

SUBMISSÃO / RESUMO-EDITAIS (PROPEGI/PROEC/PROGRAD) -
TRABALHOS LOCAIS - EXTENSÃO

**DESMISTIFICANDO A ANEMIA POR MEIO DE INTERVENÇÃO EM
EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL PARA IDOSOS**

Jeane De Souza Nascimento (jeane.nascimento@upe.br)

Ingrid Manuele Dos Santos (ingrid.msantos@upe.br)

Ana Beatriz Ribeiro Souza (beatriz.ribeiro@upe.br)

Myla Rebeca Andrade Dos Santos (myla.andrade@upe.br)

Anna Carolina Silva Nogueira (anna.nogueira@upe.br)

Jéssica Laís Nogueira Da Silva (jessica.lais@upe.br)

Scarlet Leite Neto (scarlet.leite@upe.br)

Diego Felipe Dos Santos Silva (diego.santos@upe.br)

A educação alimentar e nutricional (EAN) tem como papel fundamental informar de forma mais lúdica, simplificada e descontraída sobre hábitos alimentares saudáveis e o quanto eles interferem na qualidade de vida do indivíduo, vindo a contribuir na prevenção de doenças crônicas não transmissíveis, como a obesidade. A EAN voltada para o público da terceira idade promove um conhecimento para aqueles que participam e entendem que com o passar do

tempo seu corpo e suas funções podem ficar comprometidas, e a alimentação saudável auxilia diretamente nesse processo. A Faculdade Aberta da Terceira Idade (FATI) é um programa voltado para o público idoso que promove o conhecimento em diversas áreas da saúde e aborda diferentes temáticas, dentre elas, a educação alimentar e nutricional. A metodologia utilizada para esse presente trabalho foi um relato de experiência de estudantes do curso de bacharelado em nutrição da Universidade de Pernambuco (UPE), que são voluntários neste programa. Durante a intervenção nutricional realizada em 2025, foram avaliados os conhecimentos prévios dos participantes sobre a anemia, o que pode causá-la e o que pode curá-la. Percebeu-se em grande parte dos idosos que eles tinham uma crença voltada aos mitos e inverdades da alimentação, onde acreditavam que beterraba curava anemia ou que anemia era causada por excesso de açúcar. A partir disso, foi explicado de forma simples e interativa sobre a temática e foi possível sanar as dúvidas dos participantes, mostrando imagens aliadas às explicações. A ação evidenciou que muitos idosos possuíam crenças enraizadas sobre mitos alimentares, mas que após a apresentação, foi possível compreender a temática e estimular o pensamento crítico e adesão a práticas alimentares mais seguras e saudáveis. Conclui-se que intervenções educativas e práticas desse tipo, de forma contínua, ancoradas na realidade dos idosos, potencializam o cuidado e fortalecem vínculos entre a universidade e a comunidade.

Palavras-chave: educação alimentar e nutricional; idosos; anemia; mitos alimentares; intervenção educativa.