e ciclos da vida. Nesse sentido, trabalha a promoção, proteção e apoia o aleitamento materno, pois entende que este é o primeiro passo para uma alimentação adequada e saudável.

A parceria com o projeto IACOL objetiva promover a articulação da saúde e alimentação nos primeiros anos de vida e, juntos, os projetos trabalham diversas ações extensionistas, produção de conteúdo e divulgação científica, além de auxiliar na capacitação e atualização profissional dos agentes de saúde do município de Macaé, sendo esta etapa, em parceria com a GAN.

A GAN é uma repartição pública vinculada à Secretaria Municipal de Saúde de Macaé cujo propósito é o de coordenar as políticas públicas de alimentação e nutrição em todas as fases do curso da vida na Atenção à Saúde de Macaé, com o foco na promoção da saúde e prevenção de doenças relacionadas a alimentação e nutrição. Assim, a equipe composta de nutricionistas e de profissionais técnicos de diferentes áreas como a tecnologia da informação, há o desenvolvimento de diferentes ações a partir das diretrizes estabelecidas na PNAN, visando garantir a segurança alimentar e nutricional, principalmente aqueles em situação de vulnerabilidade social. Dentre os programas,



podem-se destacar: o Programa Municipal de Fórmulas e Leites Especiais, Linhas de Cuidados ao Paciente com Sobrepeso e Obesidade (LCPSO) adulto e infantil, Programa Bolsa Família e Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (Sisvan).

Neste sentido, como o ano de 2022 permitiu o retorno ao presencial, três ações realizadas pela equipe do projeto IACOL em parceria com o NESAM e a GAN serão apresentadas neste estudo, resgatadas a partir das memórias e planejamento das ações elaboradas pelas equipes IACOL e NESAM, que se reuniram em um turno/semana, no mês de abril de 2023. Cabe ressaltar que uma relatora foi definida para consolidar as informações produzidas para leitura, revisão crítica e aprovação final do conteúdo.

As técnicas pedagógicas definidas nas ações desenvolvidas foram aquelas estabelecida no Marco de Referência em Educação Alimentar e Nutricional para Políticas Públicas (Brasil, 2012b), uma vez que as abordagens e os recursos educacionais foram utilizados de modo a garantir a interação dialógica e a reflexão crítica entre educadores e educandos previstos em ações de cunho extensionista (Corrêa, 2007).

Planejamento das ações de extensão universitária

Ação 1 — IACOL Convida

O projeto IACOL realiza ações presenciais voltadas principalmente às gestantes, às puérperas e aos profissionais de saúde, promovendo a alimentação adequada e saudável de lactentes, com ênfase na introdução da alimentação complementar, na Atenção Primária à Saúde de Macaé, desde a sua criação. No entanto, na pandemia da COVID-19, em decorrência do isolamento social, a equipe do projeto teve que se (re)significar (Calderoni *et al.*, 2020a) e, dentre suas propostas, criou uma ação denominada “IACOL Convida” visando aproximar estudantes, profissionais de saúde e comunidade em geral, aos diferentes temas abordados no projeto.



O IACOL convida é o nome dado à reunião aberta, realizada pela equipe do projeto, voltada ao corpo social (docentes, discentes, técnicos), do CM UFRJ-Macaé e à comunidade em geral. A reunião aberta acontece a cada bimestre, toda terceira quarta-feira, entre 18h e 20h, desde dezembro de 2021, no formato remoto. Temas relevantes são apresentados, tendo como convidados, profissionais da área da saúde, principalmente nutricionistas, que trazem a sua experiência no atendimento nutricional individual e coletivo. A definição dos temas é feita no ano anterior pela equipe, há elaboração de um cronograma com o tema e possíveis convidados. O convite é feito com um mês de antecedência à entrevista.

Um membro da equipe é escolhido pelo grupo para fazer o contato com o convidado a partir do tema definido, elaborar junto à coordenadora do projeto o roteiro de entrevista e a mediação da reunião. O roteiro é encaminhado ao entrevistado com quinze dias de antecedência para dar contribuições ao texto como, por exemplo, na formulação da pergunta sobre o tema e como quer ser apresentado. A divulgação é feita pela rede social do projeto (*Instagram*), com um *post* contendo a imagem e informações do convidado, tema, horário, dia e a indicação de ser ofertado no formato remoto. O *link* do formulário de inscrição é divulgado no perfil do Instagram do projeto (@iacol_ufrj). A divulgação é feita com uma semana de antecedência da atividade.

