

COMPILADO DE RELATÓRIOS DE EXTENSÃO CURRICULAR (PIEPE)

MEDICINA AFYA UNIGRANRIO | DUQUE DE CAXIAS | 2025.2



PRÁTICAS INTERDISCIPLINARES DE
EXTENSÃO, PESQUISA E ENSINO
UNIGRANRIO - DUQUE DE CAXIAS

Editorial

A Extensão em Ação – Relatos de Impacto em 2025.2

É com imensa satisfação que apresentamos este consolidado dos relatórios de projetos de extensão, fruto do esforço e dedicação dos acadêmicos do curso de Medicina da **Universidade do Grande Rio (Afya UNIGRANRIO - Duque de Caxias)**, no âmbito da disciplina **Práticas Interdisciplinares de Extensão, Pesquisa e Ensino (PIEPE)**, durante o semestre de **2025.2**.

Este volume não é apenas uma compilação burocrática; ele representa a materialização do nosso compromisso com a sociedade, um espelho das múltiplas realidades com as quais a medicina se depara e a prova viva da indissociabilidade entre ensino, pesquisa e extensão. A extensão universitária, neste contexto, transcende a sala de aula e os laboratórios, tornando-se o **laboratório vivo** onde o conhecimento é aplicado, validado e transformado em ações que geram impacto social direto e significativo na comunidade de Duque de Caxias e arredores.

Os projetos aqui detalhados refletem uma abordagem holística e interprofissional da saúde, abrangendo desde a promoção da saúde e prevenção de doenças em grupos específicos até a educação em saúde e o enfrentamento de desafios sanitários locais. Cada iniciativa demonstrou a capacidade dos nossos futuros médicos de:

- **Identificar necessidades:** Olhar para além da clínica, reconhecendo os determinantes sociais da saúde.
- **Planejar e Executar:** Desenvolver soluções criativas e sustentáveis em cenários de recursos limitados.
- **Promover o Diálogo:** Atuar em parceria com a comunidade, valorizando o saber popular e construindo o conhecimento de forma colaborativa.

Os relatórios evidenciam não apenas os resultados alcançados – as vidas tocadas, o conhecimento compartilhado e as melhorias introduzidas – mas também o processo de **amadurecimento acadêmico e pessoal** dos estudantes. A extensão oferece uma perspectiva única sobre a futura prática médica, pautada na ética, na humanização do cuidado e na responsabilidade social.

Agradecimentos e Reconhecimento

Gostaríamos de expressar nossa profunda gratidão e reconhecimento aos **Professores da Disciplina** que, com sua experiência e orientação dedicada, foram os pilares para a concretização destes projetos. Sua mentoria foi fundamental para guiar os alunos no rigor metodológico da pesquisa-ação e na sensibilidade necessária para o trabalho comunitário.

Editorial

Da mesma forma, o sucesso de cada projeto é inseparável da **acolhida e participação ativa da comunidade**. A troca de experiências e a confiança depositada em nossos acadêmicos e na instituição são o maior incentivo para continuarmos trilhando este caminho.

Este compilado é, portanto, um convite à reflexão sobre o papel transformador da universidade e um testemunho da excelência e do engajamento do Curso de Medicina da Afya UNIGRANRIO. Que os resultados e as lições aprendidas em **2025.2** inspirem os próximos semestres e reforcem o nosso compromisso inabalável com a formação médica de qualidade, alinhada às necessidades de saúde do nosso povo.

**Coordenação e Corpo Docente da Disciplina PIEPE Curso de Medicina -
Afya UNIGRANRIO (Duque de Caxias)**

Expendiente

Universidade Grande Rio (Afya Unigranrio)

Campus: Duque de Caxias

Curso de Medicina

Reitor: Prof. Gustavo Meirelles

Vice-Reitor: Felipe Vargas dos Santos Victor

Pró-Reitora Acadêmica: Profa. Renata Weiss

Coordenador do Curso de Medicina: Prof. Ricardo José de Souza

Coordenador Adjunto do Curso de Medicina: Prof. Daniel Pereira Reynaldo

Especialista do Eixo disciplinar PIEPE: Prof. Angélica Dutra de Oliveira

Diagramação / Layout: Prof. Angélica Dutra de Oliveira

Imagem da Capa: Setor de Marketing – Unigranrio – Duque de Caxias

Organizadores do Dossiê: Prof. Angélica Dutra de Oliveira

PROFESSORES ORIENTADORES

Prof. Carlos José Ferreira da Silva

Prof. Fabrício da Mota Ramalho Costa

Profa. Eduarda Martins de Faria

Profa. Flávia Alves da Costa

Profa. Leila Maria Chevitarese de Oliveira

Profa. Maria Helena Duraes Alves Monteiro

Profa. Nadja de Carvalho Moreira de Oliveira

Profa. Ritiele Bastos de Souza

Profa. Suzana Curtinhas da Cunha

RELATÓRIO DE ATIVIDADES EXTENSÃO

TÍTULO DO PROJETO

**SOLUÇÕES CASEIRAS E SUSTENTÁVEIS PARA A PROMOÇÃO DE SAÚDE:
DIFUSORES AROMÁTICOS COM AÇÃO REPELENTE**

COORDENADOR DA ATIVIDADE

Professora Ritiele Bastos de Souza

PERÍODO DE REALIZAÇÃO DA ATIVIDADE

Novembro de 2025

QUANTIDADE DE ALUNOS ENVOLVIDOS

Equipe formada por 9 alunos do terceiro período de Medicina.

QUANTIDADE DE PESSOAS ALCANÇADAS

Aproximadamente 15 pessoas vinculadas à Unidade Básica de Saúde (UBS) Parque Esperança, entre adultos de 20 a 65 anos.

OBJETIVO DA ATIVIDADE

O projeto tem como objetivo desenvolver uma intervenção comunitária voltada à educação socioambiental e à promoção da saúde coletiva, por meio da produção de difusores aromáticos com ação repelente, utilizando materiais recicláveis e insumos orgânicos reaproveitados.

