

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE IPORÁ – UNIPORÁ

Proposta de Atividade – Projeto de Extensão

Início da ação: 25/04/2024
Término da ação: 26/04/2024

1. Identificação

Curso: Graduação em Enfermagem.

Disciplina: Bioquímica humana.

Nome do Projeto: Vida saudável.

2. Caracterização

Tipo de Projeto: Comunitário.

Área Temática: Saúde.

Natureza: Social.

Cronograma:

Data	Horário	Tema	Palestrante	Local
25/03/24	14:00	Saúde e bem estar	Acadêmicos	Feira livre

Carga Horária Total: 04 horas.

Público-alvo: Comunidade local da feira livre do Bairro Mato Grosso de Iporá/GO.

Objetivos: Informações sobre saúde e alimentação saudável.

Resumo da proposta: Os acadêmicos de enfermagem realizaram palestras sobre alimentação, verificação de glicemia e pressão arterial e IMC, distribuição de folders.

Justificativa: Necessidade de informações e saúde, bem estar e atendimento da comunidade local.

Metodologia: Ação teórica e prática com mediação da coordenação do curso.

Resultados esperados: Satisfação da comunidade atendida com informações relevantes em saúde e serviço prestado pela Escola de Enfermagem UNIPORA.

3. Recursos Físicos, Materiais e Financeiros

Receita:				
Item	Descrição	Quantidade	Valor Unitário (R\$)	Total
01	Folders	200	2,50	500,00
Total:				500,00

4. Pessoal Envolvidos

Alunos envolvidos:

1. Gabrielly Moraes Santos;
2. Sabrina Gomes Silva;
3. Ana Carolina Lemos;
4. Hevellen Ketilley Guedes Vargas;
5. Selma Neres dos Anjos Amaral;
6. Alessandra Eduarda Gonçalves Souza;
7. José Adalberto Santos Mendonça;
8. Maria Clara Rodrigues Gomes;
9. Tatiane Cristina Nunes da Silva;
10. Eliadinei Lúcia Pereira de Paula;
11. Lorrainy Cristina Rodrigues de Oliveira;
12. Ângela Cristina Valadares.

Docentes envolvidos da UNIPORÁ:

Profª Francielle Moreira Rodrigues.

Técnicos-administrativos envolvidos:

Nome: Glauce Silva Fonseca de Morais.

Cargo/função: Mediadora da DreamShaper – Extensão e TCC.

Nome: Cláudia Ribeiro de Lima.
Cargo/função: Pró-Reitora de Extensão, Pesquisa, Agência Empreendedora de Inovação e Tecnológica.

Quantitativo por nível de formação de todos os envolvidos: Nível técnico

Graduandos	Graduados	Especialistas	Mestres	Doutores
12	-	01	01	01

Responsável(eis) pelo Projeto:

Nome: Francielle Moreira Rodrigues.
Cargo/função: Coordenadora da Escola de Enfermagem Nível técnico e superior
E-mail: francielle_mr@hotmail.com

Iporá, 09 de maio de 2024.

Documento assinado digitalmente
 **FRANCIELLE MOREIRA RODRIGUES**
Data: 11/06/2024 14:03:17-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Profa. Ms. Francielle Moreira Rodrigues
Gerente Acadêmica do Departamento de Ciências da Saúde

Documento assinado digitalmente
 **GLAUCE SILVA FONSECA DE MORAIS**
Data: 20/06/2024 16:42:31-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Profa. Esp. Glauce Silva Fonseca de Moraes
Mediadora da DreamShaper – Extensão e TCC

Documento assinado digitalmente
 **CLAUDIA RIBEIRO DE LIMA**
Data: 20/06/2024 19:11:52-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Profa. Dra. Cláudia Ribeiro Lima
Pró-Reitora de Extensão, Pesquisa,
Agência Empreendedora de Inovação e Tecnológica