Essa atividade foi planejada ao longo de dois meses (outubro-novembro/2021), e executada no final da pandemia da COVID-19, após a equipe do projeto ter realizado cerca de cinco *Lives* (uma a cada mês/2021) no seu Instagram, com convidados de diferentes áreas da saúde, na forma de um bate-papo descontraído (informal), a partir de um tema definido previamente com o convidado. Em uma reunião de avaliação das *Lives* (final de setembro de 2021), a equipe decidiu, com base nas perguntas elaboradas pelos usuários no *chat* da *Live*, criar uma ação que levasse conhecimentos técnicos e atuais aos diferentes públicos, com foco nos profissionais de saúde e acadêmicos da área da saúde e afins. Isto porque a maioria dos participantes era composta por esse público e suas perguntas mostraram interesse no aprofundamento dos temas mais específicos no campo da alimentação e nutrição materno-infantil.



Dessa forma, a nova ação permitiria ampliar o diálogo e a troca de saberes, mesmo no formato remoto, com um público por meio do *chat* e da abertura da câmera e do áudio para dialogar com o mediador, o convidado e outros participantes. Cabe ressaltar que a reunião seria aberta para todos que tivessem interesse em participar.

Ação 2 — Curso de Atualização em Aleitamento Materno e Introdução Alimentar

A equipe do projeto IACOL planejou e executou um curso de atualização voltado aos enfermeiros da Atenção Primária à Saúde em parceria com o NESAM e a GAN, tendo como temas “Aleitamento Materno” e “Alimentação Complementar de Lactentes”.

O curso intitulou-se “Atualização em aleitamento materno e introdução da alimentação complementar”, teve como público-alvo enfermeiros, denominados educandos, em comemoração a Semana Mundial de Aleitamento Materno/Agosto Dourado de 2022, no formato presencial no turno diurno, totalizando a carga horária de 3h, sendo ministrado para duas turmas, em dias diferentes da semana. Os integrantes do IACOL e do NESAM elaboraram dinâmicas a partir dos temas estabelecidos para estimular a interação dialógica e a troca de experiências com os educandos.

No tocante ao conteúdo do aleitamento materno, a equipe do NESAM utilizou como referência básica o Guia Alimentar para a Crianças Brasileiras Menores de 2 anos, publicado em 2019, pelo Ministério da Saúde (Brasil, 2019). Nesse sentido, os tópicos teóricos do curso priorizaram as recomendações presentes no guia: (1) Amamentação na primeira hora de vida; (2) Amamentação exclusiva até os seis meses de vida; (3) Amamentação complementada até os dois anos ou mais da criança; e (4) Valorização das ações de promoção do aleitamento em todos os serviços de saúde, principalmente na atenção do pré-natal.

A exposição do conteúdo se deu por meio de slides, contudo, durante todo o curso a interação dialógica e troca de experiências foi estimulada entre educadores (discentes e



docentes da Universidade) e educandos (agentes de saúde convidados). De forma complementar, a equipe valorizou e apresentou os novos dados publicados pelo Estudo Nacional de Alimentação e Nutrição Infantil (ENANI - 2019), em relação à prevalência do aleitamento materno. Atualmente, sabe-se que 60,0% das crianças entre zero e quatro meses estão em aleitamento materno exclusivo (AME), enquanto apenas 45,7% delas continuam em AME até seis meses de vida (UFRJ, 2020).

Ademais, a relação do apoio ao aleitamento materno com os benefícios para a saúde da mulher, criança e sociedade foi apresentada como forma de redução da mortalidade infantil. Por fim, abordou-se o aleitamento materno como estratégia para atingir os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS), visto que a amamentação se associa com diversas metas do desenvolvimento sustentável propostas pela Organização das Nações Unidas (ONU), entre elas o fim da pobreza e a proteção do meio ambiente e clima (Braga, 2021).