ATIVIDADES DESENVOLVIDAS NO PERÍODO

O projeto foi conduzido no bairro Jardim Vila Nova, na comunidade do Parque Esperança, em Duque de Caxias (RJ), com abordagem qualitativa baseada na educação popular em saúde e na observação participante. A intervenção ocorreu na primeira quinzena de novembro de 2025 e foi desenvolvida por acadêmicos de Medicina, com foco na promoção da saúde coletiva e na sustentabilidade ambiental.

A ação foi organizada em quatro etapas: a primeira consistiu em uma roda de conversa sobre arboviroses, descarte de resíduos e acúmulo de água parada, seguida de uma breve exposição sobre o tema. Na sequência, ocorreu a distribuição dos difusores aromáticos repelentes e dos materiais informativos. Por fim, realizou-se a avaliação da atividade com os participantes. Para o registro das informações, utilizaram-se observação direta, diário de campo e entrevistas semiestruturadas.

RESULTADOS

Com base no relato dos estudantes e nos registros produzidos durante a ação, foi possível observar que a intervenção alcançou aproximadamente 15 participantes vinculados à UBS Parque Esperança. As atividades propostas foram bem recebidas, especialmente a roda de conversa inicial,

que permitiu identificar a compreensão prévia da comunidade sobre a relação entre descarte inadequado de resíduos e proliferação de vetores. Os participantes demonstraram interesse pelo tema e relataram reconhecer a importância de pequenas ações de prevenção no cotidiano.

A distribuição dos difusores aromáticos com ação repelente e dos materiais informativos funcionou como um complemento à atividade educativa, reforçando os conteúdos abordados. De acordo com os relatos, a comunidade mostrou-se receptiva às práticas de reaproveitamento de materiais e alguns participantes mencionaram a intenção de reproduzir em casa a técnica apresentada, o que indica potencial de continuidade das ações.

ANEXOS



Figura 1 - Produção dos difusores aromáticos com ação repelente, confeccionados pelos acadêmicos utilizando materiais recicláveis e insumos naturais.



Figura 2 - Folder explicativo produzido pelos estudantes contendo orientações sobre a preparação dos difusores aromáticos repelentes e dicas de uso sustentável dos materiais.



Figura 3 - Difusores aromáticos com efeito repelente, utilizando materiais recicláveis e insumos naturais reaproveitados.

RELATÓRIO DE ATIVIDADES EXTENSÃO

TÍTULO DO PROJETO

ALIMENTAÇÃO, DESENVOLVIMENTO E DESIGUALDADE: O PAPEL DA NUTRIÇÃO INFANTIL NO COMBATE A FOME OCULTA

COORDENADOR DA ATIVIDADE

FLAVIA ALVES DA COSTA

PERÍODO DE REALIZAÇÃO DA ATIVIDADE

2025.2

QUANTIDADE DE ALUNOS ENVOLVIDOS

13

QUANTIDADE DE PESSOAS ALCANÇADAS

10

OBJETIVO DA ATIVIDADE

Promover uma alimentação saudável entre os jovens

ATIVIDADES DESENVOLVIDAS NO PERÍODO

Ao longo do projeto, nosso grupo realizou ações educativas na UBS, incluindo uma palestra sobre alimentação saudável para crianças e a distribuição de frutas. Essas atividades tiveram impacto positivo na comunidade, promovendo conscientização sobre hábitos alimentares e incentivando escolhas mais saudáveis desde a infância. Observamos que a experiência prática possibilitou aplicar conteúdos teóricos aprendidos em sala, como princípios de promoção da saúde, comunicação em saúde e abordagem pedagógica, fortalecendo a compreensão do papel do médico na prevenção e educação em saúde. Durante o desenvolvimento das ações, enfrentamos desafios como engajar o público infantil de forma lúdica e organizar tarefas entre os integrantes, mas conseguimos superá-los por meio de planejamento conjunto, divisão de responsabilidades e criatividade nas dinâmicas. A interação com a comunidade evidenciou a relevância das atividades extensionistas, caracterizadas pela aproximação entre ensino, serviço e população, consolidando o eixo do IESC. Essa vivência contribuiu para o desenvolvimento de competências essenciais, como comunicação, trabalho em equipe, empatia e responsabilidade social, além de mostrar como as atividades extensionistas complementam projetos teóricos e de outra disciplina, fortalecendo uma visão integrada e mais completa sobre a prática médica e o cuidado com a saúde da população.

RESULTADOS


O presente estudo aborda a importância da nutrição infantil na promoção da saúde, do desenvolvimento humano e

na redução das desigualdades sociais, com ênfase no combate à fome oculta, condição caracterizada pela deficiência de micronutrientes, mesmo diante de uma ingestão calórica aparentemente adequada. O projeto buscou investigar a influência de uma alimentação equilibrada no crescimento saudável de crianças nos primeiros anos de vida, em consonância com o Objetivo de Desenvolvimento Sustentável 2 (ODS 2) da Agenda 2030 da ONU. Para isso, foram aplicados questionários aos responsáveis a fim de identificar hábitos alimentares no ambiente familiar, além de atividades educativas e lúdicas na sala de espera de uma Unidade Básica de Saúde em dia de atendimento pediátrico, voltadas à valorização de frutas e alimentos naturais. Espera-se que tais ações contribuam para despertar o interesse infantil por alimentos nutritivos, promover mudanças positivas no comportamento alimentar das famílias e fortalecer a conscientização comunitária sobre a importância da segurança alimentar e nutricional. A iniciativa reforça o papel da educação alimentar como estratégia essencial na construção de sociedades mais equitativas e sustentáveis. Palavras-Chaves: Nutrição infantil. Fome oculta. Segurança alimentar.