Documento assinado digitalmente



CARLA RODRIGUES CUNHA

Data: 25/06/2024 21:11:56-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Profa. Esp. Carla Cunha Rodrigues

Pró-reitora acadêmica

Vida saudável: alimentação e sua integração com a bioquímica

UNIPORÁ - Projetos de Extensão e Trabalhos de Conclusão de Curso

PROJETO DE EXTENSÃO

LEVANDO INFORMAÇÕES A

Vida saudável: a importância da

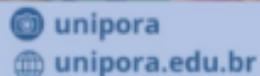
*com a bioquímica e citologia
aplicada a nutrição*

ACADÊMICOS DO 1º MÓDULO DE GRADUAÇÃO

Dreamshaper



UNISA



(64) 3674-5181
(64) 3674-3096



1 Equipe do Projeto

FR

Francielle Moreira Rodrigues
francielle_mr@hotmail.com

GS

GABRIELLY MORAES SANTOS
gabiipo2015@gmail.com

SS

Sabrina Gomes Silva
sabinasabinagomessilva@gmail.com

AN

Ana Carolina Lemos Nascimento
carol30102004@gmail.com

Vida saudável: alimentação e sua integração
com a bioquímica
UNIPORÁ - Projetos de Extensão e Trabalhos de
Conclusão de Curso

HV

Hevellen Ketilley Guedes Vargas
hevellen.guedes@gmail.com

SA

Selma Neres dos Anjos Amaral
selmaneresdosanjos@gmail.com

AS

ALESSANDRA EDUARDA GONÇALVES SOUZA
alessandraeduarda047@gmail.com

JM

José Adalberto Santos Mendonça
99443406santos@gmail.com

MG

Maria Clara Rodrigues Gomes
mariaclararodriguesgomes49@gmail.com

TS

Tatiane Cristina Nunes da Silva
taticris806@gmail.com

EP

Eliadinei Lúcia Pereira de Paula
brunoama6@gmail.com

LO

Lorrainy Cristina Rodrigues de Oliveira
lorraynecristina8151@gmail.com



AV

ANGELA CRISTINA VALADARES
angelacristiba@gmail.com



GF

Glauce Fonseca
glauce.fonseca@unipora.edu.br



CL

Claudia Ribeiro Lima
claudia.biologiapedagogia@gmail.com



ODS que gostaria de trabalhar na comunidade:

- 3) Boa Saúde e Bem-Estar

Escolhi esse(s) porque...

A promoção da saúde esta vinculada a vários fatores, um deles é a alimentação de qualidade; não é a toa que apareça como sinônimo de saúde e condição para bom desenvolvimento físico e mental e também condição para melhor aprender e agir.



3 A sua comunidade

Quem são as pessoas?

Grupos sociais organizados: sindicatos, associações de bairros e outros.

Descrição da comunidade

Pessoas de comunidades carentes do município de Iporá/GO.

Sua comunidade em imagens



Vida saudável: alimentação e sua integração
com a bioquímica
UNIPORÁ - Projetos de Extensão e Trabalhos de
Conclusão de Curso

Principais características

- Comunidade,
- Carente,
- Informações,

Pontos fortes e oportunidades

A adesão ao desenvolver informes sobre hábito de uma alimentação saudável, conhecer a origem do alimento e seu valor nutricional, entender o processo de geração de resíduos e compreender algumas maneiras para destinação correta de resíduos.

Principais problemas e desafios

Colocar em prática.



4 Problema de partida

Problema de partida do projeto

Colocar as informações em prática.

Causas

- Desinformação da população.

Consequências

A alimentação balanceada deve ser uma constante na vida do ser humano. Sua ausência podendo causar danos a saúde.

Pessoas afetadas

A população



5 Iniciativas semelhantes

Iniciativas semelhantes

- Mais informações sobre o tema, Mais ações de acadêmicos sobre esta temática na comunidade.

