

18 e 19 de Set/2024



16° Encontro Sabores e Saberes

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e
Sustentáveis

**CADERNO DO ENCONTRO
SABORES E SABERES**

16ª EDIÇÃO - 2024

Realização



Organização



PR2 PR7



Apoio



SOBRE O EVENTO:

O Instituto de Nutrição Josué de Castro/INJC, em parceria com a Pró-Reitoria de Pós-Graduação e Pesquisa (PR2) e do Sistema de Alimentação da UFRJ/Restaurantes Universitários/PR7 e apoio da Pró-Reitoria de Extensão (PR5) da Universidade Federal do Rio de Janeiro oferece, desde 2009, o evento Encontro Sabores e Saberes como parte das comemorações do Dia Mundial da Alimentação, criado pela Organização para Agricultura e Alimentação das Nações Unidas – FAO –, para marcar a luta contra a fome mundial e o estímulo à produção de alimentos do planeta e aos produtores rurais.

O evento trata de assuntos relacionados à alimentação, meio ambiente e sustentabilidade, articulando-os com os temas propostos para discussão, a cada ano, pela Organização das Nações Unidas – ONU conjugados com os Objetivos do Desenvolvimento Sustentável e tendo a segurança alimentar como debate transversal.

O 16º Encontro Sabores e Saberes ocorreu nos dias 18 e 19 de setembro de 2024 e foi realizado na modalidade remota. A programação contou com palestras, relatos de experiências e apresentação oral de trabalhos científicos que receberam menção honrosa.

O tema central, “Fortalecendo os sistemas alimentares saudáveis e sustentáveis”, é pauta de grande interesse da humanidade e que vai ao encontro da declaração das Nações Unidas para o período 2021-2030, como a Década das Nações Unidas da Restauração de Ecossistemas, um apelo para a proteção e revitalização dos ecossistemas em todo o mundo, diante dos desafios das mudanças climáticas e das grandes desigualdades sociais presentes em muitas nações do planeta. Corrigir os sistemas alimentares no ritmo e escala necessários para conter as crises climáticas e de biodiversidade enfrentadas na atualidade dependerá, em grande medida, da forma de produção dos alimentos.

Todos os trabalhos aprovados pela comissão científica encontram-se em exposição no formato de pôsteres eletrônicos e podem ser acessados no site do evento (<https://saboresesaberes.injc.ufrj.br/>).

O presente caderno é uma coletânea dos resumos dos trabalhos em exposição e, também, dos contemplados com menção honrosa e apresentados em sessão oral durante a programação.

Até a próxima edição do Encontro Sabores e Saberes!

**Todas as informações constantes nos resumos são da responsabilidade dos autores.*

***É proibida a reprodução total ou parcial dos trabalhos publicados neste caderno de resumos sem a prévia autorização dos autores e da organização do evento.*

EDITORAS

Profa. Dra. Elizabeth Accioly – INJC/UFRJ

Profa. Msc. Camila das Neves Didini – Doutoranda em Alimentos e Nutrição/UNIRIO

COMISSÃO ORGANIZADORA

Profa. Dra. Elizabeth Accioly – INJC/UFRJ (Coordenadora do evento)

Profa. Dra. Maria Eliza Assis dos Passos - INJC/UFRJ

Profa. Dra. Tatiana S. Feijó Cardozo - INJC/UFRJ

Profa. Dra. Leticia Ferreira Tavares – INJC/UFRJ

Profa. Msc. Camila das Neves Didini – Doutoranda em Alimentos e Nutrição/UNIRIO

Dra. Renata Machado – SIA/UFRJ

Raphael da Silva Cavalcante – Divisão de Integração Acadêmica e Comunicação/Pró-Reitoria de Pós-graduação e Pesquisa da UFRJ

Marcelo Henrique Dias Siqueira - Divisão de Integração Acadêmica e Comunicação/Pró-Reitoria de Pós-graduação e Pesquisa da UFRJ

ALUNOS EXTENSIONISTAS

Bianca Leal de Melo - Graduação em Nutrição/UFRJ

Victória Queiroz de Araújo - Graduanda em Nutrição/UFRJ

Giovanna Anunciação Lucchini - Graduação em Nutrição/UFRJ

Giovana Oliveira Rodrigues da Costa - Graduação em Nutrição/UFRJ

Raquel Silva de Souza Marins - Graduação em Nutrição/UFRJ

COMISSÃO AVALIADORA DE RESUMOS

Alessandra da Silva Pereira - Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro/UNIRIO, RJ

Alessandra Guarany – Centro Universitário La Salle do Rio de Janeiro/UniLasalle, RJ

Ana Cláudia Mazzonetto - Universidade do Estado do Rio de Janeiro/UERJ, RJ

Ana Paula Fernandes Gomes - Universidade Federal do Rio de Janeiro/UFRJ, RJ

Anderson Carvalho dos Santos – Universidade do Estado da Bahia/UNEB, BA

Antônio Jorge Ribeiro da Silva – Universidade Federal do Rio de Janeiro/UFRJ, RJ

Arlene Gaspar – Universidade Federal do Rio de Janeiro- Campus UFRJ Macaé, RJ

Clarissa Magalhães - Universidade do Estado do Rio de Janeiro/UERJ, RJ

Claudia Valéria Cardim da Silva – Universidade do Estado do Rio de Janeiro/UERJ, RJ

Daniela Menezes Neiva Barcellos – Núcleo de Estudos sobre Cultura e Alimentação/NECTAR– Universidade do Estado do Rio de Janeiro/UERJ, RJ

Daniela Sanches Frozi - Programa de Pós-graduação de Políticas Públicas de Saúde/Fiocruz Brasília/DF

Débora Martins Santos – Universidade do Estado do Rio de Janeiro/UERJ, RJ

Fabiana Bom Kraemer – Universidade do Estado do Rio de Janeiro/UERJ, RJ

Giane Moliari do Amaral Serra – Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro/UNIRIO, RJ

Isabelle Paes Leme de Castro Esperança - Universidade Estácio de Sá/UNESA, RJ

Jane de Carlos Santana Capelli - Universidade Federal do Rio de Janeiro/UFRJ-Macaé, RJ

José Filipe Tavares – Centro Universitário UNIESP, PB

Juliana de Oliveira Ramadas Rodrigues - Centro Federal de Educação Tecnológica Celso Suckow da Fonseca/CEFET,RJ

Juliana Pereira Casemiro – Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro/UERJ, RJ

Luana Gonçalves Limoeiro - Centro Universitário La Salle do Rio de Janeiro/UniLasalle, RJ

Lucia Maria Jaeger de Carvalho – Universidade Federal do Rio de Janeiro/UFRJ, RJ

Luciana Maldonado - Universidade do Estado do Rio de Janeiro/UERJ, RJ

Luciana Ribeiro Trajano Manhães – Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro/UNIRIO, RJ
Manoela Peçanha da Penha – Universidade Federal Fluminense/UFF, RJ
Manuela de Sá Pereira Colaço Dias - Centro Universitário La Salle do Rio de Janeiro/UniLasalle, RJ
Marco Aurélio de Souza Piccoli - Centro Universitário La Salle do Rio de Janeiro/UniLasalle, RJ
Maria das Graças Gomes Azevedo Medeiros – Universidade Federal Fluminense/UFF, RJ
Maria Helena Hasselmann - Universidade do Estado do Rio de Janeiro/UERJ, RJ
Maria Lucia Teixeira Polônio – Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro/UNIRIO, RJ (aposentada)
Mônica de Souza Lima Sant Anna - Universidade Federal do Rio de Janeiro/UFRJ-Macaé, RJ
Naiara Sperandio - Universidade Federal do Rio de Janeiro/UFRJ-Macaé, RJ
Patrícia Camacho – Universidade Federal Fluminense/UFF, RJ
Rafaela Karen Fabri - Universidade do Estado do Rio de Janeiro/UERJ, RJ
Roberta Soares Casaes – Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro/ UFRJ-Macaé, RJ
Rosa Maria de Sá Alves – Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro/UNIRIO, RJ
Susana Moreira Padrão – Universidade do Estado do Rio de Janeiro/UERJ, RJ
Vanessa Schottz Rodrigues - Universidade Federal do Rio de Janeiro/UFRJ-Macaé, RJ
Victor Jonas Esperança - Universidade Estácio de Sá/UNESA, RJ
Walison Fábio Rogério – Universidade Federal da Bahia/UFBA, BA



SABORES e
SABERES



SABORES e SABERES

E56 Encontro Sabores e Saberes (16. : 2024 : Rio de Janeiro, RJ)
Caderno do Encontro Sabores e Saberes [recurso eletrônico] : fortalecendo sistemas alimentares saudáveis e sustentáveis. – Rio de Janeiro : UFRJ, Instituto de Nutrição Josué de Castro : UFRJ, Pró-reitoria de Pós-graduação e Pesquisa, 2024.

1 recurso eletrônico (214 p. : il. color.) : digital

1. Nutrição - Congressos. 2. Alimentação - Congressos.
I. Universidade Federal do Rio de Janeiro. Instituto de Nutrição Josué de Castro. II. Título. III. Título:
Fortalecendo sistemas alimentares saudáveis e sustentáveis.

CDD: 613.2

Ficha catalográfica elaborada por Maria Luiza Cavalcanti Jardim
(CRB7/1878)

ÍNDICE RESUMOS

Eixo: Agroecologia

<u>Título</u>	<u>Pág.</u>
CADERNO DE EXPERIÊNCIAS DA ESCOLA POPULAR DE AGROECOLOGIA: UMA EXPERIÊNCIA DE CONSTRUÇÃO COMPARTILHADA DE CONHECIMENTO	15
EXPLORANDO OS SENTIDOS EM OFICINA CULINÁRIA: AVALIAÇÃO SENSORIAL DE PREPARAÇÕES ALIMENTARES COM PLANTAS ALIMENTÍCIAS NÃO CONVENCIONAIS	17
FEIRAS AGROECOLÓGICAS INSTITUCIONAIS: UM ESPAÇO POTENTE DE PROMOÇÃO DA CULTURA ASSOCIADA À CIDADE, À AGRICULTURA E AOS POVOS ORIGINÁRIOS	20
FESTIVAL CULTURAL DA AGROBIODIVERSIDADE - FESTA DA PARTILHA DE SEMENTES E MUDAS DE NOVA IGUAÇU/RJ, SEUS SABERES E FAZERES, E A SUA CONTRIBUIÇÃO A CULTURA ALIMENTAR	22
HORTAS AGROECOLÓGICAS: O PROCESSO DE ENGAJAMENTO DE UMA COMUNIDADE EM PROL DE UMA ALIMENTAÇÃO ADEQUADA E SAUDÁVEL	25
MINHOCULTURA: UMA ALTERNATIVA ORGÂNICA DE ADUBAÇÃO	27
OFICINA DE PLANTAS ALIMENTÍCIAS NÃO CONVENCIONAIS: UMA ABORDAGEM AOS DISCENTES DO CURSO DE NUTRIÇÃO	29
VIVÊNCIAS AGROECOLÓGICAS: DESAFIOS E APRENDIZADOS SOBRE UMA HORTA NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE	32

Eixo: Alimentação, História e Cultura

<u>Título</u>	<u>Pág.</u>
COMIDA É DIREITO, É AFETO, É MEMÓRIA, COMIDA CONTA HISTÓRIA: RELATO DE EXPERIÊNCIA EM UM ESPAÇO DE DESENVOLVIMENTO INFANTIL (EDI)	34

ELABORAÇÃO DE PRODUTOS COM AMORA COMO PROPOSTA DE RESGATE DA CULTURA DESSE FRUTO PARA A GASTRONOMIA DE SEROPÉDICA/RJ 37

FESTIVAL SABORES DE CABO FRIO: VALORIZAÇÃO DA CULTURA LOCAL OU NACIONAL? 🏆 40

PERIFACIÊNCIA: INTERCÂMBIO ENTRE O SABER CIENTÍFICO E O SABER POPULAR DAS FEIRAS DA PERIFERIA DO RIO DE JANEIRO. 42

SÓ CACAU: A CACAUICULTURA CABRUCÁ DE CAMACÃ NA BAHIA SOB A PERSPECTIVA DECOLONIAL. 44

UM PÉ NA COZINHA: NUTRIÇÃO, CIÊNCIA E COLONIALIDADE 47

Eixo: Alimentação, inovação e responsabilidade social

<u>Título</u>	<u>Pág.</u>
DA TERRA À MESA: DESENVOLVIMENTO DE PREPARAÇÕES CULINÁRIAS COM PRODUTOS DA AGRICULTURA FAMILIAR DA CIDADE DE CABO FRIO/RJ	49
GESTÃO DO PERFIL EM REDE SOCIAL DE UM PROJETO DE EXTENSÃO EM ALIMENTAÇÃO COLETIVA : CONTEÚDOS E MÉTRICAS DE ENGAJAMENTO	51
POR UMA POLÍTICA DE DESENVOLVIMENTO DE COMPETÊNCIAS SOCIAIS ANTITRANSFÓBICAS JUNTO AOS/PARA OS INSTRUTORES DE GASTRONOMIA 🏆	54
RESPONSABILIDADE SOCIAL E A EXTENSÃO NA EDUCAÇÃO SUPERIOR: CASO DO CURSO DE TECNOLOGIA EM GASTRONOMIA	57
SEMINÁRIO TRANSGARÇONNE: COMUNICANDO A EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA 🏆	60

Eixo: Biodiversidade e Alimentação

<u>Título</u>	<u>Pág.</u>
PERFIL E PREDOMINÂNCIA DOS ALIMENTOS REGIONAIS E DA SOCIOBIODIVERSIDADE NAS CHAMADAS PÚBLICAS E CARDÁPIOS DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DE MUNICÍPIOS DO RIO DE JANEIRO.	63

Eixo: Ciência e tecnologia de alimentos

<u>Título</u>	<u>Pág.</u>
ANÁLISE DA INGESTÃO DE POLIFENÓIS PRESENTES NA ALIMENTAÇÃO DE MULHERES COM ENDOMETRIOSE	66
COZINHANDO SABERES: A UTILIZAÇÃO DE PANCS QUILOMBOLAS EM PREPARAÇÕES SAUDÁVEIS E ADEQUADAS	68
ELABORAÇÃO E ANÁLISE SENSORIAL DE UM ALIMENTO VEGETAL TIPO “QUEIJO” À BASE DE AQUAFABA DE ERVILHA VERDE (PISUM SATIVUM, L.)	71
MERCADO PLANT-BASED: LEVANTAMENTO DE BEBIDAS VEGETAIS COMERCIALIZADAS NO RIO DE JANEIRO - BRASIL	73
PROMOVENDO A ASSOCIAÇÃO ENTRE A CIÊNCIA DE ALIMENTOS E A GASTRONOMIA SOCIAL NO PROJETO SUPERAÇÃO NA COZINHA	75
PROTOCOLO DE OBTENÇÃO DE BIOMASSA DE BANANA VERDE PARA ELABORAÇÃO DE BOLO DE CANECA COMO FONTE DE PREBIÓTICOS	78

Eixo: Educação Alimentar e Nutricional

<u>Título</u>	<u>Pág.</u>
AÇÕES DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL COM ESTUDANTES DO ENSINO MÉDIO DO INSTITUTO FEDERAL FLUMINENSE CAMPUS CABO FRIO	80
ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS MAIS CONSUMIDOS PELOS ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS DE UM RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO NO RIO DE JANEIRO: VOCÊ SABE O QUE ESTÁ CONSUMINDO?	83
ATIVIDADE DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL REALIZADA COM TRABALHADORES DE UM RESTAURANTE NA ZONA SUL DO RIO DE JANEIRO.	86
ATIVIDADES EDUCATIVAS E ESTÍMULO À MEMÓRIA ALIMENTAR DE IDOSOS ATIVOS, EM UM HOSPITAL UNIVERSITÁRIO NO RIO DE JANEIRO	88
CALENDÁRIO DE SAZONALIDADE AGRÍCOLA COMO INSTRUMENTO DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL	90

DESENVOLVIMENTO DE MATERIAIS EDUCATIVOS PELO PROJETO DE EXTENSÃO GASTRONOMIA NA PROMOÇÃO DA SAÚDE PARA CRIANÇAS COMO FERRAMENTA DE FOMENTO A HÁBITOS ALIMENTARES SAUDÁVEIS	92
EAN NA INFÂNCIA UMA FORMA LÚDICA DE ENSINAR	94
ELABORAÇÃO DE MATERIAL DIDÁTICO CONTENDO PRÁTICAS EDUCATIVAS SOBRE SUSTENTABILIDADE EM UNIDADES DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO: CONTRIBUIÇÕES DO PROJETO DE PRODOCÊNCIA.	96
ELABORAÇÃO DE UM GUIA EDUCATIVO PARA NUTRICIONISTAS SOBRE O USO DO INSTAGRAM COMO MEIO DE PROMOÇÃO DE EDUCAÇÃO NUTRICIONAL EM SAÚDE DA MULHER E ALIMENTOS FUNCIONAIS	99
ENVOLVIMENTO DE SABERES: UM ENCONTRO ENTRE O ENSINO EM NUTRIÇÃO COM O CUIDADO À TERRA QUILOMBOLA	102
FATORES QUE INFLUENCIAM O COMPORTAMENTO ALIMENTAR DE CRIANÇAS EM IDADE PRÉ-ESCOLAR	105
O INSTAGRAM COMO FERRAMENTA DE PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO ADEQUADA E SAUDÁVEL E ESCOLHAS ALIMENTARES BASEADAS EM ALIMENTOS FUNCIONAIS	107
OFICINA CULINÁRIA COMO FERRAMENTA DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL PARA GRUPOS DE CONVIVÊNCIA NA TERCEIRA IDADE	110
PERFIL DOS ESTILOS PARENTAIS PREVALENTES EM RESPONSÁVEIS POR PRÉ-ESCOLARES EM UMA CRECHE FILANTRÓPICA	113
PLANTANDO MAIS QUE MUDAS: UMA ESTRATÉGIA EDUCATIVA EM JARDIM GRAMACHO	116
POR TRÁS DO PRATO: A GARANTIA DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL, DE QUALIDADE E FÁCIL ACESSO PELO RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO DA UFRJ	119
RELAÇÃO DO ESTILO DOS PAIS DURANTE AS REFEIÇÕES E O COMPORTAMENTO ALIMENTAR DE PRÉ-ESCOLARES	122
RESGATE A CULTURA DOS CHÁS: UMA EDUCAÇÃO NUTRICIONAL COM A TERCEIRA IDADE	124

RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO É LUGAR DE PESQUISA E DE EDUCAÇÃO TAMBÉM: A GENTE NÃO QUER SÓ COMIDA.	126
---	-----

ROTULAGEM NUTRICIONAL FRONTAL NA EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA	129
---	-----

Eixo: Erradicação da pobreza e geração de renda

<u>Título</u>	<u>Pág.</u>
CURSO DE HOSPITALIDADE TRANSGARÇONNE: DESAFIOS DA EXTENSÃO NA FORMAÇÃO PROFISSIONAL	132
GASTRONOMIA E JUSTIÇA SOCIAL (GASTROJUS): AUTOAVALIAÇÃO, MOTIVAÇÃO E PERSPECTIVAS NA CAPACITAÇÃO DE SOBREVIVENTES DO CÁRCERE 🇮🇧	135

Eixo: Perdas, desperdícios e aproveitamento de alimentos

<u>Título</u>	<u>Pág.</u>
APROVEITAMENTO INTEGRAL DO ALIMENTO COMO ESTRATÉGIA NUTRINIONAL, AMBIENTAL E SUSTENTÁVEL: UM RELATO DE EXPERIENCIA	137
AVALIAÇÃO DO RESTO INGESTÃO EM UM RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO LOCALIZADO NA CIDADE DO RIO DE JANEIRO	140
DESPERDÍCIO DE ALIMENTOS: UMA ANÁLISE DA SOBRA LIMPA E DO RESTO DAS REFEIÇÕES PRINCIPAIS OFERTADAS EM UMA ESCOLA MUNICIPAL DE CAMPINAS-SP	142
NUTRIÇÃO EM AÇÃO: ESTRATÉGIAS PARA O APROVEITAMENTO INTEGRAL DOS ALIMENTOS	145

Eixo: Segurança Alimentar e Nutricional

<u>Título</u>	<u>Pág.</u>
A RELAÇÃO DA INSEGURANÇA ALIMENTAR E EXCESSO DE PESO EM FAMÍLIAS NO MUNICÍPIO DO RIO DE JANEIRO 🇮🇧	148

ACESSO E CONSUMO DOS MARCADORES DA ALIMENTAÇÃO ENTRE INDIVÍDUOS ATENDIDOS PELA NUTRIÇÃO NA EMULTI DO MUNICÍPIO DO RIO DE JANEIRO.	150
ALIMENTOS OFERTADOS EM UMA ESCOLA PÚBLICA DO MUNICÍPIO DE CAMPINAS-SP: UMA ANÁLISE SEGUNDO A CLASSIFICAÇÃO NOVA E A RESOLUÇÃO Nº 6/2020 DO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR	153
ANÁLISE DO PERCENTUAL DE COMPRAS PROVENIENTES DA AGRICULTURA FAMILIAR NOS MUNICÍPIOS DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO	156
APOIO SOCIAL ASSOCIADO À INSEGURANÇA ALIMENTAR EM GESTANTES COM INDICAÇÃO DE RISCO ATENDIDAS EM UM HOSPITAL DE REFERÊNCIA NO RIO DE JANEIRO, BRASIL	158
ASSOCIAÇÃO DA OMISSÃO DE REFEIÇÕES E OS MARCADORES DA ALIMENTAÇÃO ENTRE ADOLESCENTES DE ESCOLAS PÚBLICAS DO RIO DE JANEIRO.	161
ASSOCIAÇÃO ENTRE O LOCAL DE MORADIA COM STATUS DE PESO, NÍVEIS DE ATIVIDADE FÍSICA E O PERFIL LIPÍDICO DE ESCOLARES DO MUNICÍPIO DE RIO DAS OSTRAS, RJ.	164
AVALIAÇÃO DAS BOAS PRÁTICAS NO RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO DE UMA UNIVERSIDADE PÚBLICA DA CIDADE DO RIO DE JANEIRO	166
IMPORTÂNCIA DAS PEQUENAS REFEIÇÕES PARA A OBTENÇÃO DE CÁLCIO	169
JANTAR ALTERNATIVO: MANTENDO A QUALIDADE NUTRICIONAL PARA UM GRUPO DE CONVIVÊNCIA DA TERCEIRA IDADE	171
MONITORAMENTO DO TEMPO E TEMPERATURA DAS REFEIÇÕES NO RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO DE UMA UNIVERSIDADE PÚBLICA NO RIO DE JANEIRO	174
O GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRA NO PLANEJAMENTO DE REFEIÇÕES SAUDÁVEIS.	177
PLANO DE AÇÃO ANUAL E ROTEIRO DE VISITA DOS CONSELHOS DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR: PERSPECTIVAS DOS CONSELHEIROS DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DE MUNICÍPIOS DO RIO DE JANEIRO	179
PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO COMO ESTRATÉGIA DE SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL: RELATO DE UM PROJETO DE EXTENSÃO ALINHADO AOS ODS	182

VISTAS A DIETA SAUDÁVEL E SUSTENTÁVEL: ANÁLISE DO CONSUMO ALIMENTAR DE ATLETAS DE DIFERENTES MODALIDADES ESPORTIVAS DE MACAÉ-RJ COM BASE NA CLASSIFICAÇÃO NOVA	184
--	-----

Eixo: Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis


<u>Título</u>	<u>Pág.</u>
CARDÁPIOS ESCOLARES: AVALIAÇÃO DA QUALIDADE NUTRICIONAL SEGUNDO IQ COSAN (ÍNDICE DE QUALIDADE EM SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL)	187
CULINÁRIA SUSTENTÁVEL: OFICINAS COM ENFOQUE EM LEGUMINOSAS	189
DIVERSIDADE ALIMENTAR NOS CIRCUITOS CURTOS DE COMERCIALIZAÇÃO: ESTUDO DE CASO DA ESPARRAMA - REDE DE COMERCIALIZAÇÃO SOLIDÁRIA DA RAMA	191
GUIAS ALIMENTARES PARA LACTENTES NA AMÉRICA LATINA E CARIBE: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA	193
METODOLOGIA PARA ELABORAÇÃO DE UM SERVIÇO GASTRONÔMICO SUSTENTÁVEL	195
PLANEJAMENTO DA INCLUSÃO DE PLANTAS ALIMENTÍCIAS NÃO CONVENCIONAIS (PANCS) NOS CARDÁPIO DE UM RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO DE UMA UNIVERSIDADE PÚBLICA	198

Eixo: Sustentabilidade Ambiental e Alimentação

<u>Título</u>	<u>Pág.</u>
AÇÕES PARA SENSIBILIZAÇÃO SOBRE O MANEJO DE RESÍDUOS NO AMBIENTE ALIMENTAR ESCOLAR DO INSTITUTO FEDERAL FLUMINENSE CAMPUS CABO FRIO, RJ.	201
DIAGNÓSTICO DOS RESÍDUOS SÓLIDOS ORGÂNICOS EM UM SERVIÇO DE ALIMENTAÇÃO PERMISSONÁRIO DA UNIVERSIDADE FEDERAL FLUMINENSE	203
ELABORAÇÃO DE UM E-BOOK PARA ATLETAS NA PERSPECTIVA DO GUIA ALIMENTAR DA POPULAÇÃO BRASILEIRA: ALIMENTAÇÃO ADEQUADA, SAUDÁVEL E SUSTENTÁVEL	206

GERENCIAMENTO DO CUIDADO NAS HORTAS ESCOLARES DURANTE
O RECESSO: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA NAS ESCOLAS DA REGIÃO DOS LAGOS 209

MANEJO DE RESÍDUOS SÓLIDOS ORGÂNICOS: ATIVIDADE PRÁTICA DE
ELABORAÇÃO DE COMPOSTEIRA COM ALUNOS ADULTOS EM PROCESSO DE ALFABETIZAÇÃO 212

 Esse símbolo, ao lado do título do trabalho, sinaliza aqueles que receberam menção honrosa da comissão científica e foram apresentados em sessão oral no evento.



CADERNO DE EXPERIÊNCIAS DA ESCOLA POPULAR DE AGROECOLOGIA: UMA EXPERIÊNCIA DE CONSTRUÇÃO COMPARTILHADA DE CONHECIMENTO

RAIANE SILVA DA PENHA; JULIANA PEREIRA CASEMIRO; FELIPE OLASAGASTI MACHADO;
GIULIA NEGROMONTE NUNES RODRIGUES; LIRYEL VITAL TAVARES DE SOUZA; JOYCE
EUGENIO ASSIS; JOÃO GABRIEL DO CARMO FRAGOSO DE OLIVEIRA

Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ)

olasagastifelipe@gmail.com

Introdução: A comunicação popular é estratégia relevante para o fortalecimento de experiências em agroecologia urbana. As universidades, sobretudo através de atividades extensionistas, podem contribuir de forma relevante para o estímulo de práticas agroecológicas em comunidades. O Caderno de Experiências da Escola Popular de Agroecologia é fruto de atuação de pesquisa e extensão universitária desenvolvida junto ao Centro de Integração da Serra da Misericórdia. **Objetivo:** Apresentar o Caderno de Experiências Escola Popular de Agroecologia e seu processo de construção. **Metodologia:** Trata-se dos resultados oriundos de uma pesquisa participante feita a partir de registros fotográficos e em diário de campo realizados no CEM no âmbito do projeto “Cultivando em Rede: Educação Popular, Agroecologia e Saúde em um território do Rio De Janeiro-RJ” aprovado pelo comitê de ética da Universidade Federal do Estado Do Rio de Janeiro (CAAE: 70035423.6.0000.5285). **Resultados:** O Caderno de Experiência foi uma demanda de lideranças do CEM com o intuito de divulgar e compartilhar experiências. Para a construção deste produto técnico foi utilizado acervo fotográfico e do diário de campo. O Caderno de Experiências é composto por uma capa, apresentação, introdução e atividades que descrevem a história e o território de atuação da Escola Popular de Agroecologia. Ao todo são 38 páginas de um material que será disponibilizado em formato PDF através de um link. A experiência proporcionou reconhecer a importância do envolvimento de práticas educativas com questões de acesso à alimentação saudável e sustentável, ancestralidade e afeto em espaços marcados pela violência e injustiça alimentar. **Conclusão:** A produção coletiva do Caderno de Experiência da Escola Popular de Agroecologia é uma ferramenta de grande importância para o (re)conhecimento da metodologia de educação popular utilizada e de seu potencial para o fortalecimento da agroecologia no território. Espera-se que o caderno contribua para a valorização e divulgação da experiência agroecológica apresentada na região bem como para motivar outras ações semelhantes em outros territórios.

Referências

Brasil. Portaria nº 2.761, de 19 de novembro de 2013. Institui a Política Nacional de Educação Popular em Saúde no âmbito do Sistema Único de Saúde (PNEPS-SUS).

Freire, P. Extensão ou comunicação? Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1997.

Pimentel, S.K. EM BUSCA DA UNIVERSIDADE POPULAR: reflexões sobre um bom encontro possível entre a pesquisa antropológica, a educação popular e a agroecologia. Cad CRH, 2023.

Palavras chaves: Agroecologia; Comunicação popular; Educação Alimentar e Nutricional.



16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

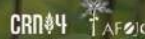
Realização



Organização



Apoio



CADERNO DE EXPERIÊNCIAS DA ESCOLA POPULAR DE AGROECOLOGIA: UMA EXPERIÊNCIA DE CONSTRUÇÃO COMPARTILHADA DE CONHECIMENTO

PENHA, Raiane¹; CASEMIRO, Juliana²; MACHADO, Felipe²; RODRIGUES, Giulia²; SOUZA, Liryl²;
ASSIS, Joyce²; OLIVEIRA, João Gabriel
EMAIL: Olasagastifelipe@gmail.com
UNIVERSIDADE DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO (UERJ)¹
Agroecologia

INTRODUÇÃO

A comunicação popular é estratégia relevante para o fortalecimento de experiências em agroecologia urbana. As universidades, sobretudo através de atividades extensionistas, podem contribuir de forma relevante para o estímulo de práticas agroecológicas em comunidades. O Caderno de Experiências da Escola Popular de Agroecologia é fruto de atuação de pesquisa e extensão universitária desenvolvida junto ao Centro de Integração da Serra da Misericórdia

OBJETIVOS

Apresentar o Caderno de Experiências Escola Popular de Agroecologia e seu processo de construção

METODOLOGIA

Trata-se dos resultados oriundos de uma pesquisa participante feita a partir de registros fotográficos e em diário de campo realizados no CEM no âmbito do projeto "Cultivando em Rede: Educação Popular, Agroecologia e Saúde em um território do Rio De Janeiro-RJ" aprovado pelo comitê de ética da Universidade Federal do Estado Do Rio de Janeiro (CAAE: 70035423.6.0000.5285).



RESULTADOS

O Caderno de Experiência foi uma demanda de lideranças do CEM com o intuito de divulgar e compartilhar experiências. Para a construção deste produto técnico foi utilizado acervo fotográfico e do diário de campo. O Caderno de Experiências é composto por uma capa, apresentação, introdução e atividades que descrevem a história e o território de atuação da Escola Popular de Agroecologia. Ao todo são 38 páginas de um material que será disponibilizado em formato PDF através de um link. A experiência proporcionou reconhecer a importância do envolvimento de práticas educativas com questões de acesso à alimentação saudável e sustentável, ancestralidade e afeto em espaços marcados pela violência e injustiça alimentar

CONCLUSÃO

A produção coletiva do Caderno de Experiência da Escola Popular de Agroecologia é uma ferramenta de grande importância para o (re)conhecimento da metodologia de educação popular utilizada e de seu potencial para o fortalecimento da agroecologia no território. Espera-se que o caderno contribua para a valorização e divulgação da experiência agroecológica apresentada na região bem como para motivar outras ações semelhantes em outros territórios.

REFERÊNCIAS

- Brasil. Portaria nº 2.761, de 19 de novembro de 2013. Institui a Política Nacional de Educação Popular em Saúde no âmbito do Sistema Único de Saúde (PNEPS-SUS).
- Freire, P. Extensão ou comunicação? Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1997.
- Pimentel, S.K. EM BUSCA DA UNIVERSIDADE POPULAR: reflexões sobre um bom encontro possível entre a pesquisa antropológica, a educação popular e a agroecologia. Cad CRH, 2023.

EXPLORANDO OS SENTIDOS EM OFICINA CULINÁRIA: AVALIAÇÃO SENSORIAL DE PREPARAÇÕES ALIMENTARES COM PLANTAS ALIMENTÍCIAS NÃO CONVENCIONAIS

ADRIELLY ALAIDE CABRAL PIRES, GIOVANA DA SILVEIRA REZENDE FERREIRA, JENNIFER CALAZANS DA CONCEIÇÃO, INGRID ALVES MOTTA, PATRÍCIA CAMACHO DIAS, DANIELE MENDONÇA FERREIRA, ROSEANE MOREIRA SAMPAIO BARBOSA, DANIELE DA SILVA BASTOS SOARES

Universidade Federal Fluminense (UFF)

adriellycabral@id.uff.br

INTRODUÇÃO/CONTEXTUALIZAÇÃO

As Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC) são um valioso recurso da biodiversidade brasileira, frequentemente subestimado. Elas oferecem uma alternativa nutritiva e acessível para enriquecer a culinária, promovendo a segurança alimentar e nutricional (JESUS et al., 2020). No Laboratório Aberto de Agroecologia, Nutrição e Tecnologia (LAANT) da Universidade Federal Fluminense (UFF), oficinas culinárias incentivam o cultivo agroecológico, a experimentação culinária e a análise sensorial de receitas com PANC. Essas atividades enriquecem a experiência gastronômica, a valorização das PANC como parte integral do cardápio diário e promovem uma alimentação mais saudável, sustentável e consciente (LIBERATO et al., 2019).

OBJETIVO

Avaliar a aceitabilidade de preparações alimentares com PANC desenvolvidas no contexto de uma oficina culinária no LAANT.

METODOLOGIA

A oficina culinária foi desenvolvida com 21 alunos de nutrição da UFF, começando com uma roda de conversa no LAANT, seguida da colheita de espécies alimentares. Os participantes, então, executaram preparações com as PANC recém-colhidas no Laboratório de Alimentos e Dietética da Faculdade de Nutrição da UFF, utilizando fichas técnicas de preparação. As preparações foram submetidas a testes de aceitabilidade através de escala hedônica verbal estruturada. Os resultados da avaliação foram expressos em percentuais de respostas, em relação ao número de participantes, e foram consideradas aceitas os atributos das preparações com resultados maiores que 70% nas respostas “gostei muito” e “gostei” (DUTCOSKY, 2019),

RESULTADOS

Foram realizadas as seguintes preparações com PANC: quiche de taioba, espaguete com molho pesto de taioba, charuto de chaya, risoto de chaya, bolo de cenoura com chaya, suco verde de hortelã e chaya, quibe vegano de abóbora com molho de hortelã, folha de batata doce à mineira, farofa de ovos com folha de batata doce e suco com folha de batata doce. Apenas duas preparações culinárias apresentaram resultados inferiores a 70% de aceitação, sendo essas a folha de batata doce “à mineira” para o atributo aroma, e o suco verde com folha de batata doce para todos os atributos. Todas as demais preparações foram consideradas aceitas em todos os atributos, com destaque para o bolo de cenoura com chaya, que obteve 100% de aceitação em todos os atributos, sendo a preparação mais aceita sensorialmente pelos participantes.

CONCLUSÃO/CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir da oficina culinária com a realização dos testes de aceitabilidade foi possível verificar a aceitabilidade da maior parte das preparações alimentares com PANC desenvolvidas bem como verificar na prática o potencial das PANC como alimentos nutritivos e versáteis para a culinária do dia a dia.

Referências

DUTCOSKY, S. D. Análise sensorial de alimentos. **Coleção exatas**, v. 4, n. 5, p. 540, 2019.

JESUS, B. et. al. PANCs - Plantas Alimentícias Não Convencionais, benefícios nutricionais, potencial econômico e resgate da cultura: uma revisão sistemática. **Enciclopédia biosfera**, v. 17, n. 33, p. 309-322, 2020.

LIBERATO, P.S.; LIMA, D.V.T.; SILVA, G.M.B. PANCs Plantas alimentícias não convencionais e seus benefícios nutricionais. **Environmental smoke**, v. 2, n. 2, p. 102-111, 2019.XXXXXXX

Palavras chaves: Plantas alimentícias não convencionais; oficinas; sustentabilidade; alimentação.





16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e
Sustentáveis



EXPLORANDO OS SENTIDOS EM OFICINA CULINÁRIA: AVALIAÇÃO SENSORIAL DE PREPARAÇÕES ALIMENTARES COM PLANTAS ALIMENTÍCIAS NÃO CONVENCIONAIS

CABRAL, Adrielly¹; FERREIRA, Giovana¹; CONCEIÇÃO, Jennifer¹; MOTTA, Ingrid¹; DIAS, Patricia¹; FERREIRA, Daniele¹; BARBOSA, Roseane¹. SOARES, Daniele¹.

UNIVERSIDADE FEDERAL FLUMINENSE ¹

adriellycabral@id.uff.br

Segurança Alimentar e Nutricional

INTRODUÇÃO

As Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC) são um valioso recurso da biodiversidade brasileira, frequentemente subestimado. Elas oferecem uma alternativa nutritiva e acessível para enriquecer a culinária, promovendo a segurança alimentar e nutricional (JESUS et al., 2020). No Laboratório Aberto de Agroecologia, Nutrição e Tecnologia (LAANT) da Universidade Federal Fluminense (UFF), oficinas culinárias incentivam o cultivo agroecológico, a experimentação culinária e a análise sensorial de receitas com PANC. Essas atividades enriquecem a experiência gastronômica, a valorização das PANC como parte integral do cardápio diário e promovem uma alimentação mais saudável, sustentável e consciente (LIBERATO et al., 2019).

OBJETIVO

Avaliar a aceitabilidade de preparações alimentares com PANC desenvolvidas no contexto de uma oficina culinária no LAANT.

MÉTODOS

A oficina culinária foi desenvolvida com 21 alunos de nutrição da UFF, começando com uma roda de conversa no LAANT, seguida da colheita de espécies alimentares. Os participantes, então, executaram preparações com as PANC recém-colhidas no Laboratório de Alimentos e Dietética da Faculdade de Nutrição da UFF, utilizando fichas técnicas de preparação. As preparações foram submetidas a testes de aceitabilidade através de escala hedônica verbal estruturada. Os resultados da avaliação foram expressos em percentuais de respostas, em relação ao número de participantes, e foram consideradas aceitas os atributos das preparações com resultados maiores que 70% nas respostas "gostei muito" e "gostei" (DUTCOSKY, 2019).

RESULTADOS

Foram realizadas as seguintes preparações com PANC: quiche de taioba, espaguete com molho pesto de taioba, charuto de chaya, risoto de chaya, bolo de cenoura com chaya, suco verde de hortelã e chaya, quibe vegano de abóbora com molho de hortelã, folha de batata doce à mineira, farofa de ovos com folha de batata doce e suco com folha de batata doce. Apenas duas preparações culinárias apresentaram resultados inferiores a 70% de aceitação, sendo essas a folha de batata doce "à mineira" para o atributo aroma, e o suco verde com folha de batata doce para todos os atributos. Todas as demais preparações foram consideradas aceitas em todos os atributos, com destaque para o bolo de cenoura com chaya, que obteve 100% de aceitação em todos os atributos, sendo a preparação mais aceita sensorialmente pelos participantes.

CONCLUSÃO

A partir da oficina culinária com a realização dos testes de aceitabilidade foi possível verificar a aceitabilidade da maior parte das preparações alimentares com PANC desenvolvidas bem como verificar na prática o potencial das PANC como alimentos nutritivos e versáteis para a culinária do dia a dia.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

DUTCOSKY, S. D. Análise sensorial de alimentos. Coleção exatas, v. 4, n. 5, p. 540, 2019. JESUS, B. et. al. PANCs - Plantas Alimentícias Não Convencionais, benefícios nutricionais, potencial econômico e resgate da cultura: uma revisão sistemática. Enciclopédia biosfera, v. 17, n. 33, p. 309-322, 2020. LIBERATO, P.S.; LIMA, D.V.T.; SILVA, G.M.B. PANCs Plantas alimentícias não convencionais e seus benefícios nutricionais. Environmental smoke, v. 2, n. 2, p. 102-111, 2019. AKUTSU, R. C.; BOTELHO, R. A.; CAMARGO, E. B.; OLIVEIRA, K. E.; ARAÚJO, S. W. C. A ficha técnica de preparação como instrumento de qualidade na produção de refeições. Rev. Nutr., Campinas, 18(2):277-279, mar./abr., 2005.

APOIO/FOMENTO: O presente estudo é fomentado pelo Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico- CNPQ.

FEIRAS AGROECOLÓGICAS INSTITUCIONAIS: UM ESPAÇO POTENTE DE PROMOÇÃO DA CULTURA ASSOCIADA À CIDADE, À AGRICULTURA E AOS POVOS ORIGINÁRIOS

PAMELA CARDOSO PEREIRA ROCHA, SUSANA MOREIRA PADRÃO, JORGINETE DE JESUS DAMIÃO, JÉSSICA ROSA MARINHO, LUCIANA AZEVEDO MALDONADO.

Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ)

pamela_cardoso96@hotmail.com

As feiras agroecológicas institucionais são espaços concebidos para a oferta e a comercialização de alimentos agroecológicos, de artesanato dos povos originários e de troca de saberes entre agricultores, feirantes e a comunidade universitária. As feiras se constituem, ainda, como estratégias importantes de apoio à agricultura familiar de base agroecológica, favorecendo práticas alimentares promotoras da saúde que contribuem para a soberania e a segurança alimentar e nutricional. No entanto, uma outra dimensão relevante que vem se consolidando, são as feiras como espaços de encontros socioculturais, onde são abordados e difundidos temas relacionados à cultura da cidade, da alimentação e da agroecologia, além de datas comemoradas pela sociedade e pelos movimentos sociais, tendo o sistema e o consumo alimentares e a agricultura como protagonistas. Um dos objetivos desse projeto de extensão é potencializar a feira agroecológica, que acontece semanalmente em uma universidade pública, como um espaço sociocultural de promoção de debates, sobre temas associados a alimentação, a agroecologia e a cultura, para além do seu papel já reconhecido de promotor de ambiente alimentar saudável e da soberania e segurança alimentar e nutricional. As atividades socioculturais são planejadas para acontecer mensalmente, durante o horário da feira, com temas definidos pela equipe de coordenação, tendo como referência um episódio ou evento que marca o mês de realização do encontro, sendo pretendido à associação do tema com a alimentação e a agroecologia. Considerando o assunto definido, um convidado se incumbem de fazer a apresentação e mobilizar os participantes para o debate. Como estratégia de divulgação e mobilização é utilizada, ainda, a Rádio Feira, uma caixa de som com microfone aberto e para reprodução de áudio com músicas que fazem alusão ao tema do mês. Como resultado, no ano de 2024, as atividades socioculturais começaram no mês de março com o debate sobre o Dia Internacional das Mulheres e prosseguiram conforme calendário, com o Abril Indígena, Jornada Universitária em Defesa da Reforma Agrária (JURA), Meio Ambiente e Festa Junina. Para o segundo semestre estão previstas, Dia Mundial da Alimentação, Dia da Agricultura, Dia Mundial da Alimentação e Zumbi dos Palmares. As atividades têm mobilizado um número expressivo de participantes, apoiado por estagiários da área de Saúde Coletiva, de Graduação em Nutrição. As atividades culturais potencializam a conexão entre a cultura local, a agricultura e a alimentação, e promovem debates importantes sobre questões como gênero, direito à alimentação, sistemas alimentares, sustentabilidade, meio ambiente e soberania e segurança alimentar, que envolvem a comunidade universitária, feirante e agricultores. Ao destacar o êxito das atividades culturais, concluímos que a feira agroecológica não é apenas um local para a comercialização de alimentos e produtos agroecológicos, mas também um importante espaço de encontro de promoção sociocultural e de trocas de saberes.

Referências

- CLEMENTE, A. P. G. et al. Feiras agroecológicas e orgânicas em Maceió: soberania alimentar e protagonismo feminino camponês. Cadernos de Agroecologia, v. 15, n. 3, 2020.
- SILVA, V. M. S. As feiras de base agroecológica em Recife, Pernambuco: trocas de saberes, sabores e ideias sustentáveis. Recife, 104f, 2016.

Palavras-chave: Feira Agroecológica; Cultura; Soberania e Segurança Nutricional e Nutricional; Alimentação

Apoio: Pró reitoria de Extensão e Cultura e Pró reitoria de Pós-graduação e Pesquisa/ bolsistas de Extensão e Proatec (Programa de apoio técnico às atividades de ensino, pesquisa e extensão), para execução do projeto.



FEIRAS AGROECOLÓGICAS INSTITUCIONAIS: UM ESPAÇO POTENTE DE PROMOÇÃO DA CULTURA ASSOCIADA À CIDADE, À AGRICULTURA E AOS POVOS ORIGINÁRIOS

MALDONADO, Luciana¹, DAMIÃO, Jorginete², MARINHO, Jéssica³, ROCHA, Pamela⁴, PADRÃO, Susana⁵,
feiraagroecouerj@gmail.com

UNIVERSIDADE DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO¹ Agroecologia.



Introdução

As feiras agroecológicas institucionais são espaços concebidos para a comercialização de alimentos agroecológicos, de artesanato dos povos originários e de troca de saberes. Outra dimensão relevante, que vem se consolidando, são as feiras como locais de encontros socioculturais, para difusão de temas relacionados à cultura da cidade, da alimentação e da agroecologia.

Objetivos

- Apoiar à agricultura familiar urbana e periurbana de base agroecológica.
- Potencializar a feira agroecológica com espaço sociocultural de promoção de debates, sobre temas associados à alimentação, à agroecologia e à cultura

Metodologia

As atividades socioculturais são planejadas e realizadas mensalmente, com temas associados à agroecologia e à alimentação, tendo como referência uma data comemorativa do mês de realização, definidos pela equipe de coordenação. Um convidado, que domina o tema selecionado, se incumbem de fazer a apresentação e mobilizar os participantes para o debate.



Referências bibliográficas

CLEMENTE, A. P. G. et al. Feiras agroecológicas e orgânicas em Maceió: soberania alimentar e protagonismo feminino camponês. Cadernos de Agroecologia, v. 15, n. 3, 2020.

SILVA, V. M. S. As feiras de base agroecológica em Recife, Pernambuco: trocas de saberes, sabores e ideias sustentáveis. Recife, 104f, 2016.



Resultados

As atividades têm mobilizado um número expressivo de participantes, sendo os temas debatidos em 2024: Dia Internacional das Mulheres Abril Indígena, Jornada Universitária em Defesa da Reforma Agrária (JURA), Meio Ambiente, Festa Junina,

Conclusões

As atividades culturais promovem debates importantes sobre direito à alimentação, sistemas alimentares, sustentabilidade, meio ambiente e soberania e segurança alimentar. A feira agroecológica tem se mostrado não apenas como um local para a comercialização de alimentos e produtos agroecológicos, mas também como um importante espaço de promoção sociocultural e de trocas de saberes.

Apoio: Pró reitoria de Extensão e Cultura e Pró reitoria de Pós-graduação e Pesquisa/ bolsistas de Extensão e Proatec

FESTIVAL CULTURAL DA AGROBIODIVERSIDADE – FESTA DA PARTILHA DE SEMENTES E MUDAS DE NOVA IGUAÇU/RJ, SEUS SABERES E FAZERES E A SUA CONTRIBUIÇÃO A CULTURA ALIMENTAR

JEAN CARLOS DA CONCEIÇÃO ROCCO, MARILUCE DA SILVA COELHO

Chalé Agroecológico Quintal Produtivo, Cultural e Pedagógico

eujeanrocco@gmail.com

Introdução/Contextualização: Desde 2015, o festival cultural da agrobiodiversidade - festa da partilha de sementes e mudas de nova iguaçu, na baixada fluminense, promove diálogos com agricultoras e agricultores familiares rurais, agricultores urbanos; indígenas; colecionadores, guardiões e defensores populares de sementes crioulas e da biodiversidade; mulheres erveiras e raizeiras; hortelões; estudantes e professores etc. As sementes crioulas são preservadas pela lei do patrimônio genético e perante a Lei Nacional de Sementes e Mudanças e tem como característica ter uma uniformidade e pureza e livres das modificações genéticas. Objetivo: Valorizar os saberes e fazeres dos povos e comunidades tradicionais, relacionados a cultura alimentar e a soberania e segurança alimentar e nutricional (SSAN). Metodologia: São realizados encontros anuais que estimulam a troca de ideias e experiências ligadas à SSAN em relação a produção e ao consumo, bem como, a partilha de sementes, mudas ou plantas tradicionais que são produzidas pelas comunidades locais ou da região, assegurando a autonomia, a manutenção e a diversificação alimentar, contribuindo, inclusive, com a exigibilidade do direito humano à alimentação adequada e a emancipação financeira. Resultados: Os encontros permitem um recorte sobre a intersecção desses indivíduos nos espaços de produção, fomentando e ampliando as redes alimentares alternativas em conjunto com o desenvolvimento territorial. Promovem uma reflexão e compreensão mais profunda e inclusiva sobre os saberes e fazeres dos povos originários e comunidades tradicionais que são a referência da sociobiodiversidade. Por fim, a participação desses agentes no festival cultural da agrobiodiversidade potencializa os conhecimentos relacionados à preservação, multiplicação e conservação das sementes crioulas, tradicionais e locais, mudas e plantas, possibilitando resgatar variedades, tradição, ancestralidade e cultura popular, no intuito de fortalecer a luta camponesa e as suas implicações e relações com a agroecologia e o meio ambiente, promovendo a restauração dos sistemas agroalimentares saudáveis, justos e territorializados mais sustentáveis. Conclusões: É sabido que o alimento começa pelas sementes e os encontros que o festival possibilita são a culminância para multiplicação da diversidade local. Essas ações conjuntas são ferramentas de combate à fome e as suas causas estruturais, minimizando situações de insegurança alimentar. O festival se constitui como um espaço de articulação dos agentes culturais territoriais do campo e da cidade, de cuidados do bem comum e, ainda, como uma ferramenta de resistência, defesa, multiplicação e partilha das sementes e mudas, contribuindo para a soberania no campo e na cidade.

Referências

BRASIL. Legislação Brasileira sobre Sementes e Mudanças; Lei nº 10711, de julho de 2004 / Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento, Serviço Nacional de Proteção de Cultivares. Brasília: MAPA/SNPC, 2004.122p.

(RESA), Rede Sementes da Agroecologia (org.). Balaio da Semente Crioula: Arte, Cultura Popular e Agrobiodiversidade. Paraná: ReSa, 2022. E-book (32p.) color. Disponível em: <https://resaagroecologia.com.br/cartilhas-resa>. Acesso em: 25 jun. 2024.

ROCCO, Jean Carlos da Conceição; COELHO, Mariluce da Silva. AS SEMENTES CRIOULAS COMO TECNOLOGIA SOCIAL DE FORTALECIMENTO À AGROBIODIVERSIDADE FLUMINENSE: O ESTUDO DE CASO DO CHALÉ AGROECOLÓGICO QUINTAL PRODUTIVO, CULTURAL E PEDAGÓGICO.. In: Anais do 1º Simpósio Brasileiro de Ensino, Pesquisa e Extensão em tecnologia Social. Anais...Rio de Janeiro(RJ) Centro de Tecnologia da UFRJ, 2023. Disponível em: https://www.even3.com.br/anais/1_SEPETS/705587-SA-SEMENTES-CRIOULAS-COMO-TECNOLOGIA-SOCIAL-DE-FORTALECIMENTO-A-AGROBIODIVERSIDADE-FLUMINENSE--O-ESTUDO-DE-CASO-D. Acesso em 25/06/2024.

Palavras chaves: cultura alimentar; agroecologia; sementes crioulas, tradicionais e locais





16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

Realização: UFRJ
Organização: INJC PR2
Apoio: CRN44 AF310

FESTIVAL CULTURAL DA AGROBIODIVERSIDADE – FESTA DA PARTILHA DE SEMENTES E MUDAS DE NOVA IGUAÇU/RJ, SEUS SABERES E FAZERES E A SUA CONTRIBUIÇÃO A CULTURA ALIMENTAR

ROCCO, Jean Carlos da Conceição¹, COELHO, Mariluce da Silva²

PONTO DE CULTURA CHALÉ AGROECOLÓGICO^{1,2}

Eixo temático: Agroecologia

Introdução/Contextualização

Desde 2015, o festival cultural da agrobiodiversidade - festa da partilha de sementes e mudas de nova iguaçu, na baixada fluminense, promove diálogos com agricultoras e agricultores familiares rurais, agricultores urbanos; indígenas; colecionadores, guardiões e defensores populares de sementes crioulas e da biodiversidade; mulheres erveiras e raizeiras; hortelões; estudantes e professores etc. As sementes crioulas são preservadas pela lei do patrimônio genético e perante a Lei Nacional de Sementes e Mudanças e tem como característica ter uma uniformidade e pureza e livres das modificações genéticas.

Objetivo

Valorizar os saberes e fazeres dos povos e comunidades tradicionais, relacionados a cultura alimentar e a soberania e segurança alimentar e nutricional (SSAN).

Metodologia

São realizados encontros anuais que estimulam a troca de ideias e experiências ligadas à SSAN em relação a produção e ao consumo, bem como, a partilha de sementes, mudas ou plantas tradicionais que são produzidas pelas comunidades locais ou da região, assegurando a autonomia, a manutenção e a diversificação alimentar, contribuindo, inclusive, com a exigibilidade do direito humano à alimentação adequada e a emancipação financeira.

Resultados

Os encontros permitem um recorte sobre a intersecção desses indivíduos nos espaços de produção, fomentando e ampliando as redes alimentares alternativas em conjunto com o desenvolvimento territorial. Promovem uma reflexão e compreensão mais profunda e inclusiva sobre os saberes e fazeres dos povos originários e comunidades tradicionais que são a referência da sociobiodiversidade. Por fim, a participação desses agentes no festival cultural da agrobiodiversidade potencializa os conhecimentos relacionados à preservação, multiplicação e conservação das sementes crioulas, tradicionais e locais, mudas e plantas, possibilitando resgatar variedades, tradição, ancestralidade e cultura popular, no intuito de fortalecer a luta camponesa e as suas implicações e relações com a agroecologia e o meio ambiente, promovendo a restauração dos sistemas agroalimentares saudáveis, justos e territorializados mais sustentáveis.

Conclusões

É sabido que o alimento começa pelas sementes e os encontros que o festival possibilita são a culminância para multiplicação da diversidade local. Essas ações conjuntas são ferramentas de combate à fome e as suas causas estruturais, minimizando situações de insegurança alimentar. O festival se constitui como um espaço de articulação dos agentes culturais territoriais do campo e da cidade, de cuidados do bem comum e, ainda, como uma ferramenta de resistência, defesa, multiplicação e partilha das sementes e mudas, contribuindo para a soberania no campo e na cidade.



Figuras de 01 a 04 - Variedades de sementes crioulas. Festival Cultural da Agrobiodiversidade - Festa da partilha de sementes e mudas/2023.

Referências

BRASIL. Legislação Brasileira sobre Sementes e Mudanças; Lei nº 10711, de julho de 2004 / Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento, Serviço Nacional de Proteção de Cultivares. Brasília: MAPA/SNPC, 2004.122p.

(RESA), Rede Sementes da Agroecologia (org.). Balaio da Semente Crioula: Arte, Cultura Popular e Agrobiodiversidade. Paraná: ReSa, 2022. E-book (32p.) color. Disponível em: <https://resaagroecologia.com.br/cartilhas-resa>. Acesso em: 25 jun. 2024.

ROCCO, Jean Carlos da Conceição; COELHO, Mariluce da Silva. AS SEMENTES CRIOULAS COMO TECNOLOGIA SOCIAL DE FORTALECIMENTO A AGROBIODIVERSIDADE FLUMINENSE: O ESTUDO DE CASO DO CHALÉ AGROECOLÓGICO QUINTAL PRODUTIVO, CULTURAL E PEDAGÓGICO.. In: Anais do 1º Simpósio Brasileiro de Ensino, Pesquisa e Extensão em tecnologia Social. Anais...Rio de Janeiro(RJ) Centro de Tecnologia da UFRJ, 2023. Disponível em: https://www.even3.com.br/anais/1_SEPETS/705587-SA-SEMENTES-CRIOULAS-COMO-TECNOLOGIA-SOCIAL-DE-FORTALECIMENTO-A-AGROBIODIVERSIDADE-FLUMINENSE--O-ESTUDO-DE-CASO-D. Acesso em 25/06/2024.

HORTAS AGROECOLÓGICAS: O PROCESSO DE ENGAJAMENTO DE UMA COMUNIDADE EM PROL DE UMA ALIMENTAÇÃO ADEQUADA E SAUDÁVEL

SUZANA DA CONCEIÇÃO MACIEL, ANA CLÁUDIA MAZZONETO, SUSANA PADRÃO

Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ)

suzanamf30@gmail.com

Como um potente instrumento contra a insegurança alimentar e o consumo de alimentos não saudáveis, a agroecologia pode contribuir para enfrentar a dificuldade de acesso a alimentos saudáveis, fato comum nas favelas. O caminho pode ser o desenvolvimento da agricultura urbana de base agroecológica, concebida como forma de cultivar alimentos saudáveis e de superar situações adversas, como momentos de crises (climáticas ou sazonais), de altos preços de alimentos, de falta de abastecimento de mercados, de pântanos e desertos alimentares. O objetivo principal desse projeto de extensão é construir um viveiro de mudas no Morro da Formiga, no bairro da Tijuca, com o propósito de abastecer hortas, canteiros e quintais produtivos em domicílios da comunidade e promover o acesso dos moradores a alimentos saudáveis e livres de agrotóxicos. Como primeira ação, é importante a mobilização de moradores e de líderes locais que está sendo viabilizada por meio de atividades implementadas pela equipe do projeto de extensão, especialmente pelos discentes bolsistas. Essas ações incluem a realização de reuniões semanais, que envolvem os moradores, para o planejamento de práticas educativas, que são realizadas na associação de moradores, na escola e unidade de saúde da comunidade, com a intenção de trocar informações e conhecimentos agroecológicos, culinários, alimentares e nutricionais que contribuam com os moradores na preparação de refeições dos alimentos cultivados. Outra ação de mobilização em curso é a publicação semanal de *posts*, com linguagem acessível, sobre alimentação saudável e agroecologia no *Instagram* do projeto, *Sabor de Horta* (@sabordehorta). Tais postagens servem como base para a elaboração de materiais compartilhados nos grupos de *Whatsapp* da associação de moradores local. São, ainda, realizadas reuniões com líderes da comunidade e com as Guardiãs das Matas, grupo de mulheres que participam de um projeto gerido pela prefeitura do Rio de Janeiro, voltado para a preservação do meio ambiente em favelas da cidade. Nas reuniões são expostas e debatidas as dificuldades e as soluções para execução das metas propostas pelo projeto, como a rotina acelerada dos moradores, a falta de solo adequado para o plantio e o acúmulo de lixo em pontos propícios para o cultivo das mudas e dos canteiros. No entanto, opostos aos empecilhos, está sendo encaminhada, como uma das soluções, a parceria com a empresa *Composta'e*, que atua com compostagem de resíduos e efetuou uma doação de composto (adubo orgânico) para o projeto. Foi, ainda, finalizado o orçamento do viveiro e definido o local para sua implantação. A retomada e valorização de iniciativas consideradas rurais, como a agricultura, tem potencial para agir na raiz de problemas gerados pela urbanização e que geram insegurança alimentar na população inserida em polos urbanos e periféricos. Acreditamos que a união da nutrição e agroecologia pode proporcionar a mudança desejada.