ANEXOS



Duque de Caxias - RJ 28 de Novembro de 2025

 Documento assinado digitalmente
FLÁVIA ALVES DA COSTA
Data: 20/11/2025 22:05:28 -0300
Url: https://trf4.jus.br/portal/assinatura

Nome/Assinatura:
Coordenador da
Atividade

RELATÓRIO DE ATIVIDADES EXTENSÃO

TÍTULO DO PROJETO
DO BERÇO AO PRATO: ORIENTAÇÃO NUTRICIONAL PARA OS PRIMEIROS MIL DIAS

COORDENADOR DA ATIVIDADE
FLAVIA ALVES DA COSTA

PERÍODO DE REALIZAÇÃO DA ATIVIDADE
2025.2

QUANTIDADE DE ALUNOS ENVOLVIDOS
08

QUANTIDADE DE PESSOAS ALCANÇADAS
100

OBJETIVO DA ATIVIDADE
Promover a educação nutricional para gestantes, nutrízes e responsáveis, conscientizando-os sobre a importância da alimentação adequada nos primeiros mil dias de vida, a fim de favorecer o crescimento e desenvolvimento saudável da criança.

ATIVIDADES DESENVOLVIDAS NO PERÍODO
Durante o eixo de PIEPE, nosso grupo pôde perceber como o conhecimento teórico se conecta com a prática em saúde na UBS. Apesar de a aplicação do projeto "Do Berço ao Prato" ainda não ter ocorrido, o planejamento das oficinas, a elaboração de materiais educativos e a articulação com a comunidade nos permitiram compreender a importância de adequar as ações à realidade local, garantindo relevância e impacto. As atividades possibilitaram desenvolver competências essenciais, como comunicação clara, trabalho em equipe, organização e integração de conhecimentos científicos com soluções práticas. Também nos mostraram a importância da interdisciplinaridade e da colaboração entre diferentes projetos de extensão para ampliar a eficácia das ações de promoção da saúde. Os principais desafios envolveram alinhar tarefas, transformar conceitos complexos em materiais acessíveis e conciliar diferentes perspectivas do grupo. Superamos essas dificuldades por meio do diálogo, da divisão de responsabilidades e da cooperação contínua. Essa experiência reforçou a compreensão de que PIEPE integra ensino, serviço e comunidade, preparando-nos para atuar de forma preventiva, ética e efetiva na promoção da saúde e consolidando nossa formação como futuros médicos comprometidos com a atenção integral à população

RESULTADOS
O projeto implementou uma abordagem educativa interativa, que incluiu demonstrações práticas de receitas saudáveis, dinâmicas participativas com os responsáveis presentes na Unidade de Saúde e momentos de integração com a equipe multiprofissional. Essas estratégias promoveram maior

engajamento do público, facilitaram a troca de saberes e fortaleceram a efetividade das ações educativas, contribuindo para a construção de práticas alimentares mais conscientes nos primeiros 1000 dias de vida

ANEXOS



Duque de Caxias - RJ 28 de Novembro de 2025.

gov.br
Inscrição estadual - RFB/RS-16
FLÁVIA ALVES DE COSTA
CPF: 50.111.780-21/04-91.0000
inscricao-est/RS/inscricao-est.gov.br

Nome/Assinatura:
Coordenador da
Atividade

RELATÓRIO DE ATIVIDADES EXTENSÃO

TÍTULO DO PROJETO

Nutrir para prevenir: Aproveitamento integral dos alimentos para prevenção da fome oculta

COORDENADOR DA ATIVIDADE

FLAVIA ALVES DA COSTA

PERÍODO DE REALIZAÇÃO DA ATIVIDADE

2025.2

QUANTIDADE DE ALUNOS ENVOLVIDOS

09

QUANTIDADE DE PESSOAS ALCANÇADAS

36

OBJETIVO DA ATIVIDADE

Promover hábitos alimentares sustentáveis e saudáveis por meio do aproveitamento integral dos alimentos, reduzindo o desperdício e contribuindo para a melhoria da qualidade de vida e da segurança alimentar da comunidade

ATIVIDADES DESENVOLVIDAS NO PERÍODO

Foram realizadas ações educativas e práticas demonstrativas voltadas ao aproveitamento integral dos alimentos, com o objetivo de promover hábitos alimentares sustentáveis e reduzir o desperdício. As atividades ocorreram em um espaço comunitário vinculado à Unidade de Saúde local e contaram com explicações expositivas, degustações de receitas elaboradas com partes usualmente descartadas (como cascas, talos e sementes) e distribuição de panfletos informativos sobre o valor nutricional desses alimentos

RESULTADOS

O projeto beneficiou 36 participantes, sendo 24 mulheres e 12 homens, com idades entre 18 e 67 anos. A média de idade foi de 38 anos, mediana de 37 e moda de 34. A maioria possuía ensino médio e vivia em união estável. Todos participaram da oficina teórica, 32 estiveram presentes na prática e todos receberam panfletos educativos. Foram realizadas duas oficinas e degustadas três receitas. A satisfação geral foi alta, indicando boa aceitação e engajamento nas atividades. O projeto "Nutrir para Prevenir" apresentou contribuições inovadoras e de grande relevância social ao introduzir práticas sustentáveis e acessíveis de aproveitamento integral dos alimentos junto à comunidade do Bairro Parque Felicidade, em Duque de Caxias - RJ. A iniciativa destacou-se por unir educação nutricional, sustentabilidade ambiental e inclusão social.

demonstrando que o combate à fome oculta pode ser viabilizado por meio de ações simples e replicáveis no cotidiano

