SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL EM SERVIÇOS DE ACOLHIMENTO DE ALEGRE, ES: UMA EXPERIÊNICA EXTENSIONISTA INTERDISCIPLINAR

Autores: Anne Cardoso Costa[1], Luís Carlos de Carvalho Teixeira Pinto[1], Rosimary Paula Ferreira Vargas[2], Fabiana de Cássia Carvalho Oliveira[1].

[1]Universidade Federal do Espírito Santo, Centro de Ciências Exatas, Naturais e da Saúde - CCENS. Alto Universitário, Guararema 29500000 - Alegre, ES – Brasil, nutriannecardosocosta@gmail.com, luis.c.pinto@edu.ufes.br, fabiana.oliveira@ufes.br
[2]Secretaria Municipal de Assistência Social e Direitos Humanos. Prefeitura Municipal de Alegre, ES, rosimary.p.vargas@ufes.br

Resumo
O presente trabalho teve como objetivo apresentar a experiência de um projeto de extensão universitária voltado à promoção da Segurança Alimentar e Nutricional em serviços de acolhimento de Alegre, ES. O projeto atua em quatro instituições, com avaliações e ações mensais nas áreas clínica, de Alimentação e Nutrição, Educação Alimentar e Nutricional (EAN) e social. No mês de junho de 2026 foram avaliados 45 indivíduos de três instituições, utilizando Índice de Massa Corporal, dobra cutânea tricipital e bioimpedância. Identificaram-se diferentes perfis nutricionais, com excesso de peso na entre pessoas com deficiência (37,5%) e na Comunidade Terapêutica (30,0%), enquanto o baixo peso predominou na Instituição de Longa Permanência para Idosos (63,6%). As ações de EAN foram planejadas conforme as necessidades identificadas em cada serviço, incluindo capacitação, reorganização de estoque, roda de conversa e atividades lúdicas. Conclui-se que o projeto contribui para a promoção da Segurança Alimentar e Nutricional, destacando a importância de estratégias adaptadas às características de cada público e instituição.
Palavras-chave: Nutrição do idoso. Assistência Social. Educação Alimentar e Nutricional. Avaliação Nutricional. Transtornos Relacionados ao Uso de Substâncias.

Área do Conhecimento: Ciências da Saúde, Nutrição.

Introdução

O excesso de peso, compreendendo o sobrepeso e a obesidade, constitui um importante problema de saúde pública mundial e apresenta tendência crescente em diferentes fases do curso da vida. Em 2022, aproximadamente 2,5 bilhões de adultos no mundo apresentavam excesso de peso, dos quais cerca de 890 milhões viviam com obesidade. Entre crianças e adolescentes de 5 a 19 anos, mais de 390 milhões apresentavam excesso de peso, incluindo aproximadamente 160 milhões com obesidade. No Brasil, dados do Sistema de Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico demonstram que a prevalência de excesso de peso entre adultos residentes nas capitais dos estados brasileiros e no Distrito Federal aumentou de 42,6%, em 2006, para 62,6%, em 2024, enquanto a obesidade passou de 11,8% para 25,7% no mesmo período (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2025; Brasil, 2025).

Esse cenário também merece atenção entre populações em situação de vulnerabilidade, incluindo crianças e adolescentes inseridos em serviços de acolhimento institucional. Estudos brasileiros apontam a ocorrência de diferentes condições nutricionais nesse grupo. Em crianças e adolescentes institucionalizados, foram observadas prevalências de 30% de sobrepeso e 11,2% de obesidade, além de baixa estatura e anemia (Santos; Amancio; Oliva, 2007). Além disso, estudo realizado com 62 crianças de 0 a 5 anos em cinco instituições de acolhimento de Fortaleza identificou que a maioria apresentava algum indicador de consumo alimentar não saudável, além de elevada frequência de consumo de alimentos ultraprocessados e bebidas adoçadas (Silveira et al., 2021). Esses achados evidenciam a necessidade de atenção às condições nutricionais e às práticas alimentares de crianças e adolescentes acolhidos institucionalmente.