Referências

PORTILHO, M.; RODRIGUES, C. G. de O.; FERNADEZ, A. C. F. Cultivando relações no Arranjo Local da Penha: A mobilização de mulheres a partir das práticas de agricultura urbana na favela. *OpenEditionJournals*, 2021. Disponível em: <https://journals.openedition.org/cidades/4043>. Acesso em: 31 maio 2024.

PADRÃO, Susana Moreira *et al.* *Saborear o que a terra dá*. 2021. Disponível em: <https://educapes.capes.gov.br/bitstream/capes/599682/2/Carlilha%20Agroecologica.pdf>. Acesso em: 31 maio 2024.

Palavras-chave: insegurança alimentar; agroecologia; nutrição; favela; viveiro de mudas

Apoio/Fomentos: Instituto de Nutrição da Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Composta'e



16º Encontro
Sabores e Saberes

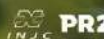
18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

Realização



Organização



Apoio



HORTAS AGROECOLÓGICAS: O PROCESSO DE ENGAJAMENTO DE UMA COMUNIDADE EM PROL DE UMA ALIMENTAÇÃO ADEQUADA E SAUDÁVEL



Instituto de Nutrição
UERJ

MACIEL, Suzana¹; MAZZONETO, Ana Cláudia²; PADRÃO, Susana³

¹Autora e Bolsista (suzanamf30@gmail.com); ^{2,3}Orientadores

UNIVERSIDADE DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO

Centro Biomédico/Instituto de Nutrição; Instituto de Nutrição; Departamento de Nutrição Aplicada
Eixo: Agroecologia

INTRODUÇÃO

Como um potente instrumento contra a insegurança alimentar e o consumo de alimentos não saudáveis, a agroecologia pode contribuir para enfrentar a dificuldade de acesso a alimentos saudáveis, fato comum nas favelas. O caminho pode ser o desenvolvimento da agricultura urbana de base agroecológica, concebida como forma de cultivar alimentos saudáveis e de superar situações adversas, como momentos de crises (climáticas ou sazonais), de altos preços de alimentos, de falta de abastecimento de mercados, de pântanos e desertos alimentares.

OBJETIVO

O objetivo principal desse projeto de extensão é construir um viveiro de mudas no Morro da Formiga, no bairro da Tijuca, com o propósito de abastecer hortas, canteiros e quintais produtivos em domicílios da comunidade e promover o acesso dos moradores a alimentos saudáveis e livres de agrotóxicos.

METODOLOGIA

Regularmente há reuniões, que envolvem os moradores, para o planejamento de práticas educativas, que são realizadas na associação de moradores, na escola e unidade de saúde da comunidade, com a intenção de trocar informações e conhecimentos agroecológicos, culinários, alimentares e nutricionais que contribuem com os moradores na preparação de refeições dos alimentos cultivados. Outra ação de mobilização em curso é a publicação semanal de posts, com linguagem acessível, sobre alimentação saudável e agroecologia no Instagram do projeto Sabor de Horta (@sabordehorta). Tais postagens servem como base para a elaboração de materiais compartilhados nos grupos de Whatsapp da associação de moradores local. Juntamente aos líderes da comunidade e com as Guardiãs das Matas são, também realizadas ações de reaproveitamento de solos que são utilizados para plantio de espécies de plantas comestíveis.

RESULTADO

Como resultado é possível relatar a parceria com a empresa Composta'e, que atua com compostagem de resíduos e efetuou uma doação de composto (adubo orgânico) para o projeto. Foi, ainda, finalizado o orçamento do viveiro e definido o local para sua implantação.

CONCLUSÕES

A retomada e valorização de iniciativas consideradas rurais, como a agricultura, tem potencial para agir na raiz de problemas gerados pela urbanização e que geram insegurança alimentar na população inserida em polos urbanos e periféricos. Acreditamos que a união da nutrição e agroecologia pode proporcionar a mudança desejada.



APOIO: Pró Reitoria de Extensão/UERJ, bolsista de extensão para execução do projeto.

PARCERIAS: Composta'e

REFERÊNCIAS; PORTILHO, M.; RODRIGUES, C. G. de O.; FERNADEZ, A. C. F. Cultivando relações no Arranjo Local da Penha: A mobilização de mulheres a partir das práticas de agricultura urbana na favela. OpenEditionJournals, 2021. Disponível em: <https://journals.openedition.org/cidades/4043>. Acesso em: 31 maio 2024.
PADRÃO, Susana Moreira et al. Saborear o que a terra dá. 2021. Disponível em: <https://educapes.capes.gov.br/bitstream/capes/599682/2/Carlilha%20agroecologica.pdf>. Acesso em: 31 maio. 2024.

MINHOCULTURA: UMA ALTERNATIVA ORGÂNICA DE ADUBAÇÃO

NATHIELE RODRIGUES NEVES DE ARAUJO, APARECIDA ALVAREZ MAFFRA, ANDREA BITTENCOURT DE SANTANA TEIXEIRA

Universidade Iguazu (UNIG)

nathielerna@gmail.com

A minhocultura ou vermicompostagem é uma técnica de criação de minhocas em cativeiro com finalidade de obter húmus. O húmus de minhoca é utilizado como adubo orgânico, com objetivo de melhorar os atributos físicos, químicos e biológicos do solo (SANTOS et al., 2015). Esse tipo de adubação orgânica é aceita e regulamentada pela legislação de agricultura orgânica por intermédio da Portaria nº 52, de 15 de março de 2021, do Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento (MAPA) (BRASIL, 2021) e comercialização pela Normativa SDA nº 25, de 23 de julho de 2009, da Secretaria de Defesa Agropecuária, do MAPA (BRASIL, 2009). Por esse motivo o presente trabalho teve como objetivo a elaboração de uma cartilha sobre a minhocultura, utilizada como alternativa de adubação econômica e ecológica. Verificou-se, a partir das informações coletadas em diferentes referências bibliográficas, que as minhocas contribuem ativamente na fertilidade do meio, na porosidade, ciclo da matéria orgânica, assim influenciando as características físico-química e biológica do substrato. O adubo orgânico obtido através da minhocultura colabora para produção sustentável e incorpora valor ao produto, além de viabilizar o descarte de matéria orgânica animal ou vegetal de forma consciente. Além disso, foi identificado a necessidade de promover o acesso à informação de uma alternativa de adubação que não ocasione prejuízos ao meio ambiente, de baixo custo, tal como a necessidade de divulgação e exposição em linguagem de fácil compreensão. Também foi possível identificar que a minhocultura, além de suprir as necessidades de adubação com o húmus de minhoca, pode atuar complementando a renda familiar através da sua comercialização. Com a finalidade de atender a demanda de material didático, foi elaborada uma cartilha que atende os pontos expostos acima. A cartilha foi desenvolvida com linguagem simples e clara, no aplicativo Canvas, bem como as suas figuras ilustrativas. O material informativo dispõe de informações desde a construção do minhocário, manutenção e informações para criação das minhocas. A cartilha foi dividida em seções para ajudar na compreensão. Essas seções apresentaram a técnica da minhocultura, morfologia e fisiologia da minhoca, manejo e alimentação, coleta e utilização do húmus, legislação e bibliografias utilizadas. A divulgação de informações acadêmicas e/ou científicas é uma importante ferramenta para democratização do conhecimento e acesso à informação. Desse modo, a cartilha sobre a minhocultura apresenta uma linguagem clara e objetiva, que cumpre a sua finalidade.

Referências

SANTOS, A. DA S. DOS; CURADO, F. F.; FONTE, H. R.; CARVALHO, L. M. DE; TAVARES, E. D.; ANJOS, J. L. DOS. Vitrines Agroecológicas Espaço para a Construção de Conhecimento. Embrapa. ed. 1, 2015.

BRASIL, Ministério de Estado da Agricultura, Pecuária e Abastecimento. Normativa SDA nº 25, de 23 de julho de 2009. Disponível em: IN 25 de 23-7-2009 fertilizantes organicos.pdf — Português (Brasil) (www.gov.br). Acesso em: 24 de setembro de 2022.

BRASIL. Ministério de Estado da Agricultura, Pecuária e Abastecimento. Portaria nº 52, de 15 de março de 2021. Disponível em: <https://www.in.gov.br/web/dou/-/portaria-n-52-de-15-de-marco-de-2021-310003720>. Acesso em: 22 de setembro de 2022.

Palavras chaves: húmus de minhoca; minhocultura; adubação orgânica.

Apoio/Fomentos: não possui apoio financeiro/fomentos.



16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

Realização: UFRJ
Organização: INJC PR2
Apoio: CRN04 AF010

MINHOCULTURA: UMA ALTERNATIVA ORGÂNICA DE ADUBAÇÃO

ARAUJO, NATHIELE¹; MAFFRA, APARECIDA²; TEIXEIRA, ANDREA³

nathielerna@gmail.com

UNIVERSIDADE IGUAÇU (UNIG)¹

Agroecologia

INTRODUÇÃO:

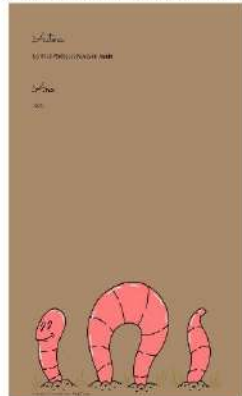
A minhocultura ou vermicompostagem produz adubo orgânico (SCHIEDECK et al., 2007) através da reciclagem de matéria orgânica mediante a utilização das minhocas, sendo uma importante alternativa ambiental e econômica para descarte de matéria orgânica (EMBRAPA, s.d.). Estes resíduos podem ser oriundos de matéria vegetal e animal (ZIBETTI et al., 2010), provenientes de atividades agrícolas, agroindustriais ou urbanas, servindo como matéria-prima para a produção do adubo (MOTTA et al., 2014). O húmus de minhoca pode ser utilizado em vários cultivos, desde hortaliças até frutíferas (SCHIEDECK, 2008), por ser rico em nutrientes para as plantas, ajudam na aeração e na retenção de água, visto que melhora as características físicas do solo. Em virtude do material orgânico, a sua utilização é capaz de auxiliar no aumento da biodiversidade dos microrganismos presentes no solo e consequentemente na maior estabilidade do agroecossistema (SCHIEDECK et al., 2007). Por meio da portaria nº 52, de 15 de março de 2021, do Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento (MAPA) a adubação orgânica obtida através da vermicompostagem foi aceita pela legislação de agricultura orgânica. A portaria estabeleceu a regulamentação técnica para os sistemas orgânicos de produção e as listas de substâncias e práticas para o uso nos Sistemas Orgânicos de Produção (BRASIL, 2021). Para a produção e comercialização de produtos orgânicos é preciso seguir as regras contidas na Lei nº 10.831, publicada em 23 de dezembro de 2003 e regulamentada a partir do Decreto nº 6.323/2007, onde foram estabelecidas normas adicionais (BRASIL, 2003), já para a comercialização é preciso seguir as recomendações da legislação vigente. Na Normativa SDA nº 25, de 23 de julho de 2009, da Secretaria de Defesa Agropecuária, do MAPA, são estipuladas normas sobre as especificações a serem seguidas (BRASIL, 2009). O objetivo geral do presente trabalho foi ajudar na popularização da minhocultura, como uma alternativa sustentável de adubo orgânico. O húmus de minhoca é uma alternativa sustentável para o descarte de matéria orgânica. Já que a matéria-prima é de origem animal e vegetal. O objetivo específico foi desenvolver um material didático sobre a minhocultura, que poderá auxiliar produtores orgânicos a implementarem esta alternativa econômica e ecológica de adubação.

METODOLOGIA:

A partir de levantamento de informações na Revisão de Literatura, foi possível compreender o papel de minhocultura e do húmus de minhoca como alternativa de adubação. Com isso foi identificada a necessidade de facilitar o acesso à informação de uma alternativa de baixo custo de adubação e que não gere prejuízos ao meio ambiente, bem como a necessidade de divulgação e exposição em uma linguagem de fácil entendimento. A produção de húmus de minhoca através da minhocultura atende a essa necessidade, além de possibilitar a complementação da renda familiar. Com este intuito foi elaborada uma cartilha, que facilita a compreensão de como construir e manter um minhocário, expondo as condições necessárias para criação de minhocas. A cartilha foi criada a partir do zero utilizando um aplicativo denominado Canva, onde foram incluídas imagens ilustrativas, contidas no próprio aplicativo, e textos para auxiliar na construção do minhocário. As informações contidas nos textos foram retiradas de sites governamentais, artigos, livros e informativos relacionados à minhocultura.

RESULTADOS:

A partir de levantamento bibliográfico, foi elaborada uma cartilha expondo de forma clara e simples como construir, manejar e cuidar das minhocas do minhocário. A seguir são apresentadas as Figuras 1, 2, 3, 4 e 5, que representam respectivamente capa, contracapa, sumário e página 1 da cartilha, já a imagem número 5 contém o QR code para acessar a cartilha completa.



CONCLUSÕES:

Verificou-se, através da coleta de informações por meio da Revisão de Literatura, o impacto das minhocas sobre o solo, pois elas contribuem ativamente na fertilidade do meio. Auxiliam na porosidade, no ciclo da matéria orgânica, influenciam nas propriedades físico-químicas e biológicas do substrato. A criação das minhocas em minhocário permite a produção de húmus, utilizado como adubo orgânico aceito pela legislação, colaborando para a produção agrícola sustentável e agrega valor ao produto orgânico, também sendo fonte econômica complementar, por possibilitar a venda do húmus ou comercialização do animal para outros fins, além de propiciar o descarte consciente de matéria orgânica proveniente de matéria animal e ou vegetal. Entretanto, foi perceptível a necessidade de popularização da vermicompostagem através da informação do que são vantagens e desvantagens, custo, bem como garantir e possibilitar o conhecimento acerca das técnicas de criação de minhocas. Levando em consideração estas questões, houve a elaboração de uma cartilha, a qual apresenta e ensina de forma clara e simplificada o que é, como construir e a criar minhocas com o intuito apresentar o húmus de minhoca como uma alternativa orgânica de adubação ambientalmente correta e econômica. Políticas públicas devem ser elaboradas e implementadas para a difusão do conhecimento científico para os pequenos produtores rurais, em uma linguagem acessível e direta para que possam atingir tal finalidade.

REFERÊNCIAS:

- BRASIL, Ministério de Estado da Agricultura, Pecuária e Abastecimento. Lei nº 10.831, publicada em 23 de dezembro de 2003. Disponível em: Legislação - Orgânicos — Português (Brasil) (www.gov.br). Acesso em: 24 de setembro de 2022.
- BRASIL, Ministério de Estado da Agricultura, Pecuária e Abastecimento. Normativa SDA nº 25, de 23 de julho de 2009. Disponível em: IN 25 de 23-7-2009 fertilizantes organicos.pdf — Português (Brasil) (www.gov.br). Acesso em: 24 de setembro de 2022.
- BRASIL, Ministério de Estado da Agricultura, Pecuária e Abastecimento. Portaria nº 52, março, 2021. Disponível em: <https://www.in.gov.br/web/dou/-/portaria-n-52-de-15-de-marco-de-2021-310003720>. Acesso em: 22 de setembro de 2022.
- EMBRAPA. Minhocultura ou vermicompostagem. s.d.. Disponível em: <https://www.embrapa.br/en/agrobiologia/fazendinha-agroecologica/minhoculturaou-vermicompostagem>. Acesso em: 24 de setembro de 2022.
- MOTTA, J. DE S.; MARIANI, A.; COSTA, K. F.; PADOVAN, M. P.; CARNEIRO, L. F.. Substratos a base de húmus de minhoca com diferentes formulações na produção de mudas de alface. Embrapa, 2014.
- SCHIEDECK, G.; SCHWENGBER, J. E.; GONÇALVES, M. DE M.; SCHIANON, G. DE A.; CARDOSO, J. H.. Minhocário campoiro de baixo custo para agricultura familiar. Embrapa, Dezembro, 2007.
- SCHIEDECK, G.; GONÇALVES, M. DE M.; SCHWENGBER, J. E.; SCHIAVON, G. DE A.. Minhocultura em camadas: um manejo para otimizar o minhocário na propriedade familiar. Pelotas, RS. Dezembro, 2007.
- SCHIEDECK, G.. Produção e uso do húmus de minhocultura: propriedade bioestimuladores e fitoprotetoras. Embrapa, Dezembro, 2008.
- ZIBETTI, V. K.; SILVEIRA, E. F. da; SCHIAVON, G. DE A.; SANES, F. S. M.; SCHIEDECK, G.. Avaliação do uso de resíduos de péssoco no crescimento, reprodução de minhocas Eisenia andrei e produção de húmus. Publicado em: 4º Encontro Latino Americano de Ecologia e Taxonomia de Oligoquetas (ELAETAO4), Curitiba – Paraná, mai-ago. 2010

OFICINA DE PLANTAS ALIMENTÍCIAS NÃO CONVENCIONAIS: UMA ABORDAGEM AOS DISCENTES DO CURSO DE NUTRIÇÃO

GIOVANA DA SILVEIRA REZENDE FERREIRA, INGRID ALVES DA MOTTA, JENNIFER CALAZANS DA CONCEIÇÃO, ADRIELLY ALAIDE CABRAL PIRES, PATRÍCIA CAMACHO DIAS, DANIELE MENDONÇA FERREIRA, ROSEANE MOREIRA SAMPAIO BARBOSA, DANIELE DA SILVA BASTOS SOARES

Universidade Federal Fluminense (UFF)

giovanasrf@id.uff.br

INTRODUÇÃO: As Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC) são hortaliças comestíveis comumente conhecidas como “mato” ou “erva daninha” por se proliferarem com facilidade em diversos ambientes. Essas plantas promovem preparações culinárias diversas e sustentáveis capazes de corroborar com a segurança alimentar e nutricional uma vez que propiciam o consumo de alimentos alternativos saudáveis, acessíveis e com baixo custo, agregando diversos nutrientes à alimentação (JESUS, 2020; SANTOS e PÁDUA, 2021). Desenvolver oficinas envolvendo esta temática com discentes do curso da nutrição constitui-se em uma estratégia de formação de nutricionistas com maior responsabilidade socioambiental.

OBJETIVO: Realizar uma oficina de PANC com discentes do curso de nutrição da Universidade Federal Fluminense (UFF).

METODOLOGIA: A oficina iniciou com uma roda de conversa guiada por um agricultor familiar na horta agroecológica do Laboratório Aberto de Agroecologia, Nutrição e Tecnologia (LAANT). Foram apresentadas as espécies cultivadas, com ênfase nas PANC e realizada a colheita das mesmas. Após, os participantes foram direcionados ao Laboratório de Alimentos e Dietética (LABDI), onde formaram 5 grupos, cada um recebendo 2 fichas técnicas de preparação para a execução das receitas com as PANC colhidas (AKUTSU, 2005). Após a degustação das preparações, os participantes avaliaram a oficina por meio de um questionário semiestruturado.

RESULTADOS: Participaram da oficina 21 discentes de nutrição da UFF. A roda de conversa se mostrou essencial para disseminar saberes sobre as PANC e técnicas agroecológicas. As preparações executadas incluíram quiche de taioba, espaguete com molho pesto de taioba, charuto de chaya, risoto de chaya, bolo de cenoura com chaya, suco verde de hortelã e chaya, quibe vegano de abóbora com molho de hortelã, folha de batata doce à mineira, farofa de ovos com folha de batata doce e suco com folha de batata doce. Dentre os 18 participantes que responderam a avaliação da oficina, 72% a classificaram como “excelente”, e 28% como “muito boa” ou “boa”. Todos concordaram que os conhecimentos foram relevantes para sua formação, destacando a vivência prática e transdisciplinar nos espaços do LAANT e LABDI. Os aspectos mais apreciados foram a colheita e aprendizado sobre PANC, interação em grupo, prática de preparo, conhecimento e experimentação de novas preparações. Em relação ao que menos gostaram, destacou-se o tempo curto para o preparo. Sugestões para atividades futuras incluíram continuidade da oficina, ampliação do tempo das preparações e disponibilização das fichas técnicas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS: A oficina realizada pode ser considerada como um instrumento de reconhecimento e popularização das PANC, uma vez que promove o resgate cultural e fortalece a preservação da agricultura sustentável, sendo imprescindível para apoiar os sistemas de produção e consumo de alimentos saudáveis e acessíveis. Além disso, a oficina possibilitou

experiências aos discentes de nutrição com grande potencial de serem aplicadas em sua carreira profissional.

Referências

AKUTSU, R. C. et al. A ficha técnica de preparação como instrumento de qualidade na produção de refeições. **Revista de Nutrição**, v. 18, n. 2, p. 277-279, 2005.

JESUS, B. et. al. PANCS - Plantas Alimentícias Não Convencionais, benefícios nutricionais, potencial econômico e resgate da cultura: uma revisão sistemática. **Enciclopédia biosfera**, v. 17, n. 33, p. 309-322, 2020.

SANTOS, S. M.; PÁDUA, V. L.. PANCS (Plantas Alimentícias Não Convencionais): uma abordagem sobre segurança alimentar e educação ambiental em Nova Iguaçu. **Acta Scientiae et Technicae**, v. 8, n. 2, p. 31-48, 2021.

Palavras chaves: Plantas alimentícias não convencionais; oficinas; sustentabilidade; alimentação.

Apoio/Fomentos: Bolsa de iniciação científica concedida pelo CNPq/PIBIC-UFF. Pró-reitoria de Extensão (PROEX) da UFF.





16º Encontro Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

Realização: UFRJ Organização: PR2 Apoio: CRN04 AF210

OFICINA DE PLANTAS ALIMENTÍCIAS NÃO CONVENCIONAIS: UMA ABORDAGEM AOS DISCENTES DO CURSO DE NUTRIÇÃO

FERREIRA, Giovana (giovanasf@id.uff.br)¹; MOTTA, Ingrid²; CONCEIÇÃO, Jennifer³; PIRES, Adrielly⁴; DIAS, Patrícia⁵; FERREIRA, Daniele⁶; BARBOSA, Roseane⁷; SOARES, Daniele⁸.

UNIVERSIDADE FEDERAL FLUMINENSE¹

Agroecologia

INTRODUÇÃO

As Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC) são hortaliças comestíveis que se proliferam com facilidade em diversos ambientes. Essas plantas promovem preparações culinárias sustentáveis capazes de corroborar com a segurança alimentar e nutricional uma vez que propiciam o consumo de alimentos alternativos saudáveis, acessíveis e com baixo custo (JESUS, 2020; SANTOS & PÁDUA, 2021). Nesse sentido, promover a formação de discentes do curso da nutrição constitui-se em uma excelente estratégia de formação de nutricionistas com maior responsabilidade socioambiental.

OBJETIVO

Realizar uma oficina de PANC com discentes do curso de nutrição da Universidade Federal Fluminense (UFF).

METODOLOGIA



RESULTADOS

Participaram da oficina 21 discentes de nutrição da UFF. A roda de conversa se mostrou essencial para disseminar saberes sobre as PANC e técnicas agroecológicas.

As preparações executadas foram:

- Risoto de chaya
- Quiche de taioba
- Bolo de cenoura com chaya
- Espaguete com molho pesto de taioba
- Charuto de chaya
- Suco de com folha de batata doce
- Suco de hortelã e chaya
- Folha de batata doce à mineira
- Quibe de abóbora e molho de hortelã
- Suco com folha de batata doce
- Farofa de ovos e folha de batata doce



Roda de conversa



Bolo de chaya



Preparações com PANC

Aspectos mais apreciados

Colheita e aprendizado das PANC
Interação em grupo
Prática de preparo
Conhecimento e experimentação de novas preparações

O que menos gostaram

Tempo curto para preparo

Sugestões para o futuro

Continuidade da oficina
Ampliação do tempo
Disponibilização das fichas técnicas de preparo

72% classificaram a oficina como "excelente" e 28% como "muito boa" ou "boa".

Todos concordaram que os conhecimentos foram relevantes para sua formação, destacando a vivência prática e transdisciplinar nos espaços do LAANT e LABDI.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A oficina realizada pode ser considerada um instrumento de reconhecimento e popularização das PANC, uma vez que promove o resgate cultural em alinhamento com o fortalecimento da agricultura sustentável e apoio aos sistemas de produção e consumo de alimentos saudáveis e acessíveis. Além disso, a oficina possibilitou uma experiência de vivência prática de compartilhamento de saberes transdisciplinares entre os discentes de nutrição da UFF com grande potencial de replicação.

Referências: AKUTSU, R. C. et al. A ficha técnica de preparação como instrumento de qualidade na produção de refeições. *Revista de Nutrição*, v. 18, n. 2, p. 277-279, 2005. JESUS, B. et. al. PANCs - Plantas Alimentícias Não Convencionais, benefícios nutricionais, potencial econômico e resgate da cultura: uma revisão sistemática. *Enciclopédia biosfera*, v. 17, n. 33, p. 309-322, 2020. SANTOS, S. M.; PÁDUA, V. L.. PANCs (Plantas Alimentícias Não Convencionais): uma abordagem sobre segurança alimentar e educação ambiental em Nova Iguaçu. *Acta Scientiae et Technicae*, v. 8, n. 2, p. 31-48, 2021. Apoio/Fomento: Bolsa de iniciação científica concedida pelo CNPq/PBIC-UFF e PROEX-UFF.

VIVÊNCIAS AGROECOLÓGICAS: DESAFIOS E APRENDIZADOS SOBRE UMA HORTA NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE

CARVALHO, Clarice; OLIVEIRA, J. G. C. F.; RODRIGUES, Giulia; SOUZA, L. V. T.; OLASAGASTI, Felipe; ASSIS, Joyce; CASEMIRO, Juliana

Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ)

jogabrielcarmodeoliveira@outlook.com

Introdução: A agroecologia propõe uma forma sustentável de interação com os recursos naturais, visando o respeito ao meio ambiente, com a adoção de práticas sustentáveis no processo produtivo. Experiências agroecológicas desenvolvidas no âmbito da Atenção Primária à Saúde (APS) têm se tornado mais comuns e representam oportunidade para promoção da saúde. Ainda que se reconheça os benefícios de hortas em Unidades Básicas de Saúde (UBS) ainda são escassos os recursos públicos para implementação e manutenção desses espaços. **Objetivo:** Descrever e refletir sobre o processo de manutenção de uma horta em uma Unidade Básica de Saúde do Rio de Janeiro-RJ. **Metodologia:** Trata-se de resultado de pesquisa qualitativa desenvolvida no âmbito de atividades de extensão universitária. Foram realizados registros fotográficos e em diário de campo durante visitas e vivências realizadas na horta. **Resultados:** Foram identificadas mais de 20 espécies no espaço da horta entre árvores frutíferas (Graviola, Mamão, Pé de Cacau, Pé de Café, Jabuticaba, Acerola, Pitanga, Amora e Maracujá), verduras (Couve manteiga, alface, taioba e ora pro nóbis), temperos (salsinha, manjerição, alecrim, hortelã e coentro), plantas medicinais (boldo e erva doce) entre outras. Parte do que se produz na horta poderia ser classificado como Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANCs). A horta recebeu doação de mudas de diversas espécies de plantas de um shopping localizado no do território da UBS, além disso usuários e profissionais doam mudas fazendo deste espaço uma experiência participativa e comunitária. O destino do que é cultivado na horta é a distribuição para os usuários e profissionais, promovendo o acesso a alimentos adequados e saudáveis proveniente de um cultivo sustentável. **Conclusão:** A agroecologia é uma estratégia de promoção da alimentação adequada e saudável e propõe o cultivo e consumo de alimentos mais saudáveis e com maior qualidade. A horta na UBS é um espaço de socialização entre usuários e profissionais, possibilitando a criação de laços com a terra e entre pessoas e a troca de saberes. Ela tem potencial pedagógico, sendo importante para o desenvolvimento de processos de educação permanente e projetos de extensão. A vivência em uma horta pode plantar no coração das pessoas o amor pela terra e o desejo de lutar pela preservação do meio ambiente.

Referências

Soares, L.P.; Búrigo, A.C.; Souza, N.A. Tecendo Redes de Experiências em Saúde e Agroecologia: resultados e reflexões a partir da sistematização de iniciativas construídas pela Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz). Rio de Janeiro : Fiocruz, 2022.

Freire, P. Extensão ou comunicação? Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1997.

Pimentel, S.K. EM BUSCA DA UNIVERSIDADE POPULAR: reflexões sobre um bom encontro possível entre a pesquisa antropológica, a educação popular e a agroecologia. Cad CRH, 2023.

Palavras chaves: Agroecologia; Educação Popular em Saúde; Atenção Primária à Saúde.



16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis



VIVÊNCIAS AGROECOLÓGICAS: DESAFIOS E APRENDIZADOS SOBRE UMA HORTA NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE

CARVALHO, Clarice; OLIVEIRA, J. G. C. F.; RODRIGUES, Giulia; SOUZA, L. V. T.; MACHADO, Felipe; ASSIS, Joyce; CASEMIRO, Juliana
EMAIL: jogabrielcarmodeoliveira@outlook.com
UNIVERSIDADE ESTADUAL DO RIO DE JANEIRO (UERJ)
Agroecologia

INTRODUÇÃO

A agroecologia propõe uma forma sustentável de interação com os recursos naturais, visando o respeito ao meio ambiente, com a adoção de práticas sustentáveis no processo produtivo. Experiências agroecológicas desenvolvidas no âmbito da Atenção Primária à Saúde (APS) têm se tornado mais comuns e representam oportunidade para promoção da saúde. Ainda que se reconheça os benefícios de hortas em Unidades Básicas de Saúde (UBS) ainda são escassos os recursos públicos para implementação e manutenção desses espaços.

OBJETIVOS

Descrever e refletir sobre o processo de manutenção de uma horta em uma Unidade Básica de Saúde do Rio de Janeiro-RJ.

METODOLOGIA

Trata-se de resultado de pesquisa qualitativa desenvolvida no âmbito de atividades de extensão universitária. Foram realizados registros fotográficos e em diário de campo durante visitas e vivências realizadas na horta.



RESULTADOS

Foram identificadas mais de 20 espécies no espaço da horta entre árvores frutíferas (Graviola, Mamão, Pé de Cacao, Pé de Café, Jabuticaba, Acerola, Pitanga, Amora e Maracujá), verduras (Couve manteiga, alface, taioba e ora pro nobis), temperos (salsinha, manjeriço, alecrim, hortelã e coentro), plantas medicinais (boldo e erva doce) entre outras. Parte do que se produz na horta poderia ser classificado como Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANCs). O espaço é uma experiência participativa e comunitária. O destino do que é cultivado na horta é a distribuição para os usuários e profissionais, promovendo o acesso a alimentos adequados e saudáveis proveniente de um cultivo sustentável.

CONCLUSÃO

A agroecologia é uma estratégia de promoção da alimentação adequada e saudável e propõe o cultivo e consumo de alimentos mais saudáveis e com maior qualidade. A horta na UBS é um espaço de socialização entre usuários e profissionais, possibilitando a criação de laços com a terra e entre pessoas e a troca de saberes. Ela tem potencial pedagógico, sendo importante para o desenvolvimento de processos de educação permanente e projetos de extensão.

REFERÊNCIAS

- Soares, L.P.; Búrigo, A.C.; Souza, N.A. Tecendo Redes de Experiências em Saúde e Agroecologia: resultados e reflexões a partir da sistematização de iniciativas construídas pela Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz). Rio de Janeiro : Fiocruz, 2022.
- Freire, P. Extensão ou comunicação? Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1997.
- Pimentel, S.K. EM BUSCA DA UNIVERSIDADE POPULAR: reflexões sobre um bom encontro possível entre a pesquisa antropológica, a educação popular e a agroecologia. Cad CRH, 2023.

COMIDA É DIREITO, É AFETO, É MEMÓRIA, COMIDA CONTA HISTÓRIA: RELATO DE EXPERIÊNCIA EM UM ESPAÇO DE DESENVOLVIMENTO INFANTIL (EDI)

AUTORES: SAMARA FERREIRA, ANA BEATRIZ LIMA, GEOVANNA GUEDES DIAS, JULIANA RODRIGUES, MARIANA PERRONIO, MARINA CHAVES, TAIS ALPINO, VERENA MORAES, VIVIANE MARINHO, FERNANDA SÁ BRITO

Universidade Federal do Rio de Janeiro - Instituto de Nutrição Josué de Castro (UFRJ/INJC)

fernandasabrito@nutricao.ufrj.br

Introdução/Contextualização: A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) diz respeito a um campo do conhecimento que visa promover práticas mais autônomas e voluntárias de hábitos alimentares saudáveis. Práticas de EAN, desenvolvidas dentro do espaço escolar, tem o potencial de contribuir para trocas de saberes e experiências alimentares que sejam implicadas com a realidade local da comunidade escolar, possibilitando uma relação mais positiva e afetiva com a comida.

Objetivo: Apresentar a experiência de construção de um espaço de diálogo e troca de saberes e memórias afetivas culinárias com a comunidade escolar do EDI Borel como caminho para a Promoção da Alimentação Adequada e Saudável (PAAS).

Metodologia: Trata-se de um relato de experiência de uma ação realizada no EDI Borel pelo Projeto de Extensão Semeaduras. Para o planejamento da ação, inicialmente foi realizada uma territorialização, que possibilitou o reconhecimento do espaço físico, perfil das turmas e famílias, rotina e alimentação. Após esta etapa, objetivos, métodos e conteúdos foram definidos. Para a ação, os responsáveis pelas crianças foram convidados a comparecer à roda de conversa, que foi iniciada com apresentação do Coletivo e com questões disparadoras/ reflexivas sobre alimentação saudável, saberes e memórias afetivas culinárias. Um lanche também foi compartilhado como estratégia de aproximação com o grupo.

Resultados e Discussão: A roda de conversa durou 40 minutos, contou com cerca de 17 responsáveis, sendo somente 1 homem. A partir da conversa inicial e de questões disparadoras/ reflexivas, os responsáveis que se sentiram mais confortáveis, se apresentaram e comentaram sobre uma memória (boa ou ruim) relacionada à comida. Cerca de 5 mulheres participaram mais ativamente. Algumas experiências eram comuns a muitos responsáveis, como a figura materna dentro do contexto familiar como construtora de memórias afetivas, bem como as escolas propiciando acesso a diferentes preparações que eram ausentes nas famílias e que ficaram na memória. Além disso, a falta de acesso a alimentos por um longo período da vida desencadeou um grande desejo, muito instigado pelas propagandas, de consumir produtos ultraprocessados, quando o acesso tornou-se possível. Observou-se que o papel social vivido por mulheres dentro de um contexto machista e heteronormativo, torna quase inviável uma relação genuína com a cozinha, visto que esse espaço e todo planejamento envolvido, usualmente é uma obrigação diária somente para as mulheres. Ao final, o encontro foi avaliado positivamente por todos os participantes, que consideraram interessante e relevante o encontro.

Conclusão: O diálogo entre a universidade e a comunidade escolar foi fundamental em proporcionar troca de saberes e experiências. Existem importantes questões estruturais a serem enfrentadas. Os próximos encontros irão envolver as crianças do EDI e profissionais do Centro Municipal de Saúde pertencente ao território, como caminho para a PAAS, a partir do afeto, da memória e das histórias.

Referências

Brasil. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas. – Brasília, DF: MDS; Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, 2012. 68 p. ISBN: 978-85-60700-59-2.

Palavras-chaves: Educação Alimentar e Nutricional; Promoção da Alimentação Adequada e saudável; Comunidade escolar.

Apoio/Fomentos: Sem financiamento





16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

Realização: UFRJ
Organização: PR2 INJC
Apoio: CRN04 AF20

COMIDA É DIREITO, É AFETO, É MEMÓRIA, COMIDA CONTA HISTÓRIA: RELATO DE EXPERIÊNCIA EM UM ESPAÇO DE DESENVOLVIMENTO INFANTIL (EDI)

FERREIRA, Samara; CHAVES, Marina; DIAS, Geovanna¹; PERRONIO, Mariana; LIMA, Ana Beatriz; RODRIGUES, Juliana; ALPINO, Tais; BRITO, Fernanda; MARINHO, Viviane; MORAES, Verena¹

E-mail de contato: Fernanda Sá Brito (Coordenadora) fernandasabrito@nutricao.ufrj.br

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO - INSTITUTO DE NUTRIÇÃO JOSUÉ DE CASTRO (UFRJ/INJC)¹

Eixo temático: Alimentação, História e Cultura

Introdução/Contextualização:

A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) diz respeito a um campo do conhecimento que visa promover práticas mais autônomas e voluntárias de hábitos alimentares saudáveis.

Práticas de EAN desenvolvidas dentro do espaço escolar tem o potencial de, aliado a realidade local da comunidade, possibilitar uma relação mais positiva e afetiva com a comida.

Objetivo: Apresentar a experiência de construção de um espaço de diálogo e troca de saberes e memórias afetivas culinárias com a comunidade escolar do EDI Borel como caminho para a Promoção da Alimentação Adequada e Saudável (PAAS).

Metodologia: Trata-se de um relato de experiência de uma ação realizada no EDI Borel pelo Projeto de Extensão Semeaduras. O planejamento da ação, iniciou com uma territorialização, que possibilitou o reconhecimento do espaço físico, perfil das turmas e famílias, rotina e alimentação. Para a ação, os responsáveis pelas crianças foram convidados a comparecer à roda de conversa, que foi iniciada com apresentação do Coletivo e com questões disparadoras/ reflexivas sobre alimentação saudável, saberes e memórias afetivas culinárias. E por fim, um lanche foi compartilhado para aproximar o grupo.



Referências Bibliográficas:

Brasil. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Marco de referência de educação alimentar e nutricional para instituições públicas. – Brasília, DF: MDS; Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, 2012. 68 p. ISBN: 978-85-60700-59-2.



Resultados e Discussão: A roda de conversa, contou com responsáveis, sendo somente 1 homem. A partir da conversa inicial, os responsáveis que se sentiram mais confortáveis, se apresentaram e comentaram sobre uma memória (boa ou ruim) relacionada à comida. **Algumas experiências eram comuns a muitos responsáveis, como a figura materna dentro do contexto familiar como construtora de memórias afetivas,** bem como as preparações oferecidas nas escolas que eram ausentes nas famílias e que ficaram na memória. Além disso, a falta de acesso a alimentos por um longo período da vida desencadeou um grande desejo - muito instigado pelas propagandas - de consumir produtos ultraprocessados, quando o acesso tornou-se possível. **Observou-se que o papel social vivido por mulheres dentro de um contexto machista e heteronormativo, torna quase inviável uma relação genuína com a cozinha, já que esse espaço, usualmente é uma obrigação diária somente para as mulheres.** Ao final, o encontro foi avaliado positivamente por todos os participantes, que consideraram interessante e relevante o encontro.

Conclusão: O diálogo entre a universidade e a comunidade escolar foi fundamental em proporcionar troca de saberes e experiências. Existem importantes questões estruturais a serem enfrentadas. Os próximos encontros irão envolver as crianças do EDI e profissionais do Centro Municipal de Saúde pertencente ao território, como caminho para a

ELABORAÇÃO DE PRODUTOS COM AMORA COMO PROPOSTA DE RESGATE DA CULTURA DESSE FRUTO PARA A GASTRONOMIA DE SEROPÉDICA/RJ

ELGA BATISTA DA SILVA; MARIA LÚCIA ALMEIDA MARTINS; CAMILA DA SILVA VAZ BRANCO; BEATRIZ SANTOS DE OLIVEIRA; PATRICK BRENDOW NOGUEIRA DA SILVA.

Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro (UFRRJ)

patrickbrendow@ufrj.br

Resumo

A localidade denominada como Freguesia no século XIX, atual município de Seropédica/RJ, tinha uma considerável cultura da amoreira, arbusto que junto ao bicho-da-seda sustentou uma relevante atividade econômica no período imperial, a produção da seda, hoje inexpressiva em Seropédica. A amora possui alta qualidade nutricional e características sensoriais apreciáveis, o que a torna interessante para o desenvolvimento de produtos alimentícios, sob o prisma da inovação e/ou aperfeiçoamento. O objetivo desse trabalho é apresentar um relato de experiência sobre a elaboração de produtos que têm a amora cultivada em Seropédica como ingrediente estrela. Como etapa preliminar da pesquisa, foi aplicado um questionário *online* sobre o conhecimento e o interesse dos moradores de Seropédica acerca da amora. Como principais resultados, foi possível perceber, através de 154 respostas, que 89% dos respondentes não consome amora com frequência, e 52,6% desses não sabiam que Seropédica já foi um grande produtor do fruto. Além disso, 82,5% acredita que a produção de amora pode ser uma opção para geração de renda no município, e 96,1% concorda que o fruto pode ser usado para elaboração de produtos alimentícios saborosos e atrativos. Na etapa experimental da pesquisa, foram desenvolvidos produtos como biscoitos, bolos, coquetéis (alcoólicos e não alcoólicos), geleia, mousse, licor e torta salgada. Para tanto, foram obtidas amostras do fruto oriundas do próprio município, tanto de propriedades particulares quanto do campus da Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro (UFRRJ), todas de cultivo ecológico. Essa etapa experimental, necessária ao desenvolvimento de produtos, criação de fichas técnicas e testes sensoriais das preparações culinárias, ocorreu em escala laboratorial. Posteriormente, os alimentos e bebidas foram produzidos em maior escala para degustação durante a merenda oferecida no evento acadêmico II Mostra de Gastronomia e Hospitalidade – 13 anos do Curso de Hotelaria, que ocorreu no campus da Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro (UFRRJ) em novembro de 2023. Como perspectivas futuras de continuidade dessas ações, vislumbra-se o compartilhamento dos saberes relacionados à elaboração dos produtos com os agricultores familiares e os residentes de Seropédica, através da criação de conteúdos em redes sociais e realização de oficinas. Em médio e longo prazo, busca-se, através do resgate da cultura da amoreira, incentivar a percepção do fruto como elemento para fomentar o desenvolvimento local e a turismo rural no município. Assim, prospecta-se que haveria a possibilidade de ampliação do segmento para o turismo gastronômico voltado ao conceito *farm to fork* (do campo à mesa), envolvendo toda a cadeia produtiva da amora, ou seja, enaltecendo o fruto desde seu manejo agrícola (campo) até a oferta de produtos alimentícios (mesa).

Referências

- Brito, V. K. A.; Popinigis, F. O Estabelecimento Seropédico de Itaguaí: as dificuldades financeiras de uma indústria na primeira metade do século XIX. In: Anais da Reunião Anual de Iniciação Científica da UFRRJ, 2016.
- Fróes, J. N. S. O Brasil na rota da seda: uma contribuição para a recuperação, o enriquecimento e a divulgação da memória de Seropédica, Itaguaí e do Estado do Rio de Janeiro. Seropédica: EDUR, 2000.
- Tonini, H.; Dolci, T. S. Turismo rural e novos mercados para produtos alimentares agroecológicos: estudo de caso da Rota Via Orgânica. Rosa dos Ventos, v.12, n.3, 2020.

Palavras chaves: Alimentos e bebidas; desenvolvimento de produto; produto gastronômico; turismo gastronômico.

Apoio/Fomentos: Ao Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) e à Fundação Carlos Chagas Filho de Amparo à Pesquisa do Estado do Rio de Janeiro (Faperj) pelas bolsas de iniciação tecnológica concedidas aos discentes.





16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis



ELABORAÇÃO DE PRODUTOS COM AMORA COMO PROPOSTA DE RESGATE DA CULTURA DESSE FRUTO PARA A GASTRONOMIA DE SEROPÉDICA/RJ

SILVA, Patrick Brendow¹; OLIVEIRA, Beatriz²; SILVA, Elga³; MARTINS, Maria Lúcia⁴; BRANCO, Camila⁵.

patrickbrendow@ufrj.br

Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro/ Instituto de Ciências Sociais Aplicadas/ Departamento de Hotelaria e Serviço Social.

Eixo temático: Alimentação, história e cultura.

Introdução

A localidade denominada como Freguesia no século XIX, atual município de Seropédica/RJ, tinha uma considerável cultura da amoreira, arbusto que junto ao bicho-da-seda sustentou uma relevante atividade econômica no período imperial, a produção da seda, hoje inexpressiva em Seropédica. A amora possui alta qualidade nutricional e características sensoriais apreciáveis, o que a torna interessante para o desenvolvimento de produtos alimentícios, sob o prisma da inovação e/ou aperfeiçoamento.

Objetivo

Apresentar um relato de experiência sobre a elaboração de produtos que têm a amora cultivada em Seropédica como ingrediente estrela. Como etapa preliminar da pesquisa, foi aplicado um questionário online sobre o conhecimento e o interesse dos moradores de Seropédica acerca da amora.

Metodologia

Como principais resultados, foi possível perceber, através de 154 respostas, que 89% dos respondentes não consome amora com frequência, e 52,6% desses não sabiam que Seropédica já foi um grande produtor do fruto. Além disso, 82,5% acredita que a produção de amora pode ser uma opção para geração de renda no município, e 96,1% concorda que o fruto pode ser usado para elaboração de produtos alimentícios saborosos e atrativos. Na etapa experimental da pesquisa, foram desenvolvidos produtos como biscoitos, bolos, coquetéis (alcoólicos e não alcoólicos), geleia, mousse, licor e torta salgada.

Para tanto, foram obtidas amostras do fruto oriundas do próprio município, tanto de propriedades particulares quanto do campus da Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro (UFRRJ), todas de cultivo ecológico. Essa etapa experimental, necessária ao desenvolvimento de produtos, criação de fichas técnicas e testes sensoriais das preparações culinárias, ocorreu em escala laboratorial.

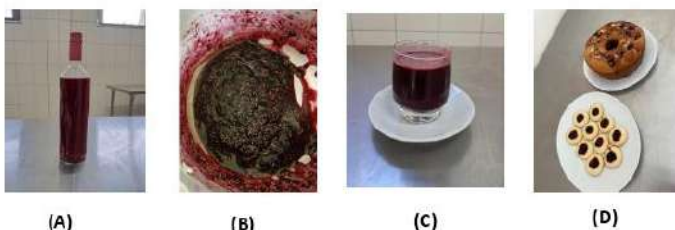
Posteriormente, os alimentos e bebidas foram produzidos em maior escala para degustação durante a merenda oferecida no evento acadêmico II Mostra de Gastronomia e Hospitalidade – 13 anos do Curso de Hotelaria, que ocorreu no campus da Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro (UFRRJ) em novembro de 2023.

Resultados

Como perspectivas futuras de continuidade dessas ações, vislumbra-se o compartilhamento dos saberes relacionados à elaboração dos produtos com os agricultores familiares e os residentes de Seropédica, através da criação de conteúdos em redes sociais e realização de oficinas.

Em médio e longo prazo, busca-se, através do resgate da cultura da amoreira, incentivar a percepção do fruto como elemento para fomentar o desenvolvimento local e a turismo rural no município.

Figura 1: (A) - Kombucha de suco de amora, (B) - Geleia de amora, (C) - Coquetel não alcoólico, (D) - Biscoito amanteigado com geleia de amora e Bolo de amora.



Fonte: Acervo Pessoal (2024)

Conclusão

Prospecta-se o que haveria a possibilidade de ampliação do segmento para o turismo gastronômico voltado ao conceito farm to fork (do campo à mesa), envolvendo toda a cadeia produtiva da amora, ou seja, enaltecendo o fruto desde seu manejo agrícola (campo) até a oferta de produtos alimentícios (mesa).

Referências

- BRITO, V. K. A.; POPINIGIS, F. O Estabelecimento Seropédica de Itaguaí: as dificuldades financeiras de uma indústria na primeira metade do século XIX. In: Anais da Reunião Anual de Iniciação Científica da UFRRJ, 2016.
- FRÖES, J. N. S. O Brasil na rota da seda: uma contribuição para a recuperação, o enriquecimento e a divulgação da memória de Seropédica, Itaguaí e do Estado do Rio de Janeiro. Seropédica: EDUR, 2000.
- TONINI, H.; DOLCI, T. S. Turismo rural e novos mercados para produtos alimentares agroecológicos: estudo de caso da Rota Via Orgânica. Rosa dos Ventos, v.12, n.3, 2020.

Apoio/Fomentos: Ao Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) e à Fundação Carlos Chagas Filho de Amparo à Pesquisa do Estado do Rio de Janeiro (Faperj) pelas bolsas de iniciação tecnológica concedidas aos discentes.

FESTIVAL SABORES DE CABO FRIO: VALORIZAÇÃO DA CULTURA LOCAL OU NACIONAL?

NOEL BASTOS, DEBORA BARRETO e AMÁBELA AVELAR

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Fluminense - *Campus* Cabo Frio (IFF - Cabo Frio) e Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ)

noel.profissional.2002@gmail.com

O presente resumo apresenta um recorte do projeto de Iniciação Científica “Culinária da Baixada Litorânea: História cultural e receitas tradicionais” desenvolvido no IFF - Cabo Frio. O objetivo do projeto é identificar marcas histórico-culturais da culinária local. Neste recorte, buscou-se identificar os ingredientes utilizados na edição 2023 do Festival Sabores de Cabo Frio. O evento contou com a participação de 59 restaurantes e teve como tema “Ancestralidade da Cozinha Brasileira”. Os festivais gastronômicos são reconhecidos como uma importante estratégia de divulgação da cultura alimentar e representam uma oportunidade para a troca de saberes sobre as tradições culinárias. Como método utilizou-se a técnica de nuvem de palavras obtida pela ferramenta *WordClouds*, a partir da lista de ingredientes informados na descrição dos pratos e disponíveis no material de divulgação do evento. Esta técnica facilita o entendimento dos conteúdos apresentados em um texto, apresentando de forma hierárquica e visual as palavras mais utilizadas. Partiu-se de uma lista composta por 645 palavras. As palavras com maior destaque foram *Camarão*, com maior destaque, seguida de *Banana da Terra*; *Carne Seca*, *Pão* e *Aipim*. Os demais ingredientes não se destacaram na nuvem, significando que a presença destes foi pouco frequente nos pratos. Notou-se a presença, sem destaque, de *Coco* e *Leite de Coco*, que juntamente com o *Camarão* são ingredientes que, segundo Dória (2009), fazem parte do que o autor define como *Culinária da Costa*, que inclui Frutos do Mar, Peixes e Coco. Brettas (2019) e Guterman (2022) apresentam, em seus trabalhos, diversos ingredientes que fazem parte da culinária tradicional da região do Cabo Frio e destes foram encontrados os ingredientes *aroeira*, citada por Guterman e Brettas, *tainha* e *cajú*, citados por Brettas e *dourado*, que é um peixe de ocorrência local, porém todos sem destaque na nuvem de palavras. O uso de ingredientes como *milho* e *aipim* (mandioca), descritos por Dória (2009) como parte da “*Culinária Caipira*” e “*Culinária Amazônica*”, respectivamente, demonstra que alguns pratos do Festival se alinharam ao proposto pelo tema da edição, ou seja, apresentar a ancestralidade da culinária brasileira. No entanto, o uso de ingredientes locais não foi expressivo e demonstra pouca valorização de ingredientes da região da Baixada Litorânea. Parece que nem os ingredientes da culinária nacional ancestral, tampouco aqueles que representam a culinária local tiveram destaque no Festival, exceto o *camarão*. Todavia, não foi possível identificar se o camarão citado na descrição dos pratos foi capturado no território marítimo ou lagunar da região.

Referências

BRETTAS, L. F. M. **Do Mar à Mesa: A pesca e a culinária típica da região do Cabo Frio, Arraial do Cabo, Búzios, Cabo Frio e São Pedro**. 1ª Edição. Cabo Frio. Editora Sophia, 2018. 222 p.

DÓRIA, C. A. **A formação da culinária brasileira: escritos sobre a cozinha inzoneira**. São Paulo. Fósforo, 2021.

GUTERMAN, G. C. **A Cultura Alimentar de Armação dos Búzios - RJ**. 2022. 241p. Dissertação (Mestrado em Geografia) - Instituto de Ciências da Sociedade e Desenvolvimento Regional. Universidade Federal Fluminense. Campos dos Goytacazes. 2022.

Palavras chaves: Gastronomia, Cultura Alimentar, Cabo Frio.

Apoio/Fomentos: CNPq, IFF - Cabo Frio.



16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

Realização



Organização



Apoio



FESTIVAL SABORES DE CABO FRIO: VALORIZAÇÃO DA CULTURA LOCAL OU NACIONAL?

BASTOS, Noel; BARRETO, Debora; AVELAR, Amábela.

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Fluminense - *Campus* Cabo Frio (IFF - Cabo Frio) e Universidade

Federal do Rio de Janeiro (UFRJ)

noel.profissional.2002@gmail.com

Alimentação, História e Cultura

O presente resumo apresenta um recorte do projeto de Iniciação Científica “Culinária da Baixada Litorânea: História cultural e receitas tradicionais” desenvolvido no IFF - Cabo Frio. O objetivo do projeto é identificar marcas histórico-culturais da culinária local. Neste recorte, buscou-se identificar os ingredientes utilizados na edição 2023 do Festival Sabores de Cabo Frio. O evento contou com a participação de 59 restaurantes e teve como tema “Ancestralidade da Cozinha Brasileira”. Os festivais gastronômicos são reconhecidos como uma importante estratégia de divulgação da cultura alimentar e representam uma oportunidade para a troca de saberes sobre as tradições culinárias. Como método utilizou-se a técnica de nuvem de palavras obtida pela ferramenta *WordClouds*, a partir da lista de ingredientes informados na descrição dos pratos e disponíveis no material de divulgação do evento. Esta técnica facilita o entendimento dos conteúdos apresentados em um texto, apresentando de forma hierárquica e visual as palavras mais utilizadas. Partiu-se de uma lista composta por 645 palavras. As palavras com maior destaque foram *Camarão*, com maior destaque, seguida de *Banana da Terra*; *Carne Seca*, *Pão* e *Aipim*. Os demais ingredientes não se destacaram na nuvem, significando que a presença destes foi pouco frequente nos pratos. Notou-se a presença, sem destaque, de *Coco* e *Leite de Coco*, que juntamente com o *Camarão* são ingredientes que, segundo Dória (2009), fazem parte do que o autor define como *Culinária da Costa*, que inclui Frutos do Mar, Peixes e Coco. Brettas (2019) e Guterman (2022) apresentam, em seus trabalhos, diversos ingredientes que fazem parte da culinária tradicional da região do Cabo Frio e destes foram encontrados os ingredientes *aroeira*, citada por Guterman e Brettas, *tainha* e *cajú*, citados por Brettas e *dourado*, que é um peixe de ocorrência local, porém todos sem destaque na nuvem de palavras. O uso de ingredientes como *milho* e *aipim* (mandioca), descritos por Dória (2009) como parte da “*Culinária Caipira*” e “*Culinária Amazônica*”, respectivamente, demonstra que alguns pratos do Festival se alinharam ao proposto pelo tema da edição, ou seja, apresentar a ancestralidade da culinária brasileira. No entanto, o uso de ingredientes locais não foi expressivo e demonstra pouca valorização de ingredientes da região da Baixada Litorânea. Parece que nem os ingredientes da culinária nacional ancestral, tampouco aqueles que representam a culinária local tiveram destaque no Festival, exceto o *camarão*. Todavia, não foi possível identificar se o camarão citado na descrição dos pratos foi capturado no território marítimo ou lagunar da região.

Referências

BRETTAS, L. F. M. **Do Mar à Mesa: A pesca e a culinária típica da região do Cabo Frio, Arraial do Cabo, Búzios, Cabo Frio e São Pedro**. 1ª Edição. Cabo Frio. Editora Sophia, 2018. 222 p.

DÓRIA, C. A. **A formação da culinária brasileira: escritos sobre a cozinha inzoneira**. São Paulo. Fósforo, 2021.

GUTERMAN, G. C. **A Cultura Alimentar de Armação dos Búzios - RJ**. 2022. 241p. Dissertação (Mestrado em Geografia) - Instituto de Ciências da Sociedade e Desenvolvimento Regional. Universidade Federal Fluminense. Campos dos Goytacazes. 2022.

Palavras chaves: Gastronomia, Cultura Alimentar, Cabo Frio.

Apoio/Fomentos: CNPq, IFF - Cabo Frio.

PERIFACIÊNCIA: INTERCÂMBIO ENTRE O SABER CIENTÍFICO E O SABER POPULAR DAS FEIRAS DA PERIFERIA DO RIO DE JANEIRO.

Gabrielly Rocha dos Santos, Ana Beatriz Silva Amaral, Elen dos Santos Oliveira, Leonardo Dangelo

Universidade Federal do Rio de Janeiro

gabriellyrsants@gmail.com

A aproximação do saber científico e do saber popular tem muito proveito quando se diz respeito à aquisição de conhecimentos, principalmente para aqueles que não fazem parte da comunidade científica. Somado a isso, tem crescido cada vez mais o interesse da população brasileira sobre os conceitos de “alimentação saudável”, “alimentos nutritivos” e outros temas pertinentes ao campo da Nutrição. Partindo do pressuposto que é necessário valorizar o saber popular para estabelecimento de diálogo com os conhecimentos acadêmicos, o projeto de Extensão PerifaCiência busca nas feiras livres periféricas, um ambiente comum a boa parte da população fluminense, o reconhecimento desses espaços como ambientes de produção e propagação de conhecimento.

Esse trabalho tem por objetivo identificar os conhecimentos e hábitos dos feirantes sobre alimentação e nutrição, e de que forma esses dados são usados como instrumento de comercialização. Visa também analisar as possíveis trocas de conhecimento entre os comerciantes e os consumidores de feiras livres. Além disso, almeja relacionar os saberes populares adquiridos com os feirantes com conhecimentos científicos e conceitos de alimentação saudável presente no Guia Alimentar da População Brasileira.

A coleta de dados foi realizada através de observação participante de diversas feiras nas periferias do Rio de Janeiro, escuta ativa das expressões locais e entrevistas semiestruturadas com os feirantes sobre o histórico social, nível de escolarização e relação com a atividade comercial. Também foram feitas perguntas para avaliar qualitativamente o conhecimento a respeito dos alimentos comercializados, sobre os questionamentos feitos pela clientela sobre as propriedades nutricionais dos produtos e quais eram suas respostas.

Resultados: Ao todo foram realizadas seis visitas no estado do Rio de Janeiro, com dados de feirantes e produtores rurais que possuíam conhecimentos populares sobre as propriedades nutricionais dos alimentos que vendiam e compartilhavam esses conhecimentos com os clientes na comercialização dos produtos, a fim de atraí-los a compra. Além disso, notamos a presença de slogans para venda de frutas ditas de forma popular com bases científicas e incentivo a práticas nutricionais que estão presentes no nosso Guia Alimentar para a População Brasileira (por exemplo, o remolho em grãos). Com isso, percebemos que os diversos ambientes culturais podem ser produtores de conhecimento, e que a proximidade entre o saber científico e o saber popular pode ser uma estratégia eficaz para propagação de informação nos campos de alimentação e nutrição.

Referências

Silva, Severino Felipe¹, Melo, José Francisco, SABER POPULAR E SABER CIENTÍFICO, Revista Temas em Educação, João Pessoa, v. 24, nº 2, p. 137-154, UFPB, 2015.

Marfetan, Taiany Braga, Feiras Livres Cariocas: uma etnografia situada entre o Trabalho e o Lazer, 33^o Reunião Brasileira de Antropologia, PPCIS - UERJ, 2022.

Ministério da Saúde, GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRA, 2^o edição, 1^o reimpressão, Brasília - DF, 2014.

Palavras chaves: Saber Popular, Saber Científico, Feiras Periféricas, Alimentação Saudável, Nutrição



16º Encontro
Sabores e Saberes

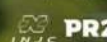
18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e
Sustentáveis

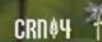
Realização



Organização



Apoio



PERIFACIÊNCIA: INTERCÂMBIO ENTRE O SABER CIENTÍFICO E O SABER POPULAR DAS FEIRAS DA PERIFERIA DO RIO DE JANEIRO.

ROCHA, Gabrielly¹; AMARAL, Ana²; OLIVEIRA, Elen³; DANGELO, Leonardo
UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO ¹

Alimentação e cultura

INTRODUÇÃO:

A aproximação do saber científico e do saber popular tem muito proveito quando se diz respeito à aquisição de conhecimentos, principalmente para aqueles que não fazem parte da comunidade científica. Somado a isso, tem crescido cada vez mais o interesse da população brasileira sobre os conceitos de "alimentação saudável", "alimentos nutritivos" e outros temas pertinentes ao campo da Nutrição. Partindo do pressuposto que é necessário valorizar o saber popular para estabelecimento de diálogo com os conhecimentos acadêmicos, o projeto busca nas feiras livres periféricas, um ambiente comum a boa parte da população fluminense, o reconhecimento desses espaços como ambientes de produção e propagação de conhecimento.

