

DIÁLOGO PROMOÇÃO DA EDUCAÇÃO EM SUSTENTABILIDADE POR MEIO DE GINCANA EDUCATIVA EM UMA ESCOLA PÚBLICA

Linha: C- Extensão

Ana Carolina Monteiro Guimarães¹; Bergson Lacerda Formiga Barros²; Isabelle Cristina da Cunha Souto³; Josyara Oliveira da Costa⁴; Pedro Henrique Fernandes Mariz⁵; Anielle Chaves de Araújo Brandão⁶; Eveline de Almeida Silva Abrantes⁷.

¹²³⁴⁵⁶⁷ Afya Paraíba, João Pessoa – PB

Introdução

A busca crescente por padrões alimentares mais saudáveis intensifica a valorização de alimentos orgânicos, tanto por seus benefícios à saúde humana quanto por seu impacto ambiental reduzido. Esses produtos, cultivados sem agrotóxicos sintéticos ou organismos geneticamente modificados, promovem a preservação da biodiversidade e uma menor carga química potencial para o consumidor (WILLETT et al., 2019). Estudos também indicam que os alimentos orgânicos podem conter concentrações superiores de compostos bioativos, como polifenóis e antioxidantes, implicados na prevenção de doenças crônicas não transmissíveis (BAO; ZHANG; WANG, 2021).

Do ponto de vista nutricional, os macronutrientes apresentam funções distintas e os carboidratos abastecem o organismo por meio da glicose, principal fonte de energia das células (GROSS; GROSS, 2020). As proteínas são fundamentais na construção e reparação de tecidos, bem como na síntese de hormônios e enzimas (MCARDLE; KATCH; KATCH, 2019). Por sua vez, os lipídios exercem funções estruturais nas membranas celulares, fornecem energia armazenada e são essenciais à absorção das vitaminas lipossolúveis (PODRÁS; DA CRUZ; BARBOSA, 2022).

Alimentos naturais ou minimamente processados – como frutas, verduras, grãos integrais e leguminosas – são ricos em fibras, nutrientes essenciais e fitoquímicos, favorecendo o metabolismo adequado e contribuindo para a prevenção de doenças (MONTEIRO; MOREIRA; MATTOS, 2020). Em oposição, os ultra processados contêm altos índices de açúcares adicionados, gorduras saturadas, sódio e aditivos industriais, estando fortemente associados a quadros de obesidade, diabetes tipo 2 e doenças cardiovasculares (SOUZA; FROSSARD; SILVA, 2021). Assim, a educação nutricional emerge como ferramenta fundamental para conscientizar a população sobre essas distinções.

Projetos de extensão universitária direcionados a crianças, especialmente aqueles que utilizam metodologias ativas e recursos lúdicos, revelam-se fundamentais para promover hábitos alimentares saudáveis desde as primeiras fases da vida. Atividades como jogos educativos, dramatizações e oficinas práticas despertam o interesse infantil, promovendo a apreensão de conhecimentos de forma contextualizada e significativa (CAMPOS; LIMA; PEREIRA, 2022). A ludicidade facilita a assimilação de conceitos complexos, como alimentação balanceada e sustentável, e incentiva a prática de cultivo de hortas orgânicas. (SOUZA, M. A.; OLIVEIRA, R. C. A ludicidade como estratégia para a educação alimentar e ambiental no ensino fundamental. *Revista Brasileira de Educação Ambiental*, v. 17, n. 3, p. 45–58, 2022.)



Além do impacto social, os projetos extensionistas contribuem sobremaneira para a formação de estudantes da área da saúde, principalmente na Medicina. Tais iniciativas favorecem a integração entre ensino, serviço e comunidade e promovem competências como empatia, comunicação eficaz, responsabilidade social e pensamento crítico (SILVEIRA; ALMEIDA, 2021). A vivência em contextos realistas e socialmente diversos contribui para o desenvolvimento de profissionais mais humanos, éticos e comprometidos com a integralidade do cuidado.