Nesse contexto, a Educação Alimentar e Nutricional (EAN) constitui-se uma estratégia de promoção da alimentação adequada e saudável, fundamentada no desenvolvimento da autonomia e na construção de práticas alimentares adequadas aos diferentes contextos sociais e culturais. O Marco de

Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas destaca o caráter contínuo, permanente, transdisciplinar, intersetorial e multiprofissional da EAN (Brasil, 2012). Evidências sobre intervenções educativas também são encontradas na literatura: em revisão sistemática e metanálise, Medeiros et al. (2022) avaliaram intervenções de EAN realizadas no ambiente escolar com adolescentes e identificaram efeitos sobre o consumo de frutas e vegetais. Embora esses estudos tenham sido realizados em contexto escolar, seus achados contribuem para a fundamentação de ações educativas relacionadas à alimentação, sem permitir sua extrapolação direta para populações institucionalizadas.

A extensão universitária, por sua vez, pode favorecer a aproximação entre universidade e comunidade e a aplicação de conhecimentos acadêmicos em ações de promoção da saúde (Sampaio et al., 2019). Diante desse cenário, considerando a crescente magnitude do excesso de peso, a vulnerabilidade nutricional de populações institucionalizadas e a necessidade de ações voltadas à promoção da alimentação adequada e saudável, torna-se pertinente o acompanhamento sistemático e o desenvolvimento de estratégias educativas adaptadas às características desse público por meios de projetos de extensão.

Assim, o presente trabalho teve como objetivo apresentar o relato de experiência de um projeto de extensão universitário realizado em instituições de acolhimento do município de Alegre, no sul do estado do Espírito Santo.

Metodologia

O projeto atua em quatro serviços de acolhimento do município de Alegre, ES, sendo três vinculados ao Sistema Único de Assistência Social (SUAS) e uma Comunidade Terapêutica. As instituições contempladas são: a Residência Inclusiva Associação Beneficente Dias Melhores (ABDM), que acolhe pessoas com deficiência; a Instituição de Longa Permanência para Idosos (ILPI) Associação Luíza de Marillac; o Abrigo Institucional para crianças e adolescentes; e a Fazenda da Esperança São Francisco de Assis, que acolhe mulheres em processo de reabilitação da dependência química.

As avaliações e as ações de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) são realizadas mensalmente, nas dependências de cada instituição, considerando as necessidades e características específicas dos diferentes públicos atendidos. O projeto atua em diversas vertentes da Nutrição, envolvendo ações nas áreas clínica, de Alimentação e Nutrição (UAN), Educação Alimentar e Nutricional (EAN) e social, buscando promover a saúde, a segurança alimentar e nutricional e a qualidade de vida dos indivíduos acolhidos. Dessa forma, as atividades desenvolvidas abrangem desde a avaliação e o acompanhamento nutricional até ações educativas e intervenções relacionadas à alimentação, considerando o contexto social e institucional de cada serviço.

O trabalho seguiu duas etapas: primeiro, o diagnóstico do estado nutricional dos indivíduos acolhidos e, em seguida, o planejamento de intervenções de acordo com as fragilidades identificadas em cada mês.

O Índice de Massa Corporal (IMC) foi o indicador adotado para apresentação do estado nutricional em todas as instituições, calculado a partir da aferição do peso e da estatura. O peso foi obtido em balança digital portátil avaliando-se os indivíduos com o mínimo de roupa possível. A estatura foi obtida com estadiômetro portátil e em idosos, acamados, cadeirantes ou pessoas com mobilidade reduzida, recorreu-se à estimativa por meio da altura do joelho, técnica validada por Chumlea, Roche e Steinbaugh (1985). Nessas mesmas situações, o peso corporal foi obtido pesando-se o cuidador com e sem o idoso no colo, calculando-se a diferença entre as duas medidas.

Em relação aos pontos de corte, entre os idosos adotou-se como eutrofia os valores de IMC situados entre 22 e 27 kg/m², de acordo com Lipschitz (1994); nos adultos, considerou-se eutrofia entre 18,5 e 24,9 kg/m² (Thomaz et al., 2013).

Na ABDM e na ILPI a dobra cutânea tricipital (DCT) foi adotada para estimar a reserva de gordura subcutânea e, consequentemente, reforçar a identificação de excesso ou déficit de adiposidade corporal (Lohman, 1992). Já entre as mulheres da Fazenda da Esperança foi possível aplicar o protocolo de avaliação da composição corporal por bioimpedância, adotando-se como referência o percentual médio de 23% de gordura corporal para mulheres adultas (Lohman, 1992). A combinação dos dois indicadores permitiu uma leitura mais completa do risco nutricional dessa população.

Optou-se por não apresentar os dados antropométricos das crianças acolhidas no Abrigo Institucional pelo baixo tamanho amostral (n=5).