A equipe do projeto IACOL abordou o tema introdução da alimentação complementar (IAC), utilizando o Guia Alimentar Brasileiro para crianças menores de 2 anos como base teórica, com os seguintes tópicos: (1) Introdução da avaliação nutricional do lactente; (2) O que é e a importância da IAC; (3) Fases do desenvolvimento da alimentação; (4) Características e consistência na introdução alimentar; (5) Grupos alimentares; (6) Quais refeições incluir e exemplo de cardápio para 6 meses, entre 7 e 8 meses e de 9 a 12 meses; (7) Alimentos alergênicos: quando incluir; (8) Quais alimentos não devem fazer parte da IAC; (9) Respeitando os sinais de fome e saciedade; (10) Sinais de fome e saciedade mais comuns nas seguintes faixas etárias: 6 meses, entre 7 e 8 meses; de 9 a 11 meses; entre 1 e 2 anos.

Todo conteúdo foi ministrado por meio de slides e durante a exposição procurou ter a interação dialógica com os cursistas, os envolvendo sempre no conteúdo e trocando experiências. Isso trouxe uma experiência muito rica para todos envolvidos, ter a troca da teoria com a prática. Além dos esclarecimentos de dúvidas, que foi de suma importância para desmitificar muitos mitos que rondam a IAC.

Ao final da aula, o material educativo intitulado “Alimentando o seu bebê: Miniguia com orientações básicas para escolhas alimentares adequadas”, visando apresentar os



conhecimentos atualizados aprofundado sobre a alimentação da criança menor de dois anos, de forma mais acessível à realidade da população e profissionais e saúde do município de Macaé (Calderoni *et al.*, 2020b, p. 7), foi apresentado aos educandos. O miniguia foi validado para orientações de profissionais de saúde é disponibilizado gratuitamente no site da prefeitura de Macaé (Calderoni *et al.*, 2021).

Para finalizar, no curso de atualização, os dois temas foram abordados com exposição no formato de aula de 20 minutos (Aleitamento Materno) e 40 minutos (Alimentação Complementar de Lactentes); uma atividade interativa em formato de *QUIZ* (um formulário contendo 10 afirmativas de verdadeiro ou falso, entregue no início e ao final do curso); e, ao final, troca de saberes e experiências com os profissionais de saúde (denominados educandos). Um total de 10 educadoras participaram do planejamento e oferta do curso.

Ação 3 — Salas de Espera em um Centro de Especialidades Médicas

A sala de espera se constitui em uma importante estratégia no campo da EAN e é comumente realizada em unidades de saúde no âmbito da promoção da saúde e prevenção de doenças (Brasil, 2018; Capelli *et al.*, 2019). Desta forma, a equipe do projeto IACOL planejou, no mês de outubro, uma proposta de ação educativa na sala de espera no setor de pré-natal, de um Centro de Especialidades Médicas em Macaé, na primeira quinzena de novembro de 2022, no turno da tarde; com carga horária que variava de 15 a 60 minutos.

Para a realização das salas de espera, a equipe, previamente treinada, iniciava a abordagem se apresentando às usuárias, explicando o objetivo da atividade. Em seguida, entregava para cada usuária um folder colorido, elaborado e validado, intitulado “Alimentando o seu bebê. Orientações básicas sobre a alimentação complementar do seu bebê: Vamos conhecer?”, cujo tema principal foi “Alimentação do bebê no primeiro ano de vida”, contendo os seguintes tópicos: aleitamento materno e introdução da alimentação complementar.



Após a entrega, cada membro da equipe apresentava o tema discorrido no *folder*, e buscava interagir com as educandas de modo a trocarem conhecimentos e saberem se já conheciam os tópicos apresentados.

Avaliação das ações educativas

Na avaliação das atividades desenvolvidas, oito educadoras (discentes e docentes dos projetos IACOL e NESAM) se reuniram em uma na sala virtual do *Google Meet*. Nesse espaço, a estratégia “roda de conversa” foi adaptada, para facilitar a troca de saberes e experiências entre o coletivo por meio da interação dialógica (Moura; Lima, 2014).

Na reunião, a mediadora (docente do projeto) perguntou às educadoras sobre suas impressões (aspectos positivos e negativos), e quais propostas poderiam sugerir, visando a melhoria das ações. As anotações foram realizadas pela mediadora em um bloco de notas. Ao final, a mediadora consolidou os resultados, leu ao grupo, que concordou com o texto elaborado.