ANEXOS



<p>Bolo de casaca de banana</p> <p>Ingredientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> 1 xícara de leite condensado sem adição de açúcar 1 xícara de óleo 2 xícaras de açúcar 2 xícaras de farinha de trigo 1 colher de fermento em pó 2 colheres de Sésame de torra <p>Modo de preparo:</p> <p>1. Bata o leite condensado com o óleo e o açúcar no liquidificador até ficar homogêneo.</p> <p>2. Acrescente a farinha de trigo e o fermento em pó e bata novamente até ficar homogêneo.</p> <p>3. Acrescente o sésame de torra e bata novamente até ficar homogêneo.</p> <p>4. Coloque a massa em uma forma untada e leve ao forno por 30 minutos.</p>	<p>Doação de legumes</p> <p>Ingredientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> 1 kg de batata-doce 1 kg de abóbora 1 kg de milho 1 kg de feijão 1 kg de arroz 1 kg de macarrão <p>Modo de preparo:</p> <p>1. Lave os legumes e verduras.</p> <p>2. Corte os legumes e verduras em pedaços pequenos.</p> <p>3. Coloque os legumes e verduras em uma sacola de plástico e leve ao freezer.</p> <p>4. Quando necessário, retire os legumes e verduras do freezer e use no preparo de pratos.</p>	<p>Brigadeiro com sementes de abóbora</p> <p>Ingredientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> 1 xícara de leite condensado 1 xícara de óleo 2 xícaras de açúcar 1 xícara de farinha de trigo 1 colher de fermento em pó 1 xícara de sementes de abóbora <p>Modo de preparo:</p> <p>1. Bata o leite condensado com o óleo e o açúcar no liquidificador até ficar homogêneo.</p> <p>2. Acrescente a farinha de trigo e o fermento em pó e bata novamente até ficar homogêneo.</p> <p>3. Acrescente as sementes de abóbora e bata novamente até ficar homogêneo.</p> <p>4. Coloque a massa em uma forma untada e leve ao forno por 30 minutos.</p>
<p>Aproveitamento integral dos alimentos</p> <p>Ingredientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> 1 xícara de leite condensado 1 xícara de óleo 2 xícaras de açúcar 2 xícaras de farinha de trigo 1 colher de fermento em pó 1 xícara de sementes de abóbora <p>Modo de preparo:</p> <p>1. Bata o leite condensado com o óleo e o açúcar no liquidificador até ficar homogêneo.</p> <p>2. Acrescente a farinha de trigo e o fermento em pó e bata novamente até ficar homogêneo.</p> <p>3. Acrescente as sementes de abóbora e bata novamente até ficar homogêneo.</p> <p>4. Coloque a massa em uma forma untada e leve ao forno por 30 minutos.</p>	<p>QR Code</p> <p>QR Code linking to the content.</p>	<p>NUTRIR PARA PREVENIR</p> <p>Ingredientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> 1 xícara de leite condensado 1 xícara de óleo 2 xícaras de açúcar 2 xícaras de farinha de trigo 1 colher de fermento em pó 1 xícara de sementes de abóbora <p>Modo de preparo:</p> <p>1. Bata o leite condensado com o óleo e o açúcar no liquidificador até ficar homogêneo.</p> <p>2. Acrescente a farinha de trigo e o fermento em pó e bata novamente até ficar homogêneo.</p> <p>3. Acrescente as sementes de abóbora e bata novamente até ficar homogêneo.</p> <p>4. Coloque a massa em uma forma untada e leve ao forno por 30 minutos.</p>

Duque de Caxias - RJ 28 de Novembro de 2025.



Nome/Assinatura:
Coordenador da
Atividade

RELATÓRIO DE ATIVIDADES EXTENSÃO

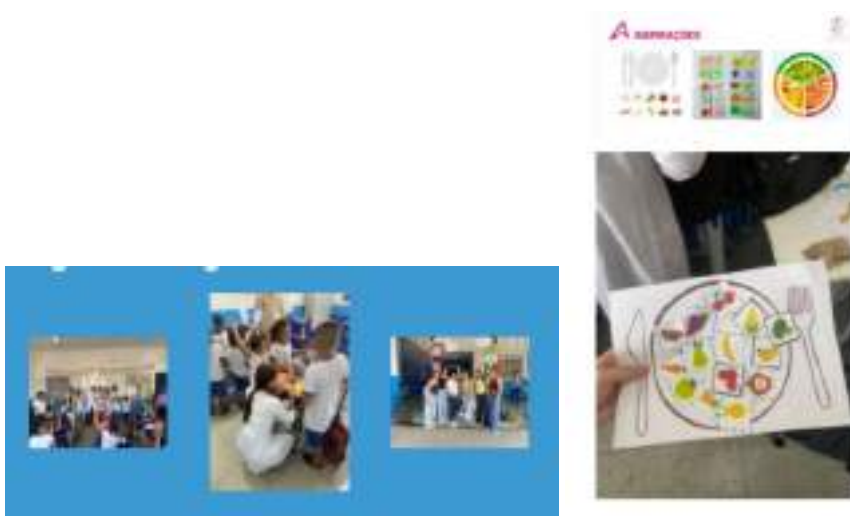
TÍTULO DO PROJETO
Caça ao Tesouro dos Alimentos do Futuro
COORDENADOR DA ATIVIDADE
FLAVIA ALVES DA COSTA
PERÍODO DE REALIZAÇÃO DA ATIVIDADE
2025.2
QUANTIDADE DE ALUNOS ENVOLVIDOS
06
QUANTIDADE DE PESSOAS ALCANÇADAS
15
OBJETIVO DA ATIVIDADE
Incentivar o aprendizado de maneira lúdica sobre a importância de manter uma alimentação saudável, reduzir o desperdício de alimentos e adotar práticas sustentáveis na produção e no consumo alimentar, contribuindo para a formação de crianças mais conscientes, saudáveis e cidadãs.
ATIVIDADES DESENVOLVIDAS NO PERÍODO
<p>O projeto "Caça ao Tesouro dos Alimentos do Futuro" consistiu em uma ação de educação nutricional e sustentabilidade realizada com crianças de 6 a 12 anos na Escola Municipal Cidade dos Meninos, em Duque de Caxias (RJ). As atividades foram conduzidas em formato lúdico, por meio de uma "caça ao tesouro" pedagógica, com quatro estações temáticas: Ilha das Cores, Ilha do Equilíbrio, Ilha do Zero Desperdício e Ilha da Força Verde. Cada ilha abordou, de forma interativa, conceitos sobre alimentação saudável, aproveitamento integral dos alimentos e práticas sustentáveis. Alto nível de engajamento e participação das crianças, que demonstraram curiosidade e interesse pelos temas. • Integração efetiva entre ensino, serviço e comunidade, fortalecendo o papel social da universidade. • Aprendizado significativo por meio da ludicidade, facilitando a compreensão dos conceitos de nutrição e sustentabilidade. • Desenvolvimento, pelos acadêmicos, de</p>

habilidades comunicacionais, educativas e empáticas, essenciais à prática médica

RESULTADOS

Os resultados qualitativos foram plenamente atingidos, com destaque para: Compreensão dos conceitos de alimentação saudável e sustentabilidade pelos alunos; Engajamento ativo nas atividades propostas; Reflexão crítica sobre desperdício e escolhas alimentares; Fortalecimento da articulação entre extensão, ensino e prática médica.