OBJETIVO:

Esse trabalho tem por objetivo identificar os conhecimentos e hábitos dos feirantes sobre alimentação e nutrição, e de que forma esses dados são usados como instrumento de comercialização. Visa também analisar as possíveis trocas de conhecimento entre os comerciantes e os consumidores de feiras livres. Além disso, almeja relacionar os saberes populares adquiridos com os feirantes com conhecimentos científicos e conceitos de alimentação saudável presente no Guia Alimentar da População Brasileira.



Figura 1: Barraca de frutas da Feira da Montvidéu, Penha.

METODOLOGIA:

A coleta de dados foi realizada através de observação participante de diversas feiras nas periferias do Rio de Janeiro, escuta ativa das expressões locais e entrevistas semiestruturadas com os feirantes sobre o histórico social, nível de escolarização e relação com a atividade comercial. Também foram feitas perguntas para avaliar qualitativamente o conhecimento a respeito dos alimentos comercializados, sobre os questionamentos feitos pela clientela sobre as propriedades nutricionais dos produtos e quais eram suas respostas.

RESULTADOS:

Ao todo foram realizadas seis visitas no estado do Rio de Janeiro, com dados de feirantes e produtores rurais que possuíam conhecimentos populares sobre as propriedades nutricionais dos alimentos que vendiam e compartilhavam esses conhecimentos com os clientes na comercialização dos produtos, a fim de atraí-los a compra. Além disso, notamos a presença de slogans para venda de frutas ditas de forma popular com bases científicas e incentivo a práticas nutricionais que estão presentes no nosso Guia Alimentar para a População Brasileira (por exemplo, o remolho em grãos).

CONCLUSÃO:

Com isso, percebemos que os diversos ambientes culturais podem ser produtores de conhecimento, e que a proximidade entre o saber científico e o saber popular pode ser uma estratégia eficaz para propagação de informação nos campos de alimentação e nutrição.



Figura 2: Feijão de corda após remolho na Feira da Montvidéu, Penha.



Figura 3: Barraca com várias cultivares de batata-doce na Feira da Montvidéu, Penha.

REFERÊNCIAS:

- ¹ Silva, Severino Felipe¹, Melo, José Francisco, SABER POPULAR E SABER CIENTÍFICO, Revista Temas em Educação, João Pessoa, v. 24, nº 2, p. 137-154, UFPB, 2015.
- ² Marfetan, Taiany Braga, Feiras Livres Cariocas: uma etnografia situada entre o Trabalho e o Lazer, 33º Reunião Brasileira de Antropologia, PPCIS - UERJ, 2022.
- ³ Ministério da Saúde, GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRA, 2ª edição, 1ª reimpressão, Brasília- DF, 2014.

SÓ CACAU: A CACAUCULTURA CABRUCUA DE CAMACÃ NA BAHIA SOB A PERSPECTIVA DECOLONIAL

GIOVANNA COSTA ROLLEMBERG

Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ)

g.rolleberg@ufrj.br

Introdução:

Camacã é conhecida por sua relação histórica com o plantio de cacau, da ascensão à crise econômica gerada pelo fungo “vassoura-de-bruxa” (*Moniliophthora perniciosa*), responsável pela devastação de grande parte das lavouras no final da década de 1980 (Fonseca et al., 2023). Em decorrência disso, surgiu a necessidade de buscar novas formas de cultivo para recuperar a economia local. Além do reaproveitamento integral do fruto, foi adotado o sistema agroflorestal cabruca, procedimento no qual o cacau é cultivado no sombreamento da mata nativa. É a partir desse método que Helena Guimarães e sua família trabalham com cacau por mais de vinte anos. A “Só Cacau”, empresa de agricultores familiares, está localizada nesta cidade, na Reserva da Serra Bonita, em São João do Panelinha, Bahia.

Objetivo:

Estudar a cacauicultura cabruca de Camacã sob a perspectiva decolonial, a partir da visão do empreendimento familiar “Só Cacau”.

Metodologia:

A pesquisa é de caráter qualitativo. Foi realizada uma entrevista não-estruturada com a fundadora da “Só Cacau”, Helena Guimarães, para entender a ótica do produtor familiar. Foram realizadas pesquisas bibliográficas a fim de compreender a percepção de pesquisadores da área.

Resultados:

Ainda há especulações sobre a origem do cacau cabruca. Alguns autores defendem a não-atribuição da técnica agroflorestal aos povos nativos. De acordo com Guimarães (2014), sua origem está anterior às invasões às terras dos indígenas Kamakãs, inclusive à colonização. A cacauicultura cabruca então seria proveniente de conhecimentos indígenas, com contribuições de negros escravizados e quilombolas. Nesse contexto, as referências de Setenta e Lobão (2012) devem ser questionadas, em especial o pesquisador Dan Érico Lobão, um dos fundadores do Instituto Ambiental Cacau Cabruca, o qual defende que as tribos encontradas na região sul da Bahia eram “agressivas” em artigo publicado pela Comissão do Plano Executivo da Lavoura Cacaueira (CEPLAC). Dessa forma, argumentando que essa “selvageria” descrita por ele sustentaria a alegação de incultura dos indígenas e que, portanto, não seria possível atribuir a eles a técnica cabruca. Por outro lado, em diálogo com Helena Guimarães, a produtora relata uma percepção distinta. Para ela, a origem pertence aos povos indígenas originários da região, de acordo com os ensinamentos passados à ela por sua família e a cultura local.

Considerações finais:

A origem da cacauicultura cabruca se refere aos povos originários, sendo assim, é fundamental que esses, em especial da cidade de Camacã, tenham a possibilidade de reivindicar sua herança cultural e sejam devidamente reconhecidos por seu trabalho. Dessa forma, faz-se necessário que esta região se torne um centro de referência em pesquisa e desenvolvimento, com possível registro de autoria no Instituto do Patrimônio Histórico e Artístico Nacional (IPHAN).

Referências

FONSECA, et al. Mapbiomas Cacau: Avanços e Desafios no Mapeamento do Cultivo Sombreado de Cacau no Sul da Bahia. In: ANAIS DO XX SIMPÓSIO BRASILEIRO DE SENSORIAMENTO REMOTO, 2023, Florianópolis. **Anais...** São José dos Campos, INPE, 2023.

GUIMARÃES, E. Ciência, técnica e tecnologia: Vassoura de Bruxa, Cacau Cabruca e a ideia de progresso no Sul da Bahia. In: 14º SEMINÁRIO NACIONAL DE HISTÓRIA DA CIÊNCIA E DA TECNOLOGIA – 14º SNHCT, 2014, Belo Horizonte. **Anais...** Belo Horizonte: UFMG, 2014.

SETENTA, Wallace; LOBÃO, D. E. **Conservação Produtiva:** cacau por mais 250 anos. Câmara Brasileira do Livro, São Paulo, Brasil, v. 2012, 2012.

Palavras chaves: Cacau cabruca; Camacã; Povos originários; Decolonialidade.





16º Encontro
Sabores e Saberes

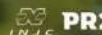
18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

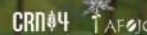
Realização



Organização



Apoio



SÓ CACAU: A CACAUCULTURA CABRUCUA DE CAMACÃ NA BAHIA SOB A PERSPECTIVA DECOLONIAL

ROLLEMBERG, Giovanna¹

g.rollemborg@ufrj.br

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO¹

Alimentação, história e cultura

Introdução

Camacã é conhecida por sua relação histórica com o plantio de cacau, da ascensão à crise econômica gerada pelo fungo “vassoura-de-bruxa” (*Moniliophthora perniciosa*), responsável pela devastação de grande parte das lavouras no final da década de 1980 (Fonseca et al., 2023). Em decorrência disso, surgiu a necessidade de buscar novas formas de cultivo para recuperar a economia local. Além do reaproveitamento integral do fruto, foi adotado o sistema agroflorestal cabruca, procedimento no qual o cacau é cultivado no sombreamento da mata nativa. É a partir desse método que Helena Guimarães e sua família trabalham com cacau por mais de vinte anos. A “Só Cacau”, empresa de agricultores familiares, está localizada nesta cidade, na Reserva da Serra Bonita, em São João do Panelinha, Bahia.

Objetivo

Estudar a cacaucultura cabruca de Camacã sob a perspectiva decolonial, a partir da visão do empreendimento familiar “Só Cacau”.

Metodologia

A pesquisa é de caráter qualitativo. Foi realizada uma entrevista não-estruturada com a fundadora da “Só Cacau”, Helena Guimarães, para entender a ótica do produtor familiar. Foram realizadas pesquisas bibliográficas a fim de compreender a percepção de pesquisadores da área.

Resultados

Ainda há especulações sobre a origem do cacau cabruca. Alguns autores defendem a não-atribuição da técnica agroflorestal aos povos nativos. De acordo com Guimarães (2014), sua origem está anterior às invasões às terras dos indígenas Kamakãs, inclusive à colonização. A cacaucultura cabruca então seria proveniente de conhecimentos indígenas. Nesse contexto, as referências de Setenta e Lobão (2012) devem ser questionadas, em especial o pesquisador Dan Érico Lobão, um dos fundado-

res do Instituto Ambiental Cacau Cabruca, o qual defende que as tribos encontradas na região sul da Bahia eram “agressivas” em artigo publicado pela Comissão do Plano Executivo da Lavoura Cacaueira (CEPLAC). Dessa forma, argumentando que essa “selvageria” descrita por ele sustentaria a alegação de incultura dos indígenas e que, portanto, não seria possível atribuir a eles a técnica cabruca. Por outro lado, em diálogo com Helena Guimarães, a produtora relata uma percepção distinta. Para ela, a origem pertence aos povos indígenas originários da região, de acordo com os ensinamentos passados a ela por sua família e a cultura local.

Considerações finais

A origem da cacaucultura cabruca se refere aos povos originários, sendo assim, é fundamental que esses, em especial da cidade de Camacã, tenham a possibilidade de reivindicar sua herança cultural e sejam devidamente reconhecidos por seu trabalho. Dessa forma, faz-se necessário que esta região se torne um centro de referência em pesquisa e desenvolvimento, com possível registro de autoria no Instituto do Patrimônio Histórico e Artístico Nacional (IPHAN).

Referências

FONSECA, et al. Mapbiomas Cacau: Avanços e Desafios no Mapeamento do Cultivo Sombreado de Cacau no Sul da Bahia. In: ANAIS DO XX SIMPÓSIO BRASILEIRO DE SENSORIAMENTO REMOTO, 2023, Florianópolis. **Anais...** São José dos Campos, INPE, 2023.

GUIMARÃES, E. Ciência, técnica e tecnologia: Vassoura de Bruxa, Cacau Cabruca e a ideia de progresso no Sul da Bahia. In: 14º SEMINÁRIO NACIONAL DE HISTÓRIA DA CIÊNCIA E DA TECNOLOGIA – 14º SNHCT, 2014, Belo Horizonte. **Anais...** Belo Horizonte: UFMG, 2014.

SETENTA, Wallace; LOBÃO, D. E. **Conservação Produtiva:** cacau por mais 250 anos. Câmara Brasileira do Livro, São Paulo, Brasil, v. 2012, 2012.

UM PÉ NA COZINHA: NUTRIÇÃO, CIÊNCIA E COLONIALIDADE

AUTORES: GEOVANNA GUEDES DIAS, LARISSA BRILLO NUNES RUBIO, LUDMILLA GOMES DE SOUZA, TAIS ALPINO, VERENA MORAES, VIVIANE MARINHO, FERNANDA SÁ BRITO

Universidade Federal do Rio de Janeiro - Instituto de Nutrição Josué de Castro (INJC/UFRJ)

fernandasabrito@nutricao.ufrj.br

Introdução/Contextualização: Ao longo da história brasileira, o trabalho das cozinheiras negras, apesar de pouco valorizado, desempenhou um papel fundamental na construção do país e da sua identidade culinária. Propomos uma reflexão sobre o impacto histórico e social do trabalho dessas mulheres, a partir da leitura do livro “Um Pé na Cozinha”, de Taís de Sant’Anna Machado, que serve como ponto de partida para uma reflexão mais profunda sobre a interseção entre cultura, alimentação e saúde.

Objetivo: Refletir sobre o impacto histórico e social do trabalho de cozinheiras negras no Brasil e a importância desse conhecimento na formação de nutricionistas.

Metodologia: Trata-se de uma análise crítica e reflexiva do livro “Um pé na cozinha” de Taís Machado, buscando elementos de diálogo com a ciência da Nutrição, a partir da não romantização da cultura alimentar brasileira e da compreensão da história do Brasil a partir da narrativa de cozinheiras negras.

Resultados: A leitura do livro proporciona uma visão aprofundada do impacto histórico e social do trabalho das cozinheiras negras no Brasil, fundamental para a construção e manutenção da nossa sociedade: desde o conforto das elites, ao carregar todo o fardo de alimentar e cuidar de seus lares, até a garantia da sobrevivência dos negros, por meio de agência e resistência. No entanto, quando sua existência se resume a uma tarefa doméstica, “(...) o lugar se autonomiza a ponto do espaço e da pessoa se tornarem a mesma coisa.” - A autora utiliza o conceito de intimidade monstruosa, de Christina Sharpe, ao se referir a essa condição, que legitima os “*horrores cotidianos mundanos que não são reconhecidos como horrores*”, justamente por se darem em contextos supostamente “íntimos”, porém com diferentes tipos de violência e sujeição.

O livro traz um resgate histórico, mas é extremamente atual e expõe uma realidade que precisa ser enfrentada. O racismo e a violência sofrida por cozinheiras e chefs negras só se sofisticam no presente, como é retratado pela chegada dos “Chefs” estrangeiros e a gourmetização da gastronomia brasileira, relegando às cozinheiras negras um papel secundário. A ciência da nutrição, forjada no colonialismo, contribui para a formação de nutricionistas que não reconhecem criticamente a história colonial e desvalorizam saberes e práticas ancestrais, marginalizando conhecimentos tradicionais de comunidades indígenas e afrodescendentes. Essa abordagem ignora a interconexão entre alimentação, cultura e saúde.

Conclusão/Considerações Finais: O trabalho de cozinheiras negras não deve ser resumido apenas ao trabalho laboral, é preciso reconhecer suas contribuições para a culinária e cultura alimentar brasileira, que contribuem para (r)existência da soberania alimentar e de sistemas alimentares saudáveis e sustentáveis. Neste sentido, é crucial descolonizar o ambiente acadêmico, reconhecendo a importância dos saberes populares e ancestrais para tornar possível a formação de nutricionistas menos eurocêntrica.

Referências

MACHADO, Tais de Sant’anna. *Um pé na cozinha*. Porto Alegre: Editora Belas Letras, 2016.

Palavras-chaves: Colonialidade; Cozinheiras negras; Nutrição.

Apoio/Fomentos: sem financiamento



16º Encontro
Sabores e Saberes

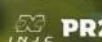
18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

Realização



Organização



Apoio



UM PÉ NA COZINHA: NUTRIÇÃO, CIÊNCIA E COLONIALIDADE

Autores: DIAS, Geovanna¹; RUBIO, Larissa; SOUZA, Ludmilla; ALPINO, Tais; MARINHO, Viviane; BRITO, Fernanda

E-mail de Contato: Fernanda Sá Brito (Coordenadora) fernandasabrito@nutricao.ufrj.br

Instituição Principal: Universidade Federal do Rio de Janeiro – Instituto de Nutrição Josué de Castro¹

Eixo: Alimentação, História e Cultura

Introdução

O trabalho das cozinheiras negras foi crucial na formação da identidade culinária brasileira, embora pouco valorizado. O livro "Um Pé na Cozinha", de Tais de Sant'Anna Machado, propõe uma reflexão sobre o impacto histórico e social desse trabalho, explorando a interseção entre cultura, alimentação e saúde.

Objetivo

Refletir sobre o impacto histórico e social do trabalho de cozinheiras negras no Brasil e a importância desse conhecimento na formação de nutricionistas.

Metodologia

Trata-se de uma análise crítica e reflexiva do livro "Um pé na cozinha" de Tais Machado, buscando elementos de diálogo com a ciência da Nutrição, a partir da não romantização da cultura alimentar brasileira e da compreensão da história do Brasil a partir da narrativa de cozinheiras negras.

Resultados

O livro explora o impacto histórico e social das cozinheiras negras no Brasil, evidenciando seu papel crucial na formação da sociedade, desde o cuidado dos lares das elites até a sobrevivência das comunidades negras por meio de resistência. A autora utiliza o conceito de "intimidade monstruosa" para descrever a violência

oculta nas tarefas domésticas, tornando-se parte da própria identidade dessas mulheres. A obra também critica o racismo estrutural que persiste na gastronomia contemporânea, onde cozinheiras negras são marginalizadas em favor de chefs estrangeiros, e analisa como a ciência da nutrição, com raízes coloniais, desvaloriza saberes ancestrais e ignora a interconexão entre alimentação, cultura e saúde.

Conclusão

O trabalho de cozinheiras negras não deve ser resumido apenas ao trabalho laboral, é preciso reconhecer suas contribuições para a culinária e cultura alimentar brasileira, que contribuem para (r)existência da soberania alimentar e de sistemas alimentares saudáveis e sustentáveis. Neste sentido, é crucial descolonizar o ambiente acadêmico, reconhecendo a importância dos saberes populares e ancestrais para tornar possível a formação de nutricionistas menos eurocêntrica.



Ilustração: Livro "Um Pé na Cozinha" – capa Cristina Gu

Referência Bibliográfica

MACHADO, Tais de Sant'anna. *Um pé na cozinha*. Porto Alegre: Editora Belas Letras, 2016

Apoio/Fomentos: sem financiamento

DA TERRA À MESA: DESENVOLVIMENTO DE PREPARAÇÕES CULINÁRIAS COM PRODUTOS DA AGRICULTURA FAMILIAR DA CIDADE DE CABO FRIO/RJ

DÉBORA PINTO DE OLIVEIRA SANTOS
DAIANA COSTA PEREIRA

Instituto Federal Fluminense (IFF) *campus* Cabo Frio
debora.santos@iff.edu.br

Introdução: Cabo Frio é uma cidade do estado do Rio de Janeiro conhecida por suas belezas naturais, tendo como principal atividade econômica o turismo. Apesar de não possuir características propícias ao desenvolvimento da agricultura, a região desenvolveu esta atividade logo no início de sua história, e, apesar do êxodo rural provocado pelo desenvolvimento da atividade turística, se mantém com atividade agrícola, especialmente realizada por agricultores familiares. Pode-se verificar que a inexistência de uma identidade de produtos alimentícios locais na cidade de Cabo Frio é refletida nos cardápios dos restaurantes. A existência de uma identidade rural local contribui para que produtos agrícolas sejam realmente inseridos nos mercados comerciais e políticas públicas, visto que a identidade cria a demanda. **Objetivo:** Considerando este contexto, o projeto de extensão da Terra à Mesa, do Instituto Federal Fluminense *Campus* Cabo Frio teve como objetivo demonstrar a potencialidade do fortalecimento da Agricultura Familiar através da Gastronomia, por meio da criação de meios de inserção dos alimentos produzidos na cidade na gastronomia local pela elaboração de preparações culinárias. **Metodologia:** O projeto foi desenvolvido em três etapas: pesquisa bibliográfica, pesquisa sobre a produção local com aproximação da Secretaria de Agricultura e Pesca de Cabo Frio e dos Agricultores Familiares da cidade, e, por fim, organização e desenvolvimento de preparações culinárias com os ingredientes locais para inserção na Merenda Escolar do *Campus* Cabo Frio. **Resultados:** Tendo em mãos a pesquisas de alimentos da Agricultura Familiar, os componentes do projeto foram à cozinha para testar as preparações. Os ingredientes escolhidos aipim, banana, goiaba e laranja. A partir desses produtos da Agricultura Familiar local foram desenvolvidas três receitas: panqueca de aipim salgada, panqueca de aipim doce com geleia aipim, banana, goiaba e laranja de goiaba e laranja, açaí com sorvete de banana. **Conclusão:** A intenção do projeto é que essas preparações culinárias sejam inseridas na Merenda Escolar e que testes de aceitação sejam realizadas para avaliar a percepção dos alunos sobre as mesmas. O projeto não se encerra com essas atividades. A pretensão é que seja renovado para que mais preparações culinárias sejam desenvolvidas e amplamente divulgadas na cidade, seja por meio de eventos gastronômicos, ou eventos acadêmicos.

Referências

- IBGE - INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. Censo Agropecuário de 2006. Disponível em: <<https://cidades.ibge.gov.br/brasil/rj/cabo-frio/pesquisa/24/76693?ano=2006>>. Acesso em: 14 set. 2022.
- RIBEIRO, A. M. M.; COSTA, R. B. DE M. L. Reconstrução social da agricultura no Rio de Janeiro: um estudo sobre o Vale do São João. Revista del CESLA, v. 25, p. 175–208, 30 jun. 2020.
- SEBRAE - SERVIÇO BRASILEIRO DE APOIO ÀS MICRO E PEQUENAS EMPRESAS. Guia prático de eventos gastronômicos: saiba como idealizar o seu. Brasília: 2016.

Palavras chaves: Gastronomia, agricultura familiar, culinária.



16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

Realização: UFRJ
Organização: INJC PR2
Apoio: CRN04 AF010

DA TERRA À MESA: DESENVOLVIMENTO DE PREPARAÇÕES CULINÁRIAS COM PRODUTOS DA AGRICULTURA FAMILIAR DA CIDADE DE CABO FRIO/RJ

SANTOS, Débora¹, PEREIRA, Daiana¹
debora.santos@iff.edu.br

Instituto Federal Fluminense - *Campus* Cabo Frio¹
Alimentação, Inovação e Responsabilidade Social

Palavras-chave: Gastronomia, Agricultura familiar, Culinária

Introdução

Cabo Frio é uma cidade do estado do Rio de Janeiro conhecida por suas belezas naturais, tendo como principal atividade econômica o turismo. Apesar de não possuir características propícias ao desenvolvimento da agricultura, a região desenvolveu esta atividade logo no início de sua história, e, apesar do êxodo rural provocado pelo desenvolvimento da atividade turística, se mantém com atividade agrícola, especialmente realizada por agricultores familiares. Pode-se verificar que a inexistência de uma identidade de produtos alimentícios locais na cidade de Cabo Frio é refletida nos cardápios dos restaurantes. A existência de uma identidade rural local contribui para que produtos agrícolas sejam realmente inseridos nos mercados comerciais e políticas públicas, visto que a identidade cria a demanda.

Metodologia

O projeto foi desenvolvido em três etapas: pesquisa bibliográfica, pesquisa sobre a produção local com aproximação da Secretaria de Agricultura e Pesca de Cabo Frio e dos Agricultores Familiares da cidade, e, por fim, organização e desenvolvimento de preparações culinárias com os ingredientes locais para inserção na Merenda Escolar do *Campus* Cabo Frio.



Figura 1: Fluxograma metodológico

Objetivo

Considerando este contexto, o projeto de extensão da Terra à Mesa, do Instituto Federal Fluminense *Campus* Cabo Frio teve como objetivo demonstrar a potencialidade do fortalecimento da Agricultura Familiar através da Gastronomia, por meio da criação de meios de inserção dos alimentos produzidos na cidade na gastronomia local pela elaboração de preparações culinárias.



Figuras 2 e 3: Fase de testes de preparações culinárias

Resultados

Tendo em mãos a pesquisas de alimentos da Agricultura Familiar, os componentes do projeto foram à cozinha para testar as preparações. Os ingredientes escolhidos aipim, banana, goiaba e laranja. A partir desses produtos da Agricultura Familiar local foram desenvolvidas três receitas: panqueca de aipim salgada, panqueca de aipim doce com geleia aipim, banana, goiaba e laranja de goiaba e laranja, açaí com sorvete de banana.



Figuras 4 e 5: Açaí com sorvete de banana e 3 tipos de panqueca de aipim

Conclusão

A intenção do projeto é que essas preparações culinárias sejam inseridas na Merenda Escolar e que testes de aceitação sejam realizadas para avaliar a percepção dos alunos sobre as mesmas. O projeto não se encerra com essas atividades. A pretensão é que seja renovado para que mais preparações culinárias sejam desenvolvidas e amplamente divulgadas na cidade, seja por meio de eventos gastronômicos, ou eventos acadêmicos.

Referências

- IBGE - INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. Censo Agropecuário de 2006. Disponível em: <<https://cidades.ibge.gov.br/brasil/rj/cabo-frio/pesquisa/24/76693?ano=2006>>. Acesso em: 14 set. 2022.
- RIBLRO, A. M. M.; COSTA, R. B. DE M. L. Reconstrução social da agricultura no Rio de Janeiro: um estudo sobre o Vale do São João. Revista del CESLA, v. 25, p. 175-208, 30 jun. 2020.
- SEBRAE - SERVIÇO BRASILEIRO DE APOIO ÀS MICRO E PEQUENAS EMPRESAS. Guia prático de eventos gastronômicos: saiba como idealizar o seu. Brasília: 2016.

GESTÃO DO PERFIL EM REDE SOCIAL DE UM PROJETO DE EXTENSÃO EM ALIMENTAÇÃO COLETIVA: CONTEÚDOS E MÉTRICAS DE ENGAJAMENTO

NATHALIA DE ARAUJO CANTUARIA AFONSO; MARCELLA TELES DE SOUZA; KYSSILA BARBOSA DE FREITAS; JULIA DE PAULA; ANA CLARA CHAVES DE MATTOS; GEOVANA GOMES CANSANÇÃO; FRANCIELE ALVES TEIXEIRA; CARLA ADRIANO MARTINS; MÔNICA DE SOUZA LIMA SANT'ANNA; MARIANA FERNANDES BRITO DE OLIVEIRA; GILSON IRINEU DE OLIVEIRA JUNIOR

IAN CM UFRJ-MACAÉ

nathaliaac.afonso@gmail.com

Introdução: É expressivo o número de nutricionistas atuantes em Alimentação Coletiva (AC) no país, os quais demandam oferta de conteúdos técnicos que reforcem sua formação e auxiliem na execução de suas atribuições. Como forma de divulgação, as redes sociais têm sido amplamente utilizadas pelo potencial de alcance e facilidade, servindo como ferramenta para propagação de informações técnicas, incluindo a Nutrição. Nesta perspectiva, com aprovação do Projeto de Extensão "Dialogando a Alimentação Coletiva a partir dos olhares de profissionais atuantes na área" (DIAC) do CM UFRJ-Macaé, criou-se perfil do projeto na rede Instagram a fim de lhe dar visibilidade e oportunizar a comunicação com Nutricionistas da área, fomentando sua interação dialógica com a Universidade. **Objetivo:** Relatar as atividades realizadas na gestão do perfil do Instagram do projeto DIAC, apresentar os conteúdos produzidos e analisar dados de movimentação do perfil. **Metodologia:** Coletivamente, os temas abordados foram previamente selecionados pelos extensionistas no mês de janeiro de 2024. Com a frequência pré determinada entre os integrantes do projeto, o perfil é atualizado semanalmente com os conteúdos estrategicamente selecionados, os quais são elaborados na plataforma Canva. Os posts, produzidos em duplas, foram revisados pelos membros do projeto para serem postados. A estratégia para maior engajamento tem sido a postagem nas modalidades *story* (conteúdo temporário) e *feed* (conteúdo fixo). **Resultados:** As postagens iniciaram em março de 2024. Foram produzidos onze posts, com número de slides variando entre seis e dez cada. Foram abordados temas como: Apresentação do projeto e suas demandas; Guia Alimentar Para a População Brasileira e aplicabilidade na elaboração de cardápio; compras e fornecedores; Guia e sustentabilidade; Ficha Técnica de Preparo (FTP) e suas aplicabilidades em UAN; como a FTP auxilia na padronização e gerência na produção de refeições?; gestão de resíduos; como elaborar cardápios sustentáveis em UAN?; estratégias contra o desperdício de água e energia em UAN. Quanto às métricas de engajamento de alcance, observou-se que em 1 mês o número de seguidores subiu 23,4%. Com os últimos 7 posts alcançaram-se 1.815 contatos. Houve média de 543 visualizações em 1 mês. Observou-se aumento na interação dos seguidores, demonstrando o interesse e a relevância dos conteúdos. Além disso, a utilização da rede social possibilitou maior proximidade com o público, proporcionando espaço para divulgação das próximas ações do DIAC. Os resultados reforçam a importância da utilização de ferramentas digitais para divulgar estratégias utilizadas por nutricionistas em AC. **Conclusão:** Diante do exposto, a criação e gestão de um perfil virtual voltado à Alimentação Coletiva oportuniza interação entre os seguidores, além de engajar e educar a comunidade por meio da promoção de conteúdos de interesse demandados por nutricionistas da área.

Referências:

CONSELHO FEDERAL DE NUTRICIONISTAS (CFN). *Resolução CFN nº 600*, de 25 de fevereiro de 2018. Dispõe sobre a definição das áreas de atuação do nutricionista e suas atribuições, indica parâmetros numéricos mínimos

de referência, por área de atuação, para a efetividade dos serviços prestados à sociedade e dá outras providências. Disponível em: <http://cfm.org.br/> Acesso em: 18 jun. 2024.

Faria BAS. Fatores que influenciam na valorização do nutricionista atuante na área da alimentação coletiva em Cuiabá, MT. Trabalho de Conclusão de Curso. Graduação em Nutrição. Universidade Federal de Mato Grosso: Cuiabá, 2017. Disponível em:

https://bdm.ufmt.br/bitstream/1/86/1/TCC_2017_Bruna%20Almeida%20Siqueira%20de%20Faria.pdf. Acesso em: 18 jun. 2024.

HONÓRIO, Andréa Riskala Franco; BATISTA, Sylvia Helena. Percepções e demandas de nutricionistas da alimentação escolar sobre sua formação. Trabalho, Educação e Saúde, [S.L.], v. 13, n. 2, p. 473-492, 20 mar. 2015. FapUNIFESP (SciELO). Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1981-7746-sip00013>. Acesso em: 18 jun. 2024.

Palavras-chave: Alimentação coletiva, redes sociais, divulgação técnica.





16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis



“GESTÃO DO PERFIL EM REDE SOCIAL DE UM PROJETO DE EXTENSÃO EM ALIMENTAÇÃO COLETIVA : CONTEÚDOS E MÉTRICAS DE ENGAJAMENTO”

Afonso, Nathalia^{1*}, Brando, Julia¹, Chaves, Ana Clara¹, Gomes, Geovana¹, Alves, Franciele¹, Teles, Marcella¹, Barbosa, Kysylla¹, Martins, Carla¹, Sant Anna, Mônica¹, Oliveira, Mariana¹, Oliveira Junior, Gilson¹

Universidade Federal do Rio de Janeiro - CM Macaé¹

Eixo temático: Alimentação, Inovação e Responsabilidade Social

*Nathaliaac.afonso@gmail.com

Código identificador: T-099

Palavras-Chave: Alimentação coletiva, redes sociais, divulgação técnica.

INTRODUÇÃO

O número de nutricionistas atuando em Alimentação Coletiva no Brasil é significativo e demanda conteúdos técnicos para reforçar sua formação e auxiliar em suas funções. As redes sociais, especialmente o Instagram, têm sido amplamente utilizadas para divulgar informações técnicas, incluindo na Nutrição. Com a aprovação do Projeto de Extensão "Dialogando a Alimentação Coletiva a partir dos olhares de profissionais atuantes na área" (DIAC) do CM UFRJ-Macaé, foi criado um perfil no Instagram para dar visibilidade ao projeto e facilitar a comunicação e interação com nutricionistas da área, promovendo o diálogo com a Universidade.

OBJETIVO

Relatar as atividades realizadas na gestão do perfil do Instagram do projeto DIAC, apresentar os conteúdos produzidos e analisar dados de movimentação do perfil.

METODOLOGIA

Os temas para o projeto foram escolhidos pelos extensionistas em janeiro de 2024. O perfil do projeto é atualizado semanalmente com conteúdos selecionados e elaborados no *Canva*. Os posts, criados em duplas e revisados pelos membros do projeto, são publicados tanto no *feed* quanto nos *stories* do Instagram para aumentar o engajamento.

RESULTADOS

As postagens começaram em março de 2024 com onze posts, cada um contendo seis a dez slides. Em um mês, o número de seguidores aumentou 23,4%, alcançando 1.815 contas e obtendo uma média de 543 visualizações. O aumento na interação dos seguidores mostrou interesse pelos conteúdos e ajudou a estreitar o contato com o público e a promover futuras ações do DIAC, evidenciando a eficácia das ferramentas digitais para a divulgação das estratégias de nutricionistas em Alimentação Coletiva.



Imagem 1: Logo do Projeto



Imagem 2: Evolução do alcance de contas.

Post 1: *Agora já sabemos sobre ficha técnica...vamos entender sobre seus elementos?*; post 2: *5 Estratégias para diminuir o fator de correção*; post 3: *Como elaborar cardápios sustentáveis em uma UAN?*; post 4: *Importância da ficha técnica de preparo em unidades de alimentação e nutrição*; post 5: *Gestão de resíduos*; post 6: *Estratégias para evitar o desperdício da água e energia em UAN*; post 7: *Chamada para conhecer o DIAC*.

CONCLUSÕES

Diante do exposto, a criação e gestão de um perfil virtual voltado à Alimentação Coletiva oportuniza interação entre os seguidores, além de engajar e educar a comunidade por meio da promoção de conteúdos de interesse demandados por nutricionistas da área.

REFERÊNCIAS

CONSELHO FEDERAL DE NUTRICIONISTAS (CFN). *Resolução CFN nº 600*, de 25 de fevereiro de 2018. Dispõe sobre a definição das áreas de atuação do nutricionista e suas atribuições, indica parâmetros numéricos mínimos de referência, por área de atuação, para a efetividade dos serviços prestados à sociedade e dá outras providências. Disponível em: <http://cfn.org.br/>. Acesso em: 18 jun. 2024.

Faria BAS. Fatores que influenciam na valorização do nutricionista atuante na área da alimentação coletiva em Cuiabá, MT. Trabalho de Conclusão de Curso. Graduação em Nutrição. Universidade Federal de Mato Grosso: Cuiabá, 2017. Disponível em: https://bdm.ufmt.br/bitstream/1/86/1/TCC_2017_Bruna%20Almeida%20Siqueira%20de%20Faria.pdf. Acesso em: 18 jun. 2024.

HONÓRIO, Andréa Riskala Franco; BATISTA, Sylvania Helena. Percepções e demandas de nutricionistas da alimentação escolar sobre sua formação. Trabalho, Educação e Saúde, [S.L.], v. 13, n. 2, p. 473-492, 20 mar. 2015. FapUNIFESP (SciELO). Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1981-7746-sip00013>. Acesso em: 18 jun. 2024.

POR UMA POLÍTICA DE DESENVOLVIMENTO DE COMPETÊNCIAS SOCIAIS ANTITRANSFÓBICAS JUNTO AOS/PARA OS INSTRUTORES DE GASTRONOMIA

RENNAN FÉRRER DE MOURA BATISTA; TARSILA SANTOS RIBEIRO; RENATO MONTEIRO;
FÁBIO FRANCISCO DE ARAUJO; LUCIANO RODRIGUES DE SOUZA COUTINHO

Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ)

rennanferrer13@gmail.com

Recentemente, o Programa de Extensão Universitária TransGarçonne (UFRJ) promoveu um programa de treinamento sobre diversidade de identidade de gênero para os atores sociais responsáveis pela educação instrucional das pessoas transgênero (mulheres e homens trans, travestis e pessoas não binárias) que participam do programa durante o curso de formação profissional oferecido pelo Núcleo de Empregabilidade. O objetivo do treinamento foi capacitar os instrutores (pessoas não-trans) do curso em suas funções educacionais, oferecendo-lhes a possibilidade de desenvolver as competências sociais (conhecimentos e habilidades) necessárias para a realização de aulas anti transfobia, tendo em vista a necessidade de combater a transfobia no Brasil, o país mais homotransfóbico do mundo (ACONTECE; ANTRA; ABGLT, 2024). Para alcançar esse objetivo, foi necessário levantar as necessidades de treinamento dos instrutores, todos inseridos no setor de gastronomia e, em seguida, elaborar o programa de treinamento, seus objetivos geral e específicos. Esse treinamento se deu através de ações voltadas ao ensino de conhecimentos sociais relacionados à comunidade trans e à realização de atividades práticas (simulações) relacionadas às habilidades sociais antitransfóbicas que os instrutores precisavam ter durante o curso. A pergunta que orientou esta ação de extensão e, a partir dela, a pesquisa realizada foi: como construir uma política de desenvolvimento extensionista que nos permita realizar um curso antitransfóbico para pessoas trans, cumprindo a prerrogativa da extensão com a entrega à sociedade daquilo que melhor se pesquisa e ensina na universidade pública, gratuita e de qualidade? Para responder essa pergunta, utilizamos os pressupostos da gestão social, em particular, a dialogicidade entre as partes (e não o convencimento ou a negociação, no sentido utilitário do termo) (TENÓRIO, 1998) para elaborar as práticas de treinamento junto aos/para os instrutores do curso. Diante da necessidade de assegurar uma política de desenvolvimento extensionista antitransfóbica embasada na dialogicidade, a pesquisa-ação foi o método escolhido (LEITE; LEMOS, 2022), pois envolve a participação ativa dos pesquisadores e dos sujeitos de pesquisa, os instrutores do curso, no processo de investigação, tendo como objetivo combinar a pesquisa acadêmica com a ação prática e, assim, transformar (para a melhor) as práticas de treinamento das pessoas trans que trabalham nos sistemas alimentares, tornando-os mais humanizados e, porventura, socialmente saudáveis e sustentáveis. Os resultados desta pesquisa indicam a necessidade de pensar a política de desenvolvimento extensionista antitransfóbica a partir de uma perspectiva gestonária crítica à estratégia empresarial. Partindo de uma perspectiva social, inerente à administração social comunitária, a pesquisa contribuiu com saberes gastronômicos através dos estudos sobre gestão social, pessoas e desenvolvimento relacionados aos atores sociais responsáveis pela educação instrucional na gastronomia, no contexto do atendimento de grupos em situação de vulnerabilidade social. Implicações para os modos de organização da ação extensionista, limitações e sugestões foram tratadas na discussão.

Referências

ACONTECE; ANTRA; ABGLT. **Mortes e violências contra LGBTI+ no Brasil: Dossiê 2023**. Florianópolis, 2024.

LEITE, A.; LEMOS, D. Utilização da pesquisa-ação no campo das ciências sociais aplicadas. **Revista Eletrônica de Administração - REAd**, v.28, n.1, p.64-91, 2022.

TENÓRIO, F. Gestão social: uma perspectiva conceitual. **Revista de Administração Pública**, v.32, n.5, p.7-23, 1998.

Palavras chaves: Empregabilidade; Gastronomia; Desenvolvimento; Extensão Universitária; TransGarçonne

Apoio/Fomentos: Programa de Fomento a Atividades Extensionistas (Profaex)/UFRJ





16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e
Sustentáveis

Realização



Organização



Apoio



POR UMA POLÍTICA DE DESENVOLVIMENTO DE COMPETÊNCIAS SOCIAIS ANTITRANSFÓBICAS JUNTO AOS/PARA OS INSTRUTORES DE GASTRONOMIA

BATISTA, Rennan¹

Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ)¹

Instituto de Nutrição Josué de Castro (INJC)

Departamento de Gastronomia

Eixo temático: Alimentação, inovação e responsabilidade social

Orientadores: RIBEIRO, Tarsila¹; MONTEIRO, Renato¹; ARAÚJO, Fábio¹; COUTINHO, Luciano¹.
Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ)¹

INTRODUÇÃO

Recentemente, o Programa de Extensão Universitária TransGarçonne (UFRJ) promoveu um programa de treinamento sobre diversidade de identidade de gênero para os atores sociais responsáveis pela educação instrucional das pessoas transgênero (mulheres e homens trans, travestis e pessoas não binárias) que participam do programa durante o curso de formação profissional oferecido pelo Núcleo de Empregabilidade. Partindo da problemática relacionada à baixa representação de pessoas trans no corpo instrucional do curso, a pergunta que orientou esta ação de extensão e, a partir dela, a pesquisa realizada foi: como construir uma política de desenvolvimento extensionista que nos permita realizar um curso antitransfóbico para pessoas trans?

OBJETIVOS

Os objetivo geral da pesquisa-ação foi compreender como capacitar os instrutores (pessoas não-trans) do curso em suas funções educacionais, oferecendo-lhes a possibilidade de desenvolver as competências sociais (conhecimentos e habilidades) necessárias para a realização de aulas anti transfobia, tendo em vista a necessidade de combater a transfobia no Brasil, o país mais homotransfóbico do mundo (ACONTECE; ANTRA; ABGLT, 2024). Para alcançar esse objetivo, foi necessário especificá-lo por meio do levantamento das necessidades de treinamento dos instrutores, todos inseridos no setor de gastronomia e, em seguida, elaboração do programa de treinamento, com seus próprios objetivos geral e específicos.

METODOLOGIA

Utilizou-se os pressupostos da gestão social, em particular, a dialogicidade entre as partes (TENÓRIO, 1998) para elaborar as práticas de treinamento junto aos/para os instrutores do curso, tendo a pesquisa-ação como método escolhido (LEITE; LEMOS, 2022).

RESULTADOS

Os resultados indicam a necessidade de pensar a política de desenvolvimento extensionista antitransfóbica a partir de uma perspectiva gestonária crítica à estratégia empresarial, que lance luz ao desenvolvimento da competência social 'Respeito pela identidade transgênero', enquanto capacidade de reconhecer, aceitar e valorizar a identidade trans autodeclarada dos participantes do curso, independentemente de como essa identidade se alinha com as normas de gênero, e de se comunicar com eles. Para tal, o treinamento se deu através de ações voltadas ao ensino de conhecimentos sociais relacionados à comunidade trans e à realização de atividades práticas (simulações) relacionadas às habilidades sociais antitransfóbicas que os instrutores precisavam ter durante o curso

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Considera-se, por fim, que o treinamento realizado foi importante para o desenvolvimento do respeito pela identidade transgênero, para além da comunicação inclusiva.

REFERÊNCIAS

- ACONTECE; ANTRA; ABGLT. **Mortes e violências contra LGBTI+ no Brasil**: Dossiê 2023. Florianópolis, 2024.
- LEITE, A.; LEMOS, D. Utilização da pesquisa-ação no campo das ciências sociais aplicadas. **Revista Eletrônica de Administração - REAd**, v.28, n.1, p.64-91, 2022.
- TENÓRIO, F. Gestão social: uma perspectiva conceitual. **Revista de Administração Pública**, v.32, n.5, p.7-23, 1998.

Apoio/Fomentos: Programa de Fomento a Atividades Extensionistas (Profaex)/UFRJ

RESPONSABILIDADE SOCIAL E A EXTENSÃO NA EDUCAÇÃO SUPERIOR: CASO DO CURSO DE TECNOLOGIA EM GASTRONOMIA

GUSTAVO DIAS SILVA, AQUILA MATHEUS DE SOUZA OLIVEIRA, GERLANE DANTAS DA SILVA

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí (IFPI)

gustavodias.silva18@gmail.com

Chama-se extensão a atividade que compõe um dos três pilares no Ensino Superior Brasileiro e encontra-se articulada à pesquisa e ao ensino, constituindo-se em processo interdisciplinar, político, educacional, cultural, tecnológico e que tem a capacidade de promover a interação transformadora entre Instituições de Ensino Superior (IES's) e diversos setores da sociedade civil. Essas interações ocorrem por meio de ações que se materializam através de produtos, materiais e atividades voltadas para as demandas desses setores e devem ser construídos de forma coletiva com o objetivo de promover a consolidação e o fortalecimento de arranjos produtivos, sociais e culturais locais, que devem ser previamente identificados de acordo com o mapeamento de potencialidades de desenvolvimento socioeconômico e cultural. Esse trabalho tem como objetivo apresentar ações de responsabilidade social oriundas do projeto de Extensão “Ressignificando a produção e consumo de gergelim”, do curso de Tecnologia em Gastronomia, voltado a um grupo de agricultores(as) agroecológicos(as). O curso está vinculado ao Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí (IFPI), campus São Raimundo Nonato. O percurso metodológico iniciou no primeiro semestre de 2023, por meio da disciplina de Fundamentos e Metodologia de Extensão no Ensino Superior, com identificação dos locais para realização do projeto, a partir de visitas a roçados agroecológicos do município de São Raimundo Nonato, no sertão piauiense. Após mapeamento das possíveis ações a partir de diálogos com os grupos onde apresentaram suas demandas, e posterior aceite, o gergelim se tornou um produto para ser trabalhado como foco no fortalecimento da segurança alimentar das famílias, ao aumento da renda a partir dos seus benefícios em produtos de panificação. Pontua-se que quanto a metodologia utilizada não se resume apenas a aplicação de conhecimento do estudante sobre a comunidade, o processo se tornou mais eficaz, quando deixa de ser uma imposição e se torna uma colaboração, já que ocorre a troca de saberes entre estes. É possível verificar um protagonismo discente dos alunos envolvidos no projeto e sua autonomia/liderança na organização e planejamento do projeto extensionista, ao colocar na prática os conteúdos trabalhados nas disciplinas do curso em pró da comunidade, ultrapassando os muros institucionais. É possível perceber que a extensão, ligada de forma indissociável com o ensino e a pesquisa, tem não apenas a capacidade de desenvolver e promover ações que visam suprir as demandas da comunidade externa, mas também promover a troca de conhecimentos entre comunidade interna e externa ao IFPI. Ademais, o projeto conta com ações futuras para continuar na promoção do tripé da Educação Superior, promotora de atividades formadoras e interdisciplinares para formação dos discentes do curso de Tecnologia em Gastronomia.

Referências

BRASIL. **Resolução CNE/CES Nº 7/2018**. Estabelece as Diretrizes para a Extensão na Educação Superior Brasileira, 2018. Disponível em:

<https://normativasconselhos.mec.gov.br/normativa/view/CNE_RES_CNECESN72018.pdf>. Acesso em: 23 set. 2023.

BRASIL. **Resolução Normativa 131/2022 - CONSUP/OSUPCOL/REI/IFPI**. Estabelece as Diretrizes para a Curricularização da Extensão nos cursos de graduação do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí (IFPI), 2022. Disponível em: <Resoluções — IFPI Instituto Federal do Piauí>. Acesso em 23 set. 2023.

PEREIRA, Lucas Batista. Extensão universitária e políticas públicas. **Revista Extensão Cidadania**, v.1, n. 2, 2013.

Palavras-chave: Agroecologia; gergelim; ações extensionistas.

Apoio: Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí pelo apoio para realização e continuação das atividades extensionistas do projeto.





16º Encontro Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis



RESPONSABILIDADE SOCIAL E A EXTENSÃO NA EDUCAÇÃO SUPERIOR: CASO DO CURSO DE TECNOLOGIA EM GASTRONOMIA

SILVA, Gustavo Dias da; OLIVEIRA, Aquila Matheus de Souza; SILVA, Gerlane Dantas da
E-mail: gustavodias.silva18@gmail.com

INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO PIAUÍ

Eixo temático: Alimentação, inovação e responsabilidade social

INTRODUÇÃO

Chama-se Extensão a atividade que compõe um dos três pilares no Ensino Superior Brasileiro e encontra-se articulada à Pesquisa e ao Ensino, constituindo-se em processo interdisciplinar, político, educacional, cultural, tecnológico e que tem a capacidade de promover a interação transformadora entre Instituições de Ensino Superior (IES's) e diversos setores da sociedade civil (Pereira, 2013).

Essas interações ocorrem por meio de ações que se materializam através de produtos, materiais e atividades voltadas para as demandas desses setores e devem ser construídos de forma coletiva com o objetivo de promover a consolidação e o fortalecimento de arranjos produtivos, sociais e culturais locais, que devem ser previamente identificados de acordo com o mapeamento de potencialidades de desenvolvimento socioeconômico e cultural (Brasil, 2018; IFPI, 2022; Pereira, 2013).

Esse trabalho tem como **objetivo** apresentar ações de responsabilidade social oriundas do projeto de Extensão “Ressignificando a produção e consumo de gergelim”, do curso de Tecnologia em Gastronomia, voltado a um grupo de agricultores(as) agroecológicos(as). O curso está vinculado ao Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí (IFPI), campus São Raimundo Nonato.

METODOLOGIA

Figura 1. Fluxograma metodológico



Figura 2. Roda de conversa com o representante dos agricultores agroecológicos



Fonte: Gerlane Dantas, 2023.

RESULTADOS

Resultante das visitas aos roçados, surgiu o projeto “Ressignificando a produção e consumo de gergelim”, que tem como objetivo promover a utilização integral do gergelim e produtos do roçado através do desenvolvimento de preparações e oficinas que serão ministradas pelos alunos para a comunidade.

O projeto encontra-se na terceira etapa por meio da disciplina Projeto Extensionista I, onde os discentes responsáveis realizaram os testes das preparações e estão desenvolvendo a cartilha que será apresentada para a comunidade através das oficinas, que devem ocorrer no próximo período letivo, pela disciplina Projeto Extensionista II.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

É possível perceber que a Extensão, ligada de forma indissociável com o Ensino e a Pesquisa, tem não apenas a capacidade de desenvolver e promover ações que visam suprir as demandas da comunidade externa, mas também promover a troca de conhecimentos entre comunidade interna e externa ao IFPI.

Pontua-se que quanto a metodologia utilizada não se resume apenas a aplicação de conhecimento do estudante sobre a comunidade, o processo se tornou mais eficaz, quando deixa de ser uma imposição e se torna uma colaboração, já que ocorre a troca de saberes entre estes.

O projeto conta com ações futuras para continuar na promoção do tripé da Educação Superior, promotora de atividades formadoras e interdisciplinares para formação dos discentes do curso de Tecnologia em Gastronomia, porém, está sujeita a alterações caso seja necessário para melhor desempenho dos estudantes, gerando um melhor retorno para o grupo de agricultores(as) agroecológicos(as).

AGRADECIMENTOS



Comunidades que compartilharam suas casas e roçados e permitiram essas trocas

REFERÊNCIAS

BRASIL. Resolução CNE/CES N° 7/2018. Estabelece as Diretrizes para a Extensão na Educação Superior Brasileira, 2018.

IFPI. Resolução Normativa 131/2022 - CONSUP/OSUPCOL/REI/IFPI. Estabelece as Diretrizes para a Curricularização da Extensão nos cursos de graduação do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí (IFPI), 2022. Disponível em: <<https://www.ifpi.edu.br/a-instituicao/pro-reitorias/ensino/rotinas-academicas>>. Acesso em 23 set. 2023.

PEREIRA, Lucas Batista. Extensão universitária e políticas públicas. *Revista Extensão Cidadania*, v.1, n. 2, 2013.



SEMINÁRIO TRANSGARÇONNE: COMUNICANDO A EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

LANAI PLOCKI; RENATO MONTEIRO; TARSILA SANTOS RIBEIRO; ALINE FERNANDES
GUIMARÃES; MYRIAM MELCHIOR; FÁBIO FRANCISCO DE ARAUJO

Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ)

lanai.plocki2@gmailcom

O TransGarçonne é um programa de extensão do INJC/UFRJ, que tem como objetivo promover ações gratuitas de qualificação para o fortalecimento das trajetórias de vida e de trabalho da população transgênero (trans/LGBTQIAP+). Tendo em vista as dificuldades de acesso ao mercado de trabalho (ALMEIDA e VASCONCELLOS, 2018), o programa se insere na perspectiva da redução das desigualdades na extensão universitária por meio da qualificação de pessoas trans na gastronomia (CRUZ e MONTEIRO, 2022). Neste trabalho, abordamos uma das ações do programa que foi a realização do I Seminário TransGarçonne, buscando responder a seguinte questão: como estabelecer um diálogo entre a extensão universitária e os diferentes atores da sociedade em prol da inclusão de pessoas trans? O objetivo deste trabalho é realizar um relato de extensionista com análise dos resultados do I Seminário do TransGarçonne de 2023. Como metodologia, para a produção deste resumo, foram analisados os relatórios do seminário, o roteiro do cerimonial, a divulgação do evento na mídia e a experiência da autora como extensionista do programa. Entre os resultados consideramos o processo de elaboração pré-evento, quando foram firmadas parcerias com diferentes agentes da sociedade que atuam em prol da causa da inclusão de pessoas trans. O evento ocorreu no prédio da Inovateca do Parque Tecnológico da UFRJ. O cerimonial foi realizado pelo Laboratório de Eventos do Instituto Multidisciplinar da UFRJ, tendo como mestres de cerimônia ex-alunes das turmas de qualificação de 2019 e 2022. Participaram da abertura o Ministério Público do Trabalho, a Defensoria Pública do Estado do Rio de Janeiro, o SindRio, a pró-reitoria de extensão da UFRJ, a direção do INJC e a ONG Casinha. No evento, foi lançado um vídeo documentário sobre o programa realizado por alunes da Escola Superior de Propaganda e Marketing, além da nova identidade visual do programa, desenvolvida pelo núcleo de comunicação. As mesas temáticas do seminário compreenderam os seguintes eixos: 1) Saúde Trans, 2) Gênero, Gastronomia e Empregabilidade, 3) Direitos Humanos, Gênero e Trabalho e 4) Hospitalidade, Artes e TransIdentidade. Além dos participantes presenciais e remotos do evento (transmitido ao vivo), o evento foi divulgado nas seguintes mídias: i) jornal da AdUFRJ¹, ii) jornal Folha de São Paulo,² iii) TV France³, iv) publicação dos Anais do Seminário (MELCHIOR e MONTEIRO, 2023). Como considerações finais, o evento cumpriu o objetivo de contribuir para a construção de um espaço de produção e compartilhamento de conhecimentos em torno da transgeneridade, possibilitando a comunicação da universidade com diferentes atores da sociedade. Em suma, o

¹ Reportagem AdUFRJ. Disponível em <https://www.adufrj.org.br/images/WEB-01-JORNAL-1279.pdf> Acesso em 24/6/2024.

² Reportagem da Folha de São Paulo. Disponível em: <https://www1.folha.uol.com.br/mercado/2023/06/projeto-forma-1a-mulher-trans-aassinar-menu-de-drinques-do-hilton-no-brasil.shtml> Acesso em: 24/6/2024.

³Reportagem da France 24. Disponível em: <https://www.france24.com/es/video/20230628-brasil-programa-de-formación-profesional-integra-la-comunidad-lgbtq-al-mundo-del-trabajo>. Acesso em: 05/03/2024.

seminário possibilitou um processo de aprendizado na extensão, articulando diferentes saberes para o desenvolvimento de estratégias capazes de promover ações de inclusão de pessoas trans na sociedade.

Referências

ALMEIDA, Cecília Barreto de; VASCONCELLOS, Victor Augusto. Transexuais: transpondo barreiras no mercado de trabalho em São Paulo? **Revista de Direito FGV**. Fundação Getulio Vargas. São Paulo, n. 14, n. 2. Maio-ago, 2018. CRUZ, B. P. A. MONTEIRO, R. **TransGarçonne**: extensão universitária e inclusão social na Gastronomia. Curitiba: Editora CRV, 2022.

MELCHIOR, Myriam; MONTEIRO, Renato. Apresentação. In: **Anais do I Seminário TransGarçonne/UFRJ**. MELCHIOR, Myriam; MONTEIRO, Renato (Ed.). Livro Eletrônico. Rio de Janeiro: Ed. Dos Autores. PDF, 2023, p. 8-9. Disponível em: <https://transgarconne.gastronomia.ufrj.br/publicacoes/anais-do-seminario/expediente/>

Palavras chaves: LGBTQIAP+, programa de extensão universitária, eventos, gastronomia

Apoio/Fomentos: Pró-reitoria de extensão da UFRJ (Bolsa Profaex) e Ministério Público do Trabalho (MPT/RJ).





16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e
Sustentáveis

Realização



Organização



Apoio



SEMINÁRIO TRANSGARÇONNE: COMUNICANDO A EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

PLOCKI, Lanai

Instituto de Nutrição Josué de Castro, Universidade Federal do Rio de Janeiro
Extensão Universitária

INTRODUÇÃO

- O TransGarçonne é um programa de extensão do INJC/UFRJ, que tem como objetivo promover ações gratuitas de qualificação para o fortalecimento das trajetórias de vida e de trabalho da população transgênero (trans/LGBTQIAP+).
- Neste trabalho, abordamos uma das ações do programa que foi a realização do I Seminário TransGarçonne, buscando responder a seguinte questão: como estabelecer um diálogo entre a extensão universitária e os diferentes atores da sociedade em prol da inclusão de pessoas trans?

OBJETIVO

- O objetivo deste trabalho é realizar um relato de extensionista com análise dos resultados do I Seminário do TransGarçonne de 2023.

METODOLOGIA

- Para a produção deste resumo, foram analisados os relatórios do seminário, o roteiro do cerimonial, a divulgação do evento na mídia e a experiência da autora como extensionista do programa.

RESULTADOS

- Consideramos o processo de elaboração pré-evento, quando foram firmadas parcerias com diferentes agentes da sociedade que atuam em prol da causa da inclusão de pessoas trans e, também, a grande divulgação do programa nas mídias digitais.
- Participaram da abertura o Ministério Público do Trabalho, a Defensoria Pública do Estado do Rio de Janeiro, o SindRio, a pró-reitoria de extensão da UFRJ, a direção do INJC e a ONG Casinha.
- Como considerações finais, o evento cumpriu o objetivo de contribuir para a construção de um espaço de produção e compartilhamento de conhecimentos em torno da transgeneridade, possibilitando a comunicação da universidade com diferentes atores da sociedade.

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, Cecília Barreto de; VASCONCELOS, Victor Augusto. Transsexuais: transpondo barreiras no mercado de trabalho em São Paulo? Revista de Direito FGV. Fundação Getúlio Vargas. São Paulo, n. 14, n. 2. Maio-ago, 2018.
- CRUZ, B. P. A. MONTEIRO, R. TransGarçonne: extensão universitária e inclusão social na Gastronomia. Curitiba: Editora CRV, 2022.
- MELCHIOR, Myriam; MONTEIRO, Renato. Apresentação. In: Anais do 1 Seminário TransGarçonne/UFRJ. MELCHIOR, Myriam; MONTEIRO, Renato (Ed.). Livro Eletrônico. Rio de Janeiro: Ed. Dos Autores. PDF, 2023, p. 8-9. Disponível em: <https://transgarconne.gastronomia.ufrj.br/publicacoes/anais-do-seminario/expediente/>

PERFIL E FREQUÊNCIA DOS ALIMENTOS REGIONAIS E DA SOCIOBIODIVERSIDADE NAS CHAMADAS PÚBLICAS E CARDÁPIOS DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DE MUNICÍPIOS DO RIO DE JANEIRO.

JULIA PARRA; PATRÍCIA CAMACHO DIAS; ROSEANE BARBOSA, DANIELE DA SILVA BASTOS, CAROLINE ABREU PIRES, ADAIANA CARVALHO

Universidade Federal Fluminense (UFF)

juliaparra@id.uff.br

INTRODUÇÃO:

A alimentação brasileira é rica em seus aspectos regionais, culturais e tradicionais. O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), através de suas diretrizes, busca incentivar a valorização dos alimentos regionais e da sociobiodiversidade nos cardápios escolares de todo país. Para acompanhar os cardápios, o PNAE prevê o uso da ferramenta de análise, o Índice de Qualidade da Coordenação de Segurança Alimentar e Nutricional (IQ COSAN). A compra de alimentos da agricultura familiar é uma importante estratégia para inclusão destes alimentos por meio de Chamadas Públicas (CP).

OBJETIVO:

Identificar a presença de alimentos regionais e da sociobiodiversidade em CP e nos cardápios de escolas municipais do estado do Rio de Janeiro (ERJ).