Resultados e discussão

Ação 1 — IACOL Convida

No decorrer de um ano (dezembro de 2021 a 2022), foram realizados sete “IACOL Convida”, tendo a participação de 12 profissionais atuantes na área de materno-infantil de diferentes regiões do país, os quais compartilharam as suas experiências, tanto na prática clínica como na de saúde coletiva. Um total de 483 inscrições foram feitas e 255 educandos acompanharam as reuniões abertas nesse período, tendo os valores mínimo de 28 e o máximo de 43 educandos na sala virtual.



Os temas abordados foram: Seletividade alimentar em crianças com transtorno do espectro autista; Anemia ferropriva em crianças; Atendimento nutricional de crianças com Trissomia 21; Atendimento nutricional de crianças com Alergia à Proteína do Leite de Vaca; A importância do currículo lattes na formação para além da universidade; Sabores e saberes na infância: oficinas culinárias como ferramenta de educação alimentar e nutricional; e, A culinária no cotidiano da criança e da família: fortalecendo laços e saberes.

Segundo as educadoras, os temas proporcionaram aos educandos maior conhecimento da vida profissional, além de orientações e sugestões em como atuar diante das situações atípicas e particulares. Eles puderam, pelo *chat* e com abertura de câmera e vídeo da sala virtual fazer perguntas e interagir ativamente com os convidados.

[...] quando o tema é relevante, o educando abre a câmera e conversa com o entrevistado. [...] a nutricionista era de Rondônia, um outro estado, muito bacana! Não sabia que a nossa ação poderia atingir públicos de outros estados do país. (educadora 1)

A médica do hospital [...] conversou muito com a gente. Ela era participante e interagiu muito com a professora convidada. Pensamos em até convidá-la para um próximo IACOL Convida [...] (educadora 2).

Assim, pode-se considerar positiva a metodologia aplicada, visto que os ambientes virtuais, como as salas remotas, aparecem como alternativa para a construção do conhecimento (Almeida *et al.*, 2007) e foram amplamente utilizados e aprimorados no contexto da pandemia pelo COVID-19 (Tatagiba; Serafim; Tatagiba, 2023).

Ação 2 — Curso de Atualização em Aleitamento Materno e Introdução Alimentar

Na primeira e segunda ofertas, participaram 27 e 19 educandos, respectivamente; em ambos, enfermeiros e nutricionistas. O curso propiciou atualização em aleitamento materno e introdução alimentar, além de reflexões e dicas sobre o tema. Para o tema aleitamento materno, algumas ações e intervenções foram propostas para que estas



fossem trabalhadas com os usuários nas unidades básicas. Ainda, foram sugeridos alguns materiais didáticos produzidos pelo núcleo e disponibilizados por *QR Codes* hospedados no site do NESAM (<https://amorimbragasites.wixsite.com/nesam>), para que estes fossem usados em futuras ações de promoção do aleitamento materno. É importante ressaltar que o uso de materiais educativos (ex.: cartilhas) é acessível e um aliado no processo ensino-aprendizagem e na educação em saúde (Torres; Paula, 2019).

Quanto à exposição sobre a introdução alimentar, as educadoras consideraram proveitosa, observando-se grande interação dialógica e esclarecimentos de dúvidas. As atividades priorizaram o conhecimento referente à alimentação do lactente e aspectos fisiológicos, tal como outras ações, oficinas e minicursos ofertados pelo projeto (Capelli *et al.*, 2018).

No *QUIZ*, realizado no início do curso, antes das exposições realizadas pelas equipes, todos os educandos acertaram as afirmativas sobre AME e cerca 84,0% acertaram sobre IAC. Ao final do curso, o *QUIZ* novamente foi realizado e todos acertaram todas as afirmativas, indicando apreensão do conteúdo ministrado pelos educandos.

De uma forma geral, as educadoras consideraram os temas pertinentes à proposta e atenderam às expectativas. No entanto, foi consenso de que a carga horária foi pequena, sendo um ponto a ser repensado na próxima edição.

[...] foi chato [...] no final, tive que falar mais rápido para dar tempo de abordar todo o conteúdo. Percebi que alguns participantes queriam ficar mais tempo tirando as dúvidas sobre os temas. (educadora 3)

Os educandos solicitaram maior tempo para as trocas de saberes e para os esclarecimentos de dúvidas. Assim, as educadoras verificaram que esse tempo não foi previsto na programação. Assim, indicaram a inclusão de 20 a 30 minutos na programação para elucidar as possíveis dúvidas dos educandos.



