

## RELATÓRIO TÉCNICO

TÍTULO DA AÇÃO DE EXTENSÃO: **Sala de espera: também é lugar para aprender!**

NOME DO COORDENADOR (A): **Joseane Chiabai**

REGISTRO SIGEX (PORTAL DE PROJETOS): **4032**

DEPARTAMENTO / CENTRO OU UNIDADE DE LOTAÇÃO: **Departamento de Pediatria - CCS**

PERÍODO A QUE SE REFERE O RELATÓRIO (MÊS E ANO): **18/09/2023 A 17/09/2024**

OBS: O relatório anual deve ser enviado a cada período de 12 meses tendo como referência a data de início da ação aprovado no SIGEX (Portal de Projetos). E o relatório final no prazo de até 60 dias após o encerramento da ação.

### JUSTIFICATIVA DE ATRASO NA APRESENTAÇÃO DO RELATÓRIO:

OBS: O Relatório deverá ser apresentado até no máximo 60 (sessenta) dias após o interstício do último relatório ou após a data de conclusão da ação de extensão. Caso não observados esses prazos, deverá ser apresentada justificativa.

**Não se aplica**

### Tipo de Relatório Apresentado:

Relatório final

Relatório anual para ações vigentes

Relatório anual com solicitação de renovação: Período 18/09/2024 a 17/09/2026

OBS: A ação só poderá ser renovada por um período de até 2 anos.

Em caso positivo, descrever as novas atividades a serem realizadas, com as respectivas etapas, que justifiquem a renovação pelo período solicitado:

**Serão mantidas as atividades educativas sobre temas da puericultura e sobre as doenças mais frequentes na faixa etária pediátrica, uma vez que constantemente novas famílias são admitidas em consultas na Casa 1.**



## RESUMO DAS ATIVIDADES EXECUTADAS NO PERÍODO

I - Objetivos da proposta inicial:

- 1- Elaborar cartilhas e/ou folders para disseminação de conhecimentos, sobre temas da puericultura e sobre as doenças mais frequentes na faixa etária pediátrica, com linguagem acessível
- 2 -Ministrar palestras curtas e fazer abordagens individualizadas durante os encontros, a respeito de temas da puericultura e de doenças frequentes na faixa etária pediátrica.
- 3- Apresentar vídeos de curta duração, para serem exibidos na sala de espera do ambulatório de Pediatria, sobre temas da puericultura e doenças frequentes na faixa etária pediátrica, com linguagem leve, acessível, descontraída e, principalmente, descomplicada.



II - Etapas executadas no período visando ao alcance dos objetivos:

1- Os alunos da Pediatria I realizaram atividades educativas relacionadas ao desenvolvimento nos primeiros anos de vida, com ênfase na importância do estímulo e redução de exposição às telas. Orientaram também sobre o conteúdo de sal e gordura em alimentos ultraprocessados. Fizerem atividade com gestantes na sala de espera, reforçando sobre a importância da caderneta da criança.

O foco dos alunos da Pediatria II foi a abordagem dos aspectos principais sobre prevenção de obesidade, alimentação adequada, atividade física, higiene do sono, impacto do uso de telas e sedentarismo.

Como material de apoio, os alunos confeccionaram folders e cartilhas que foram entregues na sala de espera.

2- Foram realizadas abordagens individualizadas por meio de jogos interativos com as crianças e adolescentes na sala de espera, visando melhor compreensão das orientações.

Foi aplicado questionário para avaliar o padrão alimentar, frequência de atividade física, tempo de tela e tempo de sono.

3- Não foram realizados vídeos educativos neste período, uma vez que o aparelho de TV do ambulatório não foi disponibilizado.



III - Apresentação e discussão sucinta dos resultados obtidos, informando o avanço, teórico, experimental ou prático obtido pela atividade de extensão, deixando claros aspectos como impacto e abrangência social, interdisciplinaridade, publicidade e o impacto na formação dos estudantes.

A preparação do material educativo e exposição individualizada, fora do contexto do consultório, trouxe uma nova experiência aos estudantes e ampliou o público alvo para orientações sobre desenvolvimento infantil, importância do acompanhamento pediátrico, da caderneta de saúde da criança e sobre a importância de uma alimentação saudável.

A análise realizada, por meio de um questionário, com crianças e adolescentes que frequentaram a sala de espera durante o projeto de extensão revelou informações importantes sobre seus hábitos alimentares e estilos de vida.