METODOLOGIA:

Trata-se de um estudo descritivo a partir de dados obtidos pelo Centro Colaborador em Alimentação e Nutrição da Universidade Federal Fluminense (CECANE-UFF) e pelos portais de transparência de 10 municípios do ERJ em 2023. Através da ferramenta IQ COSAN, avaliou-se a frequência desses alimentos em 19 cardápios, contendo 4 semanas cada, e nas 10 CP. A ferramenta pontua positivamente o cardápio quando há a presença de algum alimento ao menos 1 vez na semana. A Fundação também conta com 2 listas de apoio no IQ COSAN, apresentando 83 alimentos da sociobiodiversidade e 33 regionais do Sudeste.

RESULTADOS:

Observa-se a presença de 17 alimentos regionais e 6 da sociobiodiversidade nas CP dos 10 municípios, sendo a mandioca mais frequente. Nos cardápios das creches e ensino fundamental, respectivamente, observou-se 14 e 13 tipos de alimentos regionais, e 6 alimentos da sociobiodiversidade em ambas as modalidades. Desses cardápios, 1 ofertou alimentos regionais apenas 1 vez no mês e 4 ofertaram entre 1 e 2 vezes ao mês para a sociobiodiversidade, em ambas as modalidades. Nas CP identificou-se os seguintes alimentos regionais em maior frequência; mandioca e couve (9 municípios), laranja (7 municípios) e inhame e repolho (6 municípios). Nos 19 cardápios, os mais comuns foram couve, mandioca, repolho e laranja. Os cardápios incluíram cerca de 42,42% de alimentos regionais e apenas 8,43% da sociobiodiversidade presentes nas listas disponíveis.

CONSIDERAÇÕES FINAIS:

Concluiu-se, nas análises, que CP e os cardápios, em sua maioria, incluem alimentos regionais e da sociobiodiversidade, sendo este último ainda com pouca variedade. Os alimentos incluídos nos cardápios parecem refletir a demanda das CP.

Referências

BRASIL. Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. Índice de qualidade do Programa Nacional de Alimentação Escolar (IQCOSAN): manual. 1. ed. Brasília: Ministério da Educação, 2018.

Coordenação-Geral do Programa Nacional de Alimentação Escolar (CGPAE). Coordenação de Segurança Alimentar e Nutricional (COSAN). Índice de Qualidade da Coordenação de Segurança Alimentar e Nutricional (IQ

COSAN). Brasília: Universidade Federal de São Paulo, 2018. Disponível em: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>. Acesso em: 24 jun. 2024.

Centro Colaborador em Alimentação e Nutrição da Universidade Federal Fluminense (CECANE-UFF), 2022.

Palavras-chaves: alimentação escolar; agroecologia; sustentabilidade; política pública.





16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

Realização



Organização



Apoio



Perfil e Predominância dos Alimentos Regionais e da Sociobiodiversidade nas Chamadas Públicas e Cardápios da Alimentação Escolar de Municípios do Rio de Janeiro.

PARRA, Julia¹; DIAS, Patrícia Camacho²; BARBOSA, Roseane³; BASTOS, Daniele da Silva⁴; PIRES, Caroline Abreu⁵; CARVALHO, Adaiana⁶.

UNIVERSIDADE FEDERAL FLUMINENSE, Faculdade de Nutrição Emília de Jesus Ferreiro, Centro Colaborador em Alimentação e Nutrição Escolar

Biodiversidade e alimentação

juliaparra@id.uff.br

INTRODUÇÃO:

A alimentação brasileira é rica em seus aspectos regionais, culturais e tradicionais. O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), através de suas diretrizes, busca incentivar a valorização dos alimentos regionais e da sociobiodiversidade nos cardápios escolares de todo país. Para acompanhar os cardápios, o PNAE prevê o uso da ferramenta de análise, o Índice de Qualidade da Coordenação de Segurança Alimentar e Nutricional (IQ COSAN). A compra de alimentos da agricultura familiar é uma importante estratégia para inclusão destes alimentos por meio de Chamadas Públicas (CP).

OBJETIVO:

Identificar a presença de alimentos regionais e da sociobiodiversidade em CP e nos cardápios de escolas municipais do estado do Rio de Janeiro (ERJ).

METODOLOGIA:

Trata-se de um estudo descritivo a partir de dados obtidos pelo Centro Colaborador em Alimentação e Nutrição da Universidade Federal Fluminense (CECANE-UFF) e pelos portais de transparência de 10 municípios do ERJ em 2023. Através da ferramenta IQ COSAN, avaliou-se a frequência desses alimentos em 19 cardápios, contendo 4 semanas cada, e nas 10 CP. A ferramenta pontua positivamente o cardápio quando há a presença de algum alimento ao menos 1 vez na semana. A Fundação também conta com 2 listas de apoio no IQ COSAN, apresentando 83 alimentos da sociobiodiversidade e 33 regionais do Sudeste.

RESULTADOS:

Observa-se a presença de 17 alimentos regionais e 6 da sociobiodiversidade nas CP dos 10 municípios, sendo a mandioca mais frequente. Nos cardápios das creches e ensino fundamental, respectivamente, observou-se 14 e 13 tipos de alimentos regionais, e 6 alimentos da sociobiodiversidade em ambas as modalidades. Desses cardápios, 1 ofertou alimentos regionais apenas 1 vez no mês e 4 ofertaram entre 1 e 2 vezes ao mês para a sociobiodiversidade, em ambas as modalidades. Nas CP identificou-se os seguintes alimentos regionais em maior frequência; mandioca e couve (9 municípios), laranja (7 municípios) e inhame e repolho (6 municípios). Nos 19 cardápios, os mais comuns foram couve, mandioca, repolho e laranja. Os cardápios incluíram cerca de 42,42% de alimentos regionais e apenas 8,43% da sociobiodiversidade presentes nas listas disponíveis.

CONSIDERAÇÕES FINAIS:

Concluiu-se, nas análises, que CP e os cardápios, em sua maioria, incluem alimentos regionais e da sociobiodiversidade, sendo este último ainda com pouca variedade. Os alimentos incluídos nos cardápios parecem refletir a demanda das CP.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

BRASIL. Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. **Índice de qualidade do Programa Nacional de Alimentação Escolar (IQCOSAN): manual**. 1. ed. Brasília: Ministério da Educação, 2018.

Coordenação-Geral do Programa Nacional de Alimentação Escolar (CGPAE). Coordenação de Segurança Alimentar e Nutricional (COSAN). Índice de Qualidade da Coordenação de Segurança Alimentar e Nutricional (IQ COSAN). Brasília: Universidade Federal de São Paulo, 2018. Disponível em:

<https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>. Acesso em: 24 jun. 2024.

Centro Colaborador em Alimentação e Nutrição da Universidade Federal Fluminense (CECANE-UFF), 2022.

Apoios: Centro Colaborador em Alimentação e Nutrição Escolar - CECANE-UFF

Financiamento: Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado do Rio de Janeiro - FAPERJ.

ANÁLISE DA INGESTÃO DE POLIFENÓIS PRESENTES NA ALIMENTAÇÃO DE MULHERES COM ENDOMETRIOSE

YASMIN BURKE RIBEIRO HARADA, CLARISSA VIANA DEMÉZIO DA SILVA, ELIANE FIALHO DE OLIVEIRA.

Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ)

yasminharada@ufrj.br

Introdução: A endometriose é uma doença inflamatória ginecológica crônica que acomete cerca de 10% das mulheres em idade reprodutiva. Na literatura, é possível encontrar a associação de um padrão de dieta inflamatória como um potencial fator de risco modificável para endometriose, sendo essa alimentação normalmente rica em alimentos ultraprocessados e com baixos teores de compostos bioativos, uma vez que há um menor consumo de alimentos *in natura*, fonte de polifenóis. **Objetivo:** Estimar a ingestão dietética de polifenóis, como constituintes dietéticos preventivos, em mulheres com e sem endometriose. **Metodologia:** Estudo transversal caso-controle, com paridade de 1:1. O critério para a definição do grupo caso foi o diagnóstico de lesões endometrióticas por laparoscopia, laparotomia ou ressonância magnética, totalizando 56 mulheres com endometriose infiltrativa profunda (n=56), e o controle consistiu em mulheres que não apresentaram focos de endométrio ectópico visíveis durante a laparoscopia ou laparotomia (n = 52). O consumo alimentar foi estimado por meio de um questionário de frequência alimentar (QFA) semi-quantitativo validado, no período de janeiro de 2018 a fevereiro de 2020, no Ambulatório de Nutrição do Instituto de Ginecologia da Universidade Federal do Rio de Janeiro. O questionário foi tabulado no programa *Avanutri* e o banco de dados *Phenol Explorer* foi utilizado para a obtenção quantitativa dos compostos fenólicos totais, tendo como base o valor médio de consumo diário. **Resultados:** Os 10 alimentos mais consumidos e o percentual de consumo entre as mulheres com endometriose (n=56) foram: arroz branco (100 %); alho (100 %); filé de frango (98,2 %); pão francês (98,2 %); feijão preto (96,4 %); batata inglesa (92,8 %); carne bovina acém sem gordura cozida (92,8%); macarrão (92,8 %); ovo frito (89,3 %); cenoura crua (89,3 %). Em contrapartida, para as mulheres sem endometriose (n=52) foram: feijão preto cozido (100 %); arroz branco (100 %); filé de frango (98,1 %); alho (96,2 %); carne bovina acém sem gordura cozida (92,3 %); macarrão cozido (92,3 %); azeite de oliva (92,3 %), pão francês (90,4 %); óleo de soja (90,4 %); alface lisa (88,5%). O teor médio de polifenóis (mg) consumido diariamente foi de 84,5 e 78,7 mg/dia para as mulheres com endometriose e controle, respectivamente. Para os dois grupos, o feijão preto cozido contribuiu com mais de 50 % dos teores de fenólicos totais, com um consumo médio de 88 g e 105 g, nos grupos endometriose e controle, respectivamente. Como não é possível quantificar o conteúdo de fenólicos nos alimentos de origem animal, observamos que oito contra sete alimentos, dos dez mais consumidos, são de origem vegetal, no grupo endometriose x controle. Tais dados corroboram para melhor avaliação do consumo alimentar por essas mulheres e poderá subsidiar futuras intervenções dietéticas.

Referências

Demézio da Silva C V, Felipe V L, Shivappa N, Hebert J, Perini J A, de Brito P D, Cardoso J V, Ferrari R, de Almeida Filho, G L. Dietary Inflammatory Index score and risk of developing endometriosis: A case-control study. *Journal of Endometriosis and Pelvic Pain Disorders*, v. 13, p. 32-39, 2021.

Rothwell JA, Pérez-Jiménez J, Neveu V, Medina-Ramon A, M'Hiri N, Garcia Lobato P, Manach C, Knox K, Eisner R, Wishart D, Scalbert A. (2013) Phenol-Explorer 3.0: a major update of the Phenol-Explorer database to incorporate data on the effects of food processing on polyphenol content. *Database*, 10.1093/database/bat070.

Palavras chaves: Polifenóis; endometriose; saúde da mulher.

Apoio/Fomentos: FAPERJ.



16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis



ANÁLISE DA INGESTÃO DE POLIFENÓIS PRESENTES NA ALIMENTAÇÃO DE MULHERES COM ENDOMETRIOSE

HARADA, Yasmin¹; DEMÉZIO, Clarissa¹; FIALHO, Eliane¹
UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO (UFRJ)¹

Email: yasminharada@ufrj.br Eixo: Ciência e tecnologia de alimentos

Introdução

A endometriose é uma doença inflamatória ginecológica crônica que acomete cerca de 10% das mulheres em idade reprodutiva. Na literatura, é possível encontrar a associação de um padrão de dieta inflamatória como um potencial fator de risco modificável para endometriose, sendo essa alimentação normalmente rica em alimentos ultraprocessados e com baixos teores de compostos bioativos, uma vez que há um menor consumo de alimentos in natura, fonte de polifenóis (1).

Objetivo

Estimar a ingestão dietética de polifenóis, como constituintes dietéticos preventivos, em mulheres com e sem endometriose.

Metodologia



**Caso: 56
mulheres
(n=56)**



**Controle: 52
mulheres
(n=52)**

Estudo transversal caso-controle, com paridade de 1:1. O critério para a definição do grupo caso foi o diagnóstico de lesões endometrióticas por laparoscopia, laparotomia ou ressonância magnética, totalizando 56 mulheres com endometriose infiltrativa profunda (n=56), e o controle consistiu em mulheres que não apresentaram focos de endométrio ectópico visíveis durante a laparoscopia ou laparotomia (n = 52).



2018-2020

**Ambulatório
de Nutrição**

O consumo alimentar foi estimado por meio de um questionário de frequência alimentar (QFA) semi-quantitativo validado, no período de janeiro de 2018 a fevereiro de 2020, no Ambulatório de Nutrição do Instituto de Ginecologia da Universidade Federal do Rio de Janeiro.



O questionário foi tabulado no programa Avanutri e o banco de dados Phenol Explorer foi utilizado para a obtenção quantitativa dos compostos fenólicos totais (2), tendo como base o valor médio de consumo diário.

Conclusões

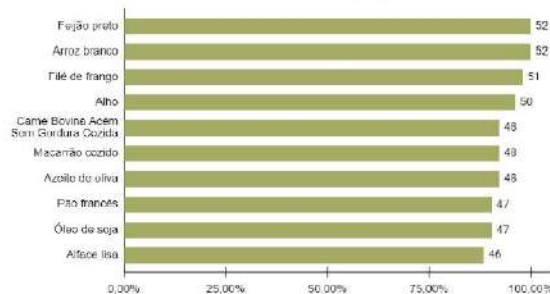
Como não é possível quantificar o conteúdo de fenólicos nos alimentos de origem animal, observamos que oito contra sete alimentos, dos dez mais consumidos, são de origem vegetal, no grupo endometriose x controle. Tais dados corroboram para melhor avaliação do consumo alimentar por essas mulheres e poderá subsidiar futuras intervenções dietéticas.

Referências Bibliográficas

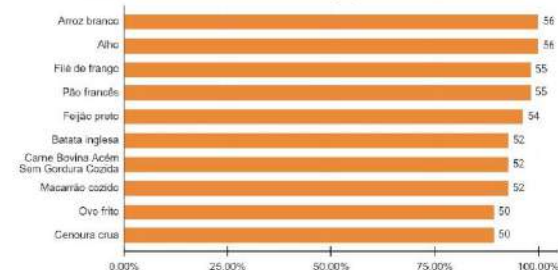
- Demézio da Silva C V, Felipe V L, Shivappa N, Hebert J, Perini J A, de Brito P D, Cardoso J V, Ferrari R, de Almeida Filho, G L. Dietary Inflammatory Index score and risk of developing endometriosis: A case-control study. *Journal of Endometriosis and Pelvic Pain Disorders*, v. 13, p. 32-39, 2021.
- Rothwell JA, Pérez-Jiménez J, Neveu V, Medina-Ramon A, M'Hiri N, Garcia Lobato P, Manach C, Knox K, Eisner R, Wishart D, Scalbert A. (2013) Phenol-Explorer 3.0: a major update of the Phenol-Explorer database to incorporate data on the effects of food processing on polyphenol content. *Database*, 10.1093/database/bat070.

Resultados

Alimentos mais consumidos no grupo Controle



Alimentos mais consumidos no grupo Endometriose



Teor médio de polifenóis totais diário



Controle
78,7 mg



Endometriose
84,5 mg

Principal fonte de polifenóis: Feijão



Controle: **88g**
Endometriose: **105g**

COZINHANDO SABERES: A UTILIZAÇÃO DE PANCS QUILOMBOLAS EM PREPARAÇÕES SAUDÁVEIS E ADEQUADAS

DANIEL ALVES DE OLIVEIRA; LEONÍDIA INSFRAN DE OLIVEIRA CARVALHO; ROZICLEIA ESTEVÃO; ANA LUIZA JERONYMO DE ALMEIDA; GIOVANNA RODRIGUES; ISABELLA BARROSO SANT'ANNA; RAFAEL NEVES; SUELY DE OLIVEIRA GOMES; SANNY DOS SANTOS CÉSAR RAMOS; VITÓRIA CAROLINA DE AGUIAR

Faculdade Bezerra de Araújo (FABA)

ferroliver84@gmail.com

Introdução/Contextualização: O reconhecimento de saberes ancestrais e práticas acadêmicas mais horizontais podem abrir caminhos para melhores cenários no cenário de segurança alimentar e nutricional. Este trabalho nasceu a partir do diálogo entre um projeto de extensão da Faculdade Bezerra de Araújo (FABA) e a Comunidade Quilombola Dona Bilina, ambas da Zona Oeste, do município do Rio de Janeiro. A partir da identificação e conhecimento de Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANCs) cultivadas na Horta Comunitária do território quilombola, docentes e discentes desenvolveram estratégias para entrecruzar os saberes do cultivo sustentável de alimentos e técnicas de elaboração de preparações alimentícias saudáveis e adequadas.

Objetivo: Elaborar preparações alimentícias saudáveis e adequadas com PANCs cultivadas por uma Comunidade Quilombola.

Metodologia: Docentes e discentes da FABA visitaram a Comunidade Quilombola e conheceram o acervo de alimentos cultivados pelo território. Em um dos encontros, foram identificadas as PANCs do acervo quilombola e, a partir deste diagnóstico, foram planejadas/adaptadas receitas a serem desenvolvidas no Laboratório de Técnica e Dietética da FABA. Os insumos foram adquiridos com recursos da FABA e as PANCs foram cedidas pelo Quilombo, entre elas: azulzinha, ora-pro-nóbis, manjerição roxo, hibisco, bortalha e taioba da Mata Atlântica. Nossos acadêmicos executaram as preparações em dois dias de testes com equipamentos e utensílios disponíveis no acervo do Laboratório. As preparações seguiam uma orientação em sua composição com pouca presença de ultra processados, baixa concentração de sódio, redução de açúcares simples e baixo valor calórico. Toda a pesagem e volumetria dos ingredientes foi verificada, assim como o registro do pré-preparo, detalhamentos do preparo e registros fotográficos para a futura construção de um e-book. Ao final dos testes, foram realizadas análises sensoriais das preparações por uma escala hedônica sensorial pela comunidade acadêmica.

Resultados: Foram produzidas sete preparações nos dois dias de testes, são elas: Charuto de Taioba da Mata Atlântica; Panqueca de Ora-pro-Nóbis; Caldo de Taioba da Mata Atlântica e Bortalha; Tortinha Doce de Azulzinha; Torta de Morango, Banana e Hibisco; Muffin Recheado com Geleia de Hibisco; e Fettucine ao Molho Sugo com Ora-pro-Nóbis. As preparações apresentaram um valor calórico de porção de 70 a 278 kcal. Em nível de macronutrientes as metas foram alcançadas, com destaque para a baixa presença de sódio e de açúcares simples. Vale ressaltar a baixa presença de alimentos de origem animal. Sobre a análise sensorial, as preparações salgadas tiveram melhor aceitação do que as doces, concentrando a avaliação de gostei muito a muitíssimo.

Conclusão/Considerações finais: Toda a experiência vivenciada ajudou no entendimento sobre a importância da biodiversidade, do conhecimento cultural e sustentabilidade. E as preparações, oriundas de um cultivo sustentável, foram bem recebidas pela comunidade acadêmica e podem potencializar ainda mais o exercício agrícola dos quilombolas.

Referências

ORNELLAS, L.H. Técnica Dietética - Seleção e Preparo de Alimentos. 8ed. São Paulo: Atheneu, 2006.

PHILIPPI, S.T. Nutrição e Técnica Dietética. 2ed. São Paulo: Manole, 2006.

SANTOS, Antonio Bispo. A terra dá, a terra quer. Ubu Editora. 112p. São Paulo. 2023

Palavras chaves: pancos, comunidades quilombolas, preparações sustentáveis, segurança alimentar,

Apoio/Fomentos: Faculdade Bezerra de Araújo





16º Encontro
Sabores e Saberes

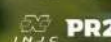
18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

Realização



Organização



Apoio



COZINHANDO SABERES: A UTILIZAÇÃO DE PANCS QUILOMBOLAS EM PREPARAÇÕES SAUDÁVEIS E ADEQUADAS

OLIVEIRA, Daniel; CARVALHO, Leonídia; ESTEVÃO, Rozicleia; ALMEIDA, Ana Luiza; RODRIGUES, Giovanna; SANT'ANNA, Isabella; NEVES, Rafael; GOMES, Suely; RAMOS, Sanny
Faculdade Bezerra de Araújo (FABA)

Introdução/Contextualização: O reconhecimento de saberes ancestrais e práticas acadêmicas mais horizontais podem abrir caminhos para melhores cenários de segurança alimentar e nutricional. Este trabalho nasceu a partir do diálogo entre um projeto de extensão da Faculdade Bezerra de Araújo (FABA) e a Comunidade Quilombola Dona Bilina, ambas localizadas na Zona Oeste, do município do Rio de Janeiro. A partir da identificação e conhecimento de Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANCs) cultivadas na Horta Comunitária do território quilombola, onde docentes e discentes desenvolveram estratégias para entrecruzar os saberes do cultivo sustentável de alimentos e técnicas de elaboração de preparações alimentícias saudáveis e adequadas.

Objetivo: Elaborar preparações alimentícias saudáveis e adequadas com PANCs cultivadas por uma Comunidade Quilombola.

Metodologia: Docentes e discentes da FABA visitaram a Comunidade Quilombola e conheceram o acervo de alimentos cultivados pelo território. Em um dos encontros, foram identificadas as PANCs do acervo quilombola e, a partir deste diagnóstico, foram planejadas/adaptadas receitas a serem desenvolvidas no Laboratório de Técnica e Dietética da FABA. Os insumos foram adquiridos com recursos da FABA e as PANCs foram cedidas pelo Quilombo, entre elas: azulzinha, ora-pro-nóbis, manjerição roxo, hibisco, bertalha e taioba da Mata Atlântica. Nossos acadêmicos executaram as preparações em dois dias de testes com equipamentos e utensílios disponíveis no acervo do Laboratório. As preparações seguiam uma orientação em sua composição com pouca presença de ultra processados, baixa concentração de sódio, redução de açúcares simples e baixo valor calórico. Toda a pesagem e volumetria dos ingredientes foi verificada, assim como o registro do pré-preparo, detalhamentos do preparo e registros fotográficos para a futura construção de um e-book. Ao final dos testes, foram realizadas análises sensoriais das preparações por uma escala hedônica sensorial pela comunidade acadêmica.

Resultados: Foram produzidas sete preparações nos dois dias de testes, são elas: Charuto de Taioba da Mata Atlântica; Panqueca de Ora-pro-Nóbis; Caldo de Taioba da Mata Atlântica e Bertalha; Tortinha Doce de Azulzinha; Torta de Morango, Banana e Hibisco; Muffin Recheado com Geleia de Hibisco; e Fettucine ao Molho Sugo com Ora-pro-Nóbis. As preparações apresentaram um valor calórico de porção de 70 a 278 kcal. Em nível de macronutrientes, as metas foram alcançadas, com destaque para a baixa presença de sódio e de açúcares simples. Há baixa presença de alimentos de origem animal. Sobre a análise sensorial, as preparações salgadas tiveram melhor aceitação do que as doces, concentrando a avaliação de gostei muito a muitíssimo.

Conclusão / Considerações finais: Toda a experiência vivenciada ajudou no entendimento sobre a importância da biodiversidade, do conhecimento cultural e sustentabilidade de pessoas quilombolas. E as preparações, oriundas de um cultivo sustentável, foram bem recebidas pela comunidade acadêmica e podem potencializar ainda mais o exercício agrícola dos quilombolas.



ORNELLAS, L.H. Técnica Dietética - Seleção e Preparo de Alimentos. 8ed. São Paulo: Atheneu, 2006. PHILIPPI, S.T. Nutrição e Técnica Dietética. 2ed. São Paulo: Manole, 2006. SANTOS, Antonio Bispo. A terra dá, a terra quer. Ubu Editora. 112p. São Paulo. 2023

ELABORAÇÃO E ANÁLISE SENSORIAL DE UM ALIMENTO VEGETAL TIPO “QUEIJO” À BASE DE AQUAFABA DE ERVILHA VERDE (*Pisum sativum*, L.)

GABRIEL NATHAN DA COSTA DIAS; LUIZA GUIMARÃES MAGALHÃES; LEONARDO REZENDE PENSABEM¹; JULIANA DOS SANTOS VILAR

Universidade Federal Fluminense (UFF)/ Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ).

julianavilar@nutricao.ufrj.br

O desenvolvimento de novos produtos à base de vegetais tem sido impulsionado pelo aumento do número de pessoas que têm restrições no consumo de produtos de origem animal. O presente trabalho objetivou desenvolver e avaliar sensorialmente um alimento vegetal tipo “queijo” à base de aquafaba (AQ) de ervilha verde (*Pisum sativum*, L.). O produto foi elaborado misturando-se AQ, óleo de coco virgem, amido de milho, levedura nutricional, suco de limão Tahiti, sal refinado, ágar-ágar previamente dissolvido em água, alho e cúrcuma em pó, com o auxílio de um liquidificador Philips® até a obtenção de uma mistura homogênea e cremosa. Em seguida, promoveu-se seu aquecimento em fogo médio até obter consistência mais firme, com posterior resfriamento a temperatura ambiente, sendo então armazenado sob refrigeração a 4°C. Foi realizada a análise sensorial do produto elaborado no Laboratório de Análise e Processamento de Alimentos/UFRJ com 117 provadores não treinados, no qual se empregou um teste de aceitação (aroma, sabor, textura, cor e impressão global) por meio de escala hedônica estruturada de 9 pontos e um teste de intenção de compra através de escala hedônica estruturada de 5 pontos. Os provadores receberam aproximadamente 10g da amostra disposta em um copo de plástico descartável codificado com algarismos de três dígitos, juntamente com um copo de água. Os resultados revelaram que a maioria dos participantes eram do sexo feminino (68,1%), adultos com idade média de 27,36±12,07 anos e 47,0% eram estudantes (34,2% do ensino superior) e os demais servidores públicos ou terceirizados. O produto apresentou médias entre 5,01±2,75 e 5,55±3,27 para todos os atributos avaliados, o que refletiu uma certa indiferença dos avaliadores em relação ao produto. O sabor foi o atributo com melhor índice de aceitabilidade (61,7%). Em relação à intenção de compra, 25,6% alegaram que provavelmente ou certamente comprariam. A maioria dos provadores considerava-se onívora (81,2%) e o restante vegetariano ou vegano e, ainda, 4,8% relataram não gostar de queijo e 17,4% referiram um baixo consumo. Tal perfil pode ter influenciado negativamente, comprometendo a aceitação e intenção de compra, tendo em vista a comparação do produto em estudo com a sua versão de origem láctea. Ainda, é importante salientar algumas limitações do produto, tais como a alegação por parte de alguns provadores quanto à sensação de um sabor residual de óleo de coco e uma aparência de cor amarela artificial. Deste modo, sugere-se um ajuste na formulação visando minimizar o sabor residual referido, redução da cúrcuma para obter uma coloração mais natural, além da revisão da proporção de ágar-ágar com o intuito de obter uma textura mais macia, típica de queijos amarelos para testes futuros.

Referências

DUTCOSKY, S. D. **Análise Sensorial de Alimentos**. 5ª ed., rev. Curitiba: PUCPRESS, 2019. 540p. ISBN 978-85-54945-47-3.

SANTO, A. A. E.; CRAVO, C. O.; LOPES, J. C. R.; DE OLIVEIRA, T. I. S.; AYRES, E. M. M.; LIMA, E. C. S. Elaboração de produto vegetariano tipo “queijo” à base de feijão branco (*phaseolus vulgaris*) adicionado de prebióticos.

DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde, [S. l.], v. 17, p. e62313, 2022.

SLYWICHT, E. **Alimentação sem carne: um guia prático para montar a sua dieta vegetariana com saúde**. 2ª edição ampliada e revisada. Editora Alaúde, 2023.

Palavras-chave: Análise sensorial; *Plant-based*; Vegetariano; Vegano; Queijo.

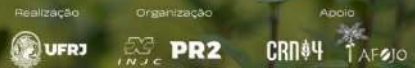
Apoio/Fomento: Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado do Rio de Janeiro (FAPERJ).



16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e
Sustentáveis



ELABORAÇÃO E ANÁLISE SENSORIAL DE UM ALIMENTO VEGETAL TIPO "QUEIJO" À BASE DE AQUAFABA DE ERVILHA VERDE (*Pisum sativum*, L.)

DIAS, G. N. C.¹; MAGALHÃES, L. G.²; PENSABEM, L.¹; VILAR, J. S.¹

¹Instituto de Nutrição Josué de Castro (INJC)/Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ)

²Faculdade de Nutrição Emília de Jesus Ferreiro/Universidade Federal Fluminense (UFF)

Ciência e Tecnologia de Alimentos

INTRODUÇÃO

A demanda por um estilo de vida saudável e sustentável têm impulsionado o mercado de alimentos à base de plantas e o desenvolvimento de novos produtos é estimulado pelo aumento do número de pessoas que têm restrições quanto ao consumo de produtos de origem animal.

OBJETIVOS

Desenvolver e avaliar sensorialmente um alimento vegetal tipo "queijo" à base de aquafaba (AQ) de ervilha verde (*Pisum sativum*, L.).

METODOLOGIA

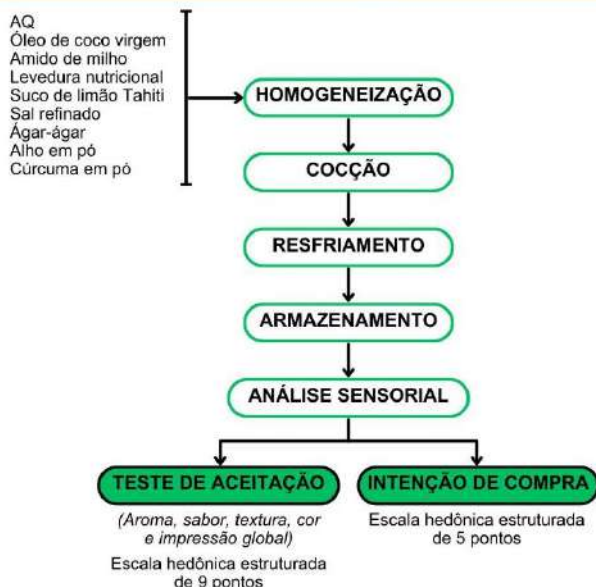


Figura 1: Fluxograma do processo de elaboração e análise sensorial do alimento vegetal tipo "queijo" à base de AQ.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados revelaram que a maioria dos participantes eram do sexo feminino (68,1%), adultos com idade média de 27,36±12,07

anos, sendo 47% estudantes (34,2% do ensino superior) e os demais servidores públicos ou terceirizados. O produto apresentou médias entre 5,01±2,75 e 5,55±3,27 para todos os atributos avaliados, o que refletiu uma certa indiferença dos avaliadores em relação ao produto. O sabor foi o atributo com melhor índice de aceitabilidade (61,7%). Em relação à intenção de compra, 25,6% alegaram que provavelmente ou certamente comprariam. A maioria dos provadores consideravam-se onívoros (81,2%) e o restante vegetarianos ou veganos e, ainda, 4,8% relataram não gostar de queijo e 17,4% referiram um baixo consumo. Tal perfil pode ter influenciado negativamente, comprometendo a aceitação e intenção de compra, tendo em vista a comparação do produto em estudo com a sua versão de origem láctea. Ainda, é importante salientar algumas limitações do produto, tais como a alegação por parte de alguns provadores quanto à sensação de um sabor residual de óleo de coco e uma aparência de cor amarela artificial.



Figura 2: Alimento vegetal tipo "queijo" à base de AQ.



Figura 3: Amostras porcionadas para a análise sensorial.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Deste modo, sugere-se um ajuste na formulação visando minimizar o sabor residual referido, redução da cúrcuma para obter uma coloração mais natural, além da revisão da proporção de ágar-ágar com o intuito de obter uma textura mais macia, típica de queijos amarelos, para testes futuros.

REFERÊNCIAS

DUTCOSKY, S. D. *Análise Sensorial de Alimentos*. 5ª ed., rev. Curitiba: PUCPRESS, 2019. 540p. ISBN 978-85-54945-47-3.

SANTO, A. A. E.; CRAVO, C. O.; LOPES, J. C. R.; DE OLIVEIRA, T. I. S.; AYRES, E. M. M.; LIMA, E. C. S. Elaboração de produto vegetariano tipo "queijo" à base de feijão branco (*phaseolus vulgaris*) adicionado de prebióticos. *DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde*, [S. l.], v. 17, p. e62313, 2022.

SLYWITCH, E. *Alimentação sem carne: um guia prático para montar a sua dieta vegetariana com saúde*. 2ª edição ampliada e revisada. Editora Alaúde, 2023.

APOIO/FOMENTO:



MERCADO PLANT-BASED: LEVANTAMENTO DE BEBIDAS VEGETAIS COMERCIALIZADAS NO RIO DE JANEIRO - BRASIL

MARIA HELENA NOGUEIRA DA SILVA; ELLEN CRISTINA QUIRINO LACERDA; JULIANA DOS SANTOS VILAR

Instituto de Nutrição Josué de Castro (INJC)/Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ)

eumariahelenans@gmail.com

As mudanças nos padrões alimentares da população, principalmente relacionadas à crescente preocupação dos consumidores com o impacto da alimentação no meio ambiente e os sistemas de produção, têm impulsionado a comercialização de bebidas vegetais. Neste contexto, o presente trabalho objetivou avaliar o custo, as informações relativas à composição e rotulagem nutricional das bebidas vegetais comercializadas no Rio de Janeiro (RJ) e, para tal, foram visitados 13 estabelecimentos comerciais no município de Duque de Caxias, Baixada Fluminense, RJ. Os dados coletados foram tabulados usando Microsoft Excel® e avaliados. Foram encontradas 77 bebidas vegetais, de 18 marcas diferentes. Os preços variaram entre R\$4,99 a R\$39,99, a depender da capacidade por embalagem (200 a 1000 mL). Verificou-se a disponibilidade de bebidas preparadas a partir de 6 bases vegetais diferentes: aveia (36%), amêndoa (22%), soja (19%), castanha de caju (13%), coco (5%), arroz (4%). Os produtos apresentaram uma variação na quantidade de ingredientes das formulações, contendo entre 2 a 41 ingredientes. A posição da matriz vegetal na lista de ingredientes também variou, apresentando-se entre o 1° e o 7° ingrediente da composição das bebidas. Ao avaliar a lista de ingredientes, observou-se que as bebidas podem conter composição variável de acordo com a fonte vegetal usada no processo de produção. A maioria apresentava o enriquecimento com cálcio (91%) e vitaminas do complexo B e D (69%), além de ingredientes culinários como sal (71%), açúcar de adição (36%) e óleo (32%), bem como aditivos com função estabilizante (65%) e aromatizante (62%). A maioria das bebidas avaliadas (77%) apresentava a tabela de informação nutricional atualizada, sendo que nenhuma destas apresentavam rotulagem nutricional frontal. Os produtos *plant-based* pertencem a um segmento do mercado com forte desenvolvimento, sendo as bebidas vegetais alternativas para atender as demandas dos indivíduos que seguem uma dieta sem proteína animal e/ou intolerantes a lactose ou que possuam alergia à proteína do leite. Por isso, sua qualidade nutricional deve ser considerada pelo consumidor. Estudos a respeito desses novos produtos indicam um potencial para o desenvolvimento de bebidas vegetais com elevado valor nutricional agregado, além de contribuir para o desenvolvimento de padrões de identidade e qualidade para esse tipo de produto.

Referências

GIACOMELLI, Felipe; PINTON, Mariana B.; DA SILVA, Sarah B S; THIEL, Suslin R.; CAMPAGNOL, Paulo C B.. Inovações em proteínas alternativas: uma revisão sobre alimentos plant-based. Ciência, Tecnologia e Inovação: do campo à mesa. Anais...Instituto Internacional Despertando Vocações, 2020. Disponível em: <<https://ciagro.institutoidv.org/ciagro/uploads/572.pdf>>. Acesso em: 10 nov. 2023

SILVA, A. R. A.; SILVA, M. M. N.; RIBEIRO, B. D. Health issues and technological aspects of plant-based alternative milk. Food Research International, v. 131, p. 108972, maio 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde/Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução da Diretoria Colegiada – RDC 429, de 08 de outubro de 2020

Palavras chaves: Plant-based, vegetariano, nutrição, sustentabilidade.



16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

Realização: UFRJ
Organização: INJC PR2
Apoio: CRM44 AF210

MERCADO PLANT-BASED: LEVANTAMENTO DE BEBIDAS VEGETAIS COMERCIALIZADAS NO RIO DE JANEIRO - BRASIL

SILVA, Maria Helena¹; LACERDA, Ellen¹; VILAR, Juliana¹.

Instituto de Nutrição Josué de Castro (INJC)/Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ)¹
Ciência e Tecnologia de Alimentos

Palavras chave: plant-based, vegetariano, nutrição, sustentabilidade.

Email: eumariahelenans@gmail.com

INTRODUÇÃO

As mudanças nos padrões alimentares da população, principalmente relacionadas à crescente preocupação dos consumidores com o impacto da alimentação no meio ambiente e os sistemas de produção, têm impulsionado a comercialização de bebidas vegetais (Figura 1).

Neste contexto, o presente trabalho objetivou avaliar o custo, as informações relativas à composição e rotulagem nutricional das bebidas vegetais comercializadas no Rio de Janeiro (RJ).



Figura 1. Diversidade de bebidas vegetais em prateleira de supermercado.

METODOLOGIA

Foram visitados 13 estabelecimentos comerciais no município de Duque de Caxias, localizado na Baixada Fluminense, RJ (Figura 2).

Os dados coletados (Figura 3) foram tabulados usando Microsoft Excel® e avaliados.



Figura 2. Mapeamento dos estabelecimentos presentes na área utilizada para a pesquisa.



Figura 3. Painel principal e secundário das embalagens das bebidas vegetais comercializadas.

RESULTADOS

Foram encontradas 77 bebidas vegetais, de 18 marcas diferentes. Os preços variaram entre R\$4,99 a R\$39,99, a depender da capacidade por embalagem (200 mL a 1000 mL). Verificou-se a disponibilidade de bebidas preparadas a partir de 6 bases vegetais diferentes (Figura 4). A posição da matriz vegetal na lista de ingredientes também variou, apresentando-se entre o 1º e o 7º ingrediente da composição das bebidas. A maioria das bebidas avaliadas apresentava a tabela de informação nutricional atualizada (77%), sendo que nenhuma destas apresentava rotulagem nutricional frontal. As bebidas podem apresentar a adição de certas substâncias, conforme Figura 5.

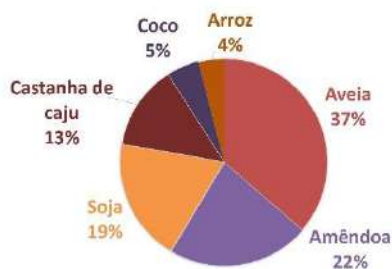


Figura 4. Matrizes vegetais utilizadas na composição das bebidas.

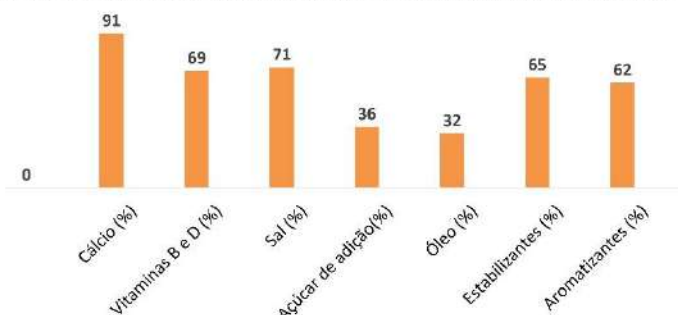


Figura 5. Substâncias adicionadas às bebidas.

CONCLUSÃO

Os produtos plant-based pertencem a um segmento do mercado com forte desenvolvimento, sendo as bebidas vegetais alternativas para atender as demandas dos indivíduos que seguem uma dieta sem proteína animal e/ou intolerantes a lactose ou que possuam alergia à proteína do leite. Estudos a respeito desses novos produtos indicam um potencial para o desenvolvimento de bebidas vegetais com elevado valor nutricional agregado, além de contribuir para o desenvolvimento de padrões de identidade e qualidade para esse tipo de produto.

¹GIACOMELLI, Felipe; PINTON, Mariana B.; DA SILVA, Sarah B S.; THIEL, Suslin R.; CAMPAGNOL, Paulo C. B. Inovações em proteínas alternativas: uma revisão sobre alimentos plant-based. Ciência, Tecnologia e Inovação: do campo à mesa. Anais... Instituto Interamericano Despertando Vocações, 2020.
SILVA, A. R. A.; SILVA, M. M. N.; RIBEIRO, B. D. Health issues and technological aspects of plant-based alternative milk. Food Research International, v. 131, p. 108972, maio 2020.
BRASIL. Ministério da Saúde/Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução da Diretoria Colegiada – RDC 429, de 08 de outubro de 2020.

PROMOVENDO A ASSOCIAÇÃO ENTRE A CIÊNCIA DE ALIMENTOS E A GASTRONOMIA SOCIAL NO PROJETO SUPERAÇÃO NA COZINHA

ELGA BATISTA DA SILVA, LAIS NORONHA COSTA, CLARISSA VIEIRA IBRAIM

Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro (UFRRJ)

elgab.silva@gmail.com lais.alimentoseng@gmail.com clarissavieiraibraim@gmail.com

Com o crescimento elevado da gastronomia, surge a demanda por profissionais qualificados no mercado de trabalho. A alta procura por conhecimentos gastronômicos, relevante para a atuação profissional na área, eleva os custos das aulas práticas e teóricas nesse segmento, dificultando o acesso de pessoas em condições de vulnerabilidade socioeconômica. Com o intuito de incentivar e facilitar o acesso dessas pessoas, algumas ações de gastronomia social estão sendo desenvolvidas para fomentar a inserção desses indivíduos na área em questão. Diante disso, emerge o Superação na Cozinha, cujo objetivo é promover a gastronomia enquanto área da ciência dos alimentos, a partir das ações de um projeto de extensão. Neste, são ofertadas capacitações profissionais gratuitas em gastronomia e serviços correlatos para mulheres em condições de vulnerabilidade social residentes do município de Seropédica, município da Baixada Fluminense. Além disso, o projeto visa também proporcionar uma experiência aos discentes universitários em termos de extensão, através do aprofundamento de estudos na área e trocas de experiências, contribuindo para o desenvolvimento local e assim permitindo a potencial redução nas assimetrias sociais a partir das ações em questão. Considerando os aspectos sobre alimentação, apresentamos a relação entre a ciência de alimentos e a gastronomia social em um projeto de extensão universitária. Durante o curso foram desenvolvidos produtos alimentícios em escala laboratorial afim de unir conhecimentos sobre os principais processos culinários e tecnologia de alimentos, em escala artesanal. Também foram ofertadas aulas com temas importantes para o desenvolvimento social, cada módulo teve cerca de quatro horas de duração incluindo conteúdos práticos e teóricos nos quais foram abordados temas como Boas Práticas de Manipulação de Alimentos, que reforça a importância da produção de alimentos seguros e sustentabilidade; serviços e distribuição de alimentos e bebidas; gestão de preços e custos de alimentos, importante para a organização do negócio como gestão de custos e precificação; marketing de produtos alimentícios, conteúdo que é crucial para desenvolver estratégias e inovação para vendas; cafés e serviço de cafeteria, fundamental para compreender as variedades de café e seu serviço. Além desses, as alunas também estudaram aspectos elementares acerca de temas como confeitaria, panificação e salgados, massas alimentícias, caldos, molhos e fermentações de vegetais. Em conclusão, conseguimos alcançar nossos objetivos em promover a correlação entre a ciência de alimentos e a gastronomia social a partir de um projeto de extensão. Essa ligação é fundamental para unir conhecimentos suficientes para transformar a nossa relação com a comida, de modo que contribua para um mundo mais sustentável e socialmente mais inclusivo, propiciando uma capacitação que aborde elementos essenciais para a inserção das mulheres atendidas no mercado de trabalho.

Referências

BARBOSA, I. N. et al. Gastronomia e mudanças sociais: relatos, vivências e impactos narrados por alunos de uma ação extensionista. Revista Conexão UEPG, v.16, e2014265, p.01-17, 2020/BRASIL.

PEREIRA, J. DA S. et al. Gastronomia social: qualificação profissional, terapia e promoção do empreendedorismo feminino. Conexões - Ciência e Tecnologia, v. 18, p. e022017, 2024.

SILVA, E. B. da; ANJOS, M. H. F. dos; BRANCO, C. da S. V. A gastronomia como recurso para minimizar assimetrias sociais: projetos para indivíduos em vulnerabilidade social. Revista Em Extensão, v. 21, n. 1, p. 20-38, 2022.

Palavras chaves: alimentos e bebidas; capacitação profissional; gastronomia cidadã

Apoio/Fomentos: À Pró-reitoria de Extensão (PROEXT) da Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro pelas bolsas de extensão concedidas ao projeto Superação na Cozinha. À Secretaria de Assistência Social e Direitos Humanos da Prefeitura de Seropédica, Rio de Janeiro, pelo incentivo ao projeto em forma de doação de materiais e cessão de transporte para as alunas





16º Encontro
Sabores e Saberes

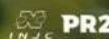
18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

Realização



Organização



Apoio



PROMOVENDO A ASSOCIAÇÃO ENTRE A CIÊNCIA DE ALIMENTOS E A GATRONOMIA SOCIAL NO PROJETO SUPERAÇÃO NA COZINHA

SILVA, Elga¹; COSTA, Lais ¹ (lais.alimentoseng@gmail.com); IBRAIM, Clarissa¹
Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro/Instituto de Ciências Sociais
Aplicadas/Departamento de Hotelaria e Serviço Social

Eixo: Ciência e tecnologia de alimentos

INTRODUÇÃO

Com o crescimento elevado do seguimento da gastronomia, há uma demanda maior por profissionais qualificados. Isso dificulta o acesso de pessoas em vulnerabilidade socioeconômica. Para facilitar esse acesso, algumas ações de gastronomia social estão sendo desenvolvidas, visando a inserção dessas pessoas na área.

OBJETIVO

O Superação na Cozinha visa promover a gastronomia enquanto área da ciência dos alimentos, a partir das ações de um projeto de extensão. O projeto oferece capacitações gratuitas em gastronomia e serviços correlatos para mulheres em situação de vulnerabilidade sócio-econômica residentes de Seropédica, município da Baixada Fluminense. Além disso, o projeto busca proporcionar experiências aos discentes universitários através de aprofundamento na área e troca de experiências, contribuindo para o desenvolvimento local e redução das desigualdades sociais na cidade supracitada, onde está situado o campus sede da UFRRJ..

METODOLOGIA

Durante o curso foram desenvolvidos produtos alimentícios em escala laboratorial, afim de unir conhecimentos sobre os principais processos culinários e tecnologia de alimentos, em escala artesanal. Também foram ofertadas aulas com temas importantes para o desenvolvimento social, e cada módulo teve cerca de quatro horas de duração, incluindo conteúdos práticos e teóricos nos quais foram abordados temas como boas práticas de manipulação de alimentos, serviços e distribuição de alimentos e bebidas, gestão de preços, marketing de produtos, cafés e serviço de cafeteria, confeitaria, panificação e salgados, massas alimentícias, caldos, molhos e fermentações de vegetais.

RESULTADOS



Foram realizadas duas edições do projeto Superação na Cozinha ao longo de 2023. As aulas foram conduzidas por professores da Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro (UFRRJ) e por profissionais convidados que atuaram voluntariamente no projeto. No total, o Superação na Cozinha capacitou 43 mulheres durante o ano. A equipe contou com a colaboração de 15 discentes que participaram ativamente da execução do projeto. Ao final do curso, foram realizadas cerimônias de formatura em homenagem às concluintes.

Apoio: À Pró-reitoria de Extensão (PROEXT) da Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro pelas bolsas de extensão concedidas ao projeto Superação na Cozinha. À Secretaria de Assistência Social e Direitos Humanos da Prefeitura de Seropédica/Rio de Janeiro, pelo incentivo ao projeto em forma de doação de materiais e cessão de transporte para as alunas.

CONCLUSÃO

Conseguimos alcançar os objetivos de promover a correlação entre a ciência de alimentos e a gastronomia social, a partir de um projeto de extensão. Essa ligação é útil para unir conhecimentos válidos para transformar a nossa relação com a comida, de modo que contribua para um mundo mais sustentável e socialmente mais inclusivo, propiciando uma capacitação que abordou elementos essenciais para a inserção das mulheres atendidas no mercado de trabalho.

REFERÊNCIAS

BARBOSA, I. N. et al. Gastronomia e mudanças sociais: relatos, vivências e impactos narrados por alunos de uma ação extensionista. Revista Conexão UEPG, v.16, e2014265, p.01-17, 2020/BRASIL.
PEREIRA, J. DA S. et al. Gastronomia social: qualificação profissional, terapia e promoção do empreendedorismo feminino. Conexões - Ciência e Tecnologia, v. 18, p. e022017, 2024.

PROTOCOLO DE OBTENÇÃO DE BIOMASSA DE BANANA VERDE PARA ELABORAÇÃO DE BOLO DE CANECA COMO FONTE DE PREBIÓTICOS

DANIELE FARIAS DE ALMEIDA, MONIQUE REZENDE RAMOS, PRISCILA RODRIGUES DE JESUS, RENATA CORREA HEINEN, TAYANNE DE OLIVEIRA MALAFAIA, FABIANA ALVES NEVES

Centro Universitário Gama e Souza (UNIGAMA)

fabiananeves@gamaesouza.com

Nos últimos anos, a obesidade tem sido referida como uma das doenças crônicas não transmissíveis que mais tem crescido no Brasil e no mundo (BRASIL, 2021). Tal fato tem sido relacionado ao padrão alimentar ocidental, caracterizado pelo elevado consumo de gorduras saturadas e açúcar refinado, e também associado ao desenvolvimento da doença inflamatória intestinal (MARION-LETELLIER et al., 2016). Recentes estudos acerca da relação entre dieta, obesidade e doença inflamatória intestinal sugerem que a inclusão de alimentos prebióticos na dieta é uma estratégia que contribua para a melhora da condição de saúde (GOMES & MAYNARD, 2020; OH et al., 2019). Neste contexto, a biomassa de banana verde tem sido empregada como um alimento prebiótico. Desta forma, o presente trabalho visou definir um protocolo de obtenção de biomassa de banana verde para posteriormente ser aplicado na elaboração de um bolo de caneca, preparado em micro-ondas, a fim de se obter um produto que possua propriedades prebióticas, e que seja facilmente incluído na rotina alimentar da população. Neste trabalho, foram analisados e testados 4 protocolos de biomassa de banana verde selecionados através de busca bibliográfica no Google Acadêmico, utilizando a seguinte palavras-chave: “biomassa de banana verde”. Protocolo 1 - P1; Protocolo 2 - P2; Protocolo 3 - P3; Protocolo 4 - P4: Adaptação do protocolo 1, onde na etapa 5 as cascas das bananas foram adicionadas visando o aproveitamento integral do alimento, agregando maior valor nutricional a biomassa. A principal diferença entre os protocolos é o tipo de higienização das bananas no pré-preparo e o tempo de cozimento em panela de pressão. Após a execução dos protocolos, observou-se que o P1 apresentou melhor características sensoriais: aparência, consistência e sabor, quando comparado aos protocolos 2 e 3. Além disso, o preparo com menor tempo de cozimento pode ser considerado o protocolo de menor custo-benefício em relação aos demais. O P2 teve o tempo de preparo muito longo, sabor não agradável, a aparência não ficou boa e a cor ficou num tom alaranjado. Logo, em adição em alguma preparação pode ser que comprometa o resultado final. O P3 ficou com a consistência grudenta, aparência insatisfatória, cor alaranjada como no protocolo 2, porém com tempo de cozimento menor do que o protocolo 2. O P4, adaptação ao P1, apresentou melhor características sensoriais em relação ao protocolo original. Desta forma, com base nos resultados parciais, o P4 foi o protocolo definido para a elaboração do bolo de caneca, visto que apresentou melhor características sensoriais em relação aos demais protocolos avaliados.

Referências

BRASIL. Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde, Departamento de Análise em Saúde e Vigilância de Doenças não Transmissíveis. – Brasília: Ministério da Saúde, 2021.

MARION-LETELLIER, R., SAVOYE, G., & GHOSH, S. IBD: In Food We Trust. Journal of Crohn's and Colitis. 10(11), 2016. p. 1351–1361.

GOMES, P. C., & MAYNARD, D. DA C. Relationship between eating habits, probiotic and prebiotic consumption in the profile of the intestinal microbiota: Integrative review. Research, Society and Development, 9(8), 2020. p. e718986101.

Palavras chaves: biomassa de banana verde; bolo de caneca; prebióticos.



16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e
Sustentáveis

Realização: UFRJ
Organização: INIC PR2
Apoio: CRM44 AF30

PROTOCOLO DE OBTENÇÃO DE BIOMASSA DE BANANA VERDE PARA ELABORAÇÃO DE BOLO DE CANECA COMO FONTE DE PREBIÓTICOS

ALMEIDA, Daniele¹, RAMOS, Monique¹, JESUS, Priscila¹, HEINEN, Renata¹, MALAFAIA, Tyanne¹, NEVES, Fabiana¹

Email contato principal: fabiananeves@gamaesouza.com

CENTRO UNIVERSITÁRIO GAMA E SOUZA (UNIGAMA)¹

Eixo temático: Ciência e Tecnologia de Alimentos

INTRODUÇÃO

Nos últimos anos, a obesidade tem sido referida como uma das doenças crônicas não transmissíveis que mais tem crescido no Brasil e no mundo (BRASIL, 2021). Tal fato tem sido relacionado ao padrão alimentar ocidental, caracterizado pelo elevado consumo de gorduras saturadas e açúcar refinado, e também associado ao desenvolvimento da doença inflamatória intestinal (MARION-LETELLIER et al., 2016). Recentes estudos acerca da relação entre dieta, obesidade e doença inflamatória intestinal sugerem que a inclusão de alimentos prebióticos na dieta é uma estratégia que contribua para a melhora da condição de saúde (GOMES & MAYNARD, 2020; OH et al., 2019). Neste contexto, a biomassa de banana verde tem sido empregada como um alimento prebiótico.

OBJETIVO

Definir um protocolo de obtenção de biomassa de banana verde para posteriormente ser aplicado na elaboração de um bolo de caneca, preparado em micro-ondas, a fim de se obter um produto que possua propriedades prebióticas, e que seja facilmente incluído na rotina alimentar da população.

METODOLOGIA

Foram analisados e testados 4 protocolos de biomassa de banana verde selecionados através de busca bibliográfica no Google Acadêmico, utilizando a seguinte palavras-chave: "biomassa de banana verde".

Protocolo 1 (CRUZ et al., 2020):

1. Lavagem e higienização de 3 bananas verde com solução clorada 2% (1L de água filtrada + 1 colher de sopa de água sanitária) por 15 minutos;
2. Cozimento das bananas com cascas em panela de pressão a 100°C por 10 minutos após início da pressão;
3. Em seguida, as bananas foram mantidas por 20 minutos na panela fechada com o fogo apagado;
4. Despolpamento com as bananas ainda quente;
5. O processamento foi realizado com o auxílio de um multiprocessador, onde a polpa de banana foi adicionada de água até formar uma consistência homogênea.

METODOLOGIA

Protocolo 2: (CORDEIRO, 2018):

1. Lavagem de 3 bananas verdes em água corrente;
2. Cozimento das bananas com cascas em panela de pressão a 100°C por 30 minutos após início da pressão;
3. Despolpamento com as bananas ainda quente;
4. O processamento foi realizado com o auxílio de um multiprocessador, onde a polpa de banana foi adicionada de água até formar uma consistência homogênea.

Protocolo 3: (SILVA et al., 2016):

1. Lavagem de 3 bananas verdes com água corrente e esponja;
2. Cozimento das bananas com cascas em panela de pressão a 100°C por 20 minutos após início da pressão;
3. O processamento foi realizado com o auxílio de um multiprocessador, onde a polpa de banana foi adicionada de água até formar uma consistência homogênea.

Protocolo 4: Adaptação do protocolo 01, onde na etapa 5 as cascas das bananas foram adicionadas visando o aproveitamento integral do alimento, agregando maior valor nutricional a biomassa.



Figura 1. Biomassa de banana verde obtidas através da execução dos Protocolo 1 (A), 02 (B), 3 (C) e 4 (D).

RESULTADOS

A principal diferença entre os protocolos é o tipo de higienização das bananas no pré-preparo e o tempo de cozimento em panela de pressão. Após a execução dos protocolos, observou-se que o P1 apresentou melhor características sensoriais: aparência, consistência e sabor, quando comparado aos protocolos 2 e 3. Além disso, o preparo com menor tempo de cozimento pode ser considerado o protocolo de menor custo-benefício em relação aos demais. O P2 teve o tempo de preparo muito longo, sabor não agradável, a aparência não ficou boa e a cor ficou num tom alaranjado. Logo, em adição em alguma preparação pode ser que comprometa o resultado final. O P3 ficou com a consistência grudenta, aparência insatisfatória, cor alaranjada como no protocolo 2, porém com tempo de cozimento menor do que o protocolo 2. O P4, adaptação ao P1, apresentou melhor características sensoriais em relação ao protocolo original.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O P4 foi o protocolo definido para a elaboração do bolo de caneca, visto que apresentou melhor características sensoriais em relação aos demais protocolos avaliados.

REFERÊNCIAS

- BRASIL. Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde, Departamento de Análise em Saúde e Vigilância de Doenças não Transmissíveis. – Brasília: Ministério da Saúde, 2021.
- MARION-LETELLIER, R., SAVOYE, G., & GHOSH, S. IBD: In Food We Trust. *Journal of Crohn's and Colitis*, 10(11), 2016. p. 1351–1361.
- GOMES, P. C., & MAYNARD, D. DA C. Relationship between eating habits, probiotic and prebiotic consumption in the profile of the intestinal microbiota: Integrative review. *Research, Society and Development*, 9(8), 2020. p. e718986101.

AÇÕES DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL COM ESTUDANTES DO ENSINO MÉDIO DO INSTITUTO FEDERAL FLUMINENSE *CAMPUS CABO FRIO*

VITÓRIA LILIAN SCHULS DA CUNHA; FRANCIELE ALVES TEIXEIRA; RAUL AVILEZ RODRIGUES; DÉBORA PINTO DE OLIVEIRA SANTOS; AMÁBELA DE AVELAR CORDEIRO

Instituto Federal Fluminense (IFF) *campus* Cabo Frio

schulsvitoria12@gmail.com

Introdução: Escolas são favoráveis para ações de Educação Alimentar e Nutricional (EAN), pois nela são desenvolvidos conceitos e valores. O Programa Nacional de Alimentação Escolar determina "a inclusão da EAN no processo de ensino e aprendizagem, que perpassa pelo currículo escolar(...)". Já a Lei nº 13.666/2018 alterou a Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional, incluindo a EAN como tema transversal na educação básica. O Instituto Federal Fluminense Campus Cabo Frio (IFF) oferece no ensino médio integrado ao técnico, em paralelo ao currículo dos cursos, Projetos de Formação Integral, os quais têm como objetivo o desenvolvimento integral, incluindo a alimentação e nutrição. **Objetivo:** Relatar experiência de EAN desenvolvida no âmbito dos Projetos de Formação Integral do IFF. **Metodologia:** O trabalho se baseia na mobilização para a reflexão, inspirado nos preceitos freirianos, e na abordagem dos dez temas mobilizadores do Comer pra quê?. Teve a previsão de 13 encontros, no 1º semestre de 2024, divididos em: seis encontros para aproximação com os temas; três encontros para oficinas de criação e quatro encontros para planejamento e realização da culminância em uma Mostra de Projetos de Formação Integral. **Resultados:** Inicialmente, a turma, composta por 19 estudantes dos cursos técnico em química e em hospedagem, foi dividida em cinco grupos de acordo com o tema escolhido (1 - De onde vem a nossa comida?; 2 - Todos juntos e misturados, 3 - Cozinhar pra quê?; 4 - Já comeu água hoje? e 5 - A comida é nossa!). A cada encontro um grupo apresentou o seu tema, seguido de diálogo ampliado com a turma. Na sequência, a turma foi estimulada a se expressar sobre o tema por meio de estratégias variadas (teatro, memes, postagens para rede social, desenhos). Após o terceiro encontro, com a avaliação dos estudantes sobre as dinâmicas empregadas, adotou-se uma nova estratégia, com o intuito de ampliar o engajamento nas atividades. Sendo assim, para a abordagem do tema 4 foi utilizado um jogo de tabuleiro e o tema 5 foi abordado por meio de Roda de Conversa, após realização de entrevistas com familiares e comunidade do IFF sobre o tema. Foi realizada uma oficina culinária e uma para elaboração de um jogo com todos os temas dos encontros anteriores. Por fim, houve três encontros para o planejamento da Mostra, que ainda não ocorreu. Os estudantes decidiram realizar uma exposição em que os temas serão abordados e um jogo para interação com os participantes. **Conclusão:** A experiência trouxe desenvolvimento aos participantes do projeto, que demonstraram melhor interação com a equipe e entre si. Sobre o conhecimento, foi perceptível maior domínio dos temas abordados. Para a equipe organizadora do projeto foi agregada habilidade à formação profissional.