Ação 3 — Salas de Espera em um Centro de Especialidades Médicas

Foram realizadas três salas de espera (com duas educandas em cada), com um total de 28 gestantes, sendo 21,4% na primeira sala de espera, 35,7% na segunda e 42,9% na terceira, com distribuição de 29 *folders* no total.

Na primeira sala de espera, as educadoras perceberam pouca interação e dois questionamentos foram feitos por parte das usuárias. Na segunda e terceira salas de espera, a equipe observou maior interação quando comparada com a primeira, e mais questionamentos foram feitos por parte das gestantes.

As dúvidas mais frequentes foram sobre o manejo da mama no aleitamento materno, detectando-se a presença de mitos em relação à composição do leite e preparo da mama. Quanto à introdução alimentar, as dúvidas mais frequentes foram sobre os tipos de alimentos a serem oferecidos, a consistência, a idade da introdução dos alimentos e alimentos potencialmente alergênicos.

As educadoras do projeto IACOL consideram a experiência positiva, uma vez que permitiu a troca de saberes, perceber que cada gestante tem uma reação diferente quanto à abordagem e à forma de apresentar as suas opiniões e dúvidas, sendo necessário, portanto, entender que não se pode determinar/impor o conteúdo a ser apresentado. Para tal, é crucial estar aberta a eventuais situações inusitadas e conduzir de modo a refletir sobre as práticas e quais melhores estratégias seguir com base na realidade existente.

[...] foi muito legal quando a acompanhante da gestante pediu para abrir o QR Code e acessar o 'Miniguia'. Ela ficou interessada em acessar o material virtual e ver o seu conteúdo. [...] fez muitas perguntas e a professora teve que responder [...].
(educadora 4)

As educadoras ressaltaram a importância do docente estar presente nas ações, visto que podem ter dúvidas em responder algumas perguntas realizadas pelos educandos. Pelas experiências, elas relataram que as ações desenvolvidas pelas duas equipes (IACOL e NESAM) têm se consolidado ao longo dos anos no município de Macaé, bem como a parceria entre universidade e o município pelas ações no campo da extensão universitária.



Nessa perspectiva, pode-se considerar que as ações de EAN desenvolvidas no âmbito da extensão universitária oportunizaram importantes trocas de conhecimento, bem como promoveram e permitiram o seu desenvolvimento em diferentes dimensões como, por exemplo, cultural e social (FORPROEX, 2020). Além disso, proporcionaram a interação dialógica entre a sociedade e a universidade, e a produção e divulgação do conhecimento científico.

Considerações finais

A proposta do IACOL Convida foi considerada satisfatória devido a grande participação e interesse do público nos temas abordados, bem como a troca de saberes e experiências entre a equipe, convidados e educandos. O formato remoto do IACOL Convida tem permitido a presença de profissionais convidados de diferentes localidades da região e do país.

As duas ofertas do curso de atualização foram satisfatórias, apresentaram temas de interesse para prática profissional dos educandos. Além disso, os cursos oportunizaram novas experiências às educadoras que agregarão à vida pessoal e futuramente, profissional. No entanto, há necessidade de ampliação na carga horária na programação das próximas edições para, principalmente, as trocas de saberes e esclarecimento de dúvidas.

A realização das salas de espera foi considerada proveitosa para as graduandas, que experimentaram uma ação nova, após o período de distanciamento social. Mesmo tendo pouca interação, a equipe do projeto IACOL entendeu que foi bem recebida pelas usuárias e o objetivo da ação foi atingido.

Logo, as ações de EAN desenvolvidas no âmbito da alimentação e nutrição materno-infantil podem ser consideradas importantes instrumentos de promoção da alimentação saudável do lactente, contribuindo para a formação e atualização tanto de profissionais de saúde como da sociedade.



Contribuições individuais de cada autor na elaboração do trabalho

Os autores contribuíram de forma igual em todas as seções do relato de experiência.