Resultados

Foram avaliados 45 indivíduos acolhidos em três instituições, sendo 10 na Fazenda da Esperança São Francisco de Assis, 9 na Associação Beneficente Dias Melhores (ABDM) e 26 na Instituição de Longa Permanência para Idosos (ILPI).

O diagnóstico antropométrico obtido por meio do Índice de Massa Corporal (IMC) nas três instituições, referente ao mês de junho de 2026, está apresentado na Tabela 1.

Tabela 1 - Diagnóstico antropométrico segundo IMC nas instituições participantes. Alegre, ES, 2026.

Instituição	N	Baixo peso/ magreza (%)	Eutrofia (%)	Sobrepeso (%)	Obesidade (%)
ABDM	8*	25,0	37,5	12,5	25,0
Fazenda da Esperança	10	0,0	70,0	20,0	10,0
ILPI	26	63,6	18,2	18,2	0,0

Fonte: elaborado pelos autores. *Dados antropométricos incompletos.

A Tabela 2 apresenta os valores médios e respectivos desvios-padrão da DCT na ABDM e ILPI, assim como a classificação da reserva adiposa.

Tabela 2 - Média, desvio-padrão e classificação da dobra cutânea tricipital na ABDM e na ILPI. Alegre, ES, 2026.

Instituição	N	Média ± DP (mm)	Baixa reserva adiposa (%)	Adequada (%)	Excesso de gordura (%)
ABDM	9	13,0 ± 8,5	33,3	66,7	0,0
ILPI	26	13,1 ± 6,4	38,5	53,8	7,7

Fonte: elaborado pelos autores.

Entre as mulheres da Fazenda da Esperança verificou-se uma média de 31,1 ± 10,1% de percentual de gordura corporal por meio da bioimpedância, sendo que 80% das avaliadas estavam acima do valor de referência.

Em relação às ações de EAN no mês de junho, na ABDM houve o ingresso de uma nova funcionária manipuladora de alimentos. Dessa forma, foi realizada uma capacitação abordando boas práticas de manipulação e higiene dos alimentos, lista de substituição de alimentos, aproveitamento integral dos alimentos e organização do estoque conforme o prazo de validade. Na Fazenda da Esperança, foi promovida uma roda de conversa sobre alimentação, na qual foram discutidas práticas alimentares restritivas identificadas entre as participantes para emagrecimento rápido, como a exclusão total de carboidratos da alimentação. Na Instituição de Longa Permanência para Idosos, foi realizada uma orientação para o controle e a reorganização do estoque de alimentos, com identificação dos itens mais próximos do vencimento e priorização de seu uso. No Abrigo Institucional, considerando o período de festas juninas, foi realizada uma atividade lúdica intitulada “Pescaria das Vitaminas”, na qual cada peixe continha a imagem de um alimento e, ao pescá-lo, a criança deveria identificar qual vitamina estava presente naquele alimento. No abrigo, as ações de EAN são desenvolvidas de forma descontraída e lúdica, buscando tornar o aprendizado sobre alimentação mais atrativo e adequado ao público infantil.

Discussão

Os resultados evidenciam perfis nutricionais distintos entre as três instituições avaliadas, com presença de excesso de peso em duas delas. Na ABDM, 25,0% apresentaram baixo peso, enquanto sobrepeso e obesidade somaram 37,5%. Na Fazenda da Esperança, o excesso de peso correspondeu a 30,0% das participantes, com predominância de eutrofia (70,0%). Já na ILPI, o baixo peso foi predominante (63,6%). Essas diferenças refletem as características das populações atendidas e as particularidades de cada contexto institucional.

O excesso de peso constitui fator de risco para doenças crônicas não transmissíveis, como diabetes mellitus tipo 2, hipertensão, dislipidemias e doenças cardiovasculares (Carlucchi *et al.*, 2013), enquanto

o baixo peso representa importante risco de desnutrição e agravos associados, especialmente entre idosos. Nesse contexto, as ações de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) e de promoção da Segurança Alimentar e Nutricional constituem estratégias coletivas relevantes para o enfrentamento desses agravos.