Métodos ou Relato de Experiência

Trata-se de um relato de experiência com abordagem qualitativa, vinculado a um projeto de extensão universitária realizado por estudantes. A ação foi desenvolvida em uma escola pública de Cabedelo, no mês de Agosto de 2025, com alunos do 4º ano, do ensino fundamental, professores e extensionistas selecionados por conveniência. A escola autorizou previamente a atividade, em conformidade com os princípios éticos da extensão.

A atividade consistiu em uma gincana educativa com foco em sustentabilidade. Para sua execução, foram elaboradas charadas que descreviam conceitos cotidianos de sustentabilidade, como coleta seletiva de resíduos, reciclagem, reuso, compostagem e redução de resíduos.

Inicialmente, realizou-se uma apresentação sobre a coleta seletiva dos resíduos, esclarecendo os tipos de materiais e as cores correspondentes às lixeiras. Em seguida, os alunos foram divididos em dois grupos, sendo escolhidos representantes, a cada rodada, para responder às charadas, por meio do jogo “passa ou repassa”. Além disso, as imagens que representavam as respostas foram fixadas no quadro, a fim de facilitar a visualização e raciocínio dos participantes.

Por fim, a dinâmica foi seguida de uma roda de conversa para diálogo das temáticas abordadas. Para realização desta ação foram utilizados materiais como papel, fita adesiva, aparelho de “passa ou repassa” e pirulitos para premiação. Cabe ressaltar que, ao final, foi realizada uma pergunta sobre o descarte adequado do brinde. A ação teve duração de aproximadamente 1 hora.

A avaliação da ação foi feita por observação direta, com registros em diário de campo.

Resultados e Discussão

A ação de extensão realizada versou sobre a importância da sustentabilidade, a qual foi desenvolvida por meio de uma gincana educativa baseada em jogos lúdicos em que as crianças respondiam perguntas tentando descobrir qual das figuras se relacionava com a resposta da charada, e dentre estas havia questões sobre separação de lixo e cuidados com o meio ambiente. Dessa maneira, tornou-se possível a troca de saberes entre os alunos do fundamental e os acadêmicos de medicina acerca da reciclagem e de estratégias para evitar o descarte incorreto de resíduos.

Paralelo a isso, foi introduzida a ideia de sustentabilidade atrelada às divisões dos lixos baseada nas cores das lixeiras - vermelho para plástico, verde para vidro, azul para papel, marrom para orgânico e amarelo para metal -, objetivando demonstrar que por meio da coleta seletiva há uma melhor distribuição dos resíduos para que estes possam ser reciclados ou reutilizados para outros fins, o que evita o acúmulo exacerbado em aterros sanitários e lixões a céu aberto. Ademais, a dinâmica realizada permite que as crianças consigam desenvolver autonomia e pensamento crítico para que tenham papel ativo na conscientização da sociedade sobre questões ambientais (SANTOS, 2023).



Apesar disso, mesmo com a relevância da temática proporcionada aos estudantes pelos discentes de medicina, vale ressaltar que ainda existe um distanciamento entre a realidade das escolas brasileiras e a educação ambiental ideal, principalmente para o público infantil (RODRIGUES, 2011). Nesta perspectiva, cabe ressaltar a relevância de atividades em extensão como esta, visto que segundo o Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira, em 2022, 34,2% das escolas não desenvolvem ações nessa área, dados que poderiam ser reduzidos caso houvesse políticas públicas mais eficazes sobre a temática.

Por fim, pode-se concluir que apesar da dificuldade enfrentada na instituição trabalhada, visto que não há um ambiente propício para que as crianças apliquem o aprendizado, pois não há as lixeiras adequadas (com a divisão das cores), a ação ocorreu de maneira a articular os saberes e a prática havendo empenho dos discentes e participação efetiva de todos os presentes, contribuindo de forma positiva e construtiva para a percepção da necessidade do desenvolvimento sustentável. Além de que, há planejamento para realização de uma próxima ação, no mesmo local, para a confecção de lixeiras.

Considerações Finais

A realização da colheita da horta orgânica no âmbito do projeto de extensão constituiu uma experiência significativa tanto para os estudantes de medicina quanto para a comunidade escolar envolvida.