Referências

BRASIL. Lei nº 13.666/2018. Altera a Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996 (Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional), para incluir o tema transversal da educação alimentar e nutricional no currículo escolar. Ministério da Educação, 2018. Disponível em: [https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_Ato2015-2018/2018/Lei/L13666.htm#:~:text=Alterar%20a%20Lei%20n%C2%BA%209.394,Art.](https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_Ato2015-2018/2018/Lei/L13666.htm#:~:text=Alterar%20a%20Lei%20n%C2%BA%209.394,Art. Acesso em: 18 jun. 2024.) Acesso em: 18 jun. 2024.

SOUZA, T. S. N.; CORDEIRO, A. A. A. Promoção da Alimentação saudável e sustentável para as juventudes: a experiência do movimento "Comer pra quê?" In: Alimentação escolar como estratégia para o desenvolvimento sustentável, ed.01. São Paulo: Memmon, 2021, v.01, p. 115 - 142.

RAMOS, F. P.; SANTOS, L. A. S.; REIS, A. B. C. Educação alimentar e nutricional em escolares: uma revisão de literatura. Cad. Saúde Pública, vol. 29, n. 11, p. 2147-2161, 2013. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/YXdL5MRGSTSfZsrKJV3FxcT/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 18 jun. 2024.

Palavras chaves: Educação Alimentar e Nutricional, Escola, Alimentação





16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

Realização: UFRJ
Organização: INIC PR2
Apoio: CRN4 AFJO

AÇÕES DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL COM ESTUDANTES DO ENSINO MÉDIO DO INSTITUTO FEDERAL FLUMINENSE *CAMPUS* CABO FRIO

AVILEZ, RAUL²; CORDEIRO, AMÁBELA^{1, 2}; CUNHA, VITÓRIA¹; OLIVEIRA, DÉBORA²; TEIXEIRA, FRANCIELE¹

Universidade Federal do Rio de Janeiro *Campus* Macaé¹

Instituto Federal Fluminense *Campus* Cabo Frio²

Educação Alimentar e Nutricional

INTRODUÇÃO

Escolas são favoráveis para ações de Educação Alimentar e Nutricional (EAN), pois nela são desenvolvidos conceitos e valores. O Programa Nacional de Alimentação Escolar determina "a inclusão da EAN no processo de ensino e aprendizagem, que perpassa pelo currículo escolar(...)". Já a Lei nº 13.666/2018 alterou a Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional, incluindo a EAN como tema transversal na educação básica. O Instituto Federal Fluminense *Campus* Cabo Frio (IFF) oferece no ensino médio integrado ao técnico, em paralelo ao currículo dos cursos, Projetos de Formação Integral, os quais têm como objetivo o desenvolvimento integral, incluindo a alimentação e nutrição.

OBJETIVO

Relatar experiência de EAN desenvolvida no âmbito dos Projetos de Formação Integral do IFF.

METODOLOGIA

O trabalho se baseia na mobilização para a reflexão, inspirado nos preceitos freirianos, e na abordagem dos dez temas mobilizadores do Comer pra quê?. Teve a previsão de 13 encontros, no 1º semestre de 2024, divididos em: seis encontros para aproximação com os temas; três encontros para oficinas de criação e quatro encontros para planejamento e realização da culminância em uma Mostra de Projetos de Formação Integral.

RESULTADOS

Inicialmente, a turma, composta por 19 estudantes dos cursos técnico em química e em hospedagem, foi dividida em cinco grupos de acordo com o tema escolhido (1 - De onde vem a nossa comida?; 2 - Todos juntos e misturados, 3 - Cozinhar pra quê?; 4 - Já comeu água hoje? e 5 - A comida é nossa!). A cada encontro um grupo apresentou o seu tema, seguido de diálogo ampliado com a turma.

Na sequência, a turma foi estimulada a se expressar sobre o tema por meio de estratégias variadas (teatro, memes, postagens para rede social, desenhos). Após o terceiro encontro, com a avaliação dos estudantes sobre as dinâmicas empregadas, adotou-se uma nova estratégia, com o intuito de ampliar o engajamento nas atividades. Sendo assim, para a abordagem do tema 4 foi utilizado um jogo de tabuleiro e o tema 5 foi abordado por meio de Roda de Conversa, após realização de entrevistas com familiares e comunidade do IFF sobre o tema. Foi realizada uma oficina culinária e uma para elaboração de um jogo com todos os temas dos encontros anteriores. Por fim, houve três encontros para o planejamento da Mostra, que ocorreu dia 22/07/2024. Os estudantes decidiram realizar uma exposição em que os temas serão abordados e um jogo para interação com os participantes.

CONCLUSÃO

A experiência trouxe desenvolvimento aos participantes do projeto, que demonstraram melhor interação com a equipe e entre si. Sobre o conhecimento, foi perceptível maior domínio dos temas abordados. Para a equipe organizadora do projeto, houve o desenvolvimento de habilidade de mediação de grupos.

REFERÊNCIAS

- BRASIL. Lei nº 13.666/2018. Altera a Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996 (Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional), para incluir o tema transversal da educação alimentar e nutricional no currículo escolar. Ministério da Educação, 2018. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_Ato2015-2018/2018/Lei/L13666.htm#:~:text=Alterar%20a%20Lei%20n%C2%BA%209.394,Art. Acesso em: 18 jun. 2024.
- SOUZA, T. S. N.; CORDEIRO, A. A.. A. Promoção da Alimentação saudável e sustentável para as juventudes: a experiência do movimento "Comer pra quê?". In: Alimentação escolar como estratégia para o desenvolvimento sustentável, ed.01. São Paulo: Memmon, 2021, v.01, p. 115 - 142.
- RAMOS, F. P.; SANTOS, L. A. S.; REIS, A. B. C. Educação alimentar e nutricional em escolares: uma revisão de literatura. Cad. Saúde Pública, vol. 29, n. 11, p. 2147-2161, 2013. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/YXdL5MRGS1SFZsrKJV3Fxc1/?format=pdf&lang=pt. Acesso em: 18 jun. 2024.>

ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS MAIS CONSUMIDOS PELOS ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS DE UM RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO NO RIO DE JANEIRO: VOCÊ SABE O QUE ESTÁ CONSUMINDO?

PATRÍCIA MARIA PÉRICO PEREZ, ROBERTA GOMES DE OLIVEIRAS, LAURISSA FREITAS TEIXEIRA DE LIMA, ANA CAROLINA CAVALCANTE, AMANDA MACÊDO CARDOSO, SHIGENO DE PAIVA KURIYA

Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ), Rio de Janeiro, RJ – Brasil

patriciapericoperez@gmail.com

INTRODUÇÃO

Alimentos ultraprocessados são formulações industriais prontas para consumo, compostas por derivados de outros alimentos ou substâncias sintetizadas em laboratório. Eles possuem alta densidade energética, baixo teor de micronutrientes e fibras, e contêm altos níveis de sódio, gordura, açúcar, aromatizantes e diversos outros aditivos químicos adicionados. Estudantes universitários apresentam práticas alimentares inadequadas, com alto consumo de alimentos ultraprocessados e baixo consumo de frutas e hortaliças. Compreender os danos à saúde causados por esses alimentos destaca a necessidade de práticas educativas para reduzir seu consumo, especialmente nos restaurantes universitários, locais propícios para campanhas de educação nutricional.

OBJETIVO

Elaborar e promover uma campanha destinada a sensibilizar os usuários que frequentam o restaurante universitário (RU) sobre a quantidade de açúcares, gorduras não saudáveis e sódio presentes nos alimentos ultraprocessados.

METODOLOGIA

Estudo descritivo, realizado no Restaurante Universitário da Universidade do Estado do Rio de Janeiro, em novembro de 2023. Selecionou-se, através de observação direta, 12 alimentos ultraprocessados (bebidas açucaradas, biscoitos doces e salgados) mais consumidos entre os usuários do RU. Realizou-se a leitura da tabela de informação nutricional do rótulo de cada produto, com ênfase na quantidade total de açúcar, gordura e sódio. No laboratório, efetuou-se a pesagem, em balança analítica de precisão, do açúcar, gordura e sódio, presente em cada alimento e bebida, e posterior acondicionamento em sacos plásticos transparentes e em tubetes. A seguir, houve a exposição das embalagens originais dos alimentos ultraprocessados, mantendo as marcas encobertas por tarjas. Informou-se também a gramatura de açúcar, gordura e sódio contidos em cada saco plástico e tubete e sua equivalência em colheres de chá. Para avaliar o impacto da campanha foi disponibilizado, na saída do restaurante, um questionário de autopreenchimento. Os dados obtidos foram analisados e expressos em porcentagem. Projeto aprovado pelo Comitê de ética da universidade (CAAE 04177618.5.0000.5259).

RESULTADOS

A campanha foi bem avaliada pelos usuários (n=380), com 98% achando-a de fácil compreensão e 96% interessante. Cerca de 76% consumiam alimentos ultraprocessados diariamente, mas 51% desconheciam suas informações nutricionais. A exposição visual impactou, despertando o interesse em reduzir o consumo em 75% dos participantes. Esses resultados destacam a eficácia das campanhas visuais na compreensão da realidade alimentar.

CONCLUSÃO

Esta campanha teve um impacto positivo, alcançando seu objetivo ao sensibilizar os usuários, evidenciado pelo crescente interesse em reduzir o consumo dos alimentos ultraprocessados abordados. Recomenda-se a elaboração e implementação de mais campanhas de promoção de

uma alimentação saudável no restaurante universitário, dado que esse ambiente se configura como propício para o desenvolvimento de práticas educativas efetivas.

Referências

BRASIL. Ministério da Saúde. Guia alimentar para a população brasileira. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.
BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária – Anvisa. Manual de Orientação aos Consumidores: Educação para o Consumo Saudável. Brasília: Anvisa, 2008.
BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução RDC nº 54, de 12 de novembro de 2012. Dispõe sobre o Regulamento Técnico sobre Informação Nutricional Complementar.

Palavras chaves: alimentos ultraprocessados; educação alimentar e nutricional; alimentação coletiva; universidades.





16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis



ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS MAIS CONSUMIDOS PELOS ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS DE UM RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO NO RIO DE JANEIRO: VOCÊ SABE O QUE ESTÁ CONSUMINDO?

OLIVEIRA, Roberta¹ LIMA, Laurissa¹ RODRIGUES, Gessyca¹ PEREZ, Patricia¹ CARDOSO, Amanda¹ KURIYA, Shigeno¹
Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ), Rio de Janeiro, RJ – Brasil¹
Educação alimentar e nutricional

INTRODUÇÃO

Estudantes universitários apresentam práticas alimentares inadequadas, com alto consumo de alimentos ultraprocessados – que são formulações industrializadas prontas para consumo e contêm alta densidade energética, baixo teor de nutrientes, altos níveis de sódio, gordura e diversos aditivos químicos – e baixo consumo de frutas e hortaliças. Compreender os danos à saúde causados por esses alimentos destaca a necessidade de práticas educativas para reduzir seu consumo, especialmente nos

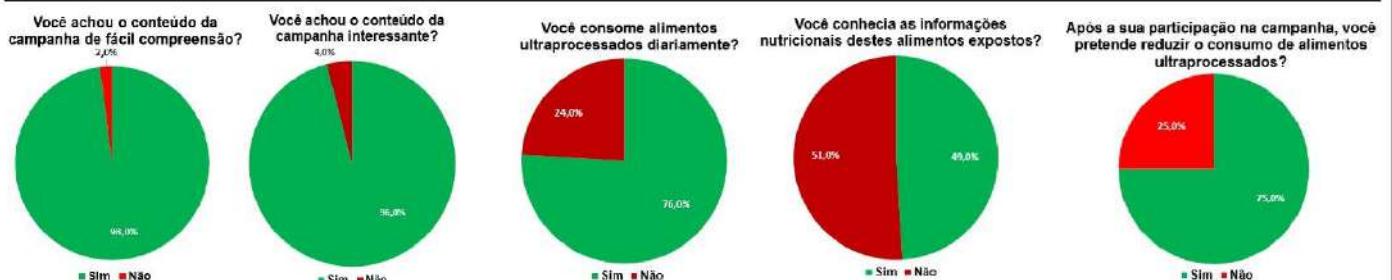
OBJETIVOS

O objetivo deste estudo foi elaborar e promover uma campanha destinada a sensibilizar os usuários que frequentam o restaurante universitário (RU) sobre a quantidade de açúcares, gorduras não saudáveis e sódio presentes nos alimentos ultraprocessados.

METODOLOGIA

- Em novembro de 2023, Selecionou-se, através de observação direta, 12 alimentos ultraprocessados mais consumidos entre os usuários do RU e realizou-se a leitura da tabela de informação nutricional do rótulo de cada produto, com ênfase na quantidade total de açúcar, gordura e sódio.
- No laboratório, efetuou-se a pesagem, em balança analítica de precisão, do açúcar, gordura e sódio, presente em cada alimento e bebida, e posterior acondicionamento em sacos plásticos transparentes e em tubetes.
- Houve a exposição das embalagens originais dos alimentos ultraprocessados, mantendo as marcas encobertas por tarjas. Informou-se também a gramatura de açúcar, gordura e sódio contidos em cada saco plástico e tubete e sua equivalência em colheres de chá.
- Para avaliar o impacto da campanha foi disponibilizado, na saída do restaurante, um questionário de autopreenchimento. Os dados obtidos foram analisados e expressos em porcentagem.

RESULTADOS



CONCLUSÃO

Esta campanha teve um impacto positivo, alcançando seu objetivo ao sensibilizar os usuários, evidenciado pelo crescente interesse em reduzir o consumo dos alimentos ultraprocessados abordados. Recomenda-se a elaboração e implementação de mais campanhas de promoção de uma alimentação saudável no restaurante universitário, dado que esse ambiente se configura como propício para o desenvolvimento de práticas educativas efetivas.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Guia alimentar para a população brasileira. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.
BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária – Anvisa. Manual de Orientação aos Consumidores: Educação para o Consumo Saudável. Brasília: Anvisa, 2008
BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução RDC nº 54, de 12 de novembro de 2012. Dispõe sobre o Regulamento Técnico sobre Informação Nutricional Complementar.

ATIVIDADE DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL REALIZADA COM TRABALHADORES DE UM RESTAURANTE NA ZONA SUL DO RIO DE JANEIRO

NATHÁLIA CÉSAR NUNES; JULIA MAGALHÃES CABRAL; CRISTIANE DE OLIVEIRA MARTINS;
BEATRIZ MOREIRA GUIMARÃES LOPES

Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO)

nathalianunes.nutri@gmail.com

A alimentação adequada é um dos determinantes para alcançarmos melhores condições de saúde para a população. Porém, vemos que, em diferentes períodos do curso da vida e em todos os estratos socioeconômicos, as práticas alimentares dos brasileiros estão distantes das consideradas desejáveis. Observamos ainda que essas práticas vêm piorando nas últimas décadas, por diferentes motivos de acordo com os estratos socioeconômicos analisados. Concomitantemente, são significativos os números da prevalência de obesidade e de doenças crônicas não transmissíveis relacionadas à qualidade da alimentação, como por exemplo o diabetes e a hipertensão arterial. Assim, entendemos como necessária, a realização de ações de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) para incentivar o consumo de alimentos saudáveis refletindo ainda sobre estratégias que possibilitem que o educando participe mais ativamente do processo de aprendizagem e da produção de conhecimento. O objetivo desse manuscrito é relatar sobre a experiência vivenciada em uma atividade de EAN, com adultos trabalhadores de uma Unidade de Alimentação e Nutrição comercial por meio de atividade educativa e lúdica, tendo como protagonista o diálogo. A ação educativa foi desenvolvida em um restaurante comercial durante o período de estágio obrigatório em produção de refeições por três estudantes de nutrição de uma universidade pública federal do Estado do Rio de Janeiro em conjunto com a nutricionista da unidade, sendo aplicada para todo o quadro de trabalhadores do respectivo estabelecimento. Foi realizada uma atividade com jogo de perguntas e respostas que foram confeccionadas manualmente com o uso de cartazes. Nesse quiz, os funcionários, que foram divididos em dois grupos, podiam escolher entre três opções de respostas que eram dadas para cada uma das perguntas. Durante a atividade foi construído um diálogo com os trabalhadores acerca dos alimentos e seus benefícios alimentares e nutricionais. Além disso, foi distribuído um folder informativo sobre alguns micronutrientes adquiridos por meio da alimentação e os alimentos fontes. A ideia do tema do quiz e do folder informativo teve origem a partir de conversas sobre os hábitos alimentares realizadas entre as estudantes e os trabalhadores do restaurante. Com a atividade, foi possível observar a interação, ânimo e desempenho dos trabalhadores, e maior interesse em adotar uma alimentação saudável no cotidiano. Assim, observamos na prática a importante contribuição de atividades de EAN, principalmente, para promover a autonomia em relação a escolhas alimentares e até mesmo autonomia culinária. A experiência relatada ainda contribuiu para a formação profissional das estudantes envolvidas e inclusive da nutricionista, que deve estar em constante atualização a respeito de estratégias educativas para a população em questão.

Referências

CASTRO, Inês Rugani Ribeiro de. Challenges and perspectives for the promotion of adequate and healthy food in Brazil. **Cadernos de Saúde Pública** [online]. 2015, v. 31, n. 1 [Acessado 19 junho 2024], pp. 07-09. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0102-311XPE010115>. ISSN 1678-4464.

AGUIAR, Odaleia Barbosa de; PADRÃO, Susana Moreira. Relato de práticas educativas extensionista com trabalhadores de restaurantes para promoção de alimentação saudável. **Interagir: pensando a extensão**, Rio de Janeiro, n. 29, p. 39-49, jan./jul. 2020.

Palavras chaves: Educação Alimentar e Nutricional; Alimentação e Nutrição; Unidade de Alimentação e Nutrição.



16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

Realização: UFRJ
Organização: INJC PR2
Apoio: CRN04 AF010

ATIVIDADE DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL REALIZADA COM TRABALHADORES DE UM RESTAURANTE NA ZONA SUL DO RIO DE JANEIRO.

NUNES, Nathalia;¹ CABRAL, Julia²; MARTINS, Cristiane²; LOPES, Beatriz².
UERJ,¹ UNIRIO²

Educação Alimentar e Nutricional

INTRODUÇÃO

A alimentação adequada é um dos determinantes para alcançarmos melhores condições de saúde para a população. Porém, vemos que, em diferentes períodos do curso da vida e em todos os estratos socioeconômicos, as práticas alimentares dos brasileiros estão distantes das consideradas desejáveis. Observamos ainda que essas práticas vêm piorando nas últimas décadas, por diferentes motivos de acordo com os estratos socioeconômicos analisados. Concomitantemente, são significativos os números da prevalência de obesidade e de doenças crônicas não transmissíveis relacionadas à qualidade da alimentação, como por exemplo o diabetes e a hipertensão arterial. Assim, entendemos como necessária, a realização de ações de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) para incentivar o consumo de alimentos saudáveis refletindo ainda sobre estratégias que possibilitem que o educando participe mais ativamente do processo de aprendizagem e da produção de conhecimento.

OBJETIVO

O objetivo desse manuscrito é relatar sobre a experiência vivenciada em uma atividade de EAN, com adultos trabalhadores de uma Unidade de Alimentação e Nutrição comercial por meio de atividade educativa e lúdica, tendo como protagonista o diálogo.

MÉTODOS

A ação educativa foi desenvolvida em um restaurante comercial durante o período de estágio obrigatório em produção de refeições por três estudantes de nutrição de uma universidade pública federal do Estado do Rio de Janeiro em conjunto com a nutricionista da unidade, sendo aplicada para todo o quadro de trabalhadores do respectivo estabelecimento. Foi realizada uma atividade com jogo de perguntas e respostas que foram confeccionadas manualmente com o uso de cartazes. Nesse quiz, os funcionários, que foram divididos em dois grupos, podiam escolher entre três opções de respostas que eram dadas para cada uma das perguntas. Durante a atividade foi construído um diálogo com os trabalhadores acerca dos alimentos e seus benefícios alimentares e nutricionais. Além disso, foi distribuído um folder informativo sobre alguns micronutrientes adquiridos por meio da alimentação e os alimentos fontes. A ideia do tema do quiz e do folder informativo teve origem a partir de conversas sobre os hábitos alimentares realizadas entre as estudantes e os trabalhadores do restaurante.

RESULTADOS E CONCLUSÃO

Com a atividade, foi possível observar a interação, ânimo e desempenho dos trabalhadores, e maior interesse em adotar uma alimentação saudável no cotidiano.



Figura 1: Alunas realizando atividade de EAN com funcionário

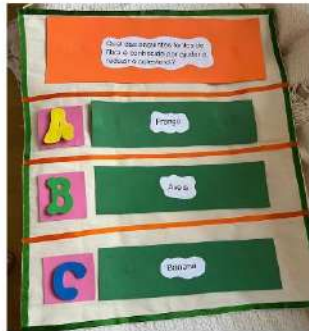


Figura 2: Material educativo interativo com perguntas e respostas



Figura 3: Equipe do restaurante com as estagiárias de Nutrição e a Nutricionista da unidade após ação da EAN.



Figura 4: Explicação do folder educativo sobre alimentos fontes de micronutrientes para cozinheiro da unidade

Assim, observamos na prática a importante contribuição de atividades de EAN, principalmente, para promover a autonomia em relação a escolhas alimentares e até mesmo autonomia culinária. A experiência relatada ainda contribuiu para a formação profissional das estudantes envolvidas e inclusive da nutricionista, que deve estar em constante atualização a respeito de estratégias educativas para a população em questão.

REFERÊNCIAS

CASTRO, Inês Rugani Ribeiro de. Challenges and perspectives for the promotion of adequate and healthy food in Brazil. *Cadernos de Saúde Pública* [online]. 2015, v. 31, n. 1 [Acessado 19 junho 2024], pp. 07-09. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0102-311XPE010115>. ISSN 1678-4464.
AGUIAR, Odaleia Barbosa de; PADRÃO, Susana Moreira. Relato de práticas educativas extensionista com trabalhadores de restaurantes para promoção de alimentação saudável. *Interagir: pensando a extensão*, Rio de Janeiro, n. 29, p. 39-49, jan./jul. 2020.

Palavras chaves: Educação Alimentar e Nutricional; Alimentação e Nutrição; Unidade de Alimentação e Nutrição.

ATIVIDADES EDUCATIVAS E ESTÍMULO À MEMÓRIA ALIMENTAR DE IDOSOS ATIVOS, EM UM HOSPITAL UNIVERSITÁRIO NO RIO DE JANEIRO.

AUTORES: GUSTAVO HENRIQUES CHIFARELLI, MARIA CRISTINA, MARIA LÚCIA CARNEIRO, MARCELO CASTANHEIRA FERREIRA.

Universidade Federal Do Estado Do Rio De Janeiro (UNIRIO)

gustavohenriques11@edu.unirio.br

INTRODUÇÃO: A prática da educação alimentar e nutricional (EAN) é peça fundamental na promoção de saúde e capacidade funcional de pessoas idosas, seja por meio de uma alimentação nutricionalmente adequada e sustentável, seja pelo resgate de sua memória e cultura alimentar, elementos que devem ser explorados no planejamento das ações educativas com este público. **OBJETIVOS:** Relatar experiências com ações de EAN, desenvolvidas com comunidade de idosos ativos, em atividades de estimulação cognitiva e de memória. **MÉTODOS:** Trata-se de um relato de experiência, com cerca de 25 participantes do Programa interdisciplinar de promoção de saúde e qualidade vida do idoso (*Grupo Renascer*), no ano de 2023, no Hospital Universitário Gafrée e Guinle, Rio de Janeiro. As ações foram mediadas pelas equipes de Nutrição, Psicologia e Terapia ocupacional, formadas por estudantes, professores e servidores do HUGG/UNIRIO. **RESULTADOS:** Foram planejadas e efetivadas seis atividades de EAN com a comunidade de idosos em questão. A mesma possui maioria absoluta de mulheres e a faixa de idade varia entre 66 e 95 anos. Nas referidas ações, promoveu-se constante exercício de resgate de memórias sobre alimentação, recentes e remotas, em alguns momentos, desde a infância. Entre as ações desenvolvidas, destacam-se três no presente trabalho: 1) o “Cozido da Memória”, em que foi explorado o tema das feiras livres, com as idosas sentadas em círculo, e com a canção “Feira de Mangaio” ao fundo. Ao parar a música, cada idoso citava um alimento comprado em feiras, e que comporia, num esforço coletivo, um “único cozido”, sem repetição de nenhum dos alimentos, trabalhando-se a memória de todos os presentes e fortalecendo o senso de comunidade; 2) no tema “Comida afetiva” – com os idosos organizados em grupos menores - aprofundou-se o diálogo entre alimentação e histórias pessoais, estimulando-se o compartilhamento de receitas, e a valorização da cultura familiar. Cada grupo selecionou e comentou suas principais receitas e memórias, que traziam associadas àquele alimento ou preparação. 3) E em “Adivinhe o cheiro”, o olfato foi o canal de recuperação de memórias afetivas, onde os idosos buscavam adivinhar o cheiro de condimentos – muitos com grande dificuldade, vale ressaltar – e relatavam preparações ou momentos em que foram consumidos. Por exemplo, o interesse de uma idosa de 94 anos, por determinada bebida alcoólica (“caipirinha”), ao cheirar coentro e imediatamente lembrar-se dos “petiscos” em que ela o utiliza para temperar. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** A partir de ações educativas multidisciplinares, sobre alimentação e nutrição, foi possível explorar diferentes memórias sobre o ato alimentar do idoso, tanto de curto, quanto de longo prazo, trazendo informações valiosas para a compreensão de práticas alimentares atuais e para o planejamento de ações com novos grupos, incluindo situações de declínio cognitivo, inerente ao avanço da idade.

Referências

SANTOS, M. T.; FLORES-MENDOZA, C. Treino Cognitivo para Idosos: Uma Revisão Sistemática dos Estudos Nacionais. Psico-USF, [s.l.], no 2, 2017. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-82712017220212>.

MARIANO, L. P. T. de S. et al. Educação alimentar e nutricional aplicada à um grupo de idosos participantes de um programa social, por meio de atividades lúdicas e palestras. Revista Saúde UniToledo, [s.l.], no 1, 2022.

ROSSI, A.; MOREIRA, E. A. M.; RAUEN, M. S. Determinantes do comportamento alimentar: uma revisão com enfoque na família. Revista de Nutrição, [s.l.], no 6, 2008. DOI: <https://doi.org/10.1590/s1415-52732008000600012>.

Palavras chaves: pessoa idosa; educação em saúde; memória.



16º Encontro
Sabores e Saberes

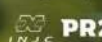
18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

Realização



Organização



Apoio



ATIVIDADES EDUCATIVAS E ESTÍMULO À MEMÓRIA ALIMENTAR DE IDOSOS ATIVOS, EM UM HOSPITAL UNIVERSITÁRIO NO RIO DE JANEIRO

CHIFARELLI, Gustavo¹; CASTANHEIRA, Marcelo¹;

Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro¹/Centro de Ciências Biológicas e da Saúde
Educação Alimentar e Nutricional

INTRODUÇÃO: A prática da educação alimentar e nutricional (EAN) é peça fundamental na promoção de saúde e capacidade funcional de pessoas idosas, seja por meio de uma alimentação nutricionalmente adequada e sustentável, seja pelo resgate de sua memória e cultura alimentar, elementos que devem ser explorados no planejamento das ações educativas com este público. **OBJETIVOS:** Relatar experiências com ações de EAN, desenvolvidas com comunidade de idosos ativos, em atividades de estimulação cognitiva e de memória. **MÉTODOS:** Trata-se de um relato de experiência, com cerca de 25 participantes do Programa interdisciplinar de promoção de saúde e qualidade vida do idoso (Grupo Renascer), no ano de 2023, no Hospital Universitário Gafrée e Guinle, Rio de Janeiro. As ações foram mediadas pelas equipes de Nutrição, Psicologia e Terapia ocupacional, formadas por estudantes, professores e servidores do HUGG/UNIRIO. **RESULTADOS:** Foram planejadas e efetivadas seis atividades de EAN com a comunidade de idosos em questão. A mesma possui maioria absoluta de mulheres e a faixa de idade varia entre 66 e 95 anos. Nas referidas ações, promoveu-se constante exercício de resgate de memórias sobre alimentação, recentes e remotas, em alguns momentos, desde a infância. Entre as ações desenvolvidas, destacam-se três no presente trabalho: 1) o “Cozido da Memória”, em que foi explorado o tema das feiras livres, com as idosas sentadas em círculo, e com a canção “Feira de Mangaio” ao fundo. Ao parar a música, cada idoso citava um alimento comprado em feiras, e que comporia, num esforço coletivo, um “único cozido”, sem repetição de nenhum dos alimentos, trabalhando-se a memória de todos os presentes e fortalecendo o senso de comunidade; 2) no tema “Comida afetiva” – com os idosos organizados em grupos menores - aprofundou-se o diálogo entre alimentação e histórias pessoais, estimulando-se o compartilhamento de receitas, e a valorização da cultura familiar. Cada grupo selecionou e comentou suas principais receitas e memórias, que traziam associadas àquele alimento ou preparação. 3) E em “Adivinhe o cheiro”, o olfato foi o canal de recuperação de memórias afetivas, onde os idosos buscavam adivinhar o cheiro de condimentos – muitos com grande dificuldade, vale ressaltar – e relatavam preparações ou momentos em que foram consumidos. Por exemplo, o interesse de uma idosa de 94 anos, por determinada bebida alcoólica (“caipirinha”), ao cheirar coentro e imediatamente lembrar-se dos “petiscos” em que ela o utiliza para temperar. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** A partir de ações educativas multidisciplinares, sobre alimentação e nutrição, foi possível explorar diferentes memórias sobre o ato alimentar do idoso, tanto de curto, quanto de longo prazo, trazendo informações valiosas para a compreensão de práticas alimentares atuais e para o planejamento de ações com novos grupos, incluindo situações de declínio cognitivo, inerente ao avanço da idade.

Referências

SANTOS, M. T.; FLORES-MENDOZA, C. Treino Cognitivo para Idosos: Uma Revisão Sistemática dos Estudos Nacionais. *Psico-USF*, [s.l.], no 2, 2017. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-82712017220212>.

CALENDÁRIO DE SAZONALIDADE AGRÍCOLA COMO INSTRUMENTO DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL

Maria Clara Macedo de Lima; Pâmela Giovanna R. Thomaz; Juliana de O. Ramadas Rodrigues;
Luciana F. Espíndola Cabral

CEFET-RJ

mariaclaramacedodelima@gmail.com

A Horta Escolar do CEFET-RJ, campus Maria da Graça, é um projeto de extensão que visa promover a educação em ciências e saúde, com foco na educação alimentar e nutricional. Entre suas atividades esteve a criação de um calendário de sazonalidade de cultivos agrícolas para mapear quais gêneros alimentícios estão na safra conforme os meses do ano, no município do Rio de Janeiro. O trabalho foi desenvolvido por estudantes do ensino médio, sob a orientação das coordenadoras do projeto (uma professora regente e uma nutricionista), sendo pensado também como um instrumento pedagógico capaz de prover a aprendizagem das alunas envolvidas na sua construção. O calendário de sazonalidade é um meio de auxiliar as pessoas que compram e cozinham seus alimentos, lhes mostrando quais alimentos são mais propícios em determinada época do ano, barateando o custo de aquisição e permitindo a compra de alimentos mais frescos. Alimentos da safra possuem maior qualidade nutricional e apresentam menos agrotóxicos em sua composição. Este conhecimento possibilita escolhas mais ecologicamente corretas propiciando um menor desperdício de alimentos e um custo menor de aquisição, por serem produzidos em maior escala. O calendário também conta com receitas, e o modo de fazê-las. Entre as facilidades previstas, disponibilizamos um QR code das redes sociais do projeto, para que os usuários tenham acesso a mais informações sobre esses gêneros alimentícios. As etapas para o desenvolvimento do produto educacional foram: 1- Identificação dos alimentos em período de safra, de cada mês do ano; 2- Pesquisa das receitas. 3- Criação do calendário. 4- Desenvolvimento do QR code com o Instagram da Horta Escolar e 5- Realização da pesquisa sobre a viabilidade de venda. Entrevistamos um total de 40 pessoas em um supermercado. Como resultado das entrevistas, 75% das pessoas responderam que comprariam, pois iria auxiliar muito na cozinha, e 25% responderam que não comprariam, por achar que a informação obtida não compensaria a compra do produto em questão. O uso do calendário de sazonalidade agrícola pode contribuir para o auxílio das pessoas que compram alimentos e cozinham, pois possibilita o consumo de alimentos mais frescos, alimentos da safra, com menor uso de pesticida agrícola. Desta forma, acreditamos que tal dispositivo seja importante para o campo da educação alimentar nutricional e para a qualidade de vida de seus eventuais usuários.

Referências:

SAZONALIDADE DOS PRODUTOS COMERCIALIZADOS NO ETSP (Seção de Economia e Desenvolvimento da CEAGEPS) In: Companhia de Entrepostos e Armazéns Gerais de São Paulo. Av. Dr. Gastão Vidigal, 194605316-900- Vila Leopoldina – São Paulo-SP Disponível em :
https://ceagesp.gov.br/wpcontent/uploads/2015/05/produtos_epoca.pdf. Acesso em: 16/05/2023
CALENDARIO de safras. In: Calendário de safras. [S. l.], 25 maio 2022. Disponível em :
<https://www.sodexobeneficios.com.br/qualidade-devida/noticias/sodexo-club/calendario-de-safras.htm#ixzz8AZSyZXgy>. Acesso em: 14/08/2023
SAZONALIDADE. In: Calendário de safras. [S. l.]: Sustentarea, 25 abr. 2019. Disponível em:
<https://www.instagram.com/p/CwD7wNXJsyw/?igshid=MTc4MmM1YmI2Ng==> Acesso em: 14/08/2023.

Palavras-chave: educação alimentar e nutricional, horta escolar, calendário de sazonalidade.



18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

16º Encontro Sabores e Saberes



CALENDÁRIO DE SAZONALIDADE AGRÍCOLA COMO INSTRUMENTO DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL

Autoras: Maria Clara M. de Lima e Pâmela Giovanna R. Thomaz

Orientadoras: Luciana F. Espíndola Cabral e Juliana de Oliveira R. Rodrigues

mariaclaramacedodelima@gmail.com

CEFET-RJ campus Maria da Graça

Educação Alimentar e Nutricional



Receitas

INTRODUÇÃO

- A Horta Escolar do CEFET-RJ, campus Maria da Graça, é um projeto de extensão que promove a educação em ciências e saúde, com foco na educação alimentar e nutricional.
- Uma das atividades do projeto foi a criação de um calendário de sazonalidade de cultivos agrícolas, que mapeia os gêneros alimentícios na safra ao longo do ano no município do Rio de Janeiro.
- Este calendário visa ser um instrumento pedagógico, proporcionando aprendizagem tanto para os estudantes envolvidos na sua criação quanto para a comunidade em geral.

Janeiro

D	S	T	Q	Q	S	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

Frutas: abacaxi, carambola, coco-verde, figo, fruta-do-conde, laranja-pera, mamão, maracujá, melancia, nectarina.
Legumes e verduras: abóbora, abobrinha, beterraba, cebolinha, pepino, pimentão, quiabo, tomate, couve, salsa, salsão, alface.



Foto: as autoras
11-Dia do combate a Poluição por Agrotóxicos.
16-Dia dos Condutores de Cana-de-Açúcar.
31-Dia do Engenheiro Ambiental.

RESULTADOS

De acordo com a pesquisa realizada, os hortifrutigranjeiros mais disponíveis para comercialização, de acordo com o mês do ano são:

Mês	Frutas	Legumes e Verduras
Janeiro	Abacaxi, Carambola, Coco-verde, Figo, Fruta-do-conde	Abóbora, Abobrinha, Alface, Beterraba, Cebolinha, Couve, Pepino, Pimentão, Quiabo, Salsa, Salsão
Fevereiro	Abacate, Ameixa, Carambola, Figo, Pinha, Goiaba, Jaca, Maçã	Abóbora, Cebolinha, Escarola, Gengibre, Hortelã, Louro, Milho-verde, Pepino, Pimentão, Quiabo
Março	Goiaba, Abacaxi, Ameixa, Banana-maçã, Banana-nanica	Berinjela, Cará, Chuchu, Coentro, Escarola, Jiló, Nabo, Pepino, Quiabo, Repolho, Rúcula, Tomate
Abril	Abacate, Banana-maçã, Caqui, Jaca, Kiwi, Maçã, Pera	Berinjela, Beterraba, Cará, Chuchu, Escarola, Gengibre, Inhame, Repolho
Mai	Abacate, Banana-maçã, Caqui, Kiwi, Jaca, Maçã, Pera	Alho-poro, Almeirão, Batata-doce, Cenoura, Chuchu, Erva-doce, Mandioca, Nabo, Rabanete
Junho	Carambola, Kiwi, Laranja-lima, Mexerica	Agrião, Alho-poro, Almeirão, Batata-doce, Brócolis, Erva-doce, Ervilha, Mandioca, Mandioquinha
Julho	Carambola, Kiwi, Laranja-lima, Tangerina	Agrião, Cenoura, Coentro, Cogumelo, Couve, Ervilha, Milho-verde, Palmito, Pepino, Mostarda
Agosto	Carambola, Laranja-pera, Maçã, Mexerica, Morango	Cenoura, Couve, Couve-flor, Ervilha, Espinafre, Fava, Inhame, Pimentão, Rúcula
Setembro	Banana-nanica, Caju, Jabuticaba, Laranja-lima	Cogumelo, Couve-flor, Ervilha, Escarola, Espinafre, Fava, Inhame, Louro, Orégano, Pimentão, Rabanete
Outubro	Acerola, Banana-prata, Manga, Jabuticaba, Lima	Alcachofra, Aspargo, Berinjela, Caqui, Cebolinha, Coentro, Espinafre, Fava, Hortelã, Pepino, Tomate
Novembro	Coco-verde, Mamão, Melancia, Melão, Pêssego	Aspargo, Berinjela, ha, Cenoura, Endívia, Erva-doce, Espinafre, Maxixe, Nabo, Pepino, Pimentão, Tomate
Dezembro	Ameixa, Cereja, Damasco, Lichia, Manga, Melancia	Beterraba, Cebolinha, Cenoura, Endívia, Erva-doce, Pimentão, Rúcula, Salsa, Salsão, Tomate, Vagem

A pesquisa realizada em um supermercado mostrou que 75% dos entrevistados comprariam o calendário, considerando-o útil para a rotina na cozinha, enquanto 25% não comprariam, acreditando que a informação fornecida não justificaria a compra. Esses resultados indicam uma aceitação majoritária do produto como um facilitador na escolha de alimentos.

OBJETIVO

- Desenvolver um calendário de sazonalidade agrícola como ferramenta educativa para auxiliar na escolha consciente de alimentos, promovendo uma alimentação mais saudável, sustentável e econômica.

METODOLOGIA

- Identificação dos Alimentos em Safra: Pesquisa sobre os alimentos disponíveis na safra em cada mês do ano.
- Pesquisa das Receitas: Seleção de receitas utilizando os alimentos sazonais identificados.
- Criação do Calendário: Design e elaboração do calendário, incluindo as informações coletadas.
- Desenvolvimento do QR Code: Criação de um QR code que direciona às redes sociais do projeto, para acesso a informações adicionais.
- Pesquisa de Viabilidade de Venda: Entrevista com 40 pessoas em um supermercado para avaliar o interesse na compra do calendário.

CONCLUSÃO

O calendário de sazonalidade agrícola pode ser uma ferramenta eficaz na promoção de uma alimentação mais consciente e saudável, ajudando as pessoas a consumirem alimentos mais frescos e com menor uso de pesticidas. Além disso, contribui para a redução do desperdício de alimentos e proporciona uma melhor qualidade de vida, alinhada aos princípios da educação alimentar e nutricional.

REFERÊNCIAS

- SAZONALIDADE DOS PRODUTOS COMERCIALIZADOS NO ETPSP (Seção de Economia e Desenvolvimento da CEAGESP). In: Companhia de Entrepósitos e Armazéns Gerais de São Paulo. Av. Dr. Gastão Vidigal, 194605316-900- Vila Leopoldina - São Paulo-SP. Disponível em : https://ceagesp.gov.br/wp-content/uploads/2015/05/produtos_epoca.pdf. Acesso em: 16/05/2023
- CALENDÁRIO de safras. In: Calendário de safras. [S. l.], 25 maio 2022. Disponível em : <https://www.sodexobeneficios.com.br/qualidade-de-vida/noticias/sodexo-club/calendario-de-safras.htm#ixzz8AZsYzXgy>. Acesso em: 14/08/2023
- SAZONALIDADE. In: Calendário de safras. [S. l.]: Sustentarea, 25 abr. 2019. Disponível em: <https://www.instagram.com/p/CwD7vNk1syw/>. Acesso em: 14/08/2023

DESENVOLVIMENTO DE MATERIAIS EDUCATIVOS PELO PROJETO DE EXTENSÃO GASTRONOMIA NA PROMOÇÃO DA SAÚDE PARA CRIANÇAS COMO FERRAMENTA DE FOMENTO A HÁBITOS ALIMENTARES SAUDÁVEIS

JULIA PIMENTEL GONÇALVES, YASMIN AMADO PIRES, GABRIELLA DE FREITAS SANTIAGO,
MARIA ELIZA ASSIS DOS PASSOS, LETÍCIA FERREIRA TAVARES

Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ)

juliapimentelgon@gmail.com

Introdução: Na educação infantil, o lúdico é uma maneira de oferecer à criança um ambiente de aprendizagem prazeroso, planejado e motivador (Cardoso e Batista, 2021). O projeto de extensão Gastronomia na Promoção da Saúde (GPS) visa promover a educação nutricional por meio do desenvolvimento de habilidades culinárias para diversos públicos, dentre eles crianças. Objetivo: Desenvolver uma pesquisa-ação como método de pesquisa, que requer ação tanto nas áreas da prática quanto da pesquisa (Tripp, 2005). A pesquisa foi desenvolvida em quatro etapas: leitura do Guia Alimentar para a População Brasileira (Brasil, 2014); consulta a materiais educativos e recreativos para a faixa etária; escolha dos materiais educativos e elaboração dos materiais. O planejamento e execução das atividades foram realizados entre abril e junho de 2024 pelos extensionistas do projeto de extensão GPS. Foram realizadas reuniões semanais nas quais os extensionistas foram divididos em grupos para o desenvolvimento inicial das tarefas. Após essa fase de estruturação, todos os grupos se reuniram para discutir e participar das decisões relacionadas às atividades. Os temas abordados foram nas atividades foram: classificação dos alimentos baseada na extensão e propósito do processamento industrial; corantes artificiais e corantes naturais; alimentação saudável. Resultados: Foram elaborados quatro materiais educativos. O primeiro é uma história em quadrinhos. O segundo, uma revista de atividades lúdicas, que reúne diversas brincadeiras como colorir, caça-palavras, receitas e desembaralhar palavras, proporcionando uma forma divertida de aprender sobre alimentação saudável. Para o terceiro material, foi desenvolvido um roteiro para uma peça de teatro com fantoches, com o objetivo de alertar sobre os riscos à saúde do consumo de alimentos ultraprocessados. Por fim, o quarto material é um jogo da memória, criado para ajudar as crianças a classificarem os alimentos de acordo com o grau de processamento industrial. Este jogo educativo promove o aprendizado sobre os diferentes tipos de alimentos e quais são melhores para consumo. Conclusão: Foram desenvolvidas atividades que estimulam a imaginação, a comunicação, o trabalho em equipe e a criatividade em crianças para serem aplicadas presencialmente em escolas. Os materiais serão utilizados em oficinas do GPS como ferramenta de educação nutricional para o público infantil.

Referências

CARDOSO, Maykon Dhonnes de Oliveira; BATISTA, Letícia Alves. Educação infantil: o lúdico no processo de formação do indivíduo e suas especificidades. *Revista Educação Pública*, v. 21, nº 23, 22 de junho de 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. Guia Alimentar para a População Brasileira. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

TRIPP, David. Pesquisa-ação: uma introdução metodológica. *Educação e Pesquisa*. São Paulo, v. 31, n. 3, p. 443-466, set./dez. 2005.

Palavras chaves: Alimentação saudável, material educativo, criança.

Apoio/Fomentos: Bolsa PROFAEX.



16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

Realização: UFRJ
Organização: PR2
Apoio: CRN04, AF010

DESENVOLVIMENTO DE MATERIAIS EDUCATIVOS PELO PROJETO DE EXTENSÃO GASTRONOMIA NA PROMOÇÃO DA SAÚDE PARA CRIANÇAS COMO FERRAMENTA DE FOMENTO A HÁBITOS ALIMENTARES SAUDÁVEIS

Autoras: GONÇALVES, Julia¹; PIRES, Yasmin²; SANTIAGO, Gabriella³
juliapimentelgon@gmail.com

Orientadoras: TAVARES, Letícia; PASSOS, Maria Eliza.

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO

Eixo temático: Educação alimentar e nutricional

INTRODUÇÃO

Introdução: Na educação infantil, o lúdico é uma maneira de oferecer à criança um ambiente de aprendizagem prazeroso, planejado e motivador (Cardoso e Batista, 2021). O projeto de extensão Gastronomia na Promoção da Saúde (GPS) visa promover a educação nutricional por meio do desenvolvimento de habilidades culinárias para diversos públicos, dentre eles crianças.

OBJETIVO

Objetivo: Desenvolver materiais educativos sobre alimentação saudável para o público infantil.

METODOLOGIA

Metodologia: Utilizou-se uma pesquisa-ação como método de pesquisa, que requer ação tanto nas áreas da prática quanto da pesquisa (Tripp, 2005). A pesquisa foi desenvolvida em quatro etapas: leitura do Guia Alimentar para a População Brasileira (Brasil, 2014); consulta a materiais educativos e recreativos para a faixa etária; escolha dos materiais educativos e elaboração dos materiais. O planejamento e execução das atividades foram realizados entre abril e junho de 2024 pelos extensionistas do projeto de extensão GPS. Foram realizadas reuniões semanais nas quais os extensionistas foram divididos em grupos para o desenvolvimento inicial das tarefas. Após essa fase de estruturação, todos os grupos se reuniram para discutir e participar das decisões relacionadas às atividades. Os temas abordados nas atividades foram: classificação dos alimentos baseada na extensão e propósito do processamento industrial; corantes artificiais e corantes naturais; alimentação saudável.

RESULTADO

Conclusão: Foram desenvolvidas atividades que estimulam a imaginação, a comunicação, o trabalho em equipe e a criatividade em crianças para serem aplicadas presencialmente em escolas. Os materiais serão utilizados em oficinas do GPS como ferramenta de educação nutricional para o público infantil.

RESULTADO

Resultados: Foram elaborados quatro materiais educativos. O primeiro é uma história em quadrinhos sobre corantes naturais. Foram utilizados diferentes recursos de aprendizagem e dois vídeos (produzir corantes naturais e receita de biscoito caseiro) que complementam a história em quadrinhos. O segundo, uma revista de atividades lúdicas, que reúne diversas brincadeiras como colorir, caça-palavras, receitas e desembaralhar palavras, proporcionando uma forma divertida de aprender sobre alimentação saudável. Para o terceiro material, foi desenvolvido um roteiro para uma peça de teatro com fantoches, com o objetivo de alertar sobre os riscos à saúde do consumo de alimentos ultraprocessados. Por fim, o quarto material é um jogo da memória, criado para ajudar as crianças a classificarem os alimentos de acordo com o grau de processamento industrial. Este jogo educativo promove o aprendizado sobre os diferentes tipos de alimentos e quais são melhores para consumo.

REFERÊNCIAS

- CARDOSO, Maykon Dhonnes de Oliveira; BATISTA, Letícia Alves. Educação Infantil: o lúdico no processo de formação do indivíduo e suas especificidades. *Revista Educação Pública*, v. 21, nº 23, 22 de junho de 2021.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Guia Alimentar para a População Brasileira. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.
- TRIPP, David. Pesquisa-ação: uma introdução metodológica. *Educação e Pesquisa*. São Paulo, v. 31, n.3, p.443-466, set./dez. 2005.

EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRIÇÃO NA EDUCAÇÃO INFANTIL: UMA FORMA LÚDICA DE PROMOVER SAÚDE

RAYANE CALIXTO MARTINS, MARCELY CORREIA PINTO, LUIZA DE CASTRO BOLDRINI,
MANUELA DE SÁ PEREIRA COLAÇO DIAS

Centro Universitário La Salle Rio de Janeiro (UNILASALLE-RJ)

rayanecalixtomartins08@gmail.com

INTRODUÇÃO: Como projeto final da disciplina “Educação Alimentar e Nutricional”, foi proposto aos estudantes do 4º período de Nutrição do Centro Universitário La Salle Rio de Janeiro (UniLasalle-RJ) o planejamento de uma prática educativa com pré-escolares da Escola La Salle, localizada no município de Niterói - RJ. Essa iniciativa teve como finalidade a promoção de hábitos alimentares saudáveis desde a infância, além de contribuir na formação profissional dos alunos de Nutrição.

OBJETIVO: O objetivo deste trabalho é relatar a experiência da prática educativa realizada na Escola Lasalle em novembro de 2023, a fim de promover conexão com os alimentos de forma lúdica.

METODOLOGIA: Participaram da prática educativa 20 crianças de cinco a seis anos. Utilizando bexigas coloridas e um tapete ilustrado com imagens de legumes, verduras e frutas, criou-se um ambiente interativo e estimulante. Cada cor de bexiga correspondia a uma categoria de alimentos, e as crianças foram desafiadas a colá-las de acordo com as ilustrações do tapete. Em seguida, foram oferecidas uma variedade de frutas, legumes e verduras já cortadas e prontas para consumo. As crianças foram encorajadas a criar desenhos e imagens com esses alimentos e a saboreá-los, estimulando não apenas a criatividade, mas também a apreciação pela diversidade de texturas, cores e sabores.

RESULTADOS: A atividade não apenas proporcionou diversão, mas também permitiu que as crianças associassem as cores aos diferentes grupos alimentares, promovendo uma compreensão sobre a diversidade de alimentos saudáveis disponíveis. No final das dinâmicas, criou-se uma roda de diálogos em que cada um teve a oportunidade de compartilhar seu desenho e expressar sua experiência, o que proporcionou um ambiente de troca e interação entre todos. A conversa aberta e participativa permitiu que essa atividade não apenas fortalecesse os laços entre as crianças, mas também fez uma introdução sobre a importância de escolhas alimentares saudáveis, de forma lúdica. Além disso, favoreceu um ambiente em que eles manifestassem suas conexões emocionais com os alimentos e como se deu o processo de criação.

CONCLUSÃO: Pode-se concluir, então, que a experiência de Educação Alimentar e Nutricional na Escola LaSalle foi bem-sucedida. As atividades lúdicas e as práticas envolveram as crianças de maneira eficaz, promovendo não apenas o conhecimento sobre alimentação saudável, mas também incentivando a expressão individual e a valorização de escolhas conscientes. Este relato destaca a importância de abordagens inovadoras e participativas na promoção da saúde desde a infância, construindo a base para um futuro mais saudável e consciente.

Referências:

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. **Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas**. Brasília-DF, 2012.

DIEZ-GARCIA, Rosa W.; CERVATO-MANCUSO, Ana M. **Mudanças Alimentares e Educação Alimentar e Nutricional**, 2ª edição. São Paulo: Grupo GEN, 2017. E-book. ISBN 9788527732512. Disponível em:

<https://app.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788527732512/>. Acesso em: 19 jun. 2024.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da Autonomia: saberes necessários a prática educativa**. 69ª ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2021.

Palavras-chave: Educação Alimentar e Nutricional; Educação Infantil; Promoção da alimentação adequada e saudável.



16º Encontro
Sabores e Saberes

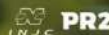
18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

Realização



Organização



Apoio



EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRIÇÃO NA EDUCAÇÃO INFANTIL: UMA FORMA LÚDICA DE PROMOVER SAÚDE

RAYANE CALIXTO MARTINS, MARCELY CORREIA PINTO, LUIZA DE CASTRO BOLDRINI, MANUELA DE SÁ PEREIRA COLAÇO DIAS

rayanecalixtomartins08@gmail.com

UNILASALLE-RJ

Educação Alimentar e Nutricional

INTRODUÇÃO: Como projeto final da disciplina “Educação Alimentar e Nutricional”, foi proposto aos estudantes do 4º período de Nutrição do Centro Universitário La Salle Rio de Janeiro (UniLasalle-RJ) o planejamento de uma prática educativa com pré-escolares da Escola La Salle, localizada no município de Niterói - RJ. Essa iniciativa teve como finalidade a promoção de hábitos alimentares saudáveis desde a infância, além de contribuir na formação profissional dos alunos de Nutrição.

OBJETIVO: O objetivo deste trabalho é relatar a experiência da prática educativa realizada na Escola Lasalle em novembro de 2023, a fim de promover conexão com os alimentos de forma lúdica.

METODOLOGIA: Participaram da prática educativa 20 crianças de cinco a seis anos. Utilizando bexigas coloridas e um tapete ilustrado com imagens de legumes, verduras e frutas, criou-se um ambiente interativo e estimulante. Cada cor de bexiga correspondia a uma categoria de alimentos, e as crianças foram desafiadas a associá-las às ilustrações no tapete. Em seguida, foram oferecidas frutas, legumes e verduras cortadas e prontas para consumo para que as crianças criassem desenhos e os saboreassem, estimulando sua criatividade e a apreciação pela diversidade de texturas, cores e sabores.

RESULTADOS: A atividade, além de divertida, ajudou as crianças a associar cores a diferentes grupos alimentares promovendo a compreensão da diversidade de alimentos saudáveis. No final das dinâmicas, criou-se uma roda de diálogos em que cada um teve a oportunidade de compartilhar seu desenho e expressar sua experiência, o que proporcionou um ambiente de troca e interação entre todos. Essa conversa participativa não só fortaleceu os laços, mas também introduziu, de forma lúdica, a importância de escolhas alimentares saudáveis, permitindo que as crianças expressassem suas conexões emocionais com os alimentos e o processo de criação.

CONCLUSÃO: Pode-se concluir que a experiência de Educação Alimentar e Nutricional na Escola LaSalle foi bem-sucedida. As atividades lúdicas envolveram as crianças de maneira eficaz, promovendo o conhecimento sobre alimentação saudável e incentivando a expressão individual e a valorização de escolhas conscientes. Este relato destaca a importância de abordagens inovadoras e participativas na promoção da saúde desde a infância, construindo a base para um futuro mais saudável.

REFERÊNCIAS:

- BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. **Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas**. Brasília-DF, 2012.
- DIEZ-GARCIA, Rosa W.; CERVATO-MANCUSO, Ana M. **Mudanças Alimentares e Educação Alimentar e Nutricional**, 2ª edição. São Paulo: Grupo GEN, 2017. E-book. ISBN 9788527732512. Disponível em: <https://app.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788527732512/>. Acesso em: 19 jun. 2024.
- FREIRE, Paulo. **Pedagogia da Autonomia: saberes necessários a prática educativa**. 69ª ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2021.



ELABORAÇÃO DE MATERIAL DIDÁTICO CONTENDO PRÁTICAS EDUCATIVAS SOBRE SUSTENTABILIDADE EM UNIDADES DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO: CONTRIBUIÇÕES DO PROJETO DE PRODOCÊNCIA.

BEATRIZ SOUZA FLORENÇO; PEDRO EICHHORN COELHO; JOÃO GABRIEL DO CARMO FRAGOSO; SILVIA OLIVEIRA SANTANA; MARIAH VICTÓRIA DE SENA SILVA; RAFAELA KAREN FABRI; YASMIM ARAUJO DE SOUZA

UNIVERSIDADE DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO (UERJ)

rafaela.kfabri@gmail.com

Introdução: O educador tem como papel possibilitar a construção do conhecimento não de uma forma impositiva, mas promovendo autonomia. Nesse sentido ferramentas como práticas educativas atuam como facilitadores da concepção do conhecimento, sendo capazes de alcançar um público amplo e diversificado. **Objetivo:** desenvolver material didático contendo práticas educativas sobre a temática sustentabilidade. **Método:** o projeto Práticas de sustentabilidade na produção de refeições em Unidade de Alimentação e Nutrição têm, dentre suas ações prioritárias, a articulação da prática com o ensino em alimentação coletiva, a partir da integração de estudantes e disciplinas. Dessa forma, alunos do internato em alimentação coletiva e bolsistas do projeto, a partir do estudo de 3 instrumentos de diagnósticos de sustentabilidade existentes na literatura e trabalhados na disciplina de alimentação coletiva, adaptaram e criaram um único e mais amplo instrumento no Google forms. Esse instrumento foi aplicado pelos alunos do internato para diagnóstico situacional em relação às práticas de sustentabilidade adotadas em uma UAN. O resultado do foi apresentado pelos bolsistas do projeto e alunos do internato aos alunos da disciplina de Alimentação Coletiva. A partir disso, os alunos, divididos em grupos, escolheram uma situação problema e desenvolveram práticas educativas para contribuir com a melhoria do mesmo. Junto a atividade os alunos entregaram um roteiro explicando a prática. As atividades elaboradas foram expostas para toda a turma e professoras em horário de aula, com a participação dos bolsistas do projeto. Para desenvolvimento do material didático foi realizada uma seleção das práticas educativas apresentadas em sala de aula, com os seguintes critérios de exclusão: apresentar material online e/ou materiais físicos ou roteiro incompletos. Essa prática vem sendo realizada e atualizada desde o segundo semestre de 2023. **Resultado:** Das 15 práticas educativas apresentadas em sala de aula até o momento foram selecionados 6 para a elaboração do material educativo, as temáticas escolhidas foram o racionamento de água (Quiz e jogo de tabuleiro), transgênicos (Jogo de tabuleiro Transgêni Quiz), Desperdício (jogo de tabuleiro), Gerenciamento de resíduos sólidos (Jogo de tabuleiro). O público alvo escolhido para as práticas educativas foram: Nutricionistas, funcionários da UAN e usuários da unidade de alimentação e nutrição. Duas ações foram selecionadas e pelas alunas do internato para serem aplicadas na unidade e o material didático será entregue aos nutricionistas da unidade. **Conclusão:** A partir da experiência do projeto foi possível inserir novas dinâmicas nas disciplinas da área de alimentação coletiva, favorecendo a troca de saberes entre os estudantes e o aprendizado a partir da realidade. Destaca-se a importância do material desenvolvido para propiciar o desenvolvimento de práticas educativas sobre sustentabilidade na produção de refeições.