ANEXOS



Duque de Caxias - RJ 28 de Novembro de 2025.



Nome/Assinatura:
Coordenador da
Atividade

RELATÓRIO DE ATIVIDADES EXTENSÃO

TÍTULO DO PROJETO

De restos à receitas: a reutilização de alimentos descartados em feiras

COORDENADOR DA ATIVIDADE

FLAVIA ALVES DA COSTA

PERÍODO DE REALIZAÇÃO DA ATIVIDADE

2025.2

QUANTIDADE DE ALUNOS ENVOLVIDOS

09

QUANTIDADE DE PESSOAS ALCANÇADAS

26

OBJETIVO DA ATIVIDADE

Implementar e disseminar práticas de reaproveitamento de alimentos e educação nutricional junto a frequentadores da PSF do Pilar, em Duque de Caxias, de acordo com a ODS 2: Fome Zero e Agricultura Sustentável, visando reduzir o desperdício, promover segurança alimentar e fortalecer a sustentabilidade alimentar da comunidade

ATIVIDADES DESENVOLVIDAS NO PERÍODO

Em primeiro lugar, foram feitas as coletas de dados sobre a região, utilizando de ferramentas disponíveis na Internet para auxiliar a coleta (o uso do SiSVAN). Após a coleta, foi iniciada a escrita do trabalho e conjunto dos testes das receitas que seriam utilizadas, com a escrita finalizada e as receitas testadas e aprovadas, foi confeccionado o banner e iniciou-se o preparo para apresentar a pré-banca. Depois de realizada a pré-banca e ajustes devidos, foram confeccionados panfletos que explicassem como fazer as receitas para apresentar na ação. Após a ação, foi apresentado o resultado à banc. A interação com a comunidade foi algo de alto valor para o grupo e os conhecimentos adquiridos nos estudos para a confecção e apresentação do trabalho

RESULTADOS

Todos os resultados devidamente atingidos.No dia da ação, as pessoas presentes no posto de saúde foram totalmente adeptos à ideia proposta, onde todos experimentaram as receitas feitas e participaram do vídeo. Foi ensinada uma forma de reutilizar os alimentos que são considerados feios pelos feirantes, podendo diminuir o custo mensal e melhorar a qualidade nutricional.

ANEXOS



Duque de Caxias - RJ 28 de Novembro de 2025.



Nome/Assinatura:
Coordenador da
Atividade

RELATÓRIO DE ATIVIDADES EXTENSÃO

TÍTULO DO PROJETO
Sabores coloridos contra a fome sem cor.

COORDENADOR DA ATIVIDADE
FLÁVIA ALVES DA COSTA

PERÍODO DE REALIZAÇÃO DA ATIVIDADE
2025.2

QUANTIDADE DE ALUNOS ENVOLVIDOS
11

QUANTIDADE DE PESSOAS ALCANÇADAS
100

OBJETIVO DA ATIVIDADE
Promover a educação alimentar e nutricional de jovens atletas em vulnerabilidade social, por meio de uma gincana interativa com sucos nutritivos, incentivando hábitos saudáveis, sustentabilidade e prevenção de deficiências nutricionais.

ATIVIDADES DESENVOLVIDAS NO PERÍODO
Foi realizada uma intervenção educativa sobre alimentação saudável e sustentabilidade, vinculada ao ODS 2. A equipe desenvolveu estudo prévio sobre nutrientes e PANCs, testou e padronizou sucos sustentáveis, produziu cartilhas e apresentou uma palestra interativa. Em seguida, conduziu uma gincana de adivinhação dos sabores com 40 jovens atletas, finalizando com roda de conversa e avaliação por escala hedônica. A atividade apresentou forte engajamento dos jovens atletas, que participaram ativamente da palestra e da gincana. A abordagem lúdica com sucos nutritivos facilitou a compreensão sobre vitaminas, minerais e prevenção de doenças como anemia e hipovitaminose A. Houve elevada aceitação dos sucos (mais de 80%), reforçando a eficácia da metodologia. O projeto fortaleceu a integração ensino-serviço-comunidade, aproximando a universidade da realidade social de Realengo e ampliando o alcance da educação em saúde

RESULTADOS
Os resultados foram positivos: aceitação superior a 80% dos sucos, sensibilização sobre alimentação saudável, incentivo ao consumo de frutas regionais e PANCs e fortalecimento de práticas sustentáveis. A intervenção atingiu os objetivos ao promover educação nutricional acessível, com impacto comunitário e formação prática para os acadêmicos.

ANEXOS



OD12 - Fome Zero e Agricultura Sustentável

Em 2012 a Afya aderiu ao ODS 12, que trata da produção e do consumo responsáveis. O objetivo é promover a sustentabilidade ambiental, social e econômica, além de reduzir o desperdício e melhorar a qualidade dos produtos e serviços oferecidos.

Além disso, a Afya também aderiu ao ODS 2, que trata da fome zero e segurança alimentar. O objetivo é garantir o acesso de todos a alimentos seguros, nutritivos e sustentáveis, promovendo a segurança alimentar e nutricional.

Afya UNIVERSIDADE UNIGRANRIO

Instituto AFPEP

Missão

Atuar em prol da sustentabilidade ambiental, social e econômica da Universidade de Graciosa, promovendo a inclusão social e a melhoria da qualidade de vida da comunidade local.

Diretoria

Presidente: Prof. Dr. José Carlos de Souza

Coordenadora: Prof. Dra. Maria de Fátima de Souza

Sabores coloridos Contra a fome sem cor

Misture no leite, manga e morango e pronto!

Duque de Caxias - RJ 28 de Novembro de 2025.