Dos entrevistados, a totalidade (100%) afirmava fazer as duas principais refeições do dia, que são almoço e jantar, mas apenas 72% realizavam o desjejum, o que indica uma falta de hábito saudável logo no início do dia.

Além disso, constatou-se que somente 54,5% das crianças e adolescentes incluíam legumes e verduras em suas dietas, o que representa uma baixa adesão a hábitos alimentares saudáveis. O fato de 63,7% dos entrevistados considerarem o padrão alimentar de suas famílias inadequado reforça a necessidade de intervenções educativas.

Em relação à atividade física, 82% dos participantes se envolviam em esportes, com o futebol sendo a prática mais popular. No entanto, 36,4% dos jovens realizavam atividade física por menos de 60 minutos e menos de 5 vezes por semana, o que indica que, apesar de uma boa parte estar envolvida em atividades esportivas, muitas não atingem as recomendações mínimas para a prática regular de exercícios.

O tempo de uso de telas também é alarmante, com 18,2% utilizando dispositivos por mais de 2 horas por dia, um fator que pode contribuir para o sedentarismo e impactos negativos na saúde. Além disso, 45,5% dos entrevistados relataram dormir após as 22h, o que pode afetar a qualidade do sono e, conseqüentemente, a saúde geral e o desempenho escolar.

Diante dessas constatações, foram realizadas orientações com as crianças, adolescentes e seus responsáveis sobre a importância de manter um padrão alimentar saudável, os riscos associados ao tempo excessivo de tela, os perigos do sedentarismo e a relevância de um sono adequado. Essas intervenções podem ajudar a promover mudanças positivas nos hábitos e na qualidade de vida dos participantes, visando uma saúde melhor a longo prazo.

A satisfação dos adolescentes foi avaliada pela tabela de Likert, sendo considerado ótimo e bom.



IV - Relacione os principais fatores negativos e positivos que interferiram na execução da atividade.

- Positivos:

A abordagem por meio de jogos interativos e entrevista com pacientes e responsáveis legais trouxeram muitas informações e promoveu engajamento, reforçando as orientações.

A preparação do material educativo e exposição, fora do contexto do consultório, trouxe uma nova experiência aos estudantes, reforçou o conhecimento em temas importantes na pediatria e ampliou a divulgação de orientações.

- Negativos:

Dificuldade em passar vídeos educativos na TV do ambulatório, devido ao barulho, o que poderia atrapalhar o atendimento.

Impossibilidade de agrupar todos para que assistissem o vídeo e palestras, pois como estão aguardando a chamada para consulta, o tempo disponível variava entre os frequentadores do ambulatório.

Alguns responsáveis legais respondiam ao questionário e a criança/adolescente não tinha espaço para se manifestar.

V – Equipe: Preencha o quadro abaixo, informando discentes, docentes, técnicos e voluntários externos envolvidos no período:

OBS: Os dados apresentados no relatório devem ser os mesmos cadastrados na aba equipe do SIGEX (Portal de Projetos) e devem estar atualizados.

1. Informar os nomes dos bolsistas de Extensão:

PIBEX:

Não se aplica

PAEPE:

Não se aplica

2. Informar os nomes dos alunos voluntários:

Alonzo Armani Prata  
Amanda da Silva Barreiros  
Amanda Reis Flores  
Ana Luiza dos Santos Machado Costa  
Ana Karolyne da Silva Moreira  
Beatriz Gomes da Fonseca  
Beatriz Nicolli Ferreira  
Belina Solina Kersanach  
Bianca Garcia Sardi  
Brenda Comper  
Breno Souza Paiva  
Bruna Bolzano Ribeiro  
Caio Lino Verissimo dos Santos Silva  
Carlos Eduardo de Nadei  
Catherine Pansollo  
Daniel Drago Rosário Santos  
Daniel Mariani Favalassa  
Daniello Consalêncio Pagano Garcel  
Davi Cavalcante Silva  
Eduarda Ferro Firme Pena  
Eduarda Vitória da Costa Silva  
Estefany de Paula Paiva  
Fabio Victor Vieira Rocha  
Felipe Presente  
Gabriela Sá Teodoro Segal  
Gênese Fairana Godeline Essali  
Giulia de Souza Cupertino de Castro  
Guilherme Marques Nunes Mamede  
Hugo Secomandi Songhet Neto  
Igor Flávio Gonçalves do Vale  
Ivo Gabriel Ribeiro Carvalho  
Jacqueline Morfardini da Silva  
João Magno Viana Telles  
João Pedro Foresti Rodrigues  
João Pedro Sanchelli Cinegas  
Julia Cassparini Ribeiro  
Julia Salarini Carneiro  
Julia Silva César Mozzer  
Julia Vira de Sá