Referências

COLARES, LG; TAVARES et al. Lista de verificação de boas práticas ambientais para serviços de alimentação: elaboração, validação de conteúdo e confiabilidade interavaliadores. Brazilian Journal of Food Technology [online]. 2018, v. 21

TASCA, CGO; MARTINELLI, SS ; CAVALLI, SB. Sustainability practices in public institutional restaurants: definition of criteria using the Delphi technique. Journal of Foodservice Business Research, v. 1, p. 1-18, 2022.

TASCA, C.G. Instrumento avaliativo para práticas de sustentabilidade ambiental, social e econômica em unidades de alimentação e nutrição institucionais. 2020

Palavras chaves: Práticas educativas, Sustentabilidade e Alimentação Coletiva.

Apoio/Fomentos: Universidade do Estado do Rio de Janeiro - financiamento do projeto, modalidade de produção.





16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis



ELABORAÇÃO DE MATERIAL DIDÁTICO CONTENDO PRÁTICAS EDUCATIVAS SOBRE SUSTENTABILIDADE EM UNIDADES DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO: CONTRIBUIÇÕES DO PROJETO DE PRODOCÊNCIA

FLORENÇO, Beatriz¹; COELHO, Pedro¹; FRAGOSO, João Gabriel¹; SANTANA, Silvia¹; SILVA, Mariah¹; SOUZA, Yasmin¹; FABRI, Rafaela¹
EMAIL: RAFAELA.KFABRI@GMAIL.COM
UNIVERSIDADE DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO (UERJ) ¹
Educação Alimentar e Nutricional

INTRODUÇÃO

O educador tem como papel possibilitar a construção do conhecimento promovendo autonomia, e não de uma forma impositiva. Nesse sentido, ferramentas como práticas educativas, atuam como facilitadores da concepção do conhecimento, sendo capazes de alcançar um público amplo e diversificado.

OBJETIVO

Desenvolver material didático contendo práticas educativas sobre a temática sustentabilidade.

MÉTODO

O material didático foi desenvolvido a partir da vivência do projeto: Práticas de sustentabilidade na produção de refeições em Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN), que prevê a articulação entre os alunos de diferentes disciplinas da área de alimentação coletiva e bolsistas do projeto. Dessa forma, os estudantes elaboraram no Google Forms um instrumento tipo *checklist*, utilizando como base 3 instrumentos existentes na literatura. Esse instrumento foi aplicado pelos alunos do internato, para diagnóstico situacional em relação às práticas de sustentabilidade adotadas em uma UAN. O resultado foi apresentado pelos bolsistas do projeto e alunos do internato aos alunos da disciplina de Alimentação Coletiva, que escolheram uma situação-problema e desenvolveram práticas educativas, visando contribuir para minimizar o problema escolhido. As atividades elaboradas foram expostas para a turma e professoras em horário de aula, com a participação dos bolsistas do projeto. Para desenvolvimento do material didático, foi realizada uma seleção das práticas educativas apresentadas, com os seguintes critérios de exclusão: apresentar somente material online e/ou materiais físicos ou roteiro incompletos. Essa prática vem sendo realizada e atualizada desde o segundo semestre de 2023.

RESULTADOS

Das 15 práticas educativas apresentadas em sala de aula, até o momento, foram selecionadas 6 para a elaboração do material educativo, as temáticas escolhidas foram: o racionamento de água (Quiz e jogo de tabuleiro), transgênicos (Jogo de tabuleiro Transgêni Quiz), Desperdício (jogo de tabuleiro), Gerenciamento de resíduos sólidos (Jogo de tabuleiro). Duas ações foram selecionadas e pelas alunas do internato para serem aplicadas na unidade e o material didático será entregue aos nutricionistas da unidade. O público alvo foi: nutricionistas, funcionários e usuários da unidade de alimentação e nutrição. Duas ações foram selecionadas pelas alunas do internato para serem aplicadas na UAN e o material didático será entregue aos nutricionistas da unidade.



CONCLUSÃO

Foi possível inserir novas dinâmicas nas disciplinas da área de alimentação coletiva, favorecendo a troca de saberes entre os estudantes e o aprendizado a partir da realidade. Destaca-se a importância do material desenvolvido para propiciar o desenvolvimento de práticas educativas sobre sustentabilidade na produção de refeições.

REFERÊNCIAS

COLARES, LG; TAVARES et al. Lista de verificação de boas práticas ambientais para serviços de alimentação: elaboração, validação de conteúdo e confiabilidade interavaliadores. *Brazilian Journal of Food Technology* [online]. 2018, v. 21.
TASCA, CGO; MARTINELLI, SS; CAVALLI, SB. Sustainability practices in public institutional restaurants: definition of criteria using the Delphi technique. *Journal of Foodservice Business Research*, v. 1, p. 1-18, 2022.
TASCA, C.G. Instrumento avaliativo para práticas de sustentabilidade ambiental, social e econômica em unidades de alimentação e nutrição institucionais. *Plataforma Sucupira*, 2020.
TASCA, CGO; MARTINELLI, SS; CAVALLI, SB. Sustainability practices in public institutional restaurants: definition of criteria using the Delphi technique. *Journal of Foodservice Business Research*, v. 1, p. 1-18, 2022.
APOIO/FOMENTOS: UNIVERSIDADE DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO - FINANCIAMENTO DO PROJETO, MODALIDADE DE PRODOCÊNCIA.

ELABORAÇÃO DE UM GUIA EDUCATIVO PARA NUTRICIONISTAS SOBRE O USO DO INSTAGRAM COMO MEIO DE PROMOÇÃO DE EDUCAÇÃO NUTRICIONAL EM SAÚDE DA MULHER E ALIMENTOS FUNCIONAIS

LETICIA MANACORDA DA COSTA, THALITA VICENTE BRANDÃO, ANA LUISA TEIXEIRA MOITA, MANUELLA ABREU DA COSTA, JENNIFER CALAZANS DA CONCEIÇÃO, AMANDA DUARTE CAMPOS SOUZA, RAYANE SILVA DA CONCEIÇÃO, RAMON ALMEIDA RAMOS, RENATA FRAUCHES, MANUELA DOLINSKY

Universidade Federal Fluminense (UFF)

lmanacordac@gmail.com

Introdução

O *Instagram* é uma plataforma amplamente utilizada na atualidade, principalmente quando se refere a inspirações acerca de alimentação e rotina saudáveis. Tendo isso em vista e considerando o estabelecido por HUANG e colaboradores, de que a educação em saúde é qualquer combinação de experiências de aprendizagem destinadas a fomentar mudanças comportamentais e tomadas de decisões relacionadas à saúde, é essencial realizar educação alimentar e nutricional, por meio da propagação de informações científicas confiáveis em redes sociais, adaptadas a uma linguagem acessível (HUANG *et al.*, 2023). No que tange a saúde da mulher, isso se refere a conteúdos relacionados às especificidades deste público, visando o consumo de alimentos funcionais em todas as fases da vida, como adolescência e menopausa, e a melhora de sintomas de doenças relacionadas à saúde reprodutiva, como a síndrome dos ovários policísticos e a endometriose, bem como de doenças crônicas não transmissíveis, cultivando assim o bem-estar e a qualidade de vida do público-alvo (CIEBIERA *et al.* 2021; HENDERSON & GOW, 2023).

Objetivo

Desenvolver um guia educativo para nutricionistas que auxilie na confecção de postagens para a plataforma *Instagram*, baseadas em evidências científicas, a fim de promover práticas alimentares saudáveis aliadas aos alimentos funcionais e à saúde da mulher.

Metodologia

Realizou-se uma busca bibliográfica em plataformas como Pubmed, Scielo, LILACS e Google Acadêmico acerca do *marketing* digital e da importância da propagação de evidências científicas sobre alimentação e nutrição nas mídias sociais, utilizando as palavras-chave "*marketing digital*", "*instagram*" e "escolhas alimentares". O guia foi estruturado correlacionando os achados da literatura científica com a sua utilização para fomentar o trabalho do nutricionista em saúde da mulher e alimentos funcionais e na educação alimentar e nutricional, tendo sido elaborado na plataforma canva.

Resultados

O guia educativo para nutricionistas foi constituído por 5 capítulos, sendo eles: a importância de disseminar informações confiáveis e de qualidade, fundamentos do *marketing* digital para nutricionistas, criando conteúdo educativo e, por fim, avaliando e ajustando a estratégia.

Conclusão/Considerações finais

Englobando informações sobre publicidade e evidências científicas, o Guia Educativo para nutricionistas nas áreas de alimentos funcionais e saúde da mulher torna-se uma ferramenta poderosa. Ele impulsiona a educação nutricional e a sustentabilidade alimentar dos consumidores de conteúdo no *Instagram*, devido a aquisição de informações verídicas

divulgadas pelos nutricionistas. Nesse sentido, é de extrema importância que o profissional pertencente a área da nutrição divulgue seu conhecimento embasado, para que o conteúdo circule e a transformação ocorra.

Referências

CIEBIERA, M. et al. Nutrition in Gynecological Diseases: Current Perspectives. **Nutrients**, v 23, n 4, p 1178, 2021. Disponível em: < <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8065992/> > Acesso em: 15/06/2024.

HUANG, Y. et al. Additional health education and nutrition management cause more weight loss than concurrent training in overweight young females. **Complementary Therapies in Clinical Practice**, v 51, p 101721, 2023.

HENDERSON, M.; GOW, M.L. A scoping review of health promotion interventions delivered via social media to women of reproductive age. **Public Health Nutrition**, v 26, n 12, p 3173–89, 2023.

Palavras chaves: mídias sociais; saúde da mulher; educação em saúde





16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

Realização



Organização



Apoio



ELABORAÇÃO DE UM GUIA EDUCATIVO PARA NUTRICIONISTAS SOBRE O USO DO INSTAGRAM COMO MEIO DE PROMOÇÃO DE EDUCAÇÃO NUTRICIONAL EM SAÚDE DA MULHER E ALIMENTOS FUNCIONAIS

DA COSTA, Leticia; BRANDÃO, Thalita; MOITA, Ana Luisa; DA COSTA, Manuella; DA CONCEIÇÃO, Jennifer; SOUZA, Amanda; DA CONCEIÇÃO, Rayane; RAMOS, Ramon; MEDEIROS, Renata; DOLINSKY, Manuela

UNIVERSIDADE FEDERAL FLUMINENSE
Educação Alimentar e Nutricional

INTRODUÇÃO

O *instagram* é uma plataforma amplamente utilizada na atualidade, principalmente quando se refere a inspirações acerca de alimentação e rotina saudáveis. Tendo isso em vista e considerando o estabelecido por HUANG e colaboradores, de que a educação em saúde é qualquer combinação de experiências de aprendizagem destinadas a fomentar mudanças comportamentais e tomadas de decisões relacionadas à saúde, é essencial realizar educação alimentar e nutricional, por meio da propagação de informações científicas confiáveis em redes sociais, adaptadas a uma linguagem acessível (HUANG *et al.*, 2023). No que tange a saúde da mulher, isso se refere a conteúdos relacionados às especificidades deste público, visando o consumo de alimentos funcionais em todas as fases da vida, como adolescência e menopausa, e a melhora de sintomas de doenças relacionadas à saúde reprodutiva, como a síndrome dos ovários policísticos e a endometriose, bem como de doenças crônicas não transmissíveis, cultivando assim o bem-estar e a qualidade de vida do público-alvo (CIEBIERA *et al.* 2021; HENDERSON & GOW, 2023).

OBJETIVO

Desenvolver um guia educativo para nutricionistas que auxilie na confecção de postagens para a plataforma *Instagram*, baseadas em evidências científicas, a fim de promover práticas alimentares saudáveis aliadas aos alimentos funcionais e à saúde da mulher.

METODOLOGIA

Realizou-se uma busca bibliográfica em plataformas como Pubmed, Scielo, LILACS e Google Acadêmico acerca do *marketing* digital e da importância da propagação de evidências científicas sobre alimentação e nutrição nas mídias sociais, utilizando as palavras chave "*marketing digital*", "*instagram*" e "escolhas alimentares". O guia foi estruturado correlacionando os achados da literatura científica com a sua utilização para fomentar o trabalho do nutricionista em saúde da mulher e alimentos funcionais e na educação alimentar e nutricional, tendo sido elaborado na plataforma canva.

RESULTADOS

O guia educativo para nutricionistas foi constituído por 5 capítulos, sendo eles: a importância de disseminar informações confiáveis e de qualidade, fundamentos do marketing digital para nutricionistas, criando conteúdo educativo e, por fim, avaliando e ajustando a estratégia.

CONCLUSÃO

Englobando informações sobre publicidade e evidências científicas, o Guia Educativo para nutricionistas nas áreas de alimentos funcionais e saúde da mulher torna-se uma ferramenta poderosa. Ele impulsiona a educação nutricional e a sustentabilidade alimentar dos consumidores de conteúdo no *Instagram*, devido a aquisição de informações verídicas divulgadas pelos nutricionistas. Nesse sentido, é de extrema importância que o profissional pertencente a área da nutrição divulgue seu conhecimento embasado, para que o conteúdo circule e a transformação ocorra.

REFERÊNCIAS

- CIEBIERA, M. et al. Nutrition in Gynecological Diseases: Current Perspectives. *Nutrients*, v 23, n 4, p 1178, 2021. Disponível em: < <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8065992/> > Acesso em: 15/06/2024.
- HUANG, Y. et al. Additional health education and nutrition management cause more weight loss than concurrent training in overweight young females. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, v 51, p 101721, 2023.
- HENDERSON, M.; GOW, M.L. A scoping review of health promotion interventions delivered via social media to women of reproductive age. *Public Health Nutrition*, v 26, n 12, p 3173–89, 2023.

ENVOLVIMENTO DE SABERES: UM ENCONTRO ENTRE O ENSINO EM NUTRIÇÃO COM O CUIDADO À TERRA QUILOMBOLA

RAQUEL DE ALBUQUERQUE TIRADENTES FERREIRA, NICOLAS ANDERSON DA SILVA FRANCO, DANIEL ALVES DE OLIVEIRA, LEONÍDIA INSFRAN DE OLIVEIRA CARVALHO, ROZICLEA ESTEVÃO DO NASCIMENTO

Faculdade Bezerra de Araújo (FABA)

nutriraquel@icloud.com

Introdução/Contextualização: No exercício prático da horizontalidade de saberes para a composição do currículo acadêmico e a partir de um Projeto de Extensão, em curso, docentes e discentes (FABA) estenderam sua escuta até descendentes de povos quilombolas, na Zona Oeste do Rio de Janeiro. O Quilombo Dona Bilina é uma comunidade de origem camponesa e constituída por muitos lavradores pobres, agregados e libertos no território em que habitam. Os encontros se estabeleceram em torno de temáticas que abordassem o uso da terra e o cultivo de alimentos de forma sustentável.

Objetivo: Atravessar os saberes agrícolas quilombolas com a ciência da nutrição para a composição da ementa da disciplina de Educação Alimentar e Nutricional, de um curso de graduação em nutrição na Zona Oeste do Rio de Janeiro.

Metodologia: A partir dos encontros realizados pelo Projeto de Extensão da FABA junto ao Quilombo Dona Bilina, às sextas-feiras, nossa disciplina promoveu visitas ao território para o melhor conhecimento das práticas de convívio de quilombolas e suas técnicas de trato com a terra para o cultivo de alimentos. Nesse espaço, há uma horta comunitária, que tem recuperado os saberes tradicionais no plantio de espécies comestíveis e medicinais, onde mulheres e homens são convocados para os mutirões necessários para sua manutenção e crescimento. Os encontros se estabelecem sob o formato de roda para a garantia da horizontalidade do saber e durante as reuniões são partilhadas temáticas sobre alimentação saudável e adequada, no contexto de Segurança Alimentar e Nutricional (SAN). Ao longo dos encontros foram desenvolvidas oficinas de culinária, experiências sensoriais, conversas sobre o cultivo de alimentos e desenvolvimento de preparações culinárias. De forma qualitativa, as falas foram analisadas e sistematizadas para a interpretação e futuros desdobramentos tanto para a disciplina quanto para o Projeto de Extensão.

Resultados: A vivência dos alunos na comunidade quilombola já ressignificou o seu entendimento sobre alguns tópicos na temática da SAN. Há a identificação e o reconhecimento desta comunidade por seus saberes e a descoberta de outros alimentos que podem compor a alimentação para a complementação de outros viventes pelo território, como: o uso de Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC's), alimentos típicos da mata atlântica, temperos e condimentos naturais e outros alimentos que compõem a base da alimentação. Outro importante fator é a prática de convívio, no que diz respeito ao compartilhamento de alimentos, pois revela uma rede de apoio e subsistência que supera as fragilidades das políticas públicas.

Conclusão/Considerações Finais: O exercício de atravessamento de saberes acadêmicos e quilombolas dá indicativos de que é possível investir na formação do aluno e no beneficiamento de povos ancestrais pela prática da horizontalidade. Contudo, é necessária uma maior implicação do currículo acadêmico para uma mudança global dos processos de ensino-aprendizagem.

Referências:

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. **Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas**. Brasília: MDS; 2012 [acesso 2013 jun 5]. Disponível em: http://www.ideiasnamesa.unb.br/files/marco_EAN_visualizacao.pdf>

QUILOMBO DONA BILINA. **Passos de Um Museu Andado**. Cartografia Participativa. 28p. 2022.

SANTOS, Antônio Bispo. **A terra dá, a terra quer**. Ubu Editora. 112p. São Paulo. 2023.

Palavras chaves: comunidades quilombolas; segurança alimentar; educação nutricional; horizontalidade.

Apoio/Fomentos: Faculdade Bezerra de Araújo





16º Encontro
Sabores e Saberes

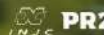
18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

Realização



Organização



Apoio



ENVOLVIMENTO DE SABERES: UM ENCONTRO ENTRE O ENSINO EM NUTRIÇÃO COM O CUIDADO À TERRA QUILOMBOLA

FRANCO, Nicolas¹; FERREIRA, Raquel¹; NASCIMENTO, Roziclea¹; OLIVEIRA, Daniel¹; CARVALHO, Leonídia²;

FACULDADE BEZERRA DE ARAÚJO ¹; QUILOMBO DONA BILINA²

Educação Alimentar e Nutricional

Introdução/Contextualização

No exercício prático da horizontalidade de saberes para a composição do currículo acadêmico e a partir de um Projeto de Extensão, em curso, docentes e discentes (FABA) estenderam sua escuta até descendentes de povos quilombolas, na Zona Oeste do Rio de Janeiro. O Quilombo Dona Bilina é uma comunidade de origem camponesa e constituída por muitos lavradores pobres, agregados e libertos no território em que habitam. Os encontros se estabeleceram em torno de temáticas que abordassem o uso da terra e o cultivo de alimentos de forma sustentável.



Objetivo

Atravessar os saberes agrícolas quilombolas com a ciência da nutrição para a composição da ementa da disciplina de Educação Alimentar e Nutricional, de um curso de graduação em nutrição na Zona Oeste do Rio de Janeiro.

Metodologia

A partir dos encontros realizados pelo Projeto de Extensão da FABA junto ao Quilombo Dona Bilina, às sextas-feiras, nossa disciplina promoveu visitas ao território para o melhor conhecimento das práticas de convívio de quilombolas e suas técnicas de trato com a terra para o cultivo de alimentos. Nesse espaço, há uma horta comunitária, que tem recuperado os saberes tradicionais no plantio de espécies comestíveis e medicinais, onde mulheres e homens são convocados para os mutirões necessários para sua manutenção e crescimento. Os encontros se estabelecem sob o formato de roda para a garantia da horizontalidade do saber e durante as reuniões são compartilhadas temáticas sobre alimentação saudável e adequada, no contexto de Segurança Alimentar e Nutricional (SAN). Ao longo dos encontros foram desenvolvidas oficinas de culinária, experiências sensoriais, conversas sobre o cultivo de alimentos e desenvolvimento de preparações culinárias. De forma qualitativa, as falas foram analisadas e sistematizadas para a interpretação e futuros desdobramentos tanto para a disciplina quanto para o Projeto de Extensão.

Resultados

A vivência dos alunos na comunidade quilombola já ressignificou o seu entendimento sobre alguns tópicos na temática da SAN. Há a identificação e o reconhecimento desta comunidade por seus saberes e a descoberta de outros alimentos que podem compor a alimentação para a complementação de outros viventes pelo território, como: o uso de Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC's), alimentos típicos da mata atlântica, temperos e condimentos naturais e outros alimentos que compõem a base da alimentação. Outro importante fator é a prática de convívio, no que diz respeito ao compartilhamento de alimentos, pois revela uma rede de apoio e subsistência que supera as fragilidades das políticas públicas.



Conclusão/Considerações Finais

O exercício de atravessamento de saberes acadêmicos e quilombolas dá indicativos de que é possível investir na formação do aluno e no beneficiamento de povos ancestrais pela prática da horizontalidade. Contudo, é necessária uma maior implicação do currículo acadêmico para uma mudança global dos processos de ensino-aprendizagem.



Referências

- BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. **Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas**. Brasília: MDS; 2012 [acesso 2013 jun 5]. Disponível em: http://www.ideiasnamesa.unb.br/files/marco_EAN_visualizacao.pdf
- QUILOMBO DONA BILINA. **Passos de Um Museu Andado**. Cartografia Participativa. 28p. 2022.
- SANTOS, Antônio Bispo. **A terra dá, a terra quer**. Ubu Editora. 112p. São Paulo. 2023.

Palavras chaves: comunidades quilombolas; segurança alimentar; educação nutricional; horizontalidade.

Apoio/Fomentos: Faculdade Bezerra De Araújo (FABA)

FATORES QUE INFLUENCIAM O COMPORTAMENTO ALIMENTAR DE CRIANÇAS EM IDADE PRÉ-ESCOLAR

GABRIELA TIEPPO FRANCIO

Universidade de Caxias do Sul (UCS)

gabi.francio@gmail.com

INTRODUÇÃO: Desenvolvimento sustentável é aquele que atende às necessidades da geração atual sem comprometer as futuras. Em 2015, a ONU propôs um plano global com 17 objetivos visando alcançar o desenvolvimento sustentável até 2030. Entre os objetivos, destaca-se o número 3: assegurar uma vida saudável e promover o bem-estar para todos. A alimentação, fundamental para a saúde, pode contribuir para doenças crônicas, líderes em mortalidade global, que poderiam ser evitadas com maior cuidado. A conscientização sobre uma alimentação saudável começa na infância, porém, quais são os fatores que influenciam o comportamento alimentar das crianças?

OBJETIVO: Identificar quais são os fatores que influenciam o comportamento alimentar em crianças em idade pré-escolar.

METODOLOGIA: Pesquisa quantitativa realizada através de questionário respondido por responsáveis pela alimentação de crianças - como pais e avós. As questões abordavam analisar a sugestão do sabor como influência para o desenvolvimento do comportamento alimentar infantil, avaliar como sensações pós ingestão de determinadas alimentos influenciam a escolha dos alimentos e identificar se o momento da refeição familiar e o comportamento dos pais influencia o comportamento alimentar dos filhos.

RESULTADOS: Foram obtidas 63 respostas, nas quais os dados mostram que, embora os participantes afirmem oferecer uma alimentação parcialmente variada aos seus filhos, 84,8% gostariam que as crianças experimentassem mais frutas e verduras e reduzissem o consumo de guloseimas. Observou-se que 66,1% das refeições ocorrem em casa na presença dos pais, mas 46,8% são realizadas com distrações como tablets e televisão. A maioria dos pais relatou que as crianças experimentam novos alimentos após insistência e variações no preparo, mas se a criança não gostar, essa exposição é repetida apenas de 1 a 5 vezes (66,1%) – porém autores como Plinner e Lowen (1997) sugerem que são necessárias 12 a 15 exposições para aumentar a aceitação. Embora 75,8% dos participantes acreditem que a criança sabe identificar se está saciada, e 67,2% das mães não insistam para que a criança termine o prato, 46,6% usam frases como "só mais 3 colheradas", o que, segundo Birch e Fisher (1997), prejudica o desenvolvimento do autocontrole infantil. De acordo com os resultados obtidos na pesquisa, os principais fatores que influenciam o desenvolvimento alimentar infantil são o exemplo dos pais e familiares (56,5%) e a palatabilidade do alimento (30,6%).

CONCLUSÃO: A análise das informações obtidas através da pesquisa quantitativa sugere que o sabor do alimento e as sensações pós-ingestão são influências importantes, mas o momento da refeição familiar e o comportamento dos pais são ainda mais relevantes. Portanto, cabe aos pais prestar mais atenção na educação alimentar dos filhos, oferecendo alimentos de todos os grupos, repetindo exposições com diferentes preparações, usando frases de encorajamento e respeitando a saciedade da criança para promover uma vida longa e saudável.

Referências

BIRCH, LL; FISHER JA. **The role of experience in the development of children's eating behavior.** 2ª ed. Washington: APA; 1997.

CAPALDI E. **Why we eat what we eat: the psychology of eating.** 2ª ed. Washington: APA; 1997.

PLINNER, P; LOEWEN R. **Temperament and food neophobia in children and their mothers.** Appetite, 1997.

Palavras chaves: Introdução alimentar; comportamento alimentar; alimentação infantil

Apoio/Fomentos: -



16º Encontro
Sabores e Saberes

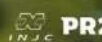
18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

Realização



Organização



Apoio



FATORES QUE INFLUENCIAM O COMPORTAMENTO ALIMENTAR DE CRIANÇAS EM IDADE PRÉ-ESCOLAR

FRANCIO, Gabriela Tieppo¹

UNIVERSIDADE DE CAXIAS DO SUL¹

gabi.francio@gmail.com

Segurança alimentar e nutricional

INTRODUÇÃO

Desenvolvimento sustentável é aquele que atende às necessidades da geração atual sem comprometer as futuras. Em 2015, a ONU propôs um plano global com 17 objetivos visando alcançar o desenvolvimento sustentável até 2030. Entre os objetivos, destaca-se o número 3: assegurar uma vida saudável e promover o bem-estar para todos. A alimentação, fundamental para a saúde, pode contribuir para doenças crônicas, líderes em mortalidade global, que poderiam ser evitadas com maior cuidado. A conscientização sobre uma alimentação saudável começa na infância, porém, quais são os fatores que influenciam o comportamento alimentar das crianças?

OBJETIVO

Identificar quais são os fatores que influenciam o comportamento alimentar em crianças em idade pré-escolar.

METODOLOGIA

Pesquisa quantitativa realizada através de questionário respondido por 62 responsáveis pela alimentação de crianças - como pais e avós. As questões abordavam analisar a sugestão do sabor como influência para o desenvolvimento do comportamento alimentar infantil, avaliar como sensações pós ingestão de determinadas alimentos influenciam a escolha dos alimentos e identificar se o momento da refeição familiar e o comportamento dos pais influencia o comportamento alimentar dos filhos.

RESULTADOS

As respostas obtidas mostram que, embora os participantes afirmem oferecer uma alimentação parcialmente variada aos seus filhos, 84,8% gostariam que as crianças experimentassem mais frutas e verduras e reduzissem o consumo de guloseimas. Observou-se que 66,1% das refeições ocorrem em casa na presença dos pais, mas 46,8% são realizadas com distrações como tablets e televisão. A maioria dos pais relatou que as crianças experimentam novos

alimentos após insistência e variações no preparo, mas se a criança não gostar, essa exposição é repetida apenas de 1 a 5 vezes (figura 01) – porém autores como Plinner e Lowen (1997) sugerem que são necessárias 12 a 15 exposições para aumentar a aceitação. Embora 75,8% dos participantes acreditem que a criança sabe identificar se está saciada, e 67,2% das mães não insistam para que a criança termine o prato, 46,6% usam frases como "só mais 3 colheradas", o que, segundo Birch e Fisher (1997), prejudica o desenvolvimento do autocontrole infantil.

Quantas vezes você tenta fazer com que a criança experimente o mesmo alimento?

62 respostas

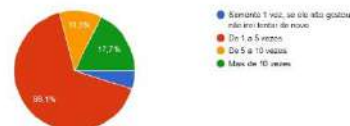


Figura 01 – Elaborada pela autora

CONCLUSÃO

A análise das informações obtidas através da pesquisa quantitativa sugere que o sabor do alimento e as sensações pós-ingestão são influências importantes, mas o momento da refeição familiar e o comportamento dos pais são ainda mais relevantes. Portanto, cabe aos pais prestar mais atenção na educação alimentar dos filhos, oferecendo alimentos de todos os grupos, repetindo exposições com diferentes preparações, usando frases de encorajamento e respeitando a saciedade da criança para promover uma vida longa e saudável.

REFERÊNCIAS

- BIRCH, LL; FISHER JA. **The role of experience in the development of children's eating behavior.** 2ª ed. Washington: APA; 1997.
- CAPALDI, E. **Why we eat what we eat: the psychology of eating.** 2ª ed. Washington: APA; 1997.
- PLINNER, P; LOEWEN R. **Temperament and food neophobia in children and their mothers.** *Appetite*, 1997.

O INSTAGRAM COMO FERRAMENTA DE PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO ADEQUADA E SAUDÁVEL E ESCOLHAS ALIMENTARES BASEADAS EM ALIMENTOS FUNCIONAIS

ANA LUISA TEIXEIRA MOITA, LETICIA MANACORDA DA COSTA, MANUELLA ABREU DA COSTA, THALITA VICENTE BRANDÃO, JENNIFER CALAZANS DA CONCEIÇÃO, AMANDA DUARTE CAMPOS SOUZA, RAYANE SILVA DA CONCEIÇÃO, RAMON ALMEIDA RAMOS, RENATA FRAUCHES, MANUELA DOLINSKY
Universidade Federal Fluminense (UFF)

anamoita@id.uff.br

Introdução

A plataforma *Instagram* é um meio de comunicação que requer cautela ao divulgar/consumir conteúdos de alimentação e nutrição, devido ao seu impacto sobre comportamentos e escolhas alimentares, na saúde mental e auto imagem corporal (CAVALCANTE & MESQUITA, 2021). Ao longo dos anos o consumo de conteúdos sobre rotina, alimentação e inspiração *fitness* vem crescendo e os produtores de conteúdo têm ganhado destaque utilizando de sua credibilidade para divulgar e induzir a aquisição de produtos relacionados à nutrição, como suplementos alimentares e produtos alimentícios ultraprocessados ditos “*fit*” ou funcionais, influenciando comportamentos alimentares, o que ocorre sem indicação de nutricionista ou individualização, retirando o foco da alimentação realmente saudável e sustentável, alicerçada em alimentos in natura e minimamente processados e naturalmente funcionais (JERÓNIMO & CARRAÇA, 2022; PACKER *et al.*, 2022). Portanto, é necessário a existência de perfis no *Instagram* que disseminem informações sobre alimentação e nutrição baseadas em evidências, a exemplo do perfil do Ambulatório de Dietética e Alimentos Funcionais da Universidade Federal Fluminense.

Objetivo

Propagar conteúdo pautado em evidência científica de maneira acessível através da plataforma *Instagram*.

Metodologia

Em atividade desde 2017, o projeto de criação da página @ambdaf no *Instagram* é uma iniciativa criada para elaborar publicações baseadas em evidências científicas. As postagens são criadas a partir dos assuntos mais pertinentes, dúvidas frequentes das pacientes e seguidoras do perfil, bem como datas que relacionam a alimentação e nutrição (festa junina, páscoa e o dia internacional da mulher, por exemplo). O conteúdo compartilhado na rede é oriundo de estudos robustos de artigos científicos e transformados em textos curtos, em uma linguagem de fácil entendimento, com arte elaborada através da plataforma *Canva*, visando um aspecto lúdico que favoreça o interesse do público de consumir conteúdos seguros sobre nutrição, elaborados por profissionais especializados a partir de referências bibliográficas atualizadas.

Resultados

Em 90 dias (março a junho de 2024), o perfil do @ambdaf alcançou 4969 contas e obteve 1398 interações com o conteúdo compartilhado, sendo 86,7% mulheres de 25 a 34 anos (42,6% da faixa etária do público). No total foram produzidas 314 publicações para o feed sobre assuntos diversos relacionados à nutrição como a safra mensal de alimentos, “o que são polifenóis?”, “alimentação e fertilidade feminina” e “como incluir aveia no dia a dia”.

Conclusão/Considerações finais

Considerando o amplo alcance que a plataforma *Instagram* proporciona aos seus usuários, utilizá-la para compartilhar conteúdo científico relacionado a nutrição pautada em evidência

científica é uma forma de contrapor à disseminação de informações nutricionais sem embasamento científico, combatendo seus impactos negativos nas escolhas e comportamentos alimentares e na sustentabilidade, induzindo o pensamento crítico e encorajando uma alimentação verdadeiramente adequada e saudável à população.

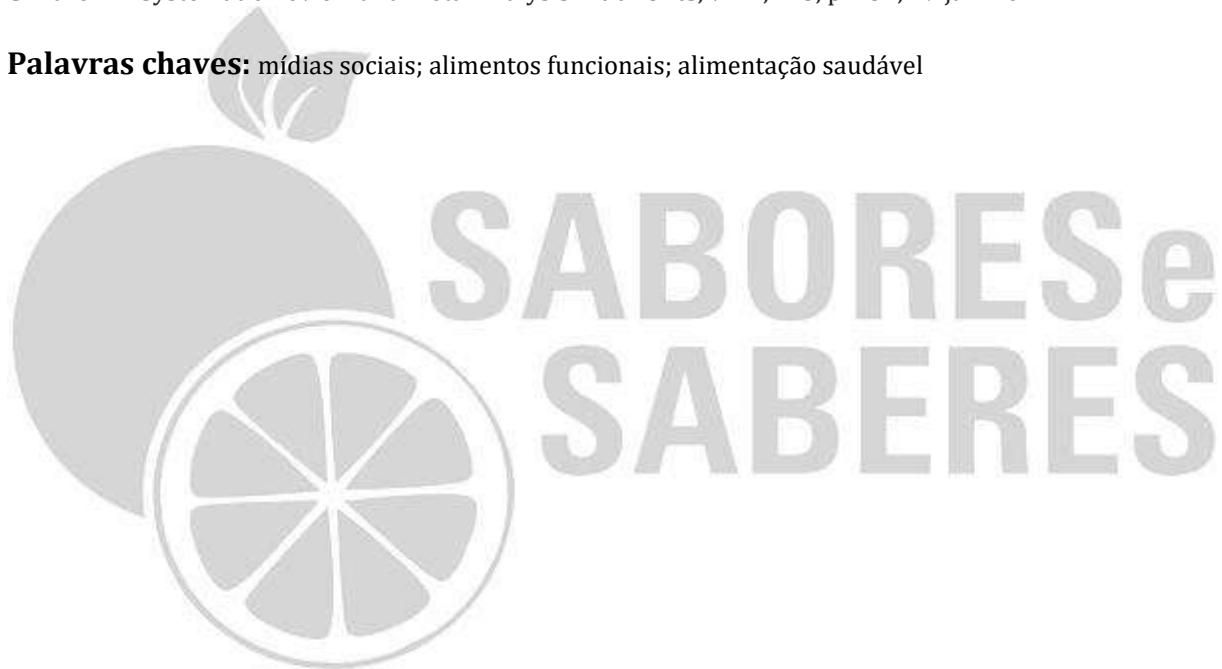
REFERÊNCIAS

CAVALCANTE, T.; MESQUITA, G. O impacto dos digital influencers no comportamento do consumidor por meio do instagram. 2021, 26 p. Trabalho de conclusão de curso (Graduação em administração) - Escola de Gestão e Negócios, Pontifícia Universidade Católica de Goiás, Goiás, 2021. Disponível em < <https://repositorio.pucgoias.edu.br/jspui/bitstream/123456789/2008/1/Final%20TCC%20Thaynara%20Castro%20-%202021.pdf> > Acesso em 14/06/2024.

JERÓNIMO, F.; CARRAÇA, E.V. Effects of fitspiration content on body image: a systematic review. **Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity**. v. 27, p.3017-35, 2022. Disponível em: < https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9676749/pdf/40519_2022_Article_1505.pdf > Acesso em 14/06/2024.

PACKER, J. et al. The Impact on Dietary Outcomes of Celebrities and Influencers in Marketing Unhealthy Foods to Children: A Systematic Review and Meta-Analysis. **Nutrients**, v. 14, n. 3, p. 434, 19 jan. 2022.

Palavras chaves: mídias sociais; alimentos funcionais; alimentação saudável





16º Encontro
Sabores e Saberes

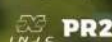
18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

Realização



Organização



Apoio



O INSTAGRAM COMO FERRAMENTA DE PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO ADEQUADA E SAUDÁVEL E ESCOLHAS ALIMENTARES BASEADAS EM ALIMENTOS FUNCIONAIS

MOITA, Ana Luisa; DA COSTA, Leticia; DA COSTA, Manuella; BRANDÃO, Thalita; DA CONCEIÇÃO, Jennifer; SOUZA, Amanda; DA CONCEIÇÃO, Rayane; RAMOS, Ramon; MEDEIROS, Renata; DOLINSKY, Manuela.

Universidade Federal Fluminense (UFF)
Educação Alimentar e Nutricional

INTRODUÇÃO

A plataforma *Instagram* é um meio de comunicação que requer cautela ao divulgar/consumir conteúdos de alimentação e nutrição, devido ao seu impacto sobre comportamentos e escolhas alimentares, na saúde mental e auto imagem corporal (CAVALCANTE & MESQUITA, 2021). Ao longo dos anos o consumo de conteúdos sobre rotina, alimentação e inspiração *fitness* vem crescendo e os produtores de conteúdo têm ganhado destaque utilizando de sua credibilidade para divulgar e induzir a aquisição de produtos relacionados à nutrição, como suplementos alimentares e produtos alimentícios ultraprocessados ditos “*fit*” ou funcionais, influenciando comportamentos alimentares, o que ocorre sem indicação de nutricionista ou individualização, retirando o foco da alimentação realmente saudável e sustentável, alicerçada em alimentos in natura e minimamente processados e naturalmente funcionais (JERÓNIMO & CARRAÇA, 2022; PACKER *et al.*, 2022). Portanto, é necessário a existência de perfis no *Instagram* que disseminem informações sobre alimentação e nutrição baseadas em evidências, a exemplo do perfil do Ambulatório de Dietética e Alimentos Funcionais da Universidade Federal Fluminense.

OBJETIVO

Propagar conteúdo pautado em evidência científica de maneira acessível através da plataforma Instagram.

METODOLOGIA

Em atividade desde 2017, o projeto de criação da página @ambdaf no *Instagram* é uma iniciativa criada para elaborar publicações baseadas em evidências científicas. As postagens são criadas a partir dos assuntos mais pertinentes, dúvidas frequentes das pacientes e seguidoras do perfil, bem como datas que relacionam a alimentação e nutrição (festa junina, páscoa e o dia internacional da mulher, por exemplo). O conteúdo compartilhado na rede é oriundo de estudos robustos de artigos científicos e transformados em textos curtos, em uma linguagem de fácil entendimento, com arte elaborada através da plataforma *Canva*, visando um aspecto lúdico que favoreça o interesse do público de consumir conteúdos seguros sobre nutrição, elaborados por profissionais especializados a partir de referências bibliográficas atualizadas.

RESULTADOS

Em 90 dias (março a junho de 2024), o perfil do @ambdaf alcançou 4969 contas e obteve 1398 interações com o conteúdo compartilhado, sendo 86,7% mulheres de 25 a 34 anos (42,6% da faixa etária do público). No total foram produzidas 314 publicações para o feed sobre assuntos diversos relacionados à nutrição como a safra mensal de alimentos, “o que são polifenóis?”, “alimentação e fertilidade feminina” e “como incluir aveia no dia a dia”.

CONCLUSÃO/CONSIDERAÇÕES FINAIS

Considerando o amplo alcance que a plataforma *Instagram* proporciona aos seus usuários, utilizá-la para compartilhar conteúdo científico relacionado a nutrição pautada em evidência científica é uma forma de contrapor à disseminação de informações nutricionais sem embasamento científico, combatendo seus impactos negativos nas escolhas e comportamentos alimentares e na sustentabilidade, induzindo o pensamento crítico e encorajando uma alimentação verdadeiramente adequada e saudável à população.

REFERÊNCIAS

CAVALCANTE, T.; MESQUITA, G. O impacto dos digital influencers no comportamento do consumidor por meio do instagram. 2021, 26 p. Trabalho de conclusão de curso (Graduação em administração) - Escola de Gestão e Negócios, Pontifícia Universidade Católica de Goiás, Goiás, 2021. Disponível em <<https://repositorio.pucgoias.edu.br/ispu/bitstream/123456789/2008/1/Final%20TCC%20Thaynara%20Castro%20-%202021.pdf>> Acesso em 14/08/2024.

JERÓNIMO, F.; CARRAÇA, E.V. Effects of fitnesspiration content on body image: a systematic review. *Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, v. 27, p.3017–35, 2022. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9676749/pdf/40519_2022_Article_1505.pdf> Acesso em 14/08/2024.

PACKER, J. et al. The Impact on Dietary Outcomes of Celebrities and Influencers in Marketing Unhealthy Foods to Children: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Nutrients*, v. 14, n. 3, p. 434, 19 jan. 2022.

OFICINA CULINÁRIA COMO FERRAMENTA DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL PARA GRUPOS DE CONVIVÊNCIA NA TERCEIRA IDADE

BRUNA MAGNA TAVARES LOUVEM, PRISCILA ROMUALDO DE OLIVEIRA RENTE, SÔNIA MARIA BERBAT ANDRADE PAULA, MARIA EFIGÊNIA SOARES DE CARVALHO E RENATA CAVALCANTI DE ALBUQUERQUE COSTA

Faculdade Bezerra de Araújo (FABA)

bruna_louvem@hotmail.com

INTRODUÇÃO

A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) é um campo relevante que busca levar informações de maneira acessível, preservando aspectos ambientais, sociais e financeiros.

Para promover uma alimentação adequada, é importante desmistificar crenças geracionais sobre alimentação e nutrição. Os profissionais de nutrição devem se capacitar para transmitir conhecimentos de forma clara e objetiva, garantindo que o público-alvo adquira conhecimento para adotar um estilo de vida saudável.

Os grupos de convivência na terceira idade é crucial para a melhora de aspectos cognitivos, motores e emocionais, nos quais podem utilizar a prática culinária para fortalecer laços familiares, prevenir problemas de saúde mental e promover o aproveitamento integral dos alimentos.

Ao aplicar a EAN de maneira adequada, é possível reduzir desperdícios alimentares e promover hábitos saudáveis na sociedade. Portanto, esta estratégia é fundamental para disseminar o conhecimento e melhorar a saúde da população de forma consistente.

OBJETIVO

O objetivo da prática foi apresentar versões mais saudáveis de duas receitas, sendo uma salgada e uma doce, visando a diversidade alimentar.

METODOLOGIA

Foi promovida uma oficina culinária destinada a 10 mulheres idosas em um Centro Comunitário na Zona Oeste do Rio de Janeiro, com o intuito de apresentar opções de lanches rápidos e de fácil preparo, visando promover hábitos alimentares mais saudáveis. Foram fornecidas orientações sobre a substituição de ingredientes e suas propriedades nutricionais antes do início do preparo. As participantes foram instruídas a seguirem as seguintes normas de higiene alimentar: lavagem correta das mãos e o uso de toucas e aventais descartáveis. Em seguida, iniciaram-se as preparações das receitas: pão de queijo com chia e bolo integral de banana, utilizando ingredientes acessíveis adaptados ao público-alvo. O pão de queijo foi elaborado sem óleo, enriquecido com chia e o bolo de banana foi preparado sem açúcar e sem farinha refinada. A oficina teve duração de 60 minutos, com participação ativa e receptividade por todos as envolvidas.

RESULTADOS

Após a realização da prática, todas as participantes tiveram a oportunidade de degustar a preparação. Durante este momento, por meio de uma conversa interativa, fizemos um teste de aceitabilidade e as idosas foram positivas em relação as preparações, relatando que irão testar em casa e que ficaram satisfeitas com as dúvidas que foram tiradas. Diante do exposto, tivemos um resultado positivo da oficina, de forma que houve impacto no conhecimento individual.

CONCLUSÃO

A prática educativa resultou no desenvolvimento de habilidades culinárias, promovendo conscientização sobre a substituição adequada de alimentos e a importância de ingredientes frescos e saudáveis. Os resultados demonstraram a satisfação com a atividade e a aprovação das receitas. Destaca-se a importância da formação de profissionais, principalmente nutricionistas, engajados em iniciativas de EAN desse tipo.

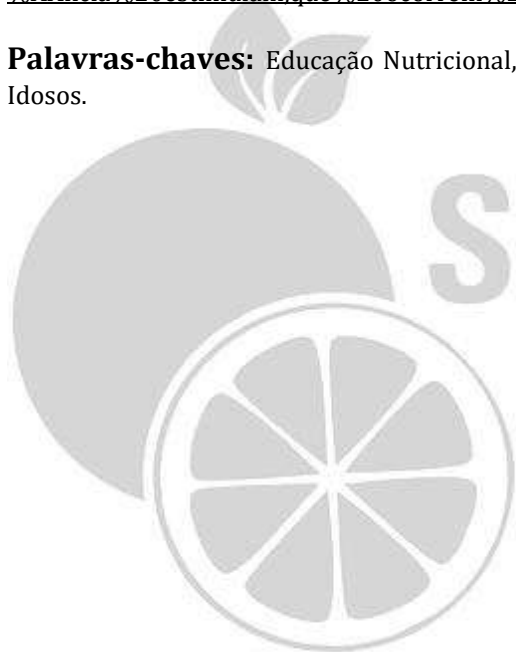
Referências

ALASALVAR, Cesarettin et al. Specialty seeds: Nutrients, bioactives, bioavailability, and health benefits: A comprehensive review. *Comprehensive Reviews in Food Science and Food Safety*, v. 20, n. 3, p. 2382-2427, 2021. Acesso em: 16 junho de 2024. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33719194/>

RAMALHO, Rejane Andréa; SAUNDERS, Cláudia. O papel da educação nutricional no combate às carências nutricionais. *Revista de Nutrição*, v. 13, p. 11-16, 2000. Acesso em: 15 junho 2024. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rn/a/3zRDSYvpgXl5KFMQXg7BwBb/>

WICHMANN, Francisca Maria Assmann et al. Grupos de convivência como suporte ao idoso na melhoria da saúde. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, v. 16, p. 821-832, 2013. Acesso em: 16 junho de 2024. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbgg/a/MZNRCPFPpyrFLgqg8GRGZm/#:~:text=os%20grupos%20de%20conviv%C3%Aancia%20estimulam.que%20ocorrem%20em%20suas%20vidas.>

Palavras-chaves: Educação Nutricional, Nutrição, Alimentação Saudável, Saúde Coletiva, Oficina Culinária, Idosos.



SABORES e
SABERES



16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

Realização: UFRJ
Organização: INJC PR2
Apoio: CRN04 AFJO

OFICINA CULINÁRIA COMO FERRAMENTA DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL PARA GRUPOS DE CONVIVÊNCIA NA TERCEIRA IDADE

LOUVEM, Bruna Magna Tavares¹; RENTE, Priscila Romualdo de Oliveira¹; BERBAT, Sônia Maria Andrade Paula²; CARVALHO, Maria Efigênia Soares de²; COSTA, Renata Cavalcanti de Albuquerque².

¹Discente da Faculdade Bezerra de Araújo.

²Docente da Faculdade Bezerra de Araújo.

FACULDADE BEZERRA DE ARAÚJO

bruna_louvem@hotmail.com

Educação Alimentar e Nutricional

INTRODUÇÃO

A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) é um campo relevante que busca levar informações de maneira acessível, preservando aspectos ambientais, sociais e financeiros.

Para promover uma alimentação adequada, é importante desmistificar crenças geracionais sobre alimentação e nutrição. Os profissionais de nutrição devem se capacitar para transmitir conhecimentos de forma clara e objetiva, garantindo que o público-alvo adquira conhecimento para adotar um estilo de vida saudável.

Os grupos de convivência na terceira idade é crucial para a melhora de aspectos cognitivos, motores e emocionais, nos quais podem utilizar a prática culinária para fortalecer laços familiares, prevenir problemas de saúde mental e promover o aproveitamento integral dos alimentos.

Ao aplicar a EAN de maneira adequada, é possível reduzir desperdícios alimentares e promover hábitos saudáveis na sociedade. Portanto, esta estratégia é fundamental para disseminar o conhecimento e melhorar a saúde da população de forma consistente.

OBJETIVO

O objetivo da prática foi apresentar versões mais saudáveis de duas receitas, sendo uma salgada e uma doce, visando a diversidade alimentar.

METODOLOGIA

Foi promovida uma oficina culinária destinada a 10 mulheres idosas em um Centro Comunitário na Zona Oeste do Rio de Janeiro, com o intuito de apresentar opções de lanches rápidos e de fácil preparo, visando promover hábitos alimentares mais saudáveis. Foram fornecidas orientações sobre a substituição de ingredientes e suas propriedades nutricionais antes do início do preparo. As participantes foram instruídas a seguirem as seguintes normas de higiene alimentar: lavagem correta das mãos e o uso de toucas e aventais descartáveis. Em seguida, iniciaram-se as preparações das receitas: pão de queijo com chia e bolo integral de banana, utilizando ingredientes acessíveis adaptados ao público-alvo. O pão de queijo foi elaborado sem óleo, enriquecido com chia e o bolo de banana foi preparado sem açúcar e sem farinha refinada. A oficina teve duração de 60 minutos, com participação ativa e receptividade por todos as envolvidas.

RESULTADOS

Após a realização da prática, todas as participantes tiveram a oportunidade de degustar a preparação. Durante este momento, por meio de uma conversa interativa, fizemos um teste de aceitabilidade e as idosas foram positivas em relação as preparações, relatando que irão testar em casa e que ficaram satisfeitas com as dúvidas que foram tiradas. Diante do exposto, tivemos um resultado positivo da oficina, de forma que houve impacto no conhecimento individual.

CONCLUSÃO

A prática educativa resultou no desenvolvimento de habilidades culinárias, promovendo conscientização sobre a substituição adequada de alimentos e a importância de ingredientes frescos e saudáveis. Os resultados demonstraram a satisfação com a atividade e a aprovação das receitas. Destaca-se a importância da formação de profissionais, principalmente nutricionistas, engajados em iniciativas de EAN desse tipo.

REFERÊNCIAS

ALASALVAR, Cesarettin et al. Specialty seeds: Nutrients, bioactives, bioavailability, and health benefits: A comprehensive review. *Comprehensive Reviews in Food Science and Food Safety*, v. 20, n. 3, p. 2382-2427, 2021. Acesso em: 16 junho de 2024. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33719194/>

RAMALHO, Rejane Andréa; SAUNDERS, Cláudia. O papel da educação nutricional no combate às carências nutricionais. *Revista de Nutrição*, v. 13, p. 11-16, 2000. Acesso em: 15 junho 2024. Disponível em: <https://www.scielo.br/rjn/a/3zRDSYvpgXJ5KFMQXg7BwBb/>

WICHMANN, Francisca Maria Assmann et al. Grupos de convivência como suporte ao idoso na melhoria da saúde. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, v. 16, p. 821-832, 2013. Acesso em: 16 junho de 2024. Disponível em: <https://www.scielo.br/rbagg/a/MZNRCPFPpyrFLgqg8GRGZm/#:~:text=oS%20grupos%20de%20conviv%C3%Aancia%20estimulam,que%20ocorr em%20em%20suas%20vidas.>

PERFIL DOS ESTILOS PARENTAIS PREVALENTES EM RESPONSÁVEIS POR PRÉ-ESCOLARES EM UMA CRECHE FILANTRÓPICA

LARISSA TEIXEIRA DE OLIVEIRA, LUCIANA RIBEIRO TRAJANO MANHÃES, MARCELO CASTANHEIRA FERREIRA

Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO) - Rio de Janeiro/RJ – Brasil

larissa.oliveira@edu.unirio.br

Para Darling e Steinberg (1993), é necessário compreender as relações familiares, a cultura, a classe social, bem como as metas que os pais estabelecem para seus filhos, a fim de se estabelecer a influência do estilo parental para o desenvolvimento da criança (*apud* Gomide; Traple, 2022). Os estilos parentais podem ser classificados em autoritativo, autoritário, indulgente e negligente. Fatores socioeconômicos e a presença de insegurança alimentar podem influenciar as práticas parentais utilizadas, tanto para lidar com o meio, quanto para com comportamentos alimentares infantis subsequentes (Schuler *et al.*, 2020 *apud* Pickard *et al.*, 2023). Poucos estudos retratam o perfil dos pais frente aos estilos parentais exercidos. O trabalho teve por objetivo descrever os estilos parentais prevalentes em responsáveis por pré-escolares em uma creche filantrópica. Foi realizado um estudo observacional transversal com responsáveis de pré-escolares na faixa etária de 6 meses a 6 anos, de uma creche filantrópica da zona oeste do Rio de Janeiro. Foram coletados dados sociodemográficos e de estilo parental dos responsáveis entre abril e junho de 2024, sob aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa com CAEE 93050618.8.0000.5285. Aplicou-se aos responsáveis um formulário online criado na plataforma Google Forms, contendo Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, identificação; dados socioeconômicos (faixa etária, sexo, raça, nível de escolaridade e posse de itens domésticos, acesso a serviços públicos e renda); e Questionário de Estilos Parentais na Alimentação (QEPA) (Cauduro; Reppold; Pacheco, 2017). Os estilos parentais foram classificados segundo mediana das pontuações obtidas para cada subescala do QEPA (exigência: 1,63; responsividade: 1,49). Foram avaliadas 29 mães, em sua maioria na faixa etária de 25-35 anos (41,4%), com ensino médio completo (55,2%) e de classe social baixa (69%). Os estilos parentais mais encontrados foram o autoritário e o indulgente (ambos 36,7%). O estilo parental autoritativo mostrou maior percentual de mães na faixa de 35-50 anos, enquanto o negligente se mostrou maior em mães mais jovens (≤ 24 anos). Conclui-se então que os perfis mais prevalentes da população se distribuem entre mães que exercem práticas educativas mais autoritárias e mães com dificuldades para impor limites alimentares em seus filhos. A partir do diagnóstico dos estilos parentais, é possível avaliar a relação dos mesmos com hábitos alimentares e comportamentos alimentares infantis, contribuindo para identificar padrões alimentares passíveis de intervenção, de forma a colaborar para a elaboração de estratégias de educação alimentar e nutricional para as crianças e responsáveis da amostra.

Referências

- GOMIDE, P. I. C.; TRAPLE, R. X. S. Instrumentos nacionais de práticas parentais: Uma revisão sistemática da literatura. **Psicologia Argumento**, [S. l.], v. 40, n. 109, 2022. DOI: 10.7213/psicolargum40.109.A006. Disponível em: <<https://periodicos.pucpr.br/psicologiaargumento/article/view/27554/25536>>. Acesso em: 31 maio. 2024.
- PICKARD, A. *et al.* Identificando um perfil alimentar ávido na infância: associações com temperamento, práticas alimentares e insegurança alimentar. **Apetite**. v. 191, 2023. 107050. ISSN 0195-6663. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.appet.2023.107050>.

CAUDURO G. N.; REPPOLD, C. T.; PACHECO, J. T. B Adaptação Transcultural do Questionário de Estilos Parentais na Alimentação (QEPA). **Avaliação Psicológica**, v. 16, n. 3, p. 293-3002017. DOI: <http://dx.doi.org/10.15689/ap.2017.1603.12452>. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/avp/v16n3/06.pdf> Acesso em: 27 set. 2023.

Palavras chaves: Comportamento alimentar; Parentalidade; Práticas parentais; Pré-escolar; Creche





16º Encontro Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

Realização: UFRJ
Organização: INJC PR2
Apoio: CRN4 AF010

PERFIL DOS ESTILOS PARENTAIS PREVALENTES EM RESPONSÁVEIS POR PRÉ-ESCOLARES EM UMA CRECHE FILANTRÓPICA

OLIVEIRA, Larissa¹; MANHÃES, Luciana; CASTANHEIRA, Marcelo
larissa.oliveira@edu.unirio.br

Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO)¹ - Escola de Nutrição - Departamento de Nutrição Fundamental
Educação Alimentar e Nutricional

Introdução

A relação entre pais e filhos é importante para a alimentação. Para estabelecer a influência do estilo parental no desenvolvimento da criança, Darling e Steinberg (1993) citam a necessidade de compreender as relações familiares, a cultura, a classe social, bem como as metas que os pais estabelecem para seus filhos (*apud* Gomide; Traple, 2022). Os estilos parentais podem ser classificados em autoritativo, autoritário, indulgente e negligente. Fatores socioeconômicos e a presença de insegurança alimentar podem influenciar as práticas parentais utilizadas, tanto para lidar com o meio, quanto para com comportamentos alimentares infantis subsequentes (Schuler *et al.*, 2020 *apud* Pickard *et al.*, 2023). Poucos estudos retratam o perfil dos pais frente aos estilos parentais exercidos.

Objetivo

O trabalho teve por objetivo descrever os estilos parentais prevalentes em responsáveis por pré-escolares em uma creche filantrópica.

Metodologia

População de estudo

- Responsáveis de pré-escolares na faixa etária de 6 meses a 6 anos (n=29)
- CAEE 93050618.8.0000.5285

Cenário de pesquisa

- Creche filantrópica da zona oeste do Rio de Janeiro

Coleta e análise de dados

- Formulário online criado na plataforma Google Forms®
- Abril a junho de 2024
- Analisados no programa Excel 2010 (Windows®) conforme especificação de cada questionário

Questionários utilizados

- Critério de classificação econômica Brasil 2022, da Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa – ABEP
- Questionário de estilos parentais na alimentação, de Cauduro, Reppold e Pacheco (2017)
 - Classificação: mediana
 - exigência: 1,63; responsividade: 1,49

Resultados e Discussão

Gráfico 1 – Prevalências das variáveis sociodemográficas da amostra

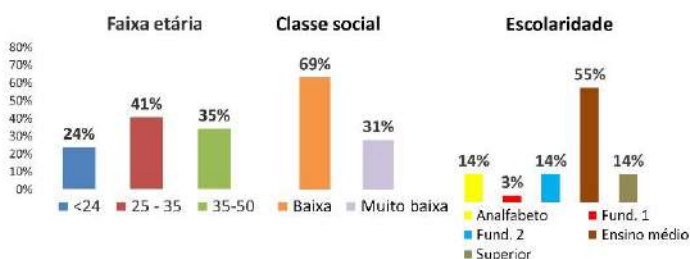
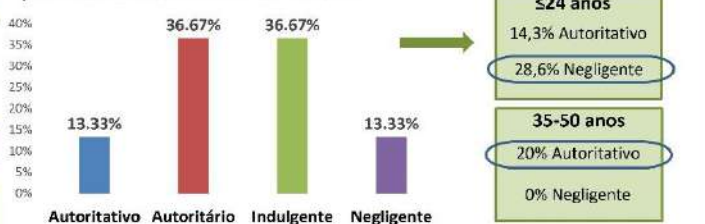


Gráfico 2 - Prevalência dos estilos parentais caracterizados na amostra



- Hasbani e colaboradores (2023) encontraram a indulgência e o autoritarismo como os estilos mais prevalentes em pais de pré-escolares brasileiros classe média.
- Ek e colaboradores (2016) não encontraram associação entre nível de escolaridade parental e práticas alimentares.

Conclusão

A partir dos diagnósticos é possível avaliar a relação das variáveis com o comportamento alimentar infantil, contribuindo para identificar padrões alimentares passíveis de intervenção.

