



Evento: XXVII Jornada de Extensão

ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS E DISRUPTORES METABÓLICOS: CONTRIBUIÇÃO DE UMA AÇÃO EM EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL PARA A PROMOÇÃO DA SAÚDE¹

**Mariana Pierine Jacques², Adriane Huth³, Angélica Cristiane Moreira⁴, Daniela Zeni
Dreher⁵, Marinez Koller Pettenon⁶**

¹ Projeto de extensão desenvolvido e financiado pela Unijui;

² Estudante do curso Nutrição, bolsista do PROGRAMA INSTITUCIONAL DE EXTENSÃO – PIBEX/UNIJUI, email: mariana.jacques@sou.unijui.edu.br

³ Professor orientador do projeto Educação em Saúde, Nutricionista, Mestre em Bioquímica, Docente da UNIJUI, extensionista do Projeto de Extensão Educação em Saúde, da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul, UNIJUI, email: adriane.huth@unijui.edu.br

⁴ Farmacêutica, Mestre em Controle de Qualidade Físico-químico. Docente da UNIJUI, orientadora do trabalho e extensionista do Projeto de Extensão Educação em Saúde, da UNIJUI, e-mail: angelica.moreira@unijui.edu.br

⁵ Fisioterapeuta, Doutora em Educação nas Ciências. Docente da UNIJUI, extensionista do Projeto de Extensão Educação em Saúde, da UNIJUI, e-mail: daniela.dreher@unijui.edu.br

⁶ Enfermeira, Mestre em Educação nas Ciências. Docente da UNIJUI, extensionista do Projeto de Extensão Educação em Saúde, da UNIJUI, e-mail: marinez.koller@unijui.edu.br

INTRODUÇÃO

A extensão universitária é um importante mecanismo de integração entre ensino, pesquisa e sociedade, promovendo a democratização do conhecimento por meio de ações educativas (Nogueira, 2013). No campo da Nutrição, destaca-se a Educação Alimentar e Nutricional (EAN), fundamental para a promoção da saúde, prevenção de doenças e incentivo à adoção de hábitos alimentares saudáveis (Muzeka *et al.*, 2024).

Nas últimas décadas, o aumento do consumo de alimentos ultraprocessados (UP), associado à redução da ingestão de alimentos *in natura* e minimamente processados, tem contribuído para o crescimento das Doenças e Agravos Não Transmissíveis (DANTs), como obesidade, diabetes e doenças cardiovasculares (Greco, 2020; Malta, 2018). No Brasil, esse cenário acompanha a transição nutricional e reforça a necessidade de estratégias de educação voltadas à promoção de escolhas alimentares conscientes (Louzada *et al.*, 2023).

Além da baixa qualidade nutricional, os alimentos UP favorecem a exposição a disruptores metabólicos, como Bisfenol A, ftalatos e parabenos, substâncias presentes em



embalagens que podem migrar para os alimentos e interferir no funcionamento hormonal, aumentando o risco de alterações metabólicas e doenças crônicas (Andrade *et al.*, 2021; Dantas *et al.*, 2025).

Diante desse contexto, o presente estudo, alinhado aos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) da AGENDA 2030, especialmente à ODS 3 - Saúde e Bem-Estar, teve como objetivo relatar a experiência de uma ação de EAN desenvolvida durante o evento Ciência para Todos, da UNIJUÍ, abordando a relação entre alimentos UP, disruptores metabólicos e promoção da saúde.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, elaborado a partir da participação como bolsista PIBEX do Projeto de Extensão Educação em Saúde no evento “Ciência para Todos”, realizado na UNIJUÍ, campus Panambi, em 20 de março de 2026. A ação teve como objetivo promover educação em saúde sobre a relação entre o consumo de UP e a exposição aos disruptores metabólicos, presentes em embalagens sintéticas.

A proposta do evento Ciência para todos é aproximar a ciência do cotidiano da comunidade, incentivando a curiosidade e o aprendizado, especialmente entre estudantes e professores da Educação Básica ao Ensino Superior. A iniciativa busca tornar o conhecimento científico mais acessível, mostrando na prática como ele se conecta com diferentes áreas da sociedade.