A atividade, desenvolvida de forma dinâmica e educativa, abordou temas relacionados à sustentabilidade e à relevância das hortas orgânicas, promovendo reflexões sobre alimentação saudável, preservação ambiental e responsabilidade social, possivelmente colaborando para o ensino na educação básica municipal.

A vivência proporcionada pelo projeto de extensão permitiu aos futuros médicos compreenderem a relevância da educação ambiental e da promoção da saúde em uma perspectiva integral, reforçando a importância dessas experiências na formação humanística e social do profissional médico. Possam ser reciclados ou reutilizados para outros fins, o que evita o acúmulo exacerbado em aterros sanitários e lixões a céu aberto. Ademais, a dinâmica realizada permite que as crianças consigam desenvolver autonomia e pensamento crítico para que tenham papel ativo na conscientização da sociedade sobre questões ambientais (SANTOS, 2023).

Apesar disso, mesmo com a relevância da temática proporcionada aos estudantes pelos discentes de medicina, vale ressaltar que ainda existe um distanciamento entre a realidade das escolas brasileiras e a educação ambiental ideal, principalmente para o público infantil (RODRIGUES, 2011). Nesta perspectiva, cabe ressaltar a relevância de atividades em extensão como esta, visto que segundo o Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira, em 2022, 34,2% das escolas não desenvolvem ações nessa área, dados que poderiam ser reduzidos caso houvesse políticas públicas mais eficazes sobre a temática.

Por fim, pode-se concluir que apesar da dificuldade enfrentada na instituição trabalhada, visto que não há um ambiente propício para que as crianças apliquem o aprendizado, pois não há as lixeiras adequadas (com a divisão das cores), a ação ocorreu de maneira a articular os saberes e a prática havendo empenho dos discentes e participação efetiva de todos os presentes, contribuindo de forma positiva e construtiva para a percepção da necessidade do desenvolvimento sustentável. Além de que, há planejamento para realização de uma próxima ação, no mesmo local, para a confecção de lixeiras.



MEDX 2025

III Congresso Internacional Médico Estudantil e
II Encontro de Ligas Acadêmicas de Medicina
I Mostra Científica IESC / PIEPE

Referências

BRASIL. Ministério da Saúde; Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ). Relatório 5 – Alimentação Infantil I: Estudo Nacional de Alimentação e Nutrição Infantil (ENANI-2019). Rio de Janeiro: UFRJ, 2023. Disponível em: <https://enani.nutricao.ufrj.br/download/relatorio-5-alimentacao-infantil-i/>. Acesso em: 28 maio 2025.

ARAÚJO, L. C.; MARTINS, T. R.; NASCIMENTO, J. P. Alimentos orgânicos e sustentabilidade: uma abordagem integrativa. *Revista Brasileira de Nutrição Funcional*, São Paulo, v. 15, n. 3, p. 45–52, 2020.

BRASIL. Ministério da Agricultura e Pecuária. Cartilha do consumidor consciente: produtos orgânicos. Brasília, DF: MAPA, 2023. Disponível em: <https://www.gov.br/agricultura/pt-br>. Acesso em: 2 jun. 2025.

FREIRE, M. F.; CARVALHO, L. S. Extensão universitária e formação em saúde: reflexões sobre práticas integradas. *Saúde e Sociedade*, São Paulo, v. 29, n. 4, p. 1–12, 2020.

LUDWIG, D. S. Technology, diet, and the burden of chronic disease. *JAMA*, Chicago, v. 315, n. 6, p. 559–560, 2016.

MONTEIRO, C. A. et al. A nova classificação dos alimentos baseada na extensão e propósito do processamento: ultraprocessados e a saúde humana. *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 35, n. 3, p. e00074918, 2019.

OLIVEIRA, A. C.; SOUSA, M. E. Compostos bioativos em alimentos orgânicos: implicações para a saúde. *Revista Ciência e Saúde*, Belo Horizonte, v. 10, n. 2, p. 33–41, 2019.

PHILIPPI, S. T. Pirâmide dos alimentos: fundamentos básicos da nutrição. 3. ed. Barueri, SP: Manole, 2018.