Na ABDM, a coexistência de baixo e excesso de peso deve ser interpretada considerando as particularidades nutricionais de pessoas com deficiência, como limitações de mobilidade, dificuldades de mastigação e deglutição e menor autonomia para a alimentação, fatores que podem interferir no consumo alimentar e no estado nutricional (Almeida Lira *et al.*, 2009; Abreu; Friedman; Fayh, 2011). Esse público pode apresentar tanto desnutrição quanto sobrepeso e obesidade, de acordo com o tipo de deficiência, grau de dependência e qualidade da alimentação oferecida (De Lima Monteiro; De Arruda Neto, 2018). Assim, as ações de EAN direcionadas à equipe e aos cuidadores são importantes para qualificar as práticas alimentares e atender às necessidades dos residentes.

Na Fazenda da Esperança, os resultados devem ser considerados no contexto da reabilitação da dependência química. Estudos apontam alterações no perfil nutricional e na composição corporal durante esse processo, com ocorrência tanto de desnutrição quanto de excesso de peso, associadas a mudanças no padrão e no comportamento alimentar (Ribeiro, 2025; Oliveira *et al.*, 2023). Durante a roda de conversa realizada, também foram identificadas preocupações com o peso corporal e práticas alimentares restritivas, como a exclusão de carboidratos, reforçando a importância da EAN para promover uma relação mais equilibrada com a alimentação.

Na ILPI, a predominância de baixo peso (63,6%) e a baixa reserva adiposa pela PCT (38,5%) devem ser compreendidas considerando as alterações na composição corporal decorrentes do envelhecimento (Campos *et al.*, 2006). A utilização dos pontos de corte propostos por Lipschitz (1994) considera a redução da massa magra relacionada à idade. Os resultados são semelhantes aos observados em outros estudos com idosos institucionalizados, nos quais o baixo peso se destaca como importante alteração nutricional (Rauen *et al.*, 2008). Fatores como redução do apetite, comprometimentos cognitivos e sintomas depressivos também podem interferir na aceitação alimentar (Felício *et al.*, 2022).

Diante desse cenário, as ações de EAN em populações vulneráveis e institucionalizadas podem contribuir para a promoção da saúde e da Segurança Alimentar e Nutricional, favorecendo práticas alimentares adequadas e estratégias de cuidado adaptadas às necessidades de cada grupo (Henn *et al.*, 2018; Da Silva Pinto, 2023). No projeto, as intervenções não são padronizadas: são definidas a partir do diálogo com funcionários e responsáveis e do diagnóstico das necessidades de cada instituição. Dessa forma, embora o objetivo comum seja promover a Segurança Alimentar e Nutricional, as estratégias precisam considerar o perfil etário, epidemiológico e nutricional dos acolhidos, bem como as necessidades operacionais de cada serviço.

Conclusão

A avaliação antropométrica realizada nas três instituições de acolhimento permitiu identificar o estado nutricional dos indivíduos assistidos, evidenciando a ocorrência de baixo peso, eutrofia, sobrepeso e obesidade em diferentes proporções. A identificação dessas condições, associada à compreensão das necessidades específicas de cada instituição, possibilitou o planejamento de ações de Educação Alimentar e Nutricional direcionadas a cada realidade. As intervenções realizadas demonstram a importância de adaptar as estratégias às particularidades de cada público e contexto institucional. Dessa forma, reforça-se que a atuação do projeto de extensão contribui para a promoção da Segurança Alimentar e Nutricional e para o fortalecimento de práticas relacionadas à alimentação, ao estado nutricional e à organização dos serviços de alimentação nas instituições de acolhimento.

Referências

ABREU, Taís; FRIEDMAN, Rogério; FAYH, Ana Paula Trussardi. Aspectos fisiopatológicos e avaliação do estado nutricional de indivíduos com deficiências físicas. **Revista HCPA**, v. 31, n. 3, p. 345-352, 2011.

ALMEIDA LIRA, Marcela Karla et al. Perfil socioeconômico, estado nutricional e consumo alimentar de portadores de deficiência mental. **Revista Brasileira de Nutrição Clínica**, v. 25, n. 3, p. 218-223, 2009.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Vigitel Brasil 2006-2024: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico: estimativas sobre frequência e distribuição sociodemográfica de fatores de risco e proteção para doenças crônicas nas capitais dos 26 estados brasileiros e no Distrito Federal entre 2006 e 2024**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2025. 211 p.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. **Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas**. Brasília, DF: MDS, 2012. 68 p.

CAMPOS, Marta Alice Gomes et al. Estado nutricional e fatores associados em idosos. **Revista da Associação Médica Brasileira**, v. 52, n. 4, p. 214-221, 2006.