Referências

BORTOLINI, G. A. *et al.* Evolução das ações de nutrição na atenção primária à saúde nos 20 anos da Política Nacional de Alimentação e Nutrição do Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 37, e00152620, 2021. DOI: <http://doi.org/10.1590/0102-311X00152620>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/G6SZVPtwGjmBgmBd7JGX3SR/?lang=pt>. Acesso em: 31 jul. 2025.

BRAGA, F. A. N. Aleitamento materno itinerário na atenção básica: desafios para desenvolvimento sustentável do milênio nas cidades de Macaé, Cabo Frio e São Pedro da Aldeia. *In*: MOSTRA VIRTUAL DE PROJETOS: OBJETIVOS DE DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL PARA O DESENVOLVIMENTO DOS TERRITÓRIOS, 1., 2021, Macaé. **Anais [...]**. Macaé: MOVIP, 2021. Não paginado. Disponível em: <https://conferencias.ufrj.br/index.php/movip/movip2021/paper/view/3608>. Acesso em: 31 jul. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Saúde da criança**: aleitamento materno e alimentação complementar. 2. ed. Brasília, DF: MS, 2015.

BRASIL. Ministério da Saúde. Departamento de Ações Programáticas e Estratégicas, Secretaria de Atenção à Saúde, Ministério da Saúde. **Rede Amamenta Brasil**. Caderno do tutor. Brasília, DF: MS, 2009. PDF. Disponível em: https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/rede_amamenta_brasil_caderno_tutor.pdf Acesso em: 1 ago. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. **ENPACS**: Estratégia Nacional Para Alimentação Complementar Saudável: Caderno do Tutor/Ministério da Saúde, Rede Internacional em Defesa do Direito de Amamentar — IBFAN Brasil. Brasília, DF: MS, 2010. PDF. Disponível em: http://189.28.128.100/nutricao/docs/geral/caderno_do_tutor.pdf. Acesso em: 31 jul. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria nº 2.799 de 18 de novembro de 2008**. Institui, no âmbito do Sistema Único de Saúde - SUS, a Rede Amamenta Brasil. Brasília, DF: MS, 2008. Disponível em: https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2008/prt2799_18_11_2008.html Acesso em: 1 ago. 2025.



BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Área Técnica de Saúde da Criança e Aleitamento Materno. **Gestões e gestores de políticas públicas de atenção à saúde da criança: 70 anos de história**/Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde. Área Técnica de Saúde da Criança e Aleitamento Materno. Brasília, DF: MS, 2011. PDF. Disponível em:

https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/70_anos_historia_saude_crianca.pdf. Acesso em: 31 jul. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. **Saúde da criança: crescimento e desenvolvimento**. Brasília: MS, 2012a. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude_crianca_crescimento_desenvolvimento.pdf Acesso em: 31 jul. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política Nacional de Alimentação e Nutrição**. Brasília, DF: MS, 2013a. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_alimentacao_nutricao.pdf Acesso em: 31 jul. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. **Bases para a discussão da Política Nacional de Promoção, Proteção e Apoio ao Aleitamento Materno**. Brasília, DF: MS, 2017.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. **Política Nacional de Atenção Integral à Saúde da Criança: orientações para implementação**. Brasília, DF: MS, 2018. Disponível em: <https://portaldeboaspraticas.iff.fiocruz.br/wp-content/uploads/2018/07/Política-Nacional-de-Atenção-Integral-à-Saúde-da-Criança-PNAISC-Versão-Eletrônica.pdf>. Acesso em: 31 jul. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Promoção da Saúde. **Guia Alimentar para crianças brasileiras menores de 2 anos**. Brasília, DF: MS, 2019. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_crianças_brasileiras_menores_2_anos.pdf Acesso em: 31 jul. 2025.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. **Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas**. Brasília, DF: MDS: Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, 2012b. Disponível em: https://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/2017/03/marco_EAN.pdf. Acesso em: 31 jul. 2025.

BRASIL. Portaria nº 1.920, de 5 de setembro de 2013. Institui a Estratégia Nacional para Promoção do Aleitamento Materno e Alimentação Complementar Saudável no Sistema Único de Saúde (SUS) — Estratégia Amamenta e Alimenta Brasil. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, n. 173, 6 set. 2013b. Seção 1, p. 64. Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2013/prt1920_05_09_2013.html. Acesso em: 4 abr. 2023. Acesso em: 31 jul. 2025.