3. Informar os nomes dos voluntários internos ou externos:

VI - Relacionar formas de apoio nos 2 (dois) últimos anos, incluindo a obtenção de recursos financeiros junto a órgãos de fomento nacionais, internacionais ou estrangeiros.

NÃO

SIM

UFES

CAPES

FEST

FUCAM

CNPQ

OUTROS

Especifique o tipo de recurso:

VII - O coordenador possui atribuição de carga horária aprovada pelo Departamento/Unidade?

NÃO

SIM: (ESPECIFIQUE) **Em reunião recente foi aprovada atribuição de 1h/semanal**

VIII - Contatos nacionais e internacionais efetivamente ocorridos em função da atividade, como: convênios, pesquisadores visitantes, etc. (nome, especialidade, instituição, país e tipo de colaboração).



IX - Informe possíveis trabalhos publicados e/ou aceitos para publicação no período, relacionados com a atividade em pauta: livros, capítulos de livros, artigos em periódicos nacionais e internacionais, resumos em congressos, reuniões científicas e semelhantes. Use as indicações em anexo para o registro de cada trabalho.

**Anexe a primeira página dos trabalhos publicados** (observar a necessidade de citação da UFES/PROEX como agência de suporte financeiro na publicação).

- Indicar claramente entre os autores dos trabalhos, quando for o caso, os bolsistas e os voluntários. (se necessário, use folha extra).

X - Patente ou registro de invenção ou técnica (informar o título, se a patente é nacional, internacional ou "joint ventures" e outros dados que julgar adequados):



XI – Informar outras atividades extensionistas, científicas ou administrativas que julgar pertinentes no período: organização ou participação em eventos científicos, consultorias, assessorias a órgãos de fomento, etc. - Citar premiações obtidas em função do desenvolvimento da atividade de extensão (título do prêmio, quem outorgou, data, local); honrarias acadêmicas; (se necessário use folha extra).

#### INSTRUÇÕES:

- 1- É necessário anexar documentação comprobatória ao processo, como fotografias, matérias jornalísticas, arquivos digitais e/ou produções como, por exemplo, livros, cartazes, panfletos, folders, links de sites, manuais e outros que comprovem a execução da ação de extensão.
- 2- Todos os relatórios deverão ser aprovados pelas suas respectivas Câmaras Departamentais. Caso a ação envolva recursos financeiros captados pela ação por meio da Ufes ou por Fundações de Apoio, também é necessária a aprovação pelo Conselho Departamental do Centro de Ensino.
- 3- Quando se tratar de servidor técnico-administrativo é necessário concordância expressa da chefia imediata em relação à apresentação do relatório.
- 4- Não deixar nenhum campo do formulário de relatório em branco. Caso não tenha ocorrido na atividade em questão, esclarecer que "não", "não houve", "não se aplica".
- 5- O formulário de relatório deve ser assinado digitalmente (via protocolo UFES) pelo coordenador da ação de extensão.

**Declaro, sob minha inteira responsabilidade e sob as penas da legislação pertinente, que as informações contidas no presente Relatório são exatas, verdadeiras e completas.**

12/08/2024

Local e Data

Nome e Assinatura do(a) Coordenador(a)

A assinatura deve ser digital via sistema de protocolo UFES (Lepisma)



UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESPÍRITO SANTO

**PROTOCOLO DE ASSINATURA**



O documento acima foi assinado digitalmente com senha eletrônica através do Protocolo Web, conforme Portaria UFES nº 1.269 de 30/08/2018, por  
JOSEANE CHIABAI - SIAPE 2546512  
Departamento de Pediatria - DPE/CCS  
Em 24/09/2024 às 09:56

Para verificar as assinaturas e visualizar o documento original acesse o link:  
<https://api.lepisma.ufes.br/arquivos-assinados/996606?tipoArquivo=O>