Referências

- ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE EMPRESAS DE PESQUISA. São Paulo: ABEP. Critério de Classificação Econômica Brasil. 2022.
- CAUDURO G. N.; REPPOLD, C. T.; PACHECO, J. T. B. Adaptação transcultural do Questionário de Estilos Parentais na Alimentação (QEPAL). Avaliação Psicológica, v. 16, n. 3, p. 293-300/2017. DOI: <http://dx.doi.org/10.15689/ap.2017.1603.12452>.
- EK, A. *et al.* Associações entre as preocupações dos pais sobre o peso dos pré-escolares e as práticas alimentares e alimentares dos pais: resultados das análises do questionário de comportamento alimentar infantil, do questionário de alimentação infantil e da lista de verificação de comportamento de estilo de vida. *PLoS One*. 2016;11.
- GOMIDE, P. I. C.; TRAPLE, R. X. da S. Instrumentos nacionais de práticas parentais: Uma revisão sistemática da literatura. *Psicologia Argumento*, [S. l.], v. 40, n. 109, 2022. DOI: [10.7213/psicolog.um40.109.A006](https://doi.org/10.7213/psicolog.um40.109.A006).
- HASBANI, E. C. *et al.* How parents' feeding styles, attitudes, and multifactorial aspects are associated with feeding difficulties in children. *BMC Pediatrics*, [S. l.], v. 23, n. 1, p. 543, 2023.
- PICKARD, A. *et al.* Identificando um perfil alimentar ávido na infância: associações com temperamento, práticas alimentares e insegurança alimentar. *Apetite*, v. 191, 2023. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.appet.2023.107050>.

PLANTANDO MAIS QUE MUDAS: UMA ESTRATÉGIA EDUCATIVA EM JARDIM GRAMACHO

ISABELLE DIAS, ISABELLE LORRAINE, JENIFER MAIA, JEMILEE ANDRADE, GIOVANNA OLIVEIRA, MARIA LUIZA DAMASCENO, AMANDA MARINHO, TAÍS LOPES e VERÔNICA FIGUEIREDO.

Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ)

isabellediaspp@gmail.com

Introdução: O Direito Humano à Alimentação Adequada (DHAA) é essencial para a dignidade humana. Em comunidades como Jardim Gramacho (Duque de Caxias - RJ), onde a Insegurança Alimentar (IA) é uma realidade, as hortas representam uma possibilidade de fontes de alimento e aprendizado coletivo sobre alimentação e sustentabilidade. A execução de atividades manuais, como a realização de oficinas de plantio, configura-se como uma estratégia de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) que favorece a promoção da alimentação saudável, sustentável e adequada para todos os indivíduos (ROCHA et al., 2020). Tendo em vista o cenário de IA na região, a ação justifica-se como oportunidade de refletir sobre a origem e qualidade da comida. **Objetivo:** Refletir junto ao público, por meio de estratégia educativa, sobre questões ambientais e sociais que afetam a alimentação de crianças e adolescentes no território de Jardim Gramacho. **Metodologia:** A Pesquisa-ação tem sido o caminho metodológico para as atividades de pesquisa e extensão para as ações no território de Jardim Gramacho, pois promove a participação do público, inclusive em etapas anteriores à ação, sendo este público constituído de sujeitos entre 9 e 16 anos, moradores do Antigo Aterro Sanitário. A estruturação da atividade ocorreu de modo sequencial, a saber: 1- preparação dos extensionistas, por meio de debates científicos baseado no curso da FIAN Brasil, a fim de se apropriar de conceitos importantes como DHAA e Soberania Alimentar; 2 - planejamento da atividade educativa, o plantio de mudas e sementes em vasos individuais; 3 - parceria com educadores ambientais, a fim de orientar a atividade específica do plantio; 4 - elaboração de questões norteadoras, com o intuito de incentivar reflexões sobre manejo com a terra e percepções sobre a criação de uma horta. A atividade foi realizada no espaço físico da ONG parceira do projeto de extensão e durou 4 horas. **Resultado:** Participaram da ação 25 crianças. Foram plantados feijão-de-porco, cebolinha, alface e outras diversidades de mudas de hortaliças e ervas, além de discutir sobre o plantio, cuidado e aspirações futuras de uma horta na região. A interação dialógica revelou que muitos já haviam plantado com seus familiares e conheciam algumas mudas que estavam presentes. As crianças se mostraram interessadas com o manuseio da terra viva e a possibilidade da implementação da horta, porém a maioria relatou que considerava difícil a adesão dos moradores locais. **Conclusão:** Tendo em vista o cenário de extrema vulnerabilidade social enfrentada pela comunidade de Jardim Gramacho, a realização de oficinas com intuito de promover a autonomia alimentar e a promoção de ambientes alimentares sustentáveis caracteriza-se por importante estratégia de EAN para a promoção da Segurança Alimentar e Nutricional dessa população. A oficina proporcionou aos participantes uma experiência inovadora e abriu espaço para reflexões importantes sobre alimentação saudável e sustentabilidade.

Referências:

ROCHA, Ludmilla Henrique de Almeida et al. Oficinas educativas para merendeiras de escolas públicas de Palmas - TO como estratégia de intervenção nutricional: um relato de experiência. Interfaces: Revista de Extensão da UFMG, Belo Horizonte, v. 8, n. 1 - Edição extra, p. 209-225, maio de 2020. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/revistainterfaces/article/view/19549>.

NAKAOSHI, Iury; VASQUES, Felipe Rojas; FORTUNATO, Ivan. Hortas escolares e as contribuições da Revista Brasileira de Educação Ambiental: um estudo de revisão. Revbea, São Paulo, v. 18, n. 6, p. 114-137, 2023. Disponível em: <https://periodicos.unifesp.br/index.php/revbea/article/download/14712/11126/66713>.
COELHO, Denise Eugenia; BÓGUS, Cláudia Maria. Vivências de plantar e comer: a horta escolar como prática educativa, sob a perspectiva dos educadores. Saúde Soc. São Paulo, v. 3, n. 3, p. 761-771, 2026. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sausoc/a/98ZMQzcT497fM4Q85BCfDdG/?format=pdf&lang=pt>.

Palavras chaves: Segurança Alimentar e Nutricional, Autonomia Alimentar, Soberania Alimentar.

Apoio/Fomentos: ONG projeto Gramachinhos e Agrofloresta Urca





16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

Realização: UFRJ
Organização: INJIC PR2
Apoio: CRN04 AFZIO

PLANTANDO MAIS QUE MUDAS: UMA ESTRATÉGIA EDUCATIVA EM JARDIM GRAMACHO

PEREIRA, Isabelle¹, LORRAINE, Isabelle, MAIA, Jenifer, ANDRADE, Jemilee, OLIVEIRA, Giovana, DAMASCENO, Maria, MARINHO, Amanda, LOPES, Tais, FIGUEIREDO, Verônica.

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO¹

Educação Alimentar e Nutricional

Email: isabellediaspp@gmail.com

INTRODUÇÃO

O Direito Humano à Alimentação Adequada (DHAA) é essencial para a dignidade humana. Em comunidades como Jardim Gramacho (Duque de Caxias - RJ), onde a Insegurança Alimentar (IA) é uma realidade, as hortas representam uma possibilidade de fontes de alimento e aprendizado coletivo sobre alimentação e sustentabilidade. A execução de atividades manuais, como a realização de oficinas de plantio, configura-se como uma estratégia de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) que favorece a promoção da alimentação saudável, sustentável e adequada para todos os indivíduos (ROCHA et al., 2020).

OBJETIVO

Refletir junto ao público, por meio de estratégia educativa, sobre questões ambientais e sociais que afetam a alimentação de crianças e adolescentes no território de Jardim Gramacho.

METODOLOGIA

A Pesquisa-ação tem sido o caminho metodológico para as atividades de pesquisa e extensão para as ações no território de Jardim Gramacho. O público alvo é constituído de sujeitos entre 9 e 16 anos, moradores do Antigo Aterro Sanitário. A estruturação da atividade ocorreu de modo sequencial, a saber: 1- preparação dos extensionistas, por meio de debates científicos baseado no curso da FIAN Brasil, a fim de se apropriar de conceitos importantes como DHAA e Soberania Alimentar; 2 - planejamento da atividade educativa, o plantio de mudas e sementes em vasos individuais; 3 - parceria com educadores ambientais; 4 - elaboração de questões norteadoras. A atividade foi realizada no espaço físico da ONG parceira do projeto de extensão e durou 4 horas.

RESULTADO

Participaram da ação 25 crianças. Foram plantados feijão-de-porco, cebolinha, alface e outras diversidades de mudas de hortaliças e ervas, além de discutir sobre o plantio, cuidado e aspirações futuras de uma horta na região. A interação dialógica revelou que muitos já haviam plantado com seus familiares e conheciam algumas mudas que estavam presentes. As crianças se mostraram interessadas com o manuseio da terra viva e a possibilidade da implementação da horta, porém a maioria relatou que considerava difícil a adesão dos moradores locais.



Imagem 1: sementes e muda



Imagem 2: crianças interagindo com a terra viva

CONCLUSÃO

Tendo em vista o cenário de extrema vulnerabilidade social enfrentada pela comunidade de Jardim Gramacho, a realização de oficinas com intuito de promover a autonomia alimentar e a promoção de ambientes alimentares sustentáveis caracteriza-se por importante estratégia de EAN para a promoção da Segurança Alimentar e Nutricional dessa população. A oficina proporcionou aos participantes uma experiência inovadora e abriu espaço para reflexões importantes sobre alimentação saudável e sustentabilidade.

REFERÊNCIAS

ROCHA, Ludmila Henrique de Almeida et al. Oficinas educativas para moradores de escolas públicas de Palmas - TO como estratégia de intervenção nutricional: um relato de experiência. *Intelectos: Revista de Extensão da UFMA, Belo Horizonte*, v. 8, n. 1. - Edição extra, p. 109-125, maio de 2020.

Parceria com a ONG Projeto Gramachinhos

POR TRÁS DO PRATO: A GARANTIA DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL, DE QUALIDADE E FÁCIL ACESSO PELO RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO DA UFRJ

JULIANA RODRIGUES DA SILVA SANTOS (J. R. S. S.), CAROLINE PEIXOTO DA SILVEIRA (C. P. S.), ADRIANA RIBEIRO CANTUARIA LUIZ (A. R. C. L.), ANA BEATRIZ SANTOS DE LIMA (A. B. S. L.), ANA CAROLINA RÉGIS DA SILVA GOMES (A. C. R. S. G), JOÃO HENRIQUE RABELO CÂMARA (J. H. R. C.)

Universidade Federal do Rio de Janeiro - Instituto de Nutrição Josué de Castro (UFRJ/INJC)
carolineps.nutricao@gmail.com

Introdução/Contextualização: Uma alimentação de qualidade produz um impacto social na vida do estudante, podendo refletir em sua saúde. Sob esse cenário, entende-se que os restaurantes universitários são instrumentos de ação das políticas de Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) e de Assistência Estudantil – com base na garantia do direito humano à alimentação adequada e saudável (DHAA) que favorece a permanência dos estudantes no espaço universitário.

Objetivo: Promover a reflexão no público universitário e comunidade em geral sobre a importância de todos os aspectos envolvidos no processo produtivo de refeições, que garantem o acesso à alimentação adequada e saudável, por meio da Educação Alimentar e Nutricional.

Metodologia: Trata-se da elaboração de um vídeo didático para materializar a existência de políticas de alimentação e nutrição dentro do contexto dos Restaurantes Universitários. Inicialmente, pautamos a discussão com base no olhar político-social “por trás do prato” com a garantia do acesso contínuo e permanente à alimentação adequada em quantidade e qualidade. Em um segundo momento, registramos fotos e vídeos da produção de refeições e os utilizamos como elementos visuais junto com a narração, que possibilita o entendimento sobre a temática e aproximação com o público. Por fim, criamos o material final (em formato *reels* no *Instagram*) e o publicamos no perfil oficial dos Restaurantes Universitários da UFRJ. Ademais, foi produzido um QR Code para acesso direto ao material.

Resultados: Destaca-se que a divulgação do vídeo e seu grande alcance na rede social proporcionam o conhecimento quanto ao processo produtivo das refeições do Restaurante Universitário (RU) da UFRJ, bem como reafirma o compromisso com a segurança alimentar de todos os comensais, principalmente os estudantes. O RU é um importante equipamento público de SAN, que possibilita o acesso à uma alimentação adequada, com produção e distribuição de refeições culturalmente diversificadas, equilibradas nos princípios nutritivos, seguras do ponto de vista higiênico-sanitário, economicamente justa e em consonância com os princípios de proteção ambiental e uso racional dos recursos naturais.

Conclusão/Considerações finais: Conclui-se que a garantia do direito à alimentação adequada e saudável compreende aspectos políticos, sociais, econômicos, culturais e sustentáveis que assegurem a produção e distribuição de refeições no âmbito universitário. Desse modo, o Restaurante Universitário pode ser entendido como espaço de reflexão sobre questões que envolvam o ato de se alimentar, em que se tem como aspectos centrais a valorização do alimento e ambiente de socialização.

Referências:

Brasil. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. **Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas.** – Brasília, DF: MDS; Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, 2012. 68 p. ISBN: 978-85-60700-59-2.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social. **Princípios e Práticas para Educação Alimentar e Nutricional.** – Brasília, DF: MDS; Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, 2018. 50 p.

Palavras chaves: Educação Alimentar e Nutricional; Equipamento público de Segurança Alimentar e Nutricional; Alimentação Coletiva; Alimentação Escolar

Apoio/Fomentos: Sem financiamento.





16º Encontro
Sabores e Saberes

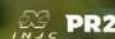
18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

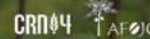
Realização



Organização



Apoio



POR TRÁS DO PRATO: A GARANTIA DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL, DE QUALIDADE E FÁCIL ACESSO PELO RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO DA UFRJ

SANTOS, Juliana; DA SILVEIRA, Caroline; LUA, Adriana; LIMA, Ana Beatriz; GOMES, Ana Carolina; CÂMARA, João Henrique¹
UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO ¹
Educação Alimentar e Nutricional

Introdução

Uma alimentação de qualidade produz um impacto social na vida do estudante, podendo refletir em sua saúde. Sob esse cenário, entende-se que os Restaurantes Universitários (RU) são instrumentos de ação das políticas de Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) e de Assistência Estudantil – com base na garantia do Direito Humano à Alimentação Adequada (DHAA) que favorece a permanência dos estudantes no espaço universitário.

Objetivo

Promover o entendimento do público universitário e comunidade em geral sobre a importância de todos os aspectos envolvidos no processo produtivo de refeições, que garantem o acesso à alimentação adequada e saudável, por meio da Educação Alimentar e Nutricional.

Metodologia

Foi elaborado um vídeo didático para materializar o processo produtivo de refeições no contexto do Restaurante Universitário da UFRJ, além de registros da produção de refeições utilizados como elementos visuais junto a narração do vídeo.

Criação do material final (em formato *reels* no *Instagram*) e publicação no perfil oficial dos Restaurantes Universitários da UFRJ, e o desenvolvimento de um *QR Code* para acesso direto ao material.

Todos estes materiais foram capturados durante a vivência do estágio de Nutrição Normal – Alimentação Coletiva, no RU-UFRJ no período letivo 2023.2.

Resultados



Acesse o vídeo:

Conclusão

A garantia do DHAA compreende aspectos políticos, sociais, econômicos, culturais e sustentáveis.

O Restaurante Universitário da UFRJ nessa ocasião, assume importância fundamental na permanência estudantil, e ao proporcionar uma alimentação de qualidade pode ser entendido como espaço de saúde e segurança alimentar, além de um ambiente de socialização e reflexão sobre o ato de se alimentar e a valorização do alimento.

Referências

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. **Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas**. – Brasília, DF: MDS; Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, 2012. 68 p. ISBN: 978-85-60700-59-2.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social. **Princípios e Práticas para Educação Alimentar e Nutricional**. – Brasília, DF: MDS; Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, 2018. 50 p.

Apoio/Fomentos: Sem financiamento.

RELAÇÃO DO ESTILO DOS PAIS DURANTE AS REFEIÇÕES E O COMPORTAMENTO ALIMENTAR DE PRÉ-ESCOLARES

LARISSA TEIXEIRA DE OLIVEIRA, LUCIANA RIBEIRO TRAJANO MANHÃES, MARCELO CASTANHEIRA FERREIRA

Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO) - Rio de Janeiro/RJ – Brasil

larissa.oliveira@edu.unirio.br

O estilo parental pode ser definido como um conjunto de atitudes presentes na relação pais-filhos, que determinam o clima emocional no qual ocorrem as práticas parentais, com o intuito de educar e/ou modular comportamentos dos mesmos (Darling; Steinberg, 1993 apud Cauduro; Reppold; Pacheco, 2017). A abordagem integrada de família, escola e profissionais de saúde desempenha um papel importante na promoção de hábitos alimentares saudáveis (Queiroz, 2023), através da promoção de educação nutricional para essas crianças e posteriormente seus responsáveis. O objetivo da pesquisa foi estudar a relação entre o estilo parental exercido durante as refeições e o comportamento alimentar de pré-escolares. Foi realizado um estudo observacional transversal com responsáveis de pré-escolares na faixa etária de 3 a 6 anos, de uma creche filantrópica da zona oeste do Rio de Janeiro. Foram coletados dados sociodemográficos, de estilo parental e o comportamento alimentar infantil das crianças representadas entre abril e junho de 2024, sob aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa com CAEE 93050618.8.0000.5285. Aplicou-se aos responsáveis um formulário online criado na plataforma Google Forms, contendo Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, somado a 4 blocos: 1. identificação; 2. dados socioeconômicos (faixa etária, sexo, raça, nível de escolaridade e posse de itens domésticos, acesso a serviços públicos e renda); 3. Questionário de Estilos Parentais na Alimentação (Cauduro; Reppold; Pacheco, 2017) e 4. Questionário do Comportamento Alimentar da Criança (Viana; Sinde, 2008). Foram avaliadas 16 mães e 17 crianças (sendo 2 gemelares) distribuídas entre as faixa etária de até 24 anos e 25-35, ambas com 31,25% e 35-50 anos (37,5%), pardas (62,5%), com ensino médio completo (62,5%) e de classe social baixa (75%). Através da escala “interesse por comida”, encontrou-se pontuação maior em crianças cujos pais exerciam um estilo parental indulgente. Já o “desinteresse por comida” se mostrou mais relacionado ao estilo autoritário. Os resultados apontam para relações que precisam ser aprofundadas, que são relevantes para esse tipo de população, vulnerável social e biologicamente e que pesam o fato da pequena amostra, porém, que também mostram sua relevância por serem derivados do primeiro estudo diagnóstico da população pós pandemia. Esse trabalho pôde contribuir na criação e elaboração de estratégias, tais como atividades de educação nutricional com os pais e crianças, no sentido de modular o comportamento educativo parental em populações de baixa renda, a fim de promover comportamentos alimentares infantis mais saudáveis.

Referências

QUEIROZ, S.G. Seletividade alimentar e sua relação com o baby-led weaning. Monografia (Graduação em Nutrição) - Universidade Federal de Pernambuco, Recife, 2023.

VIANA V.; SINDE, S. O comportamento alimentar em crianças: Estudo de validação de um questionário numa amostra portuguesa (CEBQ). *Análise Psicológica*. v. 26, N. 1. 2008. Disponível em: <http://publicacoes.ispa.pt/publicacoes/index.php/ap/article/view/480/pdf>

CAUDURO G. N.; REPPOLD, C. T.; PACHECO, J. T. B Adaptação Transcultural do Questionário de Estilos Parentais na Alimentação (QEPA). *Avaliação Psicológica*, v. 16, n. 3, p. 293-300 2017. DOI: <http://dx.doi.org/10.15689/ap.2017.1603.12452>. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/avp/v16n3/06.pdf> Acesso em: 27 set. 2023.

Palavras chaves: Comportamento alimentar; Parentalidade; Práticas parentais; Pré-escolar; Creche.

Apoio/Fomentos: -



18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

16º Encontro Sabores e Saberes

Realização: UFRJ Organização: INJC PR2 Apoio: CRN04 AF4JO

RELAÇÃO DO ESTILO DOS PAIS DURANTE AS REFEIÇÕES E O COMPORTAMENTO ALIMENTAR DE PRÉ-ESCOLARES

OLIVEIRA, Larissa¹; MANHÃES, Luciana; CASTANHEIRA, Marcelo
larissa.oliveira@edu.unirio.br

Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO)¹ - Escola de Nutrição - Departamento de Nutrição Fundamental
Educação Alimentar e Nutricional

Introdução

O estilo parental pode ser definido como um conjunto de atitudes presentes na relação pais-filhos, que determinam o ambiente emocional no qual ocorrem as práticas parentais, com o intuito de educar e/ou modular comportamentos dos mesmos (Darling; Steinberg, 1993 *apud* Cauduro; Reppold; Pacheco, 2017). A abordagem integrada de família, escola e profissionais de saúde desempenha um papel importante na promoção de hábitos alimentares saudáveis (Queiroz, 2023), através da promoção de educação nutricional para essas crianças e posteriormente seus responsáveis.

Objetivo

O objetivo da pesquisa foi estudar a relação entre o estilo parental exercido durante as refeições e o comportamento alimentar de pré-escolares.

Metodologia

População de estudo

- Responsáveis de pré-escolares maiores de 3 anos (n=16)
- CAEE 93050618.8.0000.5285

Cenário de pesquisa

- Creche filantrópica da zona oeste do Rio de Janeiro

Coleta e análise de dados

- Formulário online criado na plataforma Google forms[®]
- Abril a junho de 2024
- Analisados no programa Excel 2010 (Windows[®]) conforme especificação de cada questionário

Questionários utilizados

- Critério de classificação econômica Brasil 2022, da Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa – ABEP
- Questionários de Estilos Parentais na Alimentação (QEPA) (Cauduro; Reppold; Pacheco, 2017)
- Questionário do Comportamento Alimentar da Criança (Viana; Sinde, 2008).

Resultados e Discussão

Gráfico 1 - Prevalências das variáveis sociodemográficas da amostra



Tabela 1 – Relação entre o estilo parental e o comportamento alimentar infantil

CEBQ	Estilos parentais (média)			
	Autoritativo	Autoritário	Indulgente	Negligente
Escala Interesse				
Resposta à comida	1,70	2,75	2,65	2,73
Prazer na comida	2,90	3,00	4,30	3,30
Sobre-ingestão emocional	1,40	1,65	1,85	2,27
Desejo de beber	4,33	3,08	3,25	2,33
Interesse por comida	10,00	10,19	12,38	11,25
Escala Desinteresse				
Resposta à saciedade	3,20	3,03	2,35	2,37
Ingestão lenta	3,00	3,63	2,69	2,58
Seletividade	2,42	2,48	3,25	2,72
Sub-ingestão emocional	2,83	2,75	2,42	2,33
Desinteresse por comida	12,75	13,19	12,31	11,08

Pais indulgentes têm sido associados a piores desfechos de saúde das crianças, baixo consumo de frutas, legumes, verduras e produtos lácteos, além de maior Índice de Massa Corporal para idade (Hoerr *et al.*, 2009; Wood *et al.*, 2022). Já segundo Norton e colaboradores (2022), a recusa em comer foi altamente correlacionada com a prática autoritária de “pressão para comer”. Alguns estudos sugerem que a pressão para comer e a restrição alimentar acabam por desempenhar efeitos contrários, desestimulando o interesse da criança pelo alimento apresentado (Zampieri, 2023).

Conclusão

A partir do diagnóstico o trabalho pôde contribuir na criação e elaboração de estratégias para modular o comportamento educativo parental em populações de baixa renda, a fim de promover comportamentos alimentares infantis mais saudáveis.

Referências

- CAUDURO G. N.; REPPOLD, C. T.; PACHECO, J. T. B. Adaptação Transcultural do Questionário de Estilos Parentais na Alimentação (QEPA). *Avanço Psicológico*, v. 16, n. 3, p. 293-300, 2017. DOI: <http://dx.doi.org/10.15689/ap.2017.1603.12452>.
- HOERR, S. L. *et al.* Associações entre estilos de alimentação parental e ingestão alimentar infantil em famílias com renda limitada. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, v. 6, p. 55, 2009.
- NORTON, L. *et al.* Comunicação alimentar dos pais e comportamentos alimentares das crianças: uma revisão sistemática da literatura. *Promotor de Saúde / Austrol*, v. 34, n. 2, p. 366-78, 2022. DOI: <https://doi.org/10.1002/hpja.604>
- QUEIROZ, S. G. Seletividade alimentar e sua relação com o baby-led weaning. Monografia (Graduação em Nutrição) - Universidade Federal de Pernambuco, Recife, 2023.
- VIANA V.; SINDE, S. D. Comportamento alimentar em crianças: Estudo de validação de um questionário numa amostra portuguesa (CEBQ). *Análise Psicológica*, v. 26, N. 1, 2008. Disponível em: <http://publicacoes.ispa.pt/publicacoes/index.php/ap/artigo/view/480/pdf>
- WOOD, A. C. *et al.* Práticas parentais de vegetais variam de acordo com os estilos de alimentação entre mães de classe média de crianças pequenas. *Appetite*, v. 171, abc, 2022.
- ZAMPIERI, L. R. Estilos parentais na alimentação e fatores associados em crianças hospitalizadas. (s. f.), 2023. Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/handle/10183/271326>.

RESGATE A CULTURA DOS CHÁS: UMA EDUCAÇÃO NUTRICIONAL COM A TERCEIRA IDADE

THAIS MACHADO CANDIDO, ANA JULIA CORTELETTI, JEAN ALESSANDER DE OLIVEIRA DE CASTRO, MARCELA BASTOS SIMÕES, SÔNIA MARIA BERBAT ANDRADE PAULA

Faculdade Bezerra de Araújo
thaismachado.nutri@gmail.com

Introdução: A cultura dos chás está presente na sociedade desde a antiguidade. No Brasil, suas propriedades e benefícios são apoiados e catalogados pela ANVISA. No curso de nutrição, nós temos contato com o mundo dos fitoterápicos e seus benefícios e em que situações aplicamos esse conhecimento. Já em nosso estágio de Saúde Coletiva, no núcleo de estágio da faculdade em uma comunidade da zona oeste do Rio de Janeiro-RJ, a equipe realiza atendimento clínico e promove a educação nutricional, incentivando o uso de alimentos in natura ou minimamente processados, evitando sucos processados, refrigerantes e outras bebidas ultra processadas na comunidade local. Foi quando, em uma das apresentações, identificamos a necessidade de realizar um trabalho voltado para o consumo dos chás, seus benefícios e seu modo correto de preparo. De acordo com o Guia Alimentar para a População Brasileira (2014), os profissionais de saúde devem promover a educação alimentar e a promoção da saúde, considerando as culturas locais. **Objetivo:** O presente trabalho teve como proposta levar o conhecimento aprofundado sobre os benefícios que os chás trazem, juntamente com as instruções de preparo e suas aplicações, em apresentações semanais. Também tivemos a ideia de desenvolver um material bibliográfico, com uma linguagem mais simples, sobre o preparo dos chás e seus benefícios. **Metodologia:** Foram realizados uma sequência de encontros, uma vez por semana, durante nosso período de estágio. Nesses encontros, através de rodas de conversa, nós apresentamos alguns chás, explicando seus benefícios e modo de preparo correto para aproveitar as propriedades de cada um. Além disso, houve degustação dos chás, oficinas culinárias, atividades lúdicas, entre outros. As atividades foram programadas e realizadas pelos estagiários juntamente com a docente e preceptora do estágio de Saúde Coletiva de nossa instituição. Durante o período foram apresentados chás de Capim limão, gengibre, hortelã, manjeriço, folha de amora, chá preto com laranja e limão, boldo, folhas de goiabeira, erva cidreira, chá verde, entre outros. **Resultados:** Conseguimos, através desse trabalho, sensibilizar o público atendido sobre a temática apresentada, resgatando o conhecimento popular sobre plantas medicinais, utilizadas no preparo de chás, que se perderam ao longo do tempo com o alto consumo de ultraprocessados. Ao fim do período de estágio foi apresentado o trabalho de conclusão do mesmo, juntamente com o E-Book das plantas medicinais presentes no cotidiano da comunidade local e que são de fácil acesso. **Conclusão:** Nosso objetivo inicial, de sensibilizar o grupo e resgatar o costume milenar dos chás, foi alcançado. As práticas educativas proporcionaram uma experiência interativa com o grupo de convivência da terceira idade, permitindo o desenvolvimento de habilidades culinárias e a compreensão da importância das escolhas alimentares saudáveis no cotidiano de cada uma.

Referências

BRASIL Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica.

Guia alimentar para a população brasileira / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – 2. ed., 1. reimpr. – Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA, Orientações Sobre o Uso de Fitoterápicos E Plantas Medicinais, 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/anvisa/pt-br/centraisdeconteudo/publicacoes/medicamentos/publicacoes-sobre-medicamentos/orientacoes-sobre-o-uso-de-fitoterapicos-e-plantas-medicinais.pdf> Acessado em 19/06/24

Palavras chaves: nutrição, fitoterapia, chás, saúde, coletiva



16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis



RESGATANDO A CULTURA DOS CHÁS: UMA EDUCAÇÃO NUTRICIONAL COM A TERCEIRA IDADE

CANDIDO, Thais Machador¹; CORTELETTI, Ana Julia; CASTRO Jean Alessander De Oliveira De; SIMÕES, Marcela Bastos; PAULA, Sônia Maria Berbat Andrade

E-mail: thaismachado.nutri@gmail.com

FACULDADE BEZERRA DE ARAUJO ¹

Educação Alimentar e Nutricional

Introdução

A cultura dos chás está presente na sociedade desde a antiguidade. No Brasil, suas propriedades e benefícios são apoiados e catalogados pela ANVISA. No curso de nutrição, nós temos contato com o mundo dos fitoterápicos e seus benefícios e em que situações aplicamos esse conhecimento. Já em nosso estágio de Saúde Coletiva, no núcleo de estágio da faculdade em uma comunidade da zona oeste do Rio de Janeiro-RJ, a equipe realiza atendimento clínico e promove a educação nutricional, incentivando o uso de alimentos in natura ou minimamente processados, evitando sucos processados, refrigerantes e outras bebidas ultra processadas na comunidade local. Foi quando, em uma das apresentações, identificamos a necessidade de realizar um trabalho voltado para o consumo dos chás, seus benefícios e seu modo correto de preparo. De acordo com o Guia Alimentar para a População Brasileira (2014), os profissionais de saúde devem promover a educação alimentar e a promoção da saúde, considerando as culturas locais.

Objetivo

O presente trabalho teve como proposta levar o conhecimento aprofundado sobre os benefícios que os chás trazem, juntamente com as instruções de preparo e suas aplicações, em apresentações semanais. Também tivemos a ideia de desenvolver um material bibliográfico, com uma linguagem mais simples, sobre o preparo dos chás e seus benefícios.

Metodologia

Foram realizados uma sequência de encontros, uma vez por semana, durante nosso período de estágio. Nesses encontros, através de rodas de conversa, nós apresentamos alguns chás, explicando seus benefícios e modo de preparo correto para aproveitar as propriedades de cada um. Além disso, houve degustação dos chás, oficinas culinárias, atividades lúdicas, entre outros. As atividades foram programadas e realizadas pelos estagiários juntamente com a docente e preceptora do estágio de Saúde Coletiva de nossa instituição. Durante o período foram apresentados chás de Capim limão, gengibre, hortelã, manjeriço, folha de amora, chá preto com laranja e limão, boldo, folhas de goiabeira, erva cidreira, chá verde, entre outros. Resultados: Conseguimos, através desse trabalho, sensibilizar o público atendido sobre a temática apresentada, resgatando o conhecimento popular sobre plantas medicinais, utilizadas no preparo de chás, que se perderam ao longo do tempo com o alto consumo de ultra processados. Ao fim do período de estágio foi apresentado o trabalho de conclusão do mesmo, juntamente com o E-Book das plantas medicinais presentes no cotidiano da comunidade local e que são de fácil acesso.

Conclusão

Nosso objetivo inicial, de sensibilizar o grupo e resgatar o costume milenar dos chás, foi alcançado. As práticas educativas proporcionaram uma experiência interativa com o grupo de convivência da terceira idade, permitindo o desenvolvimento de habilidades culinárias e a compreensão da importância das escolhas alimentares saudáveis no cotidiano de cada uma.



Imagem 1: Idosas atendidas



Imagem 2: Alguns chá apresentados.



Imagem 3: Grupo de estudantes realizando atividade de educação nutricional na campanha de vacinação da gripe.



Imagem 4: Capa do E-book

Referências

BRASIL Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia alimentar para a população brasileira / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – 2. ed., 1. reimpr. – Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA, Orientações Sobre o Uso de Fitoterápicos E Plantas Medicinais, 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/anvisa/pt-br/centraisdeconteudo/publicacoes/medicamentos/publicacoes-sobre-medicamentos/orientacoes-sobre-o-uso-de-fitoterapicos-e-plantas-medicinais.pdf> Acessado em 19/06/24

RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO É LUGAR DE PESQUISA E DE EDUCAÇÃO TAMBÉM: A GENTE NÃO QUER SÓ COMIDA

ALEXANDRE MOUTINHO PALIS, RAUANY KATHELYN MOREIRA DA COSTA,
JÚLIA NASCIMENTO LOBATO, VERÔNICA OLIVEIRA,
MARIA CLÁUDIA DA VEIGA SOARES CARVALHO, JULIA MEDEIROS RAMALHO
Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ)
alexandrepalis1@gmail.com

Introdução: O Restaurante Universitário (RU) da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ) é um equipamento social de ações de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) que se reafirma como ambiente cidadão promotor de segurança alimentar e nutricional. Por um lado, produz alimentação que aplica diariamente o Guia Alimentar para a População Brasileira (GAPB) no cardápio, por outro, realiza atividades de EAN e pesquisa. Este relato é uma experiência pedagógica que articula trabalho de campo de doutorado de nutricionista do RU com ações de EAN na formação em nutrição. Objetivo: Problematizar alimentação saudável a partir de reflexões sobre a dieta domiciliar dos estudantes usuários do RU. Metodologia: Na primeira etapa de territorialização realizada pelo grupo de 9 alunos com a doutoranda estimou-se o público-alvo, dimensões e funções espaciais, agentes e suas funções, horários da produção e do atendimento ao público. Após reunião colaborativa, foi definida a data 01/12/2023, o local da ação, na saída do restaurante, e materiais pedagógicos. Os alunos elaboraram impressões de alimentos diversos em figuras plastificadas, totalizando 59 alimentos que variaram de alimentos *in natura* a ultraprocessados, utilizando 3 pratos e 2 mesas de apoio. A atividade durou 2 horas e 30 minutos (de 10:30 às 13 horas) e foi dividida em 3 momentos: o primeiro consistiu em abordar os universitários e sugerir que eles montassem um típico jantar utilizando as figuras para representar os alimentos. A partir disso, o grupo perguntava aos participantes se eles mudariam algo naquela refeição com o intuito de torná-la mais saudável, instigando a reflexão sobre o que representa uma alimentação saudável, segundo os fundamentos do GAPB. Na última etapa, os estudantes perguntaram se os participantes classificam as refeições do RU como saudáveis, buscando compreender os motivos para as respostas positivas e negativas. Foi disponibilizado um formulário em papel para que os alunos deixassem um *feedback* qualitativo. Resultados: Na montagem dos pratos, observamos um receio em relação ao consumo de ultraprocessados, como alimentos não saudáveis, ao mesmo tempo que uma necessidade de adaptação para um prato mais adequado. Depois, os participantes perceberam ausência de figuras, por exemplo bebidas alcoólicas e farofa industrial, que seriam por eles consumidos. Por fim, ficou claro a dificuldade de efetivação de uma alimentação saudável, por falta de tempo, recursos financeiros, falta de equipamentos básicos como geladeira, fogão, utensílios culinários e resistência à distância de supermercados e feiras em relação às suas moradias. Eles reivindicaram ações de EAN, dinâmicas interativas, que fossem em prol da formação e permanência de hábitos alimentares saudáveis na UFRJ. Conclusão: Há diversos entraves para o estudante fazer uma alimentação adequada em casa durante o processo de permanência na universidade. Eles dependem do RU para obter as suas principais refeições diárias de acordo com GAPB.

Referências

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas no Brasil. Brasília, DF: MDS, 2012.

BRASIL. Ministério da Saúde. Guia alimentar para a população brasileira: promovendo a alimentação saudável.

Palavras chaves: Educação alimentar e nutricional, restaurante universitário, atividade participativa em grupo, nutrição, alimentação saudável.

Apoio/Fomentos: PIBIC.





16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e
Sustentáveis



Realização: UFRJ
Organização: INJC PR2
Apoio: CRN4 AF010

RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO É LUGAR DE PESQUISA E DE EDUCAÇÃO TAMBÉM: A GENTE NÃO QUER SÓ COMIDA

PALIS, Alexandre; da Costa, Rauany; Lobato, Júlia.

Orientadoras : Oliveira, Verônica; Carvalho, Maria; Ramalho; Julia

alexandrepalis@ufrj.br

Instituto de Nutrição Josué de Castro, Universidade Federal do Rio de Janeiro

Educação Alimentar e Nutricional

INTRODUÇÃO:

O Restaurante Universitário (RU) da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ) é um equipamento social de ações de Educação Alimentar e Nutricional (EAN) e representa um ambiente promotor de segurança alimentar e nutricional. Além de aplicar as diretrizes do Guia Alimentar para a População Brasileira (GAPB) no cardápio, também propicia a realização de atividades de EAN e pesquisa. Este relato é uma experiência pedagógica que articula trabalho de campo de doutorado de uma nutricionista do RU com ações de EAN na formação em nutrição.

OBJETIVO:

Problematizar alimentação saudável a partir de reflexões sobre a dieta domiciliar dos estudantes usuários do RU.

METODOLOGIA :

A atividade foi dividida em três etapas. Na primeira, os universitários foram apresentados às figuras de alimentos e solicitados a compor uma refeição. Em seguida, o grupo de pesquisa instigou a discussão sobre como tornar aquela refeição mais saudável, utilizando como referência os princípios do GAPB. Por fim, foram realizadas perguntas abertas sobre a qualidade das refeições oferecidas pelo RU, visando compreender a percepção dos estudantes e os motivos que influenciam suas escolhas alimentares nesse contexto.

RESULTADOS:

Na montagem dos pratos, observamos um receio em relação ao uso de figuras que representavam os ultraprocessados, pois são vistos como alimentos não saudáveis. Logo, houve dificuldade na transição da primeira etapa para a segunda, pois os participantes evitaram os ultraprocessados e pouca mudança poderia ser feita.

Depois, eles relataram a ausência de figuras, por exemplo bebidas alcoólicas e farofa, que consumidos frequentemente. Por fim, apesar de não representarem nos pratos, ficou claro a dificuldade de efetivação de uma alimentação saudável, por falta de tempo, recursos financeiros, falta de equipamentos básicos como geladeira, fogão, utensílios culinários e resistência à distância de supermercados e feiras em relação às moradias. Eles reivindicaram ações de EAN, dinâmicas interativas, que fossem em prol da formação e permanência de hábitos alimentares saudáveis na UFRJ.



CONCLUSÃO:

Há diversos entraves para o estudante fazer uma alimentação adequada em casa durante o processo de permanência na universidade. Muitos dependem do RU para obter as suas principais refeições diárias de acordo com GAPB.

REFERÊNCIAS:

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas no Brasil. Brasília, DF: MDS, 2012.

BRASIL. Ministério da Saúde. Guia alimentar para a população brasileira: promovendo a alimentação saudável.

Apoio: PIBIC- *UFRJ".

ROTULAGEM NUTRICIONAL FRONTAL NA EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

MARIA HELENA NOGUEIRA DA SILVA, AMANDA ARAÚJO BEZERRA DOS SANTOS, ANA LUIZA HENRIQUE DE ALMEIDA, CAROLINE DEVECCHI PEREIRA, LUANA SILVA MONTEIRO, NAIARA SPERANDIO, ANA ELIZA PORT LOURENÇO, PRISCILA VIEIRA PONTES.

Instituto de Alimentação e Nutrição do Centro Multidisciplinar UFRJ-Macaé

e-mail contato principal: esauraprojeto@gmail.com

Introdução: A rotulagem nutricional frontal (RNF), recentemente implementada no Brasil, é um selo de lupa com a informação “alto em” açúcares adicionados, gorduras saturadas e/ou sódio. O selo deve ser aplicado aos rótulos de produtos que ultrapassem os limites estabelecidos pela legislação vigente desses nutrientes críticos para a saúde. Essa é uma estratégia que busca contribuir para a garantia do direito do consumidor por uma informação clara. Diversos países da América Latina adotaram essa política e já observam o impacto positivo no enfrentamento a doenças crônicas associadas a má alimentação. **Objetivo:** Dialogar com participantes de um evento de extensão da UFRJ sobre a rotulagem nutricional frontal e seu impacto nas escolhas alimentares. **Metodologia:** Foi realizada uma ação educativa, desenvolvida pela equipe do projeto de extensão ESAURA – Escolha Saudável Utilizando Rótulos de Alimentos, durante o Verão com Ciência da UFRJ-Macaé, em fevereiro de 2024. A ação foi dividida em dois momentos. O primeiro consistiu em uma apresentação sobre a RNF e o segundo foi uma dinâmica com perguntas sobre a RNF e as escolhas alimentares, na qual cada participante deveria sinalizar com cartões nas cores verde ou vermelha, se consideravam a resposta verdadeira ou falsa, respectivamente, gerando um debate que foi mediado pelas estudantes extensionistas. Ao final, todos preencheram uma ficha de avaliação da ação. **Resultados:** A ação contou com dez participantes, sendo nove estudantes universitários e um professor da educação básica de Macaé, que afirmaram já ter visto a RNF nos rótulos de alimentos. A questão que gerou mais debate entre os participantes foi sobre considerar um “suco de caixinha” sem RNF como uma bebida saudável. Muitos desconheciam sobre a substituição de açúcar, para evitar a RNF, por edulcorantes. O debate e as respostas das fichas de avaliação evidenciaram que todos consideram que a RNF atrai a atenção do consumidor e que impactará nas escolhas alimentares. No entanto, os participantes acreditam que o baixo custo e a praticidade de alguns ultraprocessados são características que pesam na decisão dos consumidores. Salienta-se que o professor participante manifestou interesse em replicar a ação com seus alunos do ensino médio, o que demonstra o potencial de capilarização da extensão universitária. Embora a ação tenha focado na RNF, aproveitou-se para debater sobre as outras mudanças na legislação sobre a rotulagem de alimentos e para divulgar as orientações do Guia alimentar para a população brasileira, destacando a importância de associar a RNF à leitura da lista de ingredientes para identificação dos ultraprocessados. **Conclusão:** A ação promoveu o diálogo sobre a RNF e incentivou a criticidade para as escolhas alimentares. Igualmente, oportunizou o desenvolvimento da escuta ativa e aprendizado prático propiciado pelo protagonismo das estudantes extensionistas.

Referências

BRASIL. Ministério da Saúde/Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução da Diretoria Colegiada – RDC 429, de 8 de outubro de 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia Alimentar para a População Brasileira. 2. ed., 156 p. Brasília, 2014.

Boza S, Saco V, Polanco R. Rotulagem nutricional frontal de alimentos na América Latina: revisão das experiências do Chile e do Peru. Bol Inst Saúde. 2020; 21(1):151-160.

Palavras chaves: Promoção da saúde; Educação em Saúde; Rotulagem Nutricional.

Apoio/Fomentos: PROFAEX 2024/PR-5 UFRJ





16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

Realização: UFRJ
Organização: INTC PR2
Apoio: CRN44 IAF40

IMPACTO DA ROTULAGEM NUTRICIONAL FRONTAL NAS ESCOLHAS ALIMENTARES: PERCEPÇÃO DOS PARTICIPANTES DO VERÃO COM CIÊNCIA DA UFRJ-MACAÉ

SILVA, Maria Helena¹; SANTOS, Amanda¹; ALMEIDA, Ana Luiza¹; PEREIRA, Caroline¹; MONTEIRO, Luana¹; SPERANDIO, Naiara¹; LOURENÇO, Ana Eliza¹; PONTES, Priscila¹.

INSTITUTO DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO - CENTRO MULTIDISCIPLINAR UFRJ-MACAÉ¹
Educação Alimentar e Nutricional

Palavras-chave: Promoção da saúde; Educação em Saúde; Rotulagem Nutricional.

e-mail: esauraprojeto@gmail.com

INTRODUÇÃO

A rotulagem nutricional frontal (RNF), recentemente implementada no Brasil, é um selo de lupa com a informação “alto em” açúcares adicionados, gorduras saturadas e/ou sódio. O selo deve ser aplicado aos rótulos de produtos que ultrapassem os limites estabelecidos pela legislação vigente desses nutrientes críticos para a saúde. Essa é uma estratégia que busca contribuir para a garantia do direito do consumidor por uma informação clara e adequada. Diversos países da América Latina adotaram essa política e já observam o impacto positivo no enfrentamento a doenças crônicas associadas a má alimentação.

OBJETIVO

Dialogar com participantes de um evento de extensão promovido pela UFRJ sobre a rotulagem nutricional frontal e o seu impacto nas escolhas alimentares.

METODOLOGIA

Foi realizada uma ação educativa, desenvolvida pela equipe do projeto de extensão ESAURA – Escolha Saudável Utilizando Rótulos de Alimentos, durante o evento Verão com Ciência da UFRJ-Macaé. Salienta-se que esse é um evento gratuito e aberto à população geral. A ação, realizada em janeiro de 2024, foi dividida em dois momentos. O primeiro consistiu em uma breve apresentação sobre a RNF e o segundo foi uma dinâmica com nove perguntas sobre a RNF e as escolhas alimentares, na qual cada participante deveria sinalizar com cartões nas cores verde ou vermelha, se consideravam a resposta verdadeira ou falsa, respectivamente, gerando um debate que foi mediado pelas estudantes extensionistas.

RESULTADOS

A ação contou com dez participantes, sendo nove estudantes universitários e um professor da educação básica de Macaé, que afirmaram já ter visto a RNF nos rótulos de alimentos.

Aproveitou-se a oportunidade para divulgar as orientações do Guia alimentar para a população brasileira, destacando a importância da leitura dos rótulos para identificação de ultraprocessados.



Figura 1: aluna extensionista divulgando as orientações do Guia Alimentar para a População Brasileira



Figura 2: alunos universitários e professores dialogando sobre a dinâmica referente a RNF.

CONCLUSÃO

A ação promoveu o diálogo sobre a RNF e incentivou a criticidade para as escolhas alimentares. Igualmente, oportunizou o desenvolvimento da escuta ativa e aprendizado prático propiciado pelo protagonismo das estudantes extensionistas.

REFERÊNCIAS

- BRASIL. Ministério da Saúde/Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução da Diretoria Colegiada – RDC 429, de 8 de outubro de 2020.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia Alimentar para a População Brasileira. 2. ed., 156 p. Brasília, 2014.
- Boza S, Saco V, Polanco R. Rotulagem nutricional frontal de alimentos na América Latina: revisão das experiências do Chile e do Peru. Bol Inst Saúde. 2020; 21(1):151-160.



Apoio/Fomentos: PROFAEX 2024/PR-5 UFRJ

CURSO DE HOSPITALIDADE TRANSGARÇONNE: DESAFIOS DA EXTENSÃO NA FORMAÇÃO PROFISSIONAL

MATEUS FELIPE PIMENTEL ENÉAS; RENATO MONTEIRO; TARSILA SANTOS RIBEIRO; SÔNIA CRISTINA VERMELHO; IRAPOAN NOGUEIRA FILHO; FÁBIO FRANCISCO DE ARAUJO

Universidade Federal do Rio de Janeiro

mateusfelipe@ufrj.br

Embora pessoas transgênero (trans) sempre tenham existido, historicamente foram colocadas à margem da sociedade com impacto no acesso à educação e, conseqüentemente, ao mercado de trabalho. Estima-se que 90% das mulheres trans e travestis no Brasil tenham o trabalho sexual como única opção e principal fonte de renda (BENEVIDES, 2022). Diante deste contexto, o curso de extensão do programa TransGarçonne da UFRJ tem como objetivo qualificar pessoas trans para atuar no setor de Hospitalidade/Gastronomia. O objetivo deste estudo é avaliar os avanços e as limitações encontradas para a realização do curso de 2023. Como metodologia foram analisados: i) relatórios do curso, ii) cadernos de campo do extensionista da educação, iii) perfil do público e iv) processo seletivo. Como resultado, observamos que a divulgação do curso pelas redes sociais foi satisfatória tendo recebido 108 candidaturas para 25 vagas. Foi elaborado um documento com as normas para participação no curso em formato de edital, o que significou um avanço em relação aos cursos anteriores. O perfil do público foi identificado por meio de realizado no formulário *google forms*. Em relação ao gênero, cerca de 40,7% se identificaram como mulheres trans, 23,1% homens trans, 13% travestis, 10,3% transmasculinos e 12% não-binários. A maioria declarou identidade de gênero feminina, o que pode estar relacionado a maior dificuldade de terem acesso ao mercado de trabalho. Conforme Paniza e Moresco (2022), as identidades trans masculinas podem ter mais passabilidade, performar mais facilmente a cisgenderidade e obter melhor acesso ao mercado de trabalho. Em relação à raça, cerca de 65,7% se identificaram como pessoas pretas ou pardas, 28% brancos, 5,6% indígenas e amarelos, o que sinaliza a interseccionalidade de grupos minoritários de direitos. Foram realizadas entrevistas remotas com os candidatos por meio da plataforma de vídeo *whatsapp*. Apesar dos esforços de comunicação, muitos candidatos não participaram da entrevista, o que pode estar relacionado à dificuldade de acesso a internet. O curso ocorreu durante duas semanas de forma presencial e remota, totalizando 48 horas. A dificuldade de espaço físico nos laboratórios limitou a realização das aulas práticas. Foram abordados conteúdos relacionados à disciplina de Café, Bares e Bebidas do curso de Gastronomia da UFRJ, sendo acrescentados conteúdos de etiqueta profissional e orientação profissional, cuja contribuição é apontada por Almeida e Vasconcellos (2018), além do seminário e da troca de experiências com pessoas trans que atuam no mercado de gastronomia. Ao final do curso, dos 21 participantes aprovados no processo seletivo 17 concluíram. Como considerações, para as próximas edições, se coloca a necessidade de rever o conteúdo do curso por meio das avaliações realizadas pelos participantes, o processo seletivo, bem como a ampliação da carga horária, buscando melhorias no processo formativo.

Referências

BENEVIDES, Bruna (Org). **Dossiê assassinatos e violências contra travestis e transexuais brasileiras em 2021**. Brasília: Distrito Drag, ANTRA, 2022

ALMEIDA, Cecília Barreto de; VASCONCELLOS, Victor Augusto. Transexuais: transpondo barreiras no mercado de trabalho em São Paulo? **Revista de Direito FGV**. Fundação Getulio Vargas. São Paulo, n. 14, n. 2. Maio-ago, 2018.

CRUZ, B. P. A. MONTEIRO, R. TransGarçonne: extensão universitária e inclusão social na Gastronomia. Curitiba: Editora CRV, 2022.

PANIZA, Maurício Donavan Rodrigues; MORESCO, Marcielly Cristina. À margem da gestão da diversidade? Travestis, transexuais e o mundo do trabalho. **RAE-Revista de Administração de Empresas**. FGV EAESP, v. 62, n. 3, ago de 2022.

Palavras chaves: transgênero, formação profissional, extensão universitária, hospitalidade, gastronomia

Apoio/Fomentos: Pró-reitoria de extensão da UFRJ (Edital Profaex) e Ministério Público do Trabalho (MPT/RJ).





16º Encontro
Sabores e Saberes

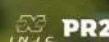
18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

Realização



Organização



Apoio



CURSO DE HOSPITALIDADE TRANSGARÇONNE: DESAFIOS DA EXTENSÃO NA FORMAÇÃO PROFISSIONAL

Mateus Felipe Pimentel Eneas - mateusfelipe@ufrj.br

Renato Monteiro, Sônia Cristina Vermelho, Irapoan Nogueira Filho, Fábio Francisco de Araújo e Tarsila Santos Ribeiro

Universidade Federal do Rio de Janeiro - Centro de Ciências da Saúde

Instituto de Nutrição Josué de Castro

Erradicação da pobreza e geração de renda

Embora pessoas transgênero (trans) sempre tenham existido, historicamente foram colocadas à margem da sociedade com impacto no acesso à educação e, conseqüentemente, ao mercado de trabalho. Estima-se que 90% das mulheres trans e travestis no Brasil tenham o trabalho sexual como única opção e principal fonte de renda (BENEVIDES, 2022). Diante deste contexto, o curso de extensão do programa TransGarçonne da UFRJ tem como objetivo qualificar pessoas trans para atuar no setor de Hospitalidade/Gastronomia. O objetivo deste estudo é avaliar os avanços e as limitações encontradas para a realização do curso de 2023. Como metodologia foram analisados: i) relatórios do curso, ii) cadernos de campo do extensionista da educação, iii) perfil do público e iv) processo seletivo. Como resultado, observamos que a divulgação do curso pelas redes sociais foi satisfatória tendo recebido 108 candidaturas para 25 vagas. Foi elaborado um documento com as normas para participação no curso em formato de edital, o que significou um avanço em relação aos cursos anteriores. O perfil do público foi identificado por meio do formulário *google forms*. Em relação ao gênero, cerca de 40,7% se identificaram como mulheres trans, 23,1% homens trans, 13% travestis, 10,3% transmasculinos e 12% não-binários. A maioria declarou identidade de gênero feminina, o que pode estar relacionado a maior dificuldade de terem acesso ao mercado de trabalho. Conforme Paniza e Moresco (2022), as identidades trans masculinas podem ter mais passabilidade, performar mais facilmente a cisgeneridade e obter melhor acesso ao mercado de trabalho. Em relação à raça, cerca de 65,7% se identificaram como pessoas pretas ou pardas, 28% brancas, 5,6% indígenas e amarelas, o que sinaliza a interseccionalidade de grupos minoritários de direitos. Foram realizadas entrevistas remotas com os candidatos por meio da plataforma de vídeo *whatsapp*. Apesar dos esforços de comunicação, muitos candidatos não participaram da entrevista, o que pode estar relacionado à dificuldade de acesso a internet. O curso ocorreu durante duas semanas de forma presencial e remota, totalizando 48 horas. A dificuldade de espaço físico nos laboratórios limitou a realização das aulas práticas. Foram abordados conteúdos relacionados à disciplina de Café, Bares e Bebidas do curso de Gastronomia da UFRJ, sendo acrescentados conteúdos de etiqueta profissional e orientação profissional, cuja contribuição é apontada por Almeida e Vasconcellos (2018), além do seminário e da troca de experiências com pessoas trans que atuam no mercado de gastronomia. Ao final do curso, dos 21 participantes aprovados no processo seletivo 17 concluíram. Como considerações, para as próximas edições, se coloca a necessidade de rever o conteúdo do curso por meio das avaliações realizadas pelos participantes, o processo seletivo, bem como a ampliação da carga horária, buscando melhorias no processo formativo.

Referências:

BENEVIDES, Bruna (Org). **Dossiê assassinatos e violências contra travestis e transexuais brasileiras em 2021**. Brasília: Distrito Drag, ANTRA, 2022

ALMEIDA, Cecília Barreto de; VASCONCELLOS, Victor Augusto. Transexuais: transpondo barreiras no mercado de trabalho em São Paulo? **Revista de Direito FGV**. Fundação Getulio Vargas. São Paulo, n. 14, n. 2. Maio-ago, 2018.

CRUZ, B. P. A. MONTEIRO, R. TransGarçonne: extensão universitária e inclusão social na Gastronomia. Curitiba: Editora CRV, 2022.

PANIZA, Mauricio Donavan Rodrigues; MORESCO, Marcielly Cristina. À margem da gestão da diversidade? Travestis, transexuais e o mundo do trabalho. **RAE-Revista de Administração de Empresas**. FGV EAESP, v. 62, n. 3, ago de 2022.



Pró-Reitoria
de Extensão | PR-5



GASTRONOMIA E JUSTIÇA SOCIAL (GASTROJUS): AUTOAVALIAÇÃO, MOTIVAÇÃO E PERSPECTIVAS NA CAPACITAÇÃO DE SOBREVIVENTES DO CÁRCERE

JEFFERSON NUNES GOMES FILHO, JOÃO VICTOR PEREIRA NOGUEIRA, JULIA MATOS DA SILVA, MARA LIMA DE CNOP, RAFAEL LAVOURINHA PINTO, JOYCE TARSIA GARCIA CAFIERO

Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ)

jefferson.nunes.gomes.filho@gmail.com

Os altos índices de encarceramento no Brasil evidenciam a desigualdade econômica, social, racial e de gênero (SOBRINHO, 2014), quando observamos que os impactos do cárcere são especialmente danosos à população negra, mulheres, pobres e vulnerabilizados (OLIVEIRA, 2018). A gastronomia tem sido empregada em ações universitárias como recurso para minimizar contrastes sociais. O GastroJus - Gastronomia e Justiça Social é uma ação de extensão da Universidade Federal do Rio de Janeiro, em parceria com o Projeto Justiça para Elas e o Fórum Permanente de Saúde no Sistema Penitenciário do Rio de Janeiro, com apoio do Tribunal de Justiça do Estado do Rio de Janeiro, que visa capacitar mulheres cis e pessoas trans, que passaram pelo sistema prisional proporcionando oportunidade de trabalho em unidades de alimentação ou de forma autônoma. O curso, com carga horária total de 24 horas, foi dividido em oito encontros, com aulas teóricas e práticas, e aconteceu no período de Outubro a Dezembro de 2022. O presente estudo, inserido no projeto GastroJus, visou compreender os aspectos que motivaram a participação no projeto e perspectivas futuras. Para tanto, ao final do curso, foi aplicado questionário com respostas fechadas para os participantes (n=15), entre 18 a 56 anos em maior parte com ensino médio incompleto (54%), onde as perguntas foram: “O que te motiva a vir para o curso?” e “Ao terminar o curso você pretende:”. Os participantes poderiam selecionar mais de uma opção de resposta. Observou-se que 80% dos participantes relataram como principal fator motivacional para comparecimento ao curso o “Acolhimento” (80%), seguido de “Conhecimento adquirido” (73,3%), “Estar em uma universidade” (60%) e “Café da manhã e degustação das preparações” e “Integração com as demais alunas”, selecionadas por 20% dos participantes. Quanto à perspectiva, 73,3% dos participantes gostariam de fazer novos cursos, 53,3% almejam uma oportunidade com carteira assinada, 40% esperam ter seu próprio negócio e 20% montar um negócio com outro participante. A partir dos resultados observados, verifica-se a necessidade de recepcionar tal público na sociedade, visto que o acolhimento aparece como principal fator de motivação para comparecimento ao projeto. O investimento na capacitação dessa população também se mostra importante, ao observar-se que a busca por conhecimento foi sinalizada por muitos participantes, assim como a oportunidade de estar em uma universidade, outro aspecto motivacional encontrado, que integra-se à pretensão de realizar novos cursos. Diante da necessidade da reinserção na sociedade, grande parte da população do estudo demonstrou anseio por vínculo empregatício com carteira assinada e/ou buscar independência a partir do seu próprio negócio. Assim, conclui-se que o emprego de esforços na elaboração de cursos de capacitação profissional para o grupo investigado torna-se indispensável na reinserção destes no mercado de trabalho.

Referência

OLIVEIRA, Carolina Bessa Ferreira; TORRES, Eli Narciso da Silva; TORRES, Osmar. Vidas Negras: um panorama sobre os dados de encarceramento e homicídios de jovens negros no Brasil. Trama Interdisciplinar, São Paulo, v. 9, n. 1, p. 86-106, abr. 2018



16º Encontro Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis



GASTRONOMIA E JUSTIÇA SOCIAL (GASTROJUS): AUTOAVALIAÇÃO, MOTIVAÇÃO E PERSPECTIVAS NA CAPACITAÇÃO DE SOBREVIVENTES DO CÁRCERE

GOMES FILHO, Jefferson Nunes; NOGUEIRA, João Victor Pereira ; SILVA, Julia Matos da; CNOP, Mara Lima de; PINTO, Rafael Lavourinha; CAFIERO, Joyce Tarsia Garcia
UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO¹
ODS Erradicação da pobreza e geração de renda.

Introdução

Os altos índices de encarceramento no Brasil evidenciam a desigualdade econômica, social, racial e de gênero (SOBRINHO, 2014), quando observamos que os impactos do cárcere são especialmente danosos à população negra, mulheres, pobres e vulnerabilizados (OLIVEIRA, 2018). A gastronomia tem sido empregada em ações universitárias como recurso para minimizar contrastes sociais.