CARLUCCHI, Edilaine Monique de Souza et al. Obesidade e sedentarismo: fatores de risco para doença cardiovascular. **Comun. ciênc. saúde**, p. 375-384, 2013.

CHUMLEA, William Cameron; ROCHE, Alex F.; STEINBAUGH, Maria L. Estimativa da estatura a partir da altura do joelho para pessoas de 60 a 90 anos de idade. **Journal of the American Geriatrics Society**, v. 33, n. 2, p. 116-120, 1985.

DA SILVA PINTO, Juliana Caroline. Atividades de Educação Alimentar e Nutricional voltadas a crianças com deficiência em vulnerabilidade socioeconômica de uma instituição filantrópica em Santos–São Paulo. **Brazilian Journal of Development**, v. 9, n. 5, p. 16302-16319, 2023.

DE LIMA MONTEIRO, Lorena Ligia; DE ARRUDA NETO, Celso Lourenço. Estado nutricional e consumo alimentar de pessoas com deficiência intelectual. **Revista Vale**, v. 16, n. 2, 2018.

FELÍCIO, Laís Francielle Francisca et al. Habilidades cognitivas de idosos institucionalizados com sintomas depressivos. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 71, p. 233-240, 2022.

HENN, Rosana *et al.* Educação alimentar e nutricional para grupos vulneráveis: um relato de experiência das vivências de extensão universitária. **Revista Brasileira de Tecnologias Sociais**, v. 5, n. 1, p. 59-68, 2018. DOI: 10.14210/rbts.v5n1.p59-68.

LIPSCHITZ, David A. Triagem do estado nutricional em idosos. **Primary Care: Clinics in Office Practice**, v. 21, n. 1, p. 55-67, 1994.

LOHMAN, Timothy G. **Advances in body composition assessment**. Current issues in exercise science series. Monograph, n. 3, 1992.

MEDEIROS, G. C. B. S. de et al. Effect of school-based food and nutrition education interventions on the food consumption of adolescents: a systematic review and meta-analysis. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 19, n. 17, 10522, 2022. DOI: 10.3390/ijerph191710522.

OLIVEIRA, F. et al. Avaliação antropométrica e educação alimentar e nutricional em instituições de acolhimento: relato de experiência. **ELO – Diálogos em Extensão**, 2023.

RAUEN, Michelle Soares et al. Avaliação do estado nutricional de idosos institucionalizados. **Revista de Nutrição**, v. 21, n. 3, p. 303-310, 2008.

RIBEIRO, Tainaldo Campos. **Análise da composição corporal e desempenho físico de dependentes químicos em processo de reabilitação**. 2025.

SAMPAIO, J. F.; BITTENCOURT, C. C. B. L. D.; PORTO, V. F. A.; CAVALCANTE, J. C.; MEDEIROS, M. L. A extensão universitária e a promoção da saúde no Brasil: revisão sistemática. **Revista Portal: Saúde e Sociedade**, v. 3, n. 3, p. 921–930, 2019. DOI: 10.28998/rpss.v3i3.5282.

SANTOS, E. B.; AMANCIO, O. M. S.; OLIVA, C. A. G. Estado nutricional, ferro, cobre e zinco em escolares de favelas da cidade de São Paulo. **Revista da Associação Médica Brasileira**, v. 53, n. 4, p. 323–328, 2007. DOI: 10.1590/S0104-42302007000400017.

SILVEIRA, A. C. da et al. Marcadores de consumo alimentar de crianças com até cinco anos de idade vivendo em abrigos na cidade de Fortaleza, Ceará. **DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde**, v. 16, e55015, 2021. DOI: 10.12957/demetra.2021.55015.

THOMAZ, Priscilla Marcondelli *et al.* Validade de peso, altura e índice de massa corporal autorreferidos na população adulta de Brasília. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, n. 16, p. 157–169, 2013.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Obesity and overweight**. Geneva: World Health Organization, 2025. Disponível em: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight. Acesso em: 27 ago. 2026.

Agradecimentos

O presente trabalho foi realizado com apoio da Pró-Reitoria de Extensão da Universidade Federal do espírito Santo e parceria da Prefeitura Municipal de Alegre-ES.

Declaramos o uso da ferramenta de inteligência artificial Claude para auxiliar na revisão e aprimoramento da escrita do presente trabalho, sem substituição da análise, interpretação e responsabilidade dos autores sobre o conteúdo apresentado.