O projeto é promovido pela Unijuí em parceria com o Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) e o Ministério da Educação, com apoio de instituições regionais e órgãos ligados à educação municipal.

A atividade foi realizada com aproximadamente 1.300 visitantes, entre estudantes e professores do Ensino Fundamental e Médio de Panambi/RS e municípios próximos, nos turnos da manhã e tarde, utilizando estratégias de EAN baseadas em atividades expositivas, comunicação verbal e participação ativa do público. O público alvo foi recebido em uma estação temática sobre alimentos UP. Pela qual circulavam em grupos, aproximando a comunidade do conhecimento científico por meio de linguagem acessível e recursos expositivos e interativos.



Nesta estação foram discutidos os riscos para saúde do alto consumo de UP, a importância do consumo habitual dos alimentos *in natura* e minimamente processados, conforme o Guia Alimentar para a População Brasileira (Brasil, 2014), a composição nutricional dos UP e a presença de substâncias conhecidas como disruptores metabólicos, como Bisfenol A, ftalatos, e parabenos, incluindo fontes de exposição, impactos à saúde e os mecanismos de migração dessas substâncias das embalagens para os alimentos.

Como recursos educativos, foram utilizados rótulos e embalagens de UP, disponibilizados para observação e manuseio, além de recipientes contendo as quantidades de açúcar, gordura e sal presentes nos UP. Os participantes foram incentivados a interpretar os rótulos, esclarecer dúvidas, dialogar e refletir sobre suas escolhas alimentares.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Durante a oficina, observou-se o interesse dos estudantes pela temática, evidenciado pela atenção às explicações, interação com os materiais e participação nas atividades. Apesar da familiaridade com os UP, a maioria desconhecia os impactos do consumo frequente desses produtos e os riscos associados aos disruptores metabólicos, reforçando a importância das ações de EAN na promoção da saúde.

Os resultados refletem as mudanças nos padrões alimentares observadas nas últimas décadas, marcadas pelo aumento do consumo de UP, associado ao crescimento das DANTs, conforme a classificação NOVA (2010). A utilização de embalagens, rótulos nutricionais e recipientes contendo açúcar, gordura e sal favoreceu a compreensão da composição dos alimentos e estimulou a reflexão sobre os hábitos alimentares, além de evidenciar o baixo conhecimento sobre os disruptores metabólicos, entre os participantes.

Embora a participação verbal tenha sido limitada, o interesse demonstrado pelos estudantes reforça o ambiente escolar como espaço estratégico para ações de promoção da saúde, especialmente entre crianças e adolescentes, mais vulneráveis aos efeitos dos disruptores metabólicos (Mendonça *et al.*, 2024). Nesse contexto, ações de EAN, aliadas às recomendações do PNAE (Brasil, [s.d.]), do Guia Alimentar para a População Brasileira (Brasil, 2014) e de Monteiro *et al.* (2025), contribuem para a construção da autonomia alimentar, escolhas conscientes e adoção de hábitos saudáveis ao longo da vida.



CONSIDERAÇÕES FINAIS

A ação de EAN desenvolvida corrobora a importância da extensão universitária na promoção da saúde e na aproximação entre universidade e comunidade. Observou-se que, embora os estudantes estivessem familiarizados com os UP, muitos desconheciam seus impactos negativos à saúde e os riscos associados aos disruptores metabólicos. A utilização de recursos visuais e linguagem acessível favoreceu a compreensão, estimulou a leitura de rótulos e a reflexão sobre escolhas alimentares. Os resultados reforçam a necessidade de ampliar ações educativas, especialmente no ambiente escolar, visando à formação de hábitos saudáveis desde a infância. Como contribuição para a formação acadêmica na área da nutrição, a experiência possibilitou o desenvolvimento de conhecimento, habilidades e competências especialmente no que concerne a comunicação e educação em saúde, aproximando o conhecimento teórico da prática extensionista.