Nome/Assinatura:
Coordenador da
Atividade

RELATÓRIO DE ATIVIDADES EXTENSÃO

TÍTULO DO PROJETO

MÃOS NA TERRA: HORTA EDUCATIVA PARA CRIANÇAS

COORDENADOR DA ATIVIDADE

FLÁVIA ALVES DA COSTA

PERÍODO DE REALIZAÇÃO DA ATIVIDADE

2025.2

QUANTIDADE DE ALUNOS ENVOLVIDOS

12

QUANTIDADE DE PESSOAS ALCANÇADAS

13

OBJETIVO DA ATIVIDADE

Implantar hortas educativas em escolas para promover a educação sobre agricultura, sustentabilidade e alimentação saudável para crianças.

ATIVIDADES DESENVOLVIDAS NO PERÍODO

Ao longo do projeto, foram desenvolvidas ações práticas e educativas, incluindo rodas de conversa sobre sustentabilidade, oficinas de plantio de mudas e hortaliças em vasos feitos de garrafa pet e no pátio da escola, além de atividades lúdicas que abordaram o consumo consciente. Os alunos participaram ativamente das propostas, demonstrando interesse e engajamento nas tarefas. As experiências contribuíram para ampliar o senso de responsabilidade ambiental e fortalecer o vínculo das crianças com a natureza e a comunidade escolar.

RESULTADOS

O projeto promoveu maior conscientização ambiental entre os alunos, incentivou participação ativa em atividades práticas como plantio, estimulou mudanças de comportamento mais sustentáveis no dia a dia, e favoreceu a cooperação e integração entre as crianças.

ANEXOS



Duque de Caxias - RJ 28 de Novembro de 2025.

gov.br
Inscrição estadual - RJ/GRANRIO
FLAVIA ALVES DE COSTA
CPF: 50.112.095.33.95-40-0004
No WhatsApp: @flavia.alves@unigranrio.gov.br

Nome/Assinatura:
Coordenador da
Atividade

RELATÓRIO DE ATIVIDADES EXTENSÃO

TÍTULO DO PROJETO

ALEITAMENTO PROLONGADO COMO ESTRATÉGIA DE ENFRENTAMENTO DA DESNUTRIÇÃO INFANTIL

COORDENADOR DA ATIVIDADE

Suzana Curtinhas da Cunha

PERÍODO DE REALIZAÇÃO DA ATIVIDADE

Agosto a Dezembro de 2025

QUANTIDADE DE ALUNOS ENVOLVIDOS

04

QUANTIDADE DE PESSOAS ALCANÇADAS

Media de 25 pessoas

OBJETIVO DA ATIVIDADE

Promover o aleitamento materno prolongado como estratégia de enfrentamento da desnutrição infantil em gestantes adolescentes acompanhadas no CEATA, por meio de ações educativas, práticas e de sensibilização, alinhadas às metas do ODS 2.

ATIVIDADES DESENVOLVIDAS NO PERÍODO

O grupo elaborou e executou o projeto "Aleitamento Prolongado como Estratégia de Enfrentamento da Desnutrição Infantil", voltado a gestantes adolescentes do CEATA, em Duque de Caxias. As ações incluíram levantamento bibliográfico, elaboração de cartilhas ilustradas, confecção de simuladores de mamas, palestras, rodas de conversa e aplicação de questionários pré e pós-intervenção para avaliar impacto e aprendizado.

RESULTADOS

O projeto introduziu uma abordagem educativa adaptada à realidade de gestantes adolescentes, utilizando linguagem acessível, recursos visuais e simuladores de mamas confeccionados pelos próprios acadêmicos. Essa metodologia favoreceu a aprendizagem prática, o diálogo horizontal e o fortalecimento da autoconfiança das participantes, configurando uma ação inovadora de promoção da saúde e prevenção da desnutrição infantil. O projeto proporcionou integração entre teoria e prática, desenvolvendo habilidades de comunicação empática, trabalho em equipe e educação em saúde. A participação direta com o público fortaleceu o senso de responsabilidade social e consolidou a compreensão do aleitamento como instrumento de promoção da saúde e de prevenção da desnutrição infantil.

ANEXOS

AMAMENTAR É UM ATO DE AMOR

Guia prático para mães e família



POR QUE É TÃO IMPORTANTE AMAMENTAR O BEBÊ?

Fortalece a imunidade.
Favorece o desenvolvimento cerebral.
Proteção imunológica, diminuição risco de infecções, alergias, problemas respiratórios.
Maior segurança alimentar.
Desmamação.



AMOR QUE NUTRE

VOCÊ SABIA?

O leite materno é considerado o melhor alimento do mundo para o bebê.
Tem tudo na medida certa: proteínas, gorduras, carboidratos, vitaminas e água.
O leite materno não vai "aguar" depois dos 2 anos, ele continua nutritivo, protetor e emocionalmente importante.

TRÊS CURIOSIDADES SOBRE O LEITE MATERNO:

- Colação: tem em si anticóagulos, protege como uma "gelatina natural".
- Leite de transição: tem colostro e água no momento.
- Leite mais maduro: equilibrado em água e gordura, proteínas e açúcares.

PASSO A PASSO DA AMAMENTAÇÃO:

- A língua do bebê encosta na língua da mãe.
- O queixo do bebê toca na mama e nariz está livre para respirar.
- A boca do bebê tem abertura o suficiente para fazer boca de peixe.
- O bebê abocanha profundamente a areola e não somente a base do peito.
- Podem ouvir o barulho do bebê engolindo o leite.

CUIDADOS RÁPIDOS COM O

PEITO:

- Beber gotinhas de leite materno é bastante comum.
- Leite sai muito quente no mamilo.
- Leite está quente.
- Faça massageio suave e circular um pouco antes do bebê mamar para estimular e aquecer.

📌 Recomendação OMS:

Amamentar até 2 anos ou mais, junto com alimentação saudável.
É natural, sustentável e gratuito!

Registro fotográfico:



Duque de Caxias - RJ, 29 de Novembro de 2025.