CALDERONI, T. L. *et al.* **Alimentando o seu bebê**: miniguia com orientações básicas para escolhas alimentares adequadas. Macaé: Observatório da Cidade de Macaé, 2020b. PDF. Disponível em: https://macae.rj.gov.br/midia/uploads/Miniguia%20para%20publicação_.pdf. Acesso em: 31 jul. 2025.

CALDERONI, T. L. *et al.* Construção e validação de um material educativo como estratégia de promoção da alimentação adequada e saudável na Atenção Básica. **Demetra**, Rio de Janeiro, v. 16, e58489, 2021. DOI: <https://doi.org/10.12957/demetra.2021.58489>. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/demetra/article/view/58489>. Acesso em: 31 jul. 2025.

CALDERONI, T. L. *et al.* O uso do Instagram para divulgação das informações de um projeto de extensão sobre alimentação e nutrição de crianças menores de dois anos: o antes e durante a COVID-19. **Raízes e Rumos**, Rio de Janeiro, v. 8, n. 2, p. 314-324, 2020a.

CAPELLI, J. de C. S. C. *et al.* Ações de promoção da alimentação saudável no primeiro ano de vida em Macaé. **RASBRAN**: Revista da Associação Brasileira de Nutrição, São Paulo, v. 9, n. 2, p. 9-16, 2018. Disponível em: <https://www.rasbran.com.br/rasbran/article/view/793>. Acesso em: 1 ago. 2025.

CAPELLI, J. de C. S. *et al.* Diálogos sobre alimentação no primeiro ano de vida: proposta de oficina educativa como estratégia de incentivo a alimentação saudável. **Demetra**, Rio de Janeiro, v. 14, e43384, 2019. DOI: <https://doi.org/10.12957/DEMETRA.2019.43384>. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/demetra/article/view/43384/31312>. Acesso em: 1 ago. 2025.

CORRÊA, E. J. (org.). **Extensão Universitária**: organização e conceituação. Belo Horizonte: Coopmed, 2007. PDF. Disponível em: <https://www.ufmg.br/proex/renex/images/documentos/Organizacao-e-Sistematizacao.pdf>. Acesso em: 1 ago. 2025.

FÓRUM DE PRÓ-REITORES DAS INSTITUIÇÕES PÚBLICAS DE EDUCAÇÃO SUPERIOR BRASILEIRAS. **Política Nacional de Extensão Universitária**. Manaus: FORPROEX, 2020. PDF. Disponível em: <https://proex.ufsc.br/files/2016/04/Política-Nacional-de-Extensão-Universitária-e-book.pdf>. Acesso em: 1 ago. 2025.

MOURA, A. B. F.; LIMA, M. da G. S. B. A reinvenção da roda: roda de conversa, um instrumento metodológico possível. **Interfaces da Educação**, Paranaíba, v. 5, n. 15, p. 24-35, 2014. Disponível em: <https://periodicosonline.uems.br/interfaces/article/view/448>. Acesso em: 1 ago. 2025.

TATAGIBA, L. de S.; SERAFIM, A. R. S.; TATAGIBA, J. de S. Ambientes virtuais de aprendizagem em tempos de pandemia: diferentes experiências. **Revista Educação Pública**, Rio de Janeiro, v. 23, n. 11, p. 1-16, 2023. Disponível em: <https://educacaopublica.cecierj.edu.br/artigos/23/11/ambientes-virtuais-de-aprendizagem-em-tempos-de-pandemia-diferentes-experiencias>. Acesso em: 1 ago. 2025.



TORRES, H. de C.; PAULA, D. V. de. Avaliação da cartilha para orientação da prática do autocuidado em Diabetes Mellitus. **Revista de Enfermagem UERJ**, Rio de Janeiro, v. 27, e7722, 2019. DOI: <http://doi.org/10.12957/reuerj.2019.7722>. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/enfermagemuerj/article/view/7722>. Acesso em: 1 ago. 2025.

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO. Estudo Nacional de Alimentação e Nutrição Infantil. **Edições da Pesquisa ENANI-2019**: Resultados. ENANI, Rio de Janeiro, 2020. Não paginado. Disponível em: <https://enani.nutricao.ufrj.br/enani-2019/>. Acesso em: 1 ago. 2025.