Palavras-chave: Educação Alimentar e Nutricional. Alimentos Ultraprocessados. Disruptores Metabólicos. Extensão Universitária. Promoção da Saúde.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANDRADE, Andressa; SOUZA, André; SOUZA, Jéssica Raquel; MELO, Nathália. *Food contamination by migration of packaging components: Cases of occurrence*. Research, Society and Development, [S. l.], v. 10, n. 2, p. e39710211411, 2021. DOI: 10.33448/rsd-v10i2.11411. Disponível em: <https://rsdjournal.org/rsd/article/view/11411>. Acesso em: 10 jun. 2026.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. *Guia alimentar para a população brasileira*. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf. Acesso em: 4 jun. 2026.

BRASIL. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE). *Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE)*. Brasília: FNDE, [s.d.]. Disponível em: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae>. Acesso em: 27 jun. 2026.

DANTAS, Larisse Araújo et al. *Impactos Metabólicos dos Disruptores Endócrinos na Saúde Humana: uma revisão integrativa*. Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences, v.



7, n. 9, p. 876-930, 2025. Disponível em:

<https://bjih.emnuvens.com.br/bjih/article/view/6299>. Acesso em: 5 abr. 2026.

GRECO, Glaucia Moreira Marotta. *Ações de educação alimentar e nutricional no âmbito das escolas públicas de Belo Horizonte-MG: análise da abordagem teórico-metodológica*. 2020. Disponível em:

<https://repositorio.ufmg.br/server/api/core/bitstreams/8c4c4ac8-9ceb-427c-89e4-7ba9e54d58ef/content>. Acesso em: 4 abr. 2026.

LOUZADA, Maria Laura et al. *Consumo de alimentos ultraprocessados no Brasil: distribuição e evolução temporal 2008–2018*. Revista de Saúde Pública, 2023. Disponível em: <https://www.scielo.org/pdf/rsp/2023.v57/12/pt>. Acesso em: 8 maio 2026.

MALTA, Deborah; SILVA, Marta Maria. *As doenças e agravos não transmissíveis, o desafio contemporâneo na Saúde Pública*. Ciência & Saúde Coletiva, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/P3gGPRk4kS563HB6RDXkns/>. Acesso em: 4 jun. 2026.

MENDONÇA, K. R. C. de; CARDOSO, André Luiz; SILVA, R. Q. da. *Influência dos desreguladores endócrinos no desenvolvimento puberal: uma revisão integrativa*. Revista Brasileira de Revisão de Saúde, [S. l.], v. 5, p. e72880, 2024. DOI: 10.34119/bjhrv7n5-189. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/72880>. Acesso em: 19 jun. 2026.

MONTEIRO, Carlos Augusto et al. *Alimentos ultraprocessados e saúde humana: ciência para políticas públicas*. São Paulo: Núcleo de Pesquisas Epidemiológicas em Nutrição e Saúde (NUPENS/USP), 2025. Disponível em: <https://nupens.fsp.usp.br/wp-content/uploads/2025/12/Lancet-Alimentos-ultraprocessados-e-saude-humana-2.pdf>. Acesso em: 13 jun. 2026.

MUZEKA, Jaqueline et al. *Ações extensionistas de alimentação, nutrição e saúde para mães, crianças e gestantes participantes da Pastoral da Criança*. PEER REVIEW, v. 6, n. 13, 2024. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/382277567>. Acesso em: 8 maio 2026.

NOGUEIRA, Maria das Dores Pimentel. *O Fórum de Pró-reitores de Extensão das Universidades Públicas Brasileiras: um ator social em construção*. Interfaces – Revista de Extensão da UFMG, v. 1, n. 1, p. 35-47, 2013. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/revistainterfaces/article/view/18932>. Acesso em: 4 abr. 2026.

NÚCLEO DE PESQUISAS EPIDEMIOLÓGICAS EM NUTRIÇÃO E SAÚDE (NUPENS). *A classificação NOVA*. São Paulo: Universidade de São Paulo, [2010]. Disponível em: <https://nupens.fsp.usp.br/a-classificacao-nova/>. Acesso em: 19 jun. 2026.