Vida saudável: alimentação e sua integração
com a bioquímica
UNIPORÁ - Projetos de Extensão e Trabalhos de
Conclusão de Curso

Boas práticas

Informar crianças e jovens e, através deles, a população em geral, acerca da importância de uma alimentação equilibrada, saudável e sustentável.

Más práticas

Contribuir para a educação para a saúde particularmente nos aspectos do combate à obesidade infantil/juvenil.



6 Pesquisa sobre o problema

Questões por explorar

Promover uma alimentação com base em modelos de sustentabilidade ambiental, tendo em conta a origem dos produtos, modo de produção dos mesmos e a sua sazonalidade.

Fontes de informação

- Informação em saúde

Organize a sua pesquisa

Ação

Avalie a sua pesquisa

As fontes de informação que usei são confiáveis., Para cada registro de pesquisa, encontrei pelo menos 3 fontes dizendo o mesmo., A informação que registrei está atualizada., A informação corresponde a fatos (e não opiniões)., Sempre que consegui, usei a fonte de informação original.



Barreiras na comunidade	Recursos da comunidade	Ideias de solução
Não houveram	Panfletos	<ul style="list-style-type: none">• Mais informações em saúde sobre este tema.



Conclusões da pesquisa

Incentivar o aparecimento de alternativas alimentares mais saudáveis, simples e exequíveis. Articular com outros projetos já existentes tais como o “Programa de Educação para a Saúde”.

Próximos passos

Documentário fotográfico



Objetivos

Valorizar através de fotos uma abordagem centrada na inclusão e na participação ativa dos alunos, contribuindo para o seu desenvolvimento pessoal e social, bem como para a sua educação alimentar e conhecimento prático de confecção de alimentos.

Colaboradores

Acadêmicos de enfermagem

Locais visitados

- Comunidades de Iporá/GO

Formato de exibição

Em sala para outros acadêmicos.

Observações e comentários

- Educação em saúde

Exibir o documento fotográfico





Ideias de solução

- Mais ações em saúde, 5
- Informações sobre alimentação, 5
- Conhecimento da população, 4

Solução para o problema de partida

Tais práticas alimentares precisam ser adequadas desde muito cedo durante a formação do indivíduo, e boa parte dessa formação é conduzida em instituições educacionais. Nesse sentido, a escola representa um privilegiado espaço para ações de Educação Alimentar e Nutricional (EAN).

Escolhi essa solução porque...

Não há

Pessoas que vão se beneficiar da solução

Toda a comunidade.

Quantidade de pessoas que vão se beneficiar

500



11 Expectativas da solução

Impacto dessa solução

Melhoria dos hábitos de vida.

Consequências dessa solução

Não há

Vida saudável: alimentação e sua integração
com a bioquímica
UNIPORÁ - Projetos de Extensão e Trabalhos de
Conclusão de Curso

O que as pessoas disseram

Da necessidade de mais ações como esta.



12 Plano da execução

	junho 2024
Palestras	

 de 20-06-2024 a 23-05-2024



Tarefas completas

- Mais ações como essa

Ajustes necessários

Levando em consideração a necessidade de sensibilização e conscientização para o consumo de alimentos mais saudáveis e diversificados, a escola em conjunto com a família são importantes aliados para introdução de hábitos mais saudáveis nos cardápios dos alunos. A alimentação está intrinsecamente ligada à qualidade de vida, logo, ações desenvolvidas no projeto são fundamentais para sensibilização e criação de hábitos benéficos à saúde e desenvolvimento e sua relação com alterações bioquímicas no corpo humano.

Resultado final:

Ação

Ação



Mensagens principais

A experiência dessa prática permitiu que se desenvolvesse um processo de reflexão da realidade observada entre os alunos participantes e, a longo prazo, pode contribuir para a propagação destes hábitos dentro e fora da comunidade.

Meios de divulgação

Folders, mídias.



15 Preparar a apresentação

Cativar a audiência

- Outros.