Nome/Assinatura:
Coordenador da
Atividade

RELATÓRIO DE ATIVIDADES EXTENSÃO

TÍTULO DO PROJETO

Comunidade e equipe de Saúde lado a lado em prol da sustentabilidade

COORDENADOR DA ATIVIDADE

Suzana Curtinhas da Cunha

PERÍODO DE REALIZAÇÃO DA ATIVIDADE

Agosto a Dezembro de 2025

QUANTIDADE DE ALUNOS ENVOLVIDOS

04

QUANTIDADE DE PESSOAS ALCANÇADAS

Media de 50 pessoas

OBJETIVO DA ATIVIDADE

Sensibilizar o público adulto da comunidade de Duque de Caxias (RJ) sobre a redução da fome e incentivar a prática da agricultura sustentável, por meio da realização de uma oficina educativa na Unidade de Saúde da Família (USF) Pilar.

ATIVIDADES DESENVOLVIDAS NO PERÍODO

O projeto "Comunidade e Equipe de Saúde Lado a Lado em Prol da Sustentabilidade" promoveu oficinas educativas na USF Pilar, em Duque de Caxias (RJ), com o objetivo de sensibilizar cerca de 47 usuários sobre a importância da alimentação saudável e da agricultura sustentável. As atividades envolveram planejamento, mobilização comunitária, roda de conversa e produção de vídeo. A ação fortaleceu o vínculo entre comunidade e equipe de saúde, incentivando o cultivo doméstico e contribuindo para os ODS 2 (Fome Zero e Agricultura Sustentável), 3 (Saúde e Bem-Estar) e 10 (Redução das Desigualdades). Promoveu forte integração entre comunidade e equipe de saúde, estimulando práticas sustentáveis e hábitos alimentares saudáveis. Houve ampla participação dos usuários, troca de saberes e engajamento nas atividades. A ação contribuiu para o fortalecimento dos vínculos sociais, desenvolvimento de competências acadêmicas e conscientização ambiental, gerando impacto positivo alinhado aos ODS 2 e 3..

RESULTADOS

Foram registrados 47 participantes na atividade realizada na USF Pilar, todos residentes da comunidade local. Do total, 34 (72, 3%) eram do sexo feminino e 13 (27, 7%) do sexo masculino, evidenciando predominância do público feminino. Todos os presentes participaram das atividades propostas, com

distribuição de 47 kits informativos contendo sementes, folder e muda. Esses resultados indicam ampla adesão da comunidade, interesse nas práticas de alimentação saudável e sustentabilidade, e efetividade na entrega de orientações e materiais educativos durante a ação. em saúde. A participação direta com o público fortaleceu o senso de responsabilidade social e consolidou a compreensão do aleitamento como instrumento de promoção da saúde e de prevenção da desnutrição infantil.

O projeto introduziu a prática de oficinas de agricultura sustentável em ambiente urbano, integrando educação em saúde, cultivo doméstico e consumo consciente. A distribuição de sementes, mudas e manuais ilustrados permitiu a implementação prática imediata. Além disso, a ação promoveu integração direta entre equipe de saúde, acadêmicos e comunidade, estimulando trocas de saberes, fortalecimento de vínculos e o engajamento em práticas de sustentabilidade e autonomia alimentar de forma inovadora e replicável.

ANEXOS

Material gráfico:



Registro fotográfico:



Duque de Caxias - RJ, 29 de Novembro de 2025.



Nome/Assinatura:
Coordenador da
Atividade

RELATÓRIO DE ATIVIDADES EXTENSÃO

TÍTULO DO PROJETO

Educação sobre leitura de rótulos escolhas alimentares acessíveis e nutritivas

COORDENADOR DA ATIVIDADE

Suzana Curtinhas da Cunha

PERÍODO DE REALIZAÇÃO DA ATIVIDADE

QUANTIDADE DE ALUNOS ENVOLVIDOS

04

QUANTIDADE DE PESSOAS ALCANÇADAS

Media de 30 pessoas

OBJETIVO DA ATIVIDADE

conscientizar a comunidade sobre a importância da leitura de rótulos alimentares, incentivando escolhas mais saudáveis e nutritivas.

ATIVIDADES DESENVOLVIDAS NO PERÍODO

As ações foram conduzidas exclusivamente pelos acadêmicos de Medicina envolvidos no projeto, sob orientação docente. As etapas do estudo incluíram: reconhecimento territorial, elaboração dos materiais educativos, realização das palestras e oficinas, e avaliação dos resultados. Foram utilizados cartilhas ilustradas e embalagens reais de alimentos como instrumentos de apoio didático.

RESULTADOS

O projeto "Educação sobre leitura de rótulos e escolhas alimentares acessíveis e nutritivas" demonstrou que ações educativas simples, contextualizadas e participativas são capazes de promover mudanças significativas no conhecimento e nas atitudes da comunidade em relação à alimentação saudável. A intervenção reforçou o papel estratégico da Atenção Primária à Saúde na promoção da educação alimentar e nutricional, valorizando a autonomia dos indivíduos e estimulando escolhas mais conscientes no cotidiano.

ANEXOS

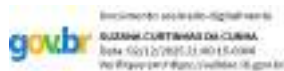
Material gráfico:



Registro fotográfico:



Duque de Caxias - RJ, 29 de Novembro de 2025.



Nome/Assinatura:

Coordenador da
Atividade

RELATÓRIO DE ATIVIDADES EXTENSÃO

TÍTULO DO PROJETO

Gamificação na Promoção de Hábitos Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

COORDENADOR DA ATIVIDADE

Suzana Curtinhas da Cunha

PERÍODO DE REALIZAÇÃO DA ATIVIDADE

Agosto a Dezembro de 2025

QUANTIDADE DE ALUNOS ENVOLVIDOS

05

QUANTIDADE DE PESSOAS ALCANÇADAS

Media de 20 pessoas

OBJETIVO DA ATIVIDADE

Promover hábitos alimentares conscientes em adolescentes, por meio de atividades lúdicas e de gamificação, a fim de favorecer a segurança alimentar e nutricional desse público.

