

EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA EM EVENTO FITNESS: AVALIAÇÃO NUTRICIONAL E EDUCAÇÃO EM SAÚDE COM ATUAÇÃO DISCENTE

Nicolle Couros Fornaciari^{1*}, Raianne Paixão Santana¹

¹Faculdade Anhanguera de Teixeira de Freitas

E-mail do autor principal: courosnicolle@gmail.com

Grupo Temático: Eixo VI: Saúde

Resumo: A promoção da saúde em espaços comunitários constitui uma estratégia relevante para ampliar o acesso à informação e estimular práticas saudáveis. Eventos fitness configuram ambientes oportunos para intervenções educativas voltadas à população. Este trabalho tem como objetivo relatar a experiência de uma ação extensionista desenvolvida por estudantes de Nutrição durante a Expo Fitness, voltada à avaliação nutricional e orientação em saúde. A ação foi organizada previamente pela docente responsável, com divisão dos discentes em três grupos, atuando em diferentes dias e turnos do evento. O público-alvo compreendeu frequentadores do evento, incluindo praticantes de atividade física e público geral. As atividades incluíram rastreio nutricional por meio de índice de massa corporal e circunferência abdominal, avaliação antropométrica com protocolo de dobras cutâneas, além de orientações sobre desempenho, hidratação e alimentação pré-treino. Também foram elaborados e distribuídos materiais educativos abordando limitações do índice de massa corporal para atletas e estratégias nutricionais aplicadas ao contexto esportivo. A intervenção foi conduzida pelos estudantes, sob orientação prévia, favorecendo o protagonismo discente e a integração entre teoria e prática, com estímulo à interação com o público por meio de esclarecimento de dúvidas e orientações individualizadas. Como indicadores de extensão, consideram-se o número de atendimentos realizados, a participação do público nas atividades e a adesão às orientações propostas. A experiência evidencia o potencial de ações extensionistas em eventos comunitários para promoção da saúde, formação acadêmica e fortalecimento do vínculo entre universidade e sociedade.

Palavras-chave: Promoção da Saúde, Antropometria, Educação Alimentar