Mensagens principais

- Nesse contexto, é necessário que os trabalhos futuros levem em consideração a realidade dos alunos participantes, avaliando o conhecimento sobre alimentação.
- Melhorar informações em saúde
- Mais ações de educação alimentar.

Métodos e descobertas

Informações

Construa sua apresentação

Ação



Meus maiores aprendizados

A promoção da alimentação saudável contribui para o pleno crescimento e desenvolvimento humano, com qualidade de vida e cidadania .

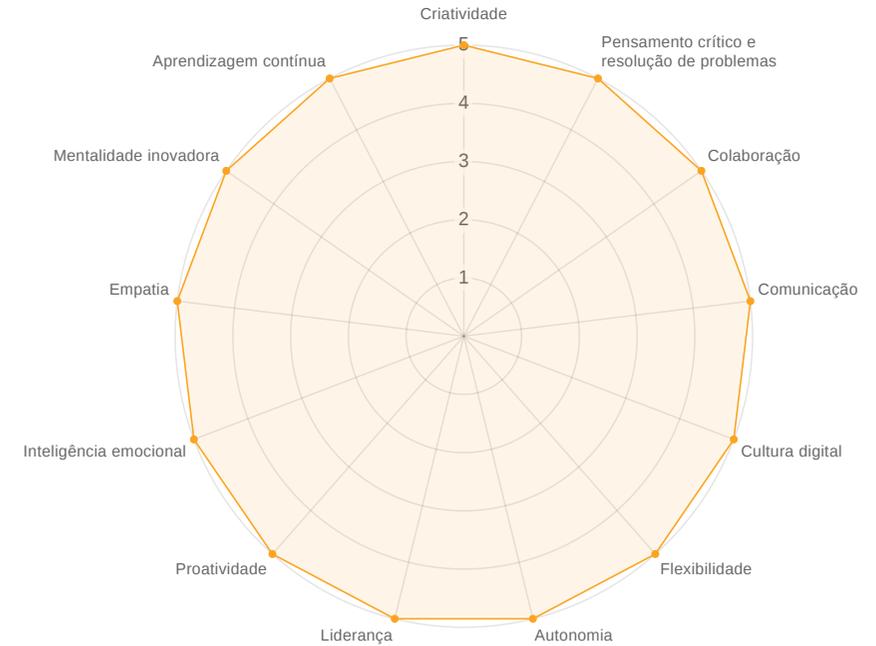
Dificuldades e obstáculos

Não houveram.

Contribuição para a comunidade

Nesse contexto, a escola é um setor estratégico para a concretização de ações de promoção da saúde e de melhoria do estado nutricional das crianças. Logo, as ações de promoção da alimentação saudável no ambiente escolar devem priorizar o desenvolvimento de habilidades e competências que gerem empoderamento e autonomia dos indivíduos.

Competências desenvolvidas durante o projeto





Conhecimento



Você tem um nível **EXCELENTE** de conhecimento!

Isso significa que você tem um excelente domínio de saberes principalmente teóricos e técnicos, que te apoiam nas outras dimensões da competência.

Continue desenvolvendo essa dimensão, pois ela será muito importante em todos os aspectos da sua vida (pessoal, acadêmica e profissional)!

Habilidades



Você tem um nível **EXCELENTE** de habilidades!

Isso significa que você tem um excelente domínio dos saberes técnicos e talento nos saberes práticos.

Com o aprimoramento constante nessa dimensão, você terá mais potencial de inovação, além de resultados cada vez melhores na vida pessoal, acadêmica e profissional!



Atitudes



Você tem um nível **EXCELENTE** de atitudes!

Isso significa que você é uma pessoa muito determinada, proativa e responsável.

Essa será uma grande vantagem na sua vida pessoal, acadêmica e profissional!
Não importa o desafio que tenha pela frente, com a atitude certa você irá superá-lo!