ATIVIDADES DESENVOLVIDAS NO PERÍODO

O projeto consistiu em uma ação educativa com cerca de 20 adolescentes do CEATA, em Duque de Caxias. Foram realizadas uma palestra sobre os riscos dos ultraprocessados, uma discussão sobre escolhas alimentares saudáveis, pré e pós-teste para medir o aprendizado e uma dinâmica gamificada com jogo de tabuleiro criado pelos alunos. A atividade, conduzida pelos discentes sob supervisão docente, promoveu conscientização, reflexão e maior engajamento sobre hábitos alimentares.

RESULTADOS

Promoção direta da saúde e da segurança alimentar dos adolescentes. Incentivo à redução do consumo de ultraprocessados, prevenindo doenças crônicas não transmissíveis. Aumento da consciência crítica sobre escolhas alimentares e seus impactos na saúde. Fortalecimento do CEATA como espaço educativo e de acolhimento. Contribuição para o ODS 2 (Fome Zero e Agricultura Sustentável), ao promover acesso a informação de qualidade sobre alimentação saudável. Uso da gamificação como estratégia educativa, com um jogo de tabuleiro criado especialmente para a realidade dos adolescentes. Metodologia lúdica e participativa, facilitando aprendizado crítico sobre alimentação. Abordagem prática, ligada ao cotidiano alimentar dos jovens, estimulando reflexão imediata sobre escolhas reais. Possibilidade de replicação em outras unidades de saúde e escolas.

ANEXOS

Material gráfico:



Registro fotográfico:



Duque de Caxias - RJ, 29 de Novembro de 2025.



Nome/Assinatura:
Coordenador da
Atividade

RELATÓRIO DE ATIVIDADES EXTENSÃO

TÍTULO DO PROJETO

Reaproveitamento alimentar: Reduzindo desperdício e promovendo nutrição sustentável

COORDENADOR DA ATIVIDADE

Suzana Curtinhas da Cunha

PERÍODO DE REALIZAÇÃO DA ATIVIDADE

Agosto a Dezembro de 2025

QUANTIDADE DE ALUNOS ENVOLVIDOS

04

QUANTIDADE DE PESSOAS ALCANÇADAS

Media de 25 pessoas

OBJETIVO DA ATIVIDADE

Ampliar o conhecimento e modificar comportamentos relacionados à manipulação e ao preparo de frutas, legumes e verduras, prevenindo doenças transmitidas por alimentos (DTA) e verminoses na Unidade Básica de Saúde Abdul Nasser Haikal, em Duque de Caxias (RJ).

ATIVIDADES DESENVOLVIDAS NO PERÍODO

A pesquisa foi estruturada em três etapas: Aplicação de pré-teste diagnóstico; Realização da intervenção educativa; Aplicação de pós-teste avaliativo. Durante a ação, os participantes receberam um folder educativo elaborado pelas acadêmicas, contendo orientações sobre a correta higienização.

O projeto "Mesa Segura: Comendo Bem e Higienizando Certo" obteve resultados altamente positivos, com destaque para a efetividade da intervenção educativa na promoção da segurança alimentar e no fortalecimento das práticas de higienização. O estudo demonstrou um incremento significativo no conhecimento dos participantes, com um aumento estimado de 91% no desempenho pós-teste, o que fortalece a autonomia comunitária e o autocuidado para a prevenção de Doenças Transmitidas por Alimentos (DTA) e verminoses.

RESULTADOS

O projeto demonstrou um sucesso expressivo em seus resultados quantitativos, com um aumento estimado de 91% no desempenho pós-teste dos participantes. O resultado mais crítico do diagnóstico inicial foi completamente revertido: a questão sobre higienização de verduras, que teve apenas 9% de acertos no pré-teste, alcançou 100% de acertos no pós-teste. Outras práticas avaliadas, como lavagem das mãos e armazenamento

de carnes, também apresentaram uma melhoria expressiva nas taxas de acerto, evidenciando a ampliação do conhecimento e a reestruturação de práticas cotidianas.

As contribuições inovadoras e para a comunidade residem na aplicação de estratégias de educação em saúde participativas, que se mostraram instrumentos efetivos para a transformação de hábitos alimentares e o fortalecimento da autonomia comunitária. O projeto atingiu plenamente seu objetivo de promover o autocuidado e conscientizar sobre o consumo seguro, atuando diretamente na prevenção de doenças transmitidas por alimentos (DTA) e verminoses. Essa ação está em consonância com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) 2, 3 e 10.

ANEXOS

Material gráfico:

Afya UNIVERSIDADE UNIGRANRIO

**ALIMENTOS SEGUROS:
4 REGRAS DE OURO**

- 1. MÃO E PIA: SEMPRE LIMPAS**
Lave as Mãos - Água e Sabão.
Esbogue bem C20 segundos.
ANTES de mexer na comida.
Lave Utensílios: Lave facas e tábuas
com sabão.


- 2. LAVE A SALADA CORRETAMENTE**
1 Copete de AGUA SUCIA PARA
Bem cheio em 1 Litro de Água.
Dê as frutas e verduras da mesma
jeita por 10 minutos.
Enxague em água limpa.


- 3. SEPARA O CRU DO COZIDO**
NUNCA use uma tábua para
frango, boi nem carne de porco.
Guarde carnes em partes fechadas,
na parte de cima da geladeira.
NÃO descongele carne na pia.
Use o geladeira.


- 4. COZINHE BEM E GUARDE
NA GELADERA**
Cozine até 160°C. Carne não pode ficar rosada.
O maior risco é que faz mal.
Desaça na pia. Coloque sob o cozido e o mesmo
pericólio no geladeira logo após e 10 dia.
Assa cozido. Guarde a comida
em partes com tampa.



Orientação da Organização Mundial da Saúde (OMS) e da ANVISA
(Agência Nacional de Vigilância Sanitária).
Apresentada pelos alunos do 2º período do curso de Medicina.



Duque de Caxias - RJ, 29 de Novembro de 2025.



Nome/Assinatura:
Coordenador da
Atividade