Gastrojus

O Gastrojus - Gastronomia e Justiça Social é uma ação de extensão da Universidade Federal do Rio de Janeiro, que visa capacitar mulheres cis e pessoas trans, que passaram pelo sistema prisional proporcionando oportunidade de trabalho em unidades de alimentação ou de forma autônoma.

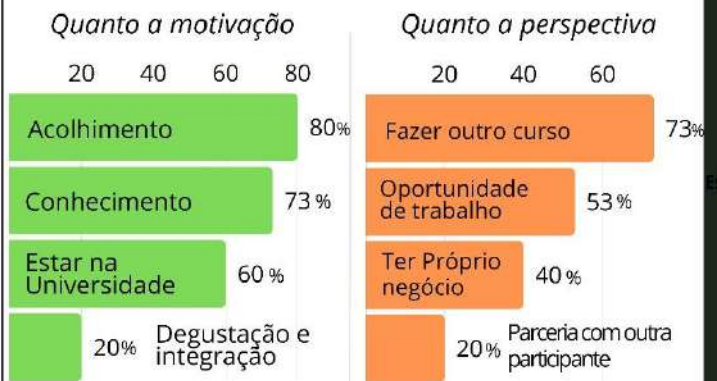


Imagem I: Equipe Gastrojus (2022)

Objetivo e Metodologia

O presente estudo, visou compreender os aspectos que motivaram a participação no projeto e perspectivas futuras. Aplicando um questionário com respostas fechadas para os participantes (n=15), entre 18 a 56 anos onde as perguntas foram: "O que te motiva a vir para o curso?" e "Ao terminar o curso você pretende:" Os participantes poderiam selecionar mais de uma opção de resposta.

Resultados



Referências

OLIVEIRA, Carolina Bessa Ferreira; TORRES, Eli Narciso da Silva; TORRES, Osmar. Vidas Negras: um panorama sobre os dados de encarceramento e homicídios de jovens negros no Brasil. Trama Interdisciplinar, São Paulo, v. 9, n. 1, p. 86-106, abr. 2018

SOBRINHO, Sérgio F. Os Impactos Econômicos da Atuação do Sistema Penal: vida virtual, isolamento e encarceramento em massa. Sequência, Florianópolis, n.69, p. 133-158, dez. 2014

APROVEITAMENTO INTEGRAL DO ALIMENTO COMO ESTRATÉGIA NUTRINIONAL, AMBIENTAL E SUSTENTÁVEL: UM RELATO DE EXPERIENCIA

RODRIGO LIMA DE FRANÇA, VITORIA MARTINS DE SOUZA DA SILVA; BIANCA LEAL DE MELO; CARLA QUADROS TABET; JONAS RODRIGUES DE ALBUQUERQUE; KARINA NEVES DA SILVA TELLES; LUANA ALVES DE MELLO; LUCAS BURLINI COELHO CELESTINO; THALITA DOS SANTOS DA SILVA; MARINA MESSAS SIQUEIRA MENEZES; JULIANA DOS SANTOS VILAR; GRACIELE LORENZONI NUNES; JULIANA DE PAULA LIMA; ROBERTA KATLEN FUSCO

MARRA; CRISTIANE MESQUITA DA SILVA GORGONIO

Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ)

martinsvitoria134@gmail.com

Mundialmente, cerca de 1 bilhão de toneladas de alimentos são desperdiçados e neste ranking, o Brasil está entre os 10 primeiros países. O desperdício de alimentos e os resíduos gerados, são assuntos de grande preocupação e uma forma de conscientizar sobre o tema é a aliança entre a extensão universitária e a comunidade (SANTOS, 2020). Nesta perspectiva foi criado o Projeto de Extensão “Aproveitamento Integral dos Alimentos: Nas Redes Sociais e na Escola”. O objetivo deste trabalho é apresentar as atividades desenvolvidas pelo projeto que visam promover o conhecimento sobre o uso integral dos alimentos e a sua contribuição para uma alimentação mais saudável e sustentável. Criado em 2021, o projeto conta com a colaboração de alunos extensionistas, nutricionistas e docentes dos cursos de Nutrição e Química da UFRJ. O tema “aproveitamento integral dos alimentos” é abordado por meio da utilização das redes sociais e de visitas presenciais a escolas públicas municipais da cidade de Niterói-RJ. Para isso, foram desenvolvidas oficinas culinárias e o compartilhamento de informações na mídia social do projeto. Entre os anos de 2022 e 2023, foram realizadas 9 oficinas culinárias que apresentaram o tema de forma lúdica para alunos de 8 a 11 anos, matriculados no 3º e 4º anos do ensino fundamental. Ao todo, 183 crianças participaram das oficinas e, acompanhadas por extensionistas, prepararam receitas com partes de alimentos usualmente descartadas. Antes das atividades práticas, houve uma exposição oral sobre sazonalidade dos alimentos e o uso da compostagem como aproveitamento de resíduos orgânicos. Para a realização das oficinas, foram fornecidos a receita, os utensílios, os equipamentos e os ingredientes necessários, previamente medidos e pesados. As preparações elaboradas em 2022 foram o “Bolo de Banana com Casca” e o “Bolo de Chocolate com Talos de Agrião”. Em 2023, foi elaborado somente o último bolo citado. No final de cada oficina, os alunos degustaram os bolos de formato “cupcake” e preencheram teste de aceitabilidade demonstrando ótima aceitação (DUTCOSKY, 2013), com médias de 97,05% em 2022 e 97,57% em 2023. Outra forma de atuação do projeto é por meio das redes sociais, uma vez que elas proporcionam maior engajamento e participação, colaborando para a divulgação do tema a uma audiência diversificada, o que possibilita o aumento da conscientização sobre tal problema e promove alternativas sustentáveis. Nelas, o projeto compartilha receitas utilizando partes usualmente descartadas, informações sobre os benefícios do aproveitamento de cada alimento, sua diversidade, utilização em preparações culinárias, bem como seus componentes e as reações químicas. As oficinas culinárias, somadas ao uso das redes sociais, constituem uma alternativa de incentivo ao aproveitamento integral dos alimentos, sendo uma forma de compartilhar, educar, engajar e inspirar as pessoas a adotarem práticas mais saudáveis e sustentáveis.

Referências

SANTOS, K. L. D.; PANIZZON, J.; CENCI, M. M.; GRABOWSKI, G.; JAHNO, V. D. Perdas e desperdícios de alimentos: reflexões sobre o atual cenário brasileiro. **Brazilian Journal of Food Technology**, v.23, 2020. DOI:10.1590/1981-6723.13419.

DUTCOSKY, S. D. **Análise sensorial de alimentos**. 4 ed. rev. e ampl. - Curitiba : Champagnat, 2013. 540p.

Palavras chaves: Desperdício; Alimentos; Mídias

Apoio/Fomentos: Parque Tecnológico da UFRJ





16º Encontro Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis



APROVEITAMENTO INTEGRAL DO ALIMENTO COMO ESTRATÉGIA NUTRICIONAL, AMBIENTAL E SUSTENTÁVEL: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

FRANÇA, Rodrigo¹; SILVA, Vitoria¹; MELO, Bianca¹; TABET, Carla¹; ALBURQUERQUE, Jonas¹; TELLER, Karina¹; MELLO, Luana¹; CELESTINO, Lucas¹; SILVA, Thalita¹; Rayssa Santos da Silva Brum¹; MENEZES, Marina²; VILAR, Juliana¹; NUNES, Graciele³; De Paula, Juliana¹; MARRA, Roberta⁴; GORGONIO, Cristiane¹

UFRJ, CCS/INJC 1; FME²; UFSM³; UFRJ, CT/IQ⁴

Contato: aproveitealimentos@gmail.com

Eixo temático: Aproveitamento integral de frutas, legumes e verduras

INTRODUÇÃO

Mundialmente, cerca de 1 bilhão de toneladas de alimentos são desperdiçados e neste ranking, o Brasil está entre os 10 primeiros países. O desperdício de alimentos e os resíduos gerados, são assuntos de grande preocupação e uma forma de conscientizar sobre o tema é a aliança entre a extensão universitária e a comunidade (SANTOS, 2020). Nesta perspectiva foi criado o Projeto de Extensão "Aproveitamento Integral dos Alimentos: Nas Redes Sociais e na Escola".

OBJETIVOS

O objetivo deste trabalho é apresentar as atividades desenvolvidas pelo projeto que visam promover o conhecimento sobre o uso integral dos alimentos e a sua contribuição para uma alimentação mais saudável e sustentável.

METODOLOGIA

Criado em 2021, o projeto conta com a colaboração de alunos extensionistas, nutricionistas e docentes dos cursos de Nutrição e Química da UFRJ. O tema "aproveitamento integral dos alimentos" é abordado por meio da utilização das redes sociais e de visitas presenciais a escolas públicas municipais da cidade de Niterói-RJ. Para isso, foram desenvolvidas oficinas culinárias e o compartilhamento de informações na mídia social do projeto. Entre os anos de 2022 e 2023, foram realizadas 9 oficinas culinárias que apresentaram o tema de forma lúdica para alunos de 8 a 11 anos, matriculados no 3º e 4º anos do ensino fundamental. Ao todo, 183 crianças participaram das oficinas e, acompanhadas por extensionistas, prepararam receitas com partes de alimentos usualmente descartadas. Antes das atividades práticas, houve uma exposição oral sobre sazonalidade dos alimentos e o uso da compostagem como aproveitamento de resíduos orgânicos (Figura 1). Para a realização das oficinas, foram fornecidos a receita, os utensílios, os equipamentos e os ingredientes necessários, previamente medidos e pesados.



Figura 1. Foto dos banners utilizados para ilustrar sobre o uso da compostagem e a sazonalidade dos alimentos (variável conforme mês de realização da oficina).

RESULTADOS



Figura 2. Foto do bolo de chocolate com talos de agrião em formato Cupcake, da oficina de 2023.

As preparações elaboradas em 2022 foram o "Bolo de Banana com Casca" e o "Bolo de Chocolate com Talos de Agrião". Em 2023, foi elaborado somente o último bolo citado, com aumento gradativo de talos de agrião. Ao fim da oficina, os alunos degustaram os bolos no formato "cupcake" (Figura 2) e preencheram um teste de aceitabilidade, na qual, demonstraram ótima aceitação (DUTCOSKY, 2013), com médias de 97,05% em 2022 e 97,57% em 2023.

Outra forma de atuação do projeto é por meio das redes sociais @aproveitealimentos (Figura 3), uma vez que elas proporcionam maior engajamento e participação, colaborando para a divulgação do tema a uma audiência diversificada, o que possibilita o aumento da conscientização sobre tal problema e promove alternativas sustentáveis. Nelas, o projeto compartilha receitas utilizando partes usualmente descartadas, informações sobre os benefícios do aproveitamento de cada alimento, sua diversidade, utilização em preparações culinárias, bem como seus componentes e as reações químicas.



Figura 3. Foto do perfil do projeto na rede social Instagram.

CONCLUSÃO

As oficinas culinárias, somadas ao uso das redes sociais, constituem uma alternativa de incentivo ao aproveitamento integral dos alimentos, sendo uma forma de compartilhar, educar, engajar e inspirar as pessoas a adotarem práticas mais saudáveis e sustentáveis.

REFERÊNCIAS

- SANTOS, K. L. D.; PANIZZON, J.; CENCI, M. M.; GRABOWSKI, G.; JAHNO, V. D. Perdas e desperdícios de alimentos: reflexões sobre o atual cenário brasileiro. *Brazilian Journal of Food Technology*, v.23, 2020. DOI:10.1590/1981-6723.13418.
- DUTCOSKY, S. D. *Análise sensorial de alimentos*. 4 ed. rev. e ampl. - Curitiba : Champagnat, 2013. 540p.

AGRADECIMENTOS



AValiação DO RESTO INGESTÃO EM UM RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO LOCALIZADO NA CIDADE DO RIO DE JANEIRO

GESSYCA LOUREIRO LOPES RODRIGUES, ANA LÚCIA PEREIRA, RAFAELA KAREN FABRI,
PATRÍCIA MARIA PÉRICO PEREZ

Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ), Rio de Janeiro, RJ – Brasil

gessycarodrigues19@gmail.com

Introdução: Os Restaurantes Universitários são espaços coletivos dedicados à oferta de refeições que promovam hábitos alimentares saudáveis e a segurança alimentar e nutricional aos estudantes. Nesses locais é comum encontrar desperdícios em diferentes etapas do processo produtivo. O monitoramento dos indicadores de desperdício é importante para aprimorar a eficiência e reduzir os impactos econômicos, ambientais e sociais. **Objetivo:** Avaliar o desperdício de alimentos por meio do resto-ingestão em um restaurante universitário na cidade do Rio de Janeiro. **Método:** Estudo transversal, quantitativo e descritivo, realizado a partir de dados secundários fornecidos pela empresa terceirizada responsável pela operação do RU, de janeiro a junho de 2023 (114 dias). A análise concentrou-se no turno do almoço, devido ao maior volume de refeições produzidas. O resto-ingestão foi medido através da pesagem do cesto de lixo na área de devolução de bandejas, excluindo partes não comestíveis. As pesagens foram feitas com uma balança industrial. A quantidade de refeições servidas foi contabilizada por catracas eletrônicas do restaurante. Foram calculados o consumo médio de alimentos por refeição, o resto-ingestão *per capita* e o percentual de resto. Para calcular a quantidade de pessoas que poderiam ser alimentadas com o desperdício do resto ingestão, foi considerada a seguinte fórmula: n° de pessoas que poderiam ser alimentadas com o resto ingestão = Resto-ingestão/Consumo médio de alimentos por refeição. **Resultados:** Em média foram servidas 35.425 refeições, com uma produção de 23.099 kg de alimentos. O maior número de refeições servidas foi em maio, chegando a 48.500 refeições, enquanto fevereiro teve 15.964 devido à semana de provas finais da universidade. A unidade teve uma média de resto ingestão de 1.035kg, com um percentual de 4,82% e 30,05g *per capita*. A variação de resto ingestão foi de 589kg (fevereiro) a 1.348kg (junho). O consumo médio de alimentos por refeição foi em média de 629 g, portanto, 1.655 pessoas poderiam ser alimentadas com a quantidade total desperdiçada. Os resultados podem ser considerados aceitáveis, dentro do percentual de até 5% e dos limites de 15 a 45g *per capita* indicados na literatura. **Conclusão:** A unidade obteve resultados satisfatórios quanto ao desperdício medido pelo resto-ingestão. Campanhas educacionais realizadas no local, uso de fichas técnicas e atualizações no cardápio podem ter contribuído para uma boa aceitação da refeição. Apesar disso, uma grande quantidade de pessoas poderiam ser alimentadas com a quantidade desperdiçada. O controle do resto ingestão é crucial para alcançar metas globais de redução do desperdício de alimentos, mas é igualmente importante avaliar outros parâmetros de desperdício em todas as etapas do processo produtivo para maximizar a eficiência e promover práticas sustentáveis.

Referências

- SPINELLI, M. G. N. Avaliação da produção. In: ABREU, E. S.; SPINELLI, M. G. N.; PINTO A. M. S. Gestão de unidades de alimentação e nutrição: um modo de fazer. 4 ed. São Paulo: Metha, 2011. 169-184.
- VAZ, C. S. Restaurantes: controlando custos e aumentando lucros. Brasília, 2006.
- CASTRO, F. A. F.; QUEIROZ, V. M. V. Cardápios: planejamento e etiqueta. Viçosa, MG. Universidade Federal de Viçosa. 2007.

Palavras chaves: Desperdício de alimentos; resto ingestão; alimentação coletiva



16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

Realização: UFRJ
Organização: INIC PR2
Apoio: CRN04 AF010

AVALIAÇÃO DO RESTO INGESTÃO EM UM RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO LOCALIZADO NA CIDADE DO RIO DE JANEIRO

RODRIGUES, Gessyca,¹ PEREIRA, Ana,¹ FABRI, Rafaela,¹ PEREZ, Patrícia¹
Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ), Rio de Janeiro, RJ – Brasil ¹
gessycarodrigues19@gmail.com

Perdas, Desperdícios e Aproveitamento de alimentos

INTRODUÇÃO

Os Restaurantes Universitários são espaços coletivos dedicados à oferta de refeições que promovam hábitos alimentares saudáveis e a segurança alimentar e nutricional aos estudantes. Nesses locais é comum encontrar desperdícios em diferentes etapas do processo produtivo. O monitoramento dos indicadores de desperdício é importante para aprimorar a eficiência e reduzir os impactos econômicos, ambientais e sociais.

OBJETIVO

Avaliar o desperdício de alimentos por meio do resto-ingestão em um restaurante universitário na cidade do Rio de Janeiro.

MÉTODO

Estudo transversal, quantitativo e descritivo, realizado a partir de dados secundários fornecidos pela empresa terceirizada responsável pela operação do RU, de janeiro a junho de 2023 (114 dias). A análise concentrou-se no turno do almoço, devido ao maior volume de refeições produzidas. O resto-ingestão foi medido através da pesagem do cesto de lixo na área de devolução de bandejas, excluindo partes não comestíveis. As pesagens foram feitas com uma balança industrial. A quantidade de refeições servidas foi contabilizada por catracas eletrônicas do restaurante. Foram calculados o consumo médio de alimentos por refeição, o resto-ingestão *per capita* e o percentual de resto. Para calcular a quantidade de pessoas que poderiam ser alimentadas com o desperdício do resto ingestão, foi considerada a seguinte fórmula: n° de pessoas que poderiam ser alimentadas com o resto ingestão = Resto-ingestão/Consumo médio de alimentos por refeição.

RESULTADO

Em média foram servidas 35.425 refeições, com uma produção de 23.099 kg de alimentos. O maior número de refeições servidas foi em maio, chegando a 48.500 refeições, enquanto fevereiro teve 15.964 devido à semana de provas finais da universidade. A unidade teve uma média de resto ingestão de 1.035kg, com um percentual de 4,82% e 30,05g per capita. A variação de resto ingestão foi de 589 kg (fevereiro) a 1.348kg (junho). O consumo médio de alimentos por refeição foi em média de 629 g, portanto, 1.655 pessoas poderiam ser alimentadas com a quantidade total desperdiçada. Os resultados podem ser considerados aceitáveis, dentro do percentual de até 5% e dos limites de 15 a 45g *per capita* indicados na literatura.

Tabela 1. N° de refeições servidas, consumo médio por refeição, resto ingestão em Kg, percentual e per capita e o n° de pessoas que poderiam ser alimentadas com o resto ingestão.

	N° refeições	Consumo médio por refeição (g)	Resto ingestão (Kg)	Percentual de resto ingestão (%)	Resto ingestão <i>per capita</i> (g)	N° de pessoas que poderiam ser alimentadas com o resto ingestão
Janeiro	35.090	677	861	3,62	24,54	1.271
Fevereiro	15.964	628	589	5,87	36,89	937
Março	34.567	553	1.140	5,95	32,97	2.061
Abril	36.239	621	1.025	4,55	28,28	1.648
Maior	48.508	665	1.247	3,86	25,7	1.875
Junho	42.181	630	1.348	5,11	31,95	2.139
Média	35.425	629	1.035	4,82	30,05	1.655

CONCLUSÃO

A unidade obteve resultados satisfatórios quanto ao desperdício medido pelo resto-ingestão. Campanhas educacionais realizadas no local, uso de fichas técnicas e atualizações no cardápio podem ter contribuído para uma boa aceitação da refeição. Apesar disso, uma grande quantidade de pessoas poderiam ser alimentadas com a quantidade desperdiçada. O controle do resto ingestão é crucial para alcançar metas globais de redução do desperdício de alimentos, mas é igualmente importante avaliar outros parâmetros de desperdício em todas as etapas do processo produtivo para maximizar a eficiência e promover práticas sustentáveis.

REFERÊNCIAS

SPINELLI, M. G. N. Avaliação da produção. In: ABREU, E. S.; SPINELLI, M. G. N.; PINTO A. M. S. Gestão de unidades de alimentação e nutrição: um modo de fazer. 4 ed. São Paulo: Metha, 2011. 169-184.
VAZ, C. S. Restaurantes: controlando custos e aumentando lucros. Brasília, 2006.
CASTRO, F. A. F.; QUEIROZ, V. M. V. Cardápios: planejamento e etiqueta. Viçosa, MG. Universidade Federal de Viçosa. 2007.

DESPERDÍCIO DE ALIMENTOS: UMA ANÁLISE DA SOBRA LIMPA E DO RESTO DAS REFEIÇÕES PRINCIPAIS OFERTADAS EM UMA ESCOLA MUNICIPAL DE CAMPINAS-SP

AUTORES: MARCIO WILLIAN NARCISO JUNIOR, THALLES FERREIRA BARBOZA, GIOVANNA CALIXTO ANDRADE, LARISSA GALASTRI BARALDI, CARLA ADRIANO MARTINS.

Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ)

carlaadrianomartins@gmail.com

Introdução: O desperdício alimentar, além de um problema, é um desafio à segurança alimentar, à gestão dos recursos naturais e ao combate às mudanças climáticas. Compreender possíveis pontos por meio da análise quantitativa de aspectos significantes para desperdício, auxilia no debate para soluções desse erro a fim de almejar práticas mais sustentáveis. **Objetivo:** Analisar o desperdício de alimentos a partir da sobra limpa e do resto das refeições principais ofertadas em uma escola municipal de Campinas, SP. **Método:** Estudo transversal, de natureza quantitativa, desenvolvido em uma escola da rede municipal de ensino do município de Campinas, SP, que contava com duas cozinheiras, responsáveis pelo preparo das refeições, e atendia cerca de 120 crianças, com idade entre 4 e 5 anos, em período parcial. Foram analisadas duas refeições principais/dia, relativas ao preparo do mesmo cardápio no período da manhã e da tarde. A coleta de dados ocorreu durante 15 dias, nos meses de fevereiro e março de 2022, *in loco*, por pesquisadoras treinadas. Todos os alimentos/ingredientes utilizados para o preparo das refeições principais ofertadas no período (30 refeições, no total) foram mensurados com o auxílio de uma balança. Foi descrita a média de peso total referente ao preparo das 30 refeições ofertadas no período de coleta, e apresentado o percentual relativo ao desperdício de alimentos referente a sobra limpa e ao resto dos pratos das crianças. Este estudo teve aprovação do Comitê de Ética da Unicamp (CAAE nº 42713521.8.0000.5404). **Resultados:** No período foram produzidos, em média, 40,3 kg de refeições principais/dia. Destes, em média, 20% era desperdiçado como sobra limpa e 32% era desperdiçado como resto do prato das crianças. As refeições principais que tiveram maior percentual de sobra limpa foram: “risoto de carne, feijão, mamão/abacaxi” (56,1%); “risotto de frango com tomate, abobrinha refogada, abacaxi/melancia” (48,9%); e “ macarrão alho e óleo, peito de frango, mamão” (41,7%). Já as refeições principais que tiveram maior percentual de rejeição foram: “arroz integral, feijão carioca, batata doce refogada, ovo mexido, maçã” (56,9%); “arroz branco, feijão carioca, estrogonofe de carne, batata inglesa refogada, maçã” (43,9%); e “arroz branco, feijão carioca, bolinho de carne suína, salada de tomate, maçã” (41,5%). As refeições que apresentaram os maiores percentuais de sobra limpa não foram as mesmas que apresentaram os maiores percentuais de resto: a sobra limpa foi maior em preparações como ‘prato único’ (risoto, macarrão); já o resto foi maior em refeições cuja sobremesa era maçã. **Conclusão:** Em média, mais da metade (58,7%) dos alimentos preparados foram desperdiçados. A baixa aceitação do cardápio e erros de planejamento das quantidades totais de per capita pronto podem ter contribuído para esses valores.

Referências

CHAVES, Vinícius Sousa; MACHADO, Carla Carolina Batista; ABREU, Valéria de Souza. Índice de resto ingestão antes e após campanha de conscientização de comensais. *Revista Estudos e Saúde*, v-46, p2-7, 2019.

NOVINSKI, A.P.F.; ARAÚJO, G.C.; BARATTO, I. Resto-ingesta em uma unidade de alimentação e nutrição hospitalar na cidade de Pato Branco-PR. Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento. São Paulo. Vol. 11. Núm. 66. p. 451-458. 2017.

Palavras-chave: Alimento, Desperdício, Sustentabilidade.

Apoio/Fomento: Este trabalho foi apoiado por um Researcher Links Climate Challenge Workshop Grant, ID 714964985 e financiado pelo British Council para implementar atividades no período que antecedeu a COP26 (26ª Conferência das Partes sobre Mudança Climática das Nações Unidas).





16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis



“DESPERDÍCIO DE ALIMENTOS: UMA ANÁLISE DA SOBRA LIMPA E DO RESTO DAS REFEIÇÕES PRINCIPAIS OFERTADAS EM UMA ESCOLA MUNICIPAL DE CAMPINAS – SP”

NARCISO, Marcio ¹; BARBOZA, Thalles ¹; ANDRADE, Giovanna ²; BARALDI Larissa³; MARTINS, Carla¹.

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

1. Instituto de Alimentação e Nutrição, CM UFRJ-Macaé; 2. Núcleo de Pesquisas Epidemiológicas em Nutrição e Saúde - NUPENS/USP ; 3. Núcleo de Estudos e Pesquisas em Alimentação - NEPA/UNICAMP.

INTRODUÇÃO

O desperdício alimentar, além de um problema, é um desafio à segurança alimentar, à gestão dos recursos naturais e ao combate às mudanças climáticas. Compreender possíveis pontos por meio da análise quantitativa de aspectos significantes para desperdício, auxilia no debate para soluções desse problema, com foco em práticas mais sustentáveis.

OBJETIVO

Analisar o desperdício de alimentos a partir da sobra limpa e do resto das refeições principais ofertadas em uma escola municipal de Campinas, SP

METODOLOGIA

Estudo transversal, de natureza quantitativa, realizado em uma escola municipal de Campinas, SP, que atendia cerca de 120 crianças com idades entre 4 a 5 anos, em período parcial. A análise abrangeu 30 refeições principais servidas ao longo de 15 dias, em fevereiro e março de 2022. Todas as preparações foram pesadas, e os percentuais médios de desperdício foram calculados com base nos pesos das sobras limpas e dos restos deixados pelas crianças, após consumo das refeições/dia.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

1. CHAVES, Vinicius Sousa; MACHADO, Carla Carolina Batista; ABREU, Valéria de Souza. Índice de resto ingestão antes e após campanha de conscientização de comensais. Revista Estudos e Saúde, v-46, p2-7, 2019.
2. NOVINSKI, A.P.F.; ARAÚJO, G.C.; BARATTO, I. Resto-ingesta em uma unidade de alimentação e nutrição hospitalar na cidade de Pato Branco-PR. Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento. São Paulo. Vol. 11. Núm. 66. p. 451-458. 2017.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Durante 15 dias, foram analisadas 30 refeições com peso médio de 40,3 kg, variando de 19,3 kg a 57,1 kg. O desperdício por sobra limpa representou 20% desse total, com os maiores valores em “Risoto de carne” (56,1%) e “Risoto de frango” (48,9%). O resto-ingestão, principal causa de desperdício, teve média de 32%, com a maior taxa de 56,9% em uma refeição composta por “arroz integral, feijão carioca, batata doce, ovo mexido, maçã”.

No total, 58,7% dos alimentos preparados foram desperdiçados, mais da metade dos 40,3 kg médios.



CONCLUSÃO

Em média, mais da metade (58,7%) dos alimentos preparados foram desperdiçados. A baixa aceitação do cardápio e erros de planejamento das quantidades totais de per capita pronto podem ter contribuído para esses valores.

- Apoio financeiro: Este trabalho foi apoiado por um Researcher Links Climate Challenge Workshop Grant, ID 714964985 e financiado pelo British Council para implementar atividades no período que antecedeu a COP26 (26ª Conferência das Partes sobre Mudança Climática das Nações Unidas).
- Este estudo teve aprovação do Comitê de Ética da Unicamp (CAAE nº 42713521.8.0000.5404

NUTRIÇÃO EM AÇÃO: ESTRATÉGIAS PARA O APROVEITAMENTO INTEGRAL DOS ALIMENTOS

SÔNIA MARIA BERBAT ANDRADE PAULA, JULIANA DIONÍSIO DE OLIVEIRA CARDOSO, TAINÁ DE OLIVEIRA PEDROSA, ADRIANA MACHADO ROCHA E

MARIA EFIGÊNIA SOARES DE CARVALHO

Faculdade Bezerra de Araújo (FABA)

nutri.berbat@gmail.com

Introdução

A utilização integral dos alimentos representa uma estratégia eficaz para aprimorar a oferta de nutrientes, reduzir o desperdício, minimizar a produção de resíduos e otimizar os recursos financeiros, especialmente em comunidades economicamente desfavorecidas. No contexto brasileiro, destaca-se a dualidade entre a carência alimentar e a elevada taxa de desperdício, revelando uma disparidade para um país reconhecido como um dos maiores exportadores de alimentos. O hábito cultural de descartar casca de frutas e legumes priva a população dos benefícios nutricionais essenciais presentes nesses elementos.

Objetivo

Este estudo visa disseminar informações sobre o aproveitamento integral dos alimentos, incentivando gradualmente a modificação de hábitos e a valorização plena dos recursos alimentares.

Metodologia

Foi realizada uma ação social em uma instituição religiosa na zona oeste do Rio de Janeiro, fornecendo serviços essenciais como orientação jurídica, corte de cabelo, aplicação de flúor, teste de HGT, verificação da pressão arterial e orientação nutricional. A equipe de nutricionistas, supervisoras e acadêmica de nutrição, montou uma mesa com demonstrações de produtos, preparações e orientações sobre o aproveitamento integral dos alimentos, incluindo degustação de quiche de casca de abóbora, suco de casca de manga e torta de abobrinha, além de oferecer um e-book com receitas. O intuito foi sensibilizar a população sobre a importância do consumo integral dos alimentos, destacando os nutrientes desperdiçados e promovendo a substituição de produtos ultraprocessados por preparações caseiras.

Resultados

Os participantes da exposição nutricional experimentaram as preparações apresentadas e expressaram satisfação com os sabores. A população atendida demonstrou disposição para modificar alguns hábitos alimentares e compartilhar as receitas fornecidas no e-book, indicando que a ação informativa sobre os benefícios do aproveitamento integral dos alimentos foi bem-sucedida em despertar interesse e motivação.

Conclusão

A prática e informação oferecidas durante a ação social proporcionaram uma troca de conhecimentos e uma transformação nos hábitos alimentares arraigados na vida cotidiana da comunidade. Observou-se um aumento no estímulo para aproveitar integralmente os alimentos, bem como uma valorização de novas opções de pratos derivadas de um mesmo ingrediente. Isso promoveu o desenvolvimento de habilidades culinárias, com receitas básicas incorporadas à alimentação. Destaca-se a importância da formação de profissionais, principalmente nutricionistas, engajados em ações de educação e saúde.

Referências

RAMALHO, Rejane Andréa; SAUNDERS, Cláudia. O papel da educação nutricional no combate às carências nutricionais. Revista de Nutrição, v. 13, p. 11-16, 2000. Acesso em: 15 junho 2024. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rn/a/3zRDSYvpgXJ5KFMQXg7BwBb/>

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Guia Alimentar para a População Brasileira. Brasília, 2014. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf.

Palavras chaves: Desperdício; aproveitamento integral; nutrientes; alimentação saudável





16º Encontro
Sabores e Saberes

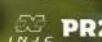
18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

Realização



Organização



Apoio



NUTRIÇÃO EM AÇÃO: ESTRATÉGIAS PARA O APROVEITAMENTO INTEGRAL DOS ALIMENTOS

BERBAT, Sônia Maria Andrade Paula¹; CARDOSO, Juliana Dionísio de Oliveira²; PEDROSA, Tainá de Oliveira²; ROCHA, Adriana Machado²; CARVALHO, Maria Efigênia Soares¹

1- Docente da Faculdade Bezerra de Araújo. 2- Discente da Faculdade Bezerra de Araújo.

nutri.berbat@gmail.com

Faculdade Bezerra de Araújo (FABA)

Educação alimentar e nutricional

INTRODUÇÃO

A utilização integral dos alimentos representa uma estratégia eficaz para aprimorar a oferta de nutrientes, reduzir o desperdício, minimizar a produção de resíduos e otimizar os recursos financeiros, especialmente em comunidades economicamente desfavorecidas. No contexto brasileiro, destaca-se a dualidade entre a carência alimentar e a elevada taxa de desperdício, revelando uma disparidade para um país reconhecido como um dos maiores exportadores de alimentos. O hábito cultural de descartar casca de frutas e legumes priva a população dos benefícios nutricionais essenciais presentes nesses elementos.

OBJETIVO

Este estudo visa disseminar informações sobre o aproveitamento integral dos alimentos, incentivando gradualmente a modificação de hábitos e a valorização plena dos recursos alimentares.

METODOLOGIA

Foi realizada uma ação social em uma instituição religiosa na zona oeste do Rio de Janeiro, fornecendo serviços essenciais como orientação jurídica, corte de cabelo, aplicação de flúor, teste de HGT, verificação da pressão arterial e orientação nutricional. A equipe de nutricionistas, supervisoras e acadêmicas de nutrição, montou uma mesa com demonstrações de produtos, preparações e orientações sobre o aproveitamento integral dos alimentos, incluindo degustação de quiche de casca de abóbora, suco de casca de manga e torta de abobrinha, além de oferecer um e-book com receitas. O intuito foi sensibilizar a população sobre a importância do consumo integral dos alimentos, destacando os nutrientes desperdiçados e promovendo a substituição de produtos ultra processados por preparações caseiras.

RESULTADOS

Os participantes da exposição nutricional experimentaram as preparações apresentadas e expressaram satisfação com os sabores. A população atendida demonstrou disposição para modificar alguns hábitos alimentares e compartilhar as receitas fornecidas no e-book, indicando que a ação informativa sobre os benefícios do aproveitamento integral dos alimentos foi bem-sucedida em despertar interesse e motivação.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A prática e informação oferecidas durante a ação social proporcionaram uma troca de conhecimentos e uma transformação nos hábitos alimentares arraigados na vida cotidiana da comunidade. Observou-se um aumento no estímulo para aproveitar integralmente os alimentos, bem como uma valorização de novas opções de pratos derivadas de um mesmo ingrediente. Isso promoveu o desenvolvimento de habilidades culinárias, com receitas básicas incorporadas à alimentação. Destaca-se a importância da formação de profissionais, principalmente nutricionistas, engajados em ações de educação e saúde.

REFERÊNCIAS

RAMALHO, Rejane Andréa; SAUNDERS, Cláudia. O papel da educação nutricional no combate às carências nutricionais. Revista de Nutrição, v. 13, p. 11-16, 2000. Acesso em: 15 junho 2024. Disponível em: <https://www.scielo.br/rjn/a/3zRDSYypgXJ5KFMQXg7BwBb/>

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Guia Alimentar para a População Brasileira. Brasília, 2014. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf.

Palavras chaves: Desperdício; aproveitamento integral; nutrientes; alimentação saudável



A RELAÇÃO DA INSEGURANÇA ALIMENTAR E EXCESSO DE PESO EM FAMÍLIAS NO MUNICÍPIO DO RIO DE JANEIRO

GIOVANA OLIVEIRA RODRIGUES DA COSTA, LARISSA BRILLO NUNES RÚBIO, LUANA TEIXEIRA GHIGGINO, TALITA BARBOSA DOMINGOS, ROSANA SALLES-COSTA e ALINE ALVES FERREIRA

Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ)

oliveira.giovana119@gmail.com

INTRODUÇÃO: A prevalência de indivíduos com excesso de peso (sobrepeso e obesidade) tem crescido de maneira gradativa ao longo dos anos no Brasil. Entre 2006 e 2023 houve uma variação de 42,6% para 61,4% na população adulta. Nesse mesmo sentido, a literatura aponta o aumento do excesso de peso em domicílios em situação de insegurança alimentar (IA) no país. **OBJETIVO:** Analisar a relação entre a IA e o excesso de peso em famílias do município do Rio de Janeiro (MRJ). **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo transversal com dados do I Inquérito sobre a Insegurança Alimentar no MRJ. Considerou-se as informações dos chefes de família com idade de 20 a 59 anos (n=1.073). O índice de massa corporal (IMC) foi calculado com base no peso e altura autorreferidos. Utilizando os pontos de corte da Organização Mundial da Saúde para adultos, o IMC foi classificado em: baixo peso ($IMC \leq 18,5 \text{ kg/m}^2$), eutrófico ($IMC 18,6-24,9 \text{ kg/m}^2$), sobrepeso ($IMC 25-29,9 \text{ kg/m}^2$), e obesidade ($IMC \geq 30,0 \text{ kg/m}^2$). A Escala Brasileira de Insegurança Alimentar (EBIA) foi utilizada para classificar a situação dos domicílios em segurança alimentar ou níveis de IA (leve, moderada ou grave). Para esse estudo, foi realizado o agrupamento em segurança alimentar, IA leve, e IA moderada/grave. Realizaram-se as prevalências e intervalos de confiança de 95% (IC95%) através do software STATA 16. **RESULTADOS:** Nas chefias em segurança alimentar, houve maiores prevalências de eutrofia (70,5%, IC95% 65,1;75,4) quando comparada a obesidade (52,8%, IC95% 45,1; 60,3). Já nas chefias em IA leve, observou-se maiores prevalências de obesidade (25,8%, IC95% 19,6;33,1). Por fim, nas chefias de família com IA moderada/grave, encontraram-se maiores proporções de baixo peso (61,8%; IC95% 33,5;83,9) e obesidade (21,5%; IC95% 15,6;28,8), evidenciando um aparente paradoxo. Todas variáveis foram associadas significativamente ($p < 0,05$). **CONCLUSÃO:** Os resultados expostos evidenciaram a relação entre a IA e o excesso de peso (sobrepeso e obesidade) nas chefias de família do MRJ, sobretudo em seus níveis mais graves. Apesar do avanço de discussões na temática, são escassos estudos que avaliem esse paradoxo a nível municipal. A análise desses dados permite nortear e corroborar com políticas públicas municipais direcionadas a vigilância epidemiológica do excesso de peso e no combate à fome.

Referências

- Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde e Ambiente. Departamento de Análise Epidemiológica e Vigilância de Doenças Não Transmissíveis. **Vigitel Brasil 2023: 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 em 2023** [recurso eletrônico] / Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde e Ambiente, Departamento de Análise Epidemiológica e Vigilância de Doenças Não Transmissíveis. – Brasília : Ministério da Saúde, 2023.
- Domingos, T. B.; Sichieri, R.; Salles-Costa, R. Sex differences in the relationship between food insecurity and weight status in Brazil. *Br J Nutr*, v. 129, n.2, 2022.
- Hernandez, D. C.; Reesor, L. M.; Murillo, R. Food insecurity and adult overweight/obesity: Gender and race/ethnic disparities. *Appetite*, v. 117, p. 373–378, 2017.

Palavras chaves: Insegurança Alimentar; Obesidade; Excesso de Peso

Apoio/Fomentos: CNPq, FAPERJ e Câmara Municipal do Rio de Janeiro



16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis



A RELAÇÃO DA INSEGURANÇA ALIMENTAR E EXCESSO DE PESO EM FAMÍLIAS NO MUNICÍPIO DO RIO DE JANEIRO

COSTA, Giovana¹; RÚBIO, Larissa¹; GHIGGINO, Luana¹;
DOMINGOS, Thalita¹; COSTA, Rosana¹; FERREIRA, Aline¹
UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO (UFRJ)¹
oliveira.giovana119@gmail.com
Segurança Alimentar e Nutricional

INTRODUÇÃO

A prevalência de indivíduos com excesso de peso (sobrepeso e obesidade) tem crescido de maneira gradativa ao longo dos anos no Brasil. Entre 2006 e 2023 houve uma variação de 42,6% para 61,4% na população adulta. Nesse mesmo sentido, a literatura aponta o aumento do excesso de peso em domicílios em situação de insegurança alimentar (IA) no país.

OBJETIVO

Analisar a relação entre a IA e o excesso de peso em famílias do município do Rio de Janeiro (MRJ).

MÉTODOS

Trata-se de um estudo transversal com dados do I Inquérito sobre a Insegurança Alimentar no MRJ. Considerou-se as informações dos chefes de família com idade de 20 a 59 anos (n=1.073). O índice de massa corporal (IMC) foi calculado com base no peso e altura autorreferidos. Utilizando os pontos de corte da Organização Mundial da Saúde para adultos, o IMC foi classificado em: baixo peso ($IMC \leq 18,5 \text{ kg/m}^2$), eutrófico ($IMC 18,6-24,9 \text{ kg/m}^2$), sobrepeso ($IMC 25-29,9 \text{ kg/m}^2$), e obesidade ($IMC \geq 30,0 \text{ kg/m}^2$). A Escala Brasileira de Insegurança Alimentar (EBIA) foi utilizada para classificar a situação dos domicílios em segurança alimentar ou níveis de IA (leve, moderada ou grave). Para esse estudo, foi realizado o agrupamento em segurança alimentar, IA leve, e IA moderada/grave. Realizaram-se as prevalências e intervalos de confiança de 95% (IC95%) através do software STATA 16.

RESULTADOS

Nas chefias em segurança alimentar, houve maiores prevalências de eutrofia (70,5%, IC95% 65,1;75,4) quando comparada a obesidade (52,8%, IC95% 45,1; 60,3). Já nas chefias em IA leve, observou-se maiores prevalências de obesidade (25,8%, IC95% 19,6;33,1). Por fim, nas chefias de família com IA moderada/grave, encontraram-se maiores proporções de baixo peso (61,8%; IC95% 33,5;83,9) e obesidade (21,5%; IC95% 15,6;28,8), evidenciando um aparente paradoxo. Todas variáveis foram associadas significativamente ($p < 0,05$).

CONCLUSÃO

Os resultados expostos evidenciaram a relação entre a IA e o excesso de peso (sobrepeso e obesidade) nas chefias de família do MRJ, sobretudo em seus níveis mais graves. Apesar do avanço de discussões na temática, são escassos estudos que avaliem esse paradoxo a nível municipal. A análise desses dados permite nortear e corroborar com políticas públicas municipais direcionadas a vigilância epidemiológica do excesso de peso e no combate à fome.

REFERÊNCIAS

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde e Ambiente. Departamento de Análise Epidemiológica e Vigilância de Doenças Não Transmissíveis. **Vigite! Brasil 2023: 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 em 2023** [recurso eletrônico] / Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde e Ambiente, Departamento de Análise Epidemiológica e Vigilância de Doenças Não Transmissíveis. – Brasília : Ministério da Saúde, 2023.
Domingos, T. B.; Sichieri, R.; Salles-Costa, R. Sex differences in the relationship between food insecurity and weight status in Brazil. *Br J Nutr*, v. 129, n.2, 2022.
Hernandez, D. C.; Reesor, L. M.; Murillo, R. Food insecurity and adult overweight/obesity: Gender and race/ethnic disparities. *Appetite*, v. 117, p. 373–378, 2017

Apoios/ Formentos: CNPq, FAPERJ e Câmara Municipal do Rio de Janeiro.

ACESSO E CONSUMO DOS MARCADORES DA ALIMENTAÇÃO ENTRE INDIVÍDUOS ATENDIDOS PELA NUTRIÇÃO NA eMulti DO MUNICÍPIO DO RIO DE JANEIRO

MARCELLE HORA; SAMARA FERREIRA; MARIA BEATRIZ TRINDADE DE CASTRO

Instituto de Nutrição Josué de Castro - Universidade Federal do Rio de Janeiro (INJC/UFRJ)

mbtcastro@nutricao.ufrj.br

Introdução: O baixo consumo de alimentos *in natura* e minimamente processados em paralelo à elevada ingestão de ultraprocessados é um problema de Saúde Pública que associa-se ao desenvolvimento da obesidade e outras comorbidades crônicas não transmissíveis. **Objetivo:** Avaliar os hábitos alimentares, o acesso e o consumo de marcadores da alimentação entre indivíduos atendidos na Equipe Multiprofissional integrada à Atenção Primária à Saúde (eMulti) pela Nutrição. **Metodologia:** Trata-se de um estudo transversal com indivíduos atendidos pela primeira vez no eMulti no município do Rio de Janeiro. A coleta de dados foi realizada por estagiárias da Nutrição a partir da aplicação de um questionário estruturado contendo informações sobre as condições sociodemográficas, dados clínicos, local de acesso dos alimentos, preparo e realização das refeições, ingestão de água, e o consumo de marcadores da alimentação saudável (MAS: feijão, arroz, frutas e verduras e/ou legumes) e não saudável (MANS: bebidas adoçadas, embutidos, macarrão instantâneo/salgadinhos; e biscoitos recheados, doces e guloseimas) propostos pelo Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN). **Resultados:** Dentre os 48 indivíduos entrevistados, 29,2% eram pretos, 35,4% pardos, 31,3% brancos e 87,5% apresentavam comorbidades, sendo a maior prevalência de diabetes mellitus (60,9%) e hipertensão arterial sistêmica (56,5%). Dentre a população preta e parda, 54,2% possuíam uma ou mais comorbidades. No que tange aos hábitos alimentares, 79,1% dos indivíduos preparavam suas próprias refeições, sendo que 75% destes eram mulheres e 85,4% utilizavam tempero natural, enquanto 35,4% relataram temperos industrializados. Quase todos os indivíduos (97,9%) realizavam suas refeições em casa, e 72,9% alimentavam-se assistindo à televisão e/ou mexendo no celular/ computador. O almoço (97,9%) foi a refeição mais prevalente, sendo que para 46% dos indivíduos o almoço consistia na única grande refeição do dia e 33,3% consumiam 1 litro de água ou menos. A feira (29%) foi o local menos relatado para o acesso de alimentos *in natura* e 81% utilizavam carro, aplicativo e/ou transporte público para realizarem as compras dos alimentos. O feijão foi o MAS mais prevalente (81,3%), seguido de verduras e/ou legumes (68,8%), e frutas frescas (62,5%). Entre os MANS, as bebidas adoçadas foram os itens mais frequentes (47,9%) na alimentação, seguido de hambúrguer e/ou embutidos (31,3%), biscoito recheado, doces ou guloseimas (27,1%) e macarrão instantâneo (18,8%). **Considerações finais:** A maioria dos indivíduos que acessaram o serviço de Nutrição possuíam uma ou mais comorbidades e apresentaram hábitos alimentares não saudáveis e consumo de MANS que podem agravar essas condições clínicas. O consumo dos MAS mostrou-se favorável, no entanto, os locais de acesso dos alimentos são os mais caros e com ofertas de ultraprocessados.

Referências:

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Orientações para avaliação de marcadores de consumo alimentar na atenção básica [recurso eletrônico] / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – Brasília: Ministério da Saúde, 2015. 33 p.: il.

Pesquisa de orçamentos familiares 2017-2018: análise do consumo alimentar pessoal no Brasil / IBGE, Coordenação de Trabalho e Rendimento. - Rio de Janeiro: IBGE, 2020.

Pesquisa nacional de saúde: 2019: atenção primária à saúde e informações antropométricas: Brasil / IBGE, Coordenação de Trabalho e Rendimento. - Rio de Janeiro: IBGE, 2020.

Palavras-chave: marcadores da alimentação; doenças crônicas, Atenção Primária à Saúde; hábitos alimentares, acesso e disponibilidade





16º Encontro Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis



ACESSO E CONSUMO DOS MARCADORES DA ALIMENTAÇÃO ENTRE INDIVÍDUOS ATENDIDOS PELA NUTRIÇÃO NA eMulti DO MUNICÍPIO DO RIO DE JANEIRO

FERREIRA, Samara; HORA, Marcellle; CASTRO, Maria Beatriz Trindade de ¹

¹Instituto de Nutrição Josué de Castro - Universidade Federal do Rio de Janeiro (INJC/UFRJ)

E-mail principal: Maria Beatriz de Castro mbtcastro@nutricao.ufrj.br

Eixo temático: Segurança Alimentar e Nutricional

Introdução

O baixo consumo de alimentos *in natura* e minimamente processados em paralelo à elevada ingestão de ultraprocessados é um problema de Saúde Pública que associa-se ao desenvolvimento da obesidade e outras comorbidades crônicas não transmissíveis.

Objetivo

Avaliar os hábitos alimentares, o acesso e o consumo de marcadores da alimentação entre indivíduos atendidos na Equipe Multiprofissional integrada à Atenção Primária à Saúde (eMulti) pela Nutrição.

Metodologia

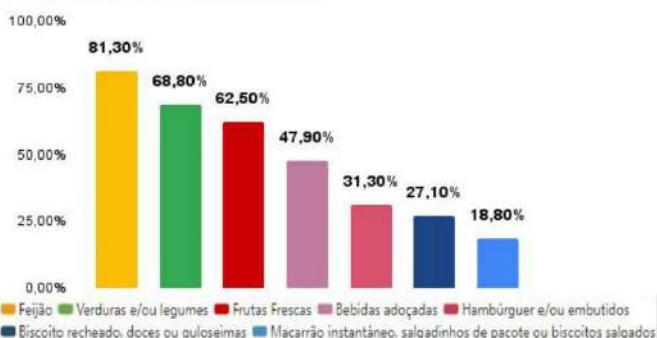
Trata-se de um estudo transversal com indivíduos atendidos pela primeira vez no eMulti no município do Rio de Janeiro. A coleta de dados foi realizada por estagiárias da Nutrição a partir da aplicação de um questionário estruturado contendo informações sobre as condições sociodemográficas, dados clínicos, local de acesso dos alimentos, preparo e realização das refeições, ingestão de água, e o consumo de marcadores da alimentação saudável (MAS: feijão, arroz, frutas e verduras e/ou legumes) e não saudável (MANS: bebidas adoçadas, embutidos, macarrão instantâneo/salgadinhos; e biscoitos recheados, doces e guloseimas) propostos pelo Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN).

Resultados

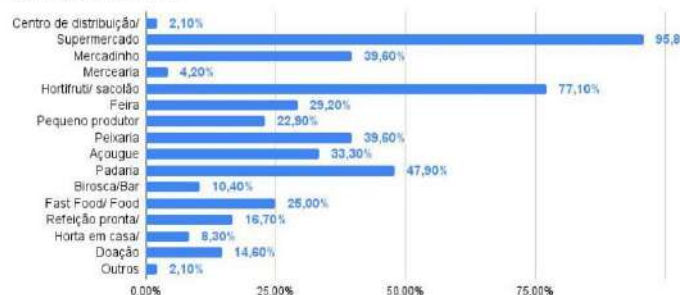
Tabela 1. Distribuição dos 48 pacientes atendidos pela primeira vez no eMulti do município do Rio de Janeiro segundo as características sociodemográficas, clínicas e dos hábitos alimentares.

Variáveis	n ^o	%
Sociodemográficas		
Idade		
Adulto	28	58,3
Idoso	18	37,5
Sexo		
Feminino	40	83,3
Masculino	8	16,6
Cor da pele		
Parda	14	29,2
Parda	17	35,4
Branca	15	31,3
Clínicas		
Hipertensão arterial	29	60,9
Diabetes mellitus	25	52,1
Colesterol > 220	42	87,5
Hábitos Alimentares		
Preparo das refeições	39	79,2
Uso de tempero artificial	17	35,4
Beber > 1 litro de água	16	33,3
Realização das refeições		
Desjejum	43	89,6
Almoço	47	97,9
Jantar	21	43,8
Consumo almoço	22	46
Acompanhamento TV/Jornalismo no jantar	35	72,9

Percentual dos alimentos consumidos



Local de acesso ao alimento



Meio de transporte utilizado para acessar o alimento



Considerações finais

Grande parte dos indivíduos que acessaram o serviço de nutrição possuíam comorbidades e hábitos alimentares não saudáveis.

Apesar do consumo de feijão e de frutas ter sido satisfatório, percebeu-se também alta utilização de temperos industrializados e baixo consumo de água. Destaca-se, também, o consumo de refeições assistindo a TV ou mexendo no celular, hábito que está associado ao excesso de peso e sedentarismo.

Diante do exposto, compreende-se com esse pequeno recorte da sociedade brasileira que a intervenção nutricional faz-se necessária para a mudança de hábitos alimentares.

Referências:

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Orientações para avaliação de marcadores de consumo alimentar na atenção básica [recurso eletrônico] / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. - Brasília: Ministério da Saúde, 2015. 33 p.: il.

Pesquisa de orçamentos familiares 2017-2018: análise do consumo alimentar pessoal no Brasil / IBGE, Coordenação de Trabalho e Rendimento. - Rio de Janeiro: IBGE, 2020.

Pesquisa nacional de saúde: 2019: atenção primária à saúde e informações antropométricas: Brasil / IBGE, Coordenação de Trabalho e Rendimento. - Rio de Janeiro: IBGE, 2020.

ALIMENTOS OFERTADOS EM UMA ESCOLA PÚBLICA DO MUNICÍPIO DE CAMPINAS-SP: UMA ANÁLISE SEGUNDO A CLASSIFICAÇÃO NOVA E A RESOLUÇÃO Nº 6/2020 DO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

AUTORES: GEOVANA GOMES CANSANÇÃO, GIOVANNA DE CALAZANS CARVALHO MARCHON MAGALHÃES, LARISSA GALASTRI BARALDI E CARLA ADRIANO MARTINS

Centro Multidisciplinar da Universidade Federal do Rio de Janeiro, campus Macaé - Instituto de Alimentação e Nutrição (CM UFRJ)- Macaé)

geovnagomes02@gmail.com

Introdução: O Guia Alimentar para a População Brasileira (GAPB) de 2014 classifica os alimentos de acordo com seu grau de processamento em quatro grupos: grupo 1 - alimentos *in natura* ou minimamente processados; grupo 2 - ingredientes culinários; grupo 3 - alimentos processados; e grupo 4 - alimentos ultraprocessados (AUP), sendo conhecida como a classificação NOVA. Essas diretrizes visam promover uma alimentação adequada e saudável (AAS). Desde 2020, o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) incorporou as recomendações do GAPB na sua atual resolução visando criar ambientes favoráveis à AAS.

Objetivo: Descrever os alimentos/ingredientes ofertados em uma escola pública do município de Campinas-SP, segundo a classificação NOVA; e analisar se os AUP identificados estavam de acordo com a Resolução nº 6/2020, que dispõe sobre a oferta de alimentação escolar no âmbito do PNAE. **Metodologia:** Estudo transversal desenvolvido em uma escola municipal de Campinas, SP, que atendia cerca de 120 crianças com idade de 4 a 5 anos, em período parcial. A coleta de dados ocorreu durante 20 dias, compreendendo uma semana de dezembro de 2021 e três semanas em fevereiro e março de 2022, por pesquisadoras treinadas. Foram fotografados todos os alimentos disponíveis no estoque da escola. Após, foi feita a codificação dessas fotos e a dupla digitação dos dados em uma planilha de extração. Os alimentos foram categorizados segundo a classificação NOVA e analisados frente a atual Resolução do PNAE. Os achados foram descritos segundo frequências (absoluta e relativa). Este estudo teve aprovação do Comitê de Ética da Unicamp (CAAE nº 42713521.8.0000.5404). **Resultados:** Foram analisadas 194 fotos e identificados 60 alimentos/ingredientes disponíveis no estoque da escola. As quatro categorias de alimentos, definidas de acordo com o grau de processamento, estavam presentes no estoque, com pelo menos um alimento de cada categoria fazendo parte da rotina alimentar das crianças. Destes, 67% eram do grupo 1, 8% do grupo 2, 10% do grupo 3 e 15% do grupo 4. Dos AUP identificados, 33% não estavam em conformidade com a Resolução nº 6/2020 do PNAE. **Conclusão:** A maioria dos alimentos ofertados na escola em questão pertenciam ao grupo 1, demonstrando que a alimentação das crianças estava alinhada às recomendações do GAPB. Contudo, parte dos AUP servidos são proibidos de serem adquiridos com recursos do PNAE. Em vista disso, para que as escolas sejam ambientes promotores de saúde, e o PNAE corrobore com a segurança alimentar e nutricional dos escolares, as escolas devem estar totalmente alinhadas com a Resolução vigente.

Referências:

BRASIL. Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. **Resolução nº 6, de 8 de maio de 2020.** Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE. Brasília, DF, 8 de maio de 2020.

MONTEIRO, Carlos Augusto *et al.* A new classification of foods based on the extent and purpose of their processing. **Cadernos de Saúde Pública**, [S.L.], v. 26, n. 11, p. 2039-2049, nov. 2010. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s0102-311x2010001100005>.

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. 156 p. ISBN 978-85-334-2176-9.

Palavras chaves: Alimentação escolar; Alimentos in natura; Alimentos ultraprocessados.

Apoio/Fomentos: Este trabalho foi apoiado por um Researcher Links Climate Challenge Workshop Grant, ID 714964985 e financiado pelo British Council para implementar atividades no período que antecedeu a COP 26 (26ª Conferência das Partes sobre Mudança Climática das Nações Unidas).





16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

Realização: UFRJ
Organização: INJ-C PR2
Apoio: CRN04 TAF00

“ALIMENTOS OFERTADOS EM UMA ESCOLA PÚBLICA DO MUNICÍPIO DE CAMPINAS-SP: UMA ANÁLISE SEGUNDO A CLASSIFICAÇÃO NOVA E A RESOLUÇÃO Nº 6/2020 DO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR”

CANSANÇÃO, Geovana^{1*} MAGALHÃES, Giovanna¹ BARALDI, Larissa² MARTINS, Carla¹
UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO (UFRJ) - CAMPUS MACAÉ¹
UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS²

Eixo temático: Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

*geovnagomes02@gmail.com

INTRODUÇÃO

O Guia Alimentar para a População Brasileira (GAPB) de 2014 classifica os alimentos de acordo com seu grau de processamento em quatro grupos: grupo 1 - alimentos *in natura* ou minimamente processados; grupo 2 - ingredientes culinários; grupo 3 - alimentos processados; e grupo 4 - alimentos ultraprocessados (AUP), sendo conhecida como a classificação NOVA. Essas diretrizes visam promover uma alimentação adequada e saudável (AAS). Desde 2020, o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) incorporou as recomendações do GAPB na sua atual resolução visando criar ambientes favoráveis à AAS.

OBJETIVOS

Descrever os alimentos/ingredientes ofertados em uma escola pública do município de Campinas-SP, segundo a classificação NOVA; e analisar se os alimentos ultraprocessados identificados estavam de acordo com a Resolução nº 6/2020, que dispõe sobre a oferta de alimentação escolar no âmbito do PNAE.

METODOLOGIA

Estudo transversal desenvolvido em uma escola municipal de Campinas, SP, que atendia cerca de 120 crianças com idade de 4 a 5 anos, em período parcial. A coleta de dados ocorreu durante 20 dias, compreendendo uma semana de dezembro de 2021 e três semanas em fevereiro e março de 2022, por pesquisadoras treinadas. Foram fotografados todos os alimentos disponíveis no estoque da escola. Após, foi feita a codificação dessas fotos e a dupla digitação dos dados em uma planilha de extração. Os alimentos foram categorizados segundo a classificação NOVA e analisados frente a atual Resolução do PNAE. Os achados foram descritos segundo frequências (absoluta e relativa). Este estudo teve aprovação do Comitê de Ética da Unicamp (CAAE nº 42713521.8.0000.5404).

RESULTADOS

Foram analisadas 194 fotos e identificados 60 alimentos/ingredientes disponíveis no estoque da escola. As quatro categorias de alimentos, estavam presentes no estoque, com pelo menos um alimento de cada categoria fazendo parte da rotina alimentar das crianças. Destes, 68,3% eram do grupo 1, 8,3% do grupo 2, 11,7% do grupo 3 e 11,7% do grupo 4. Dos AUP identificados, somente a mistura em pó para bolo não estava em conformidade com a Resolução nº 6/2020 do PNAE.

CONCLUSÃO

A maioria dos alimentos ofertados na escola em questão pertenciam ao grupo 1, demonstrando que a alimentação das crianças estava alinhada às recomendações do GAPB. Contudo, o alimento identificado em não conforme poderia ser, facilmente, substituído por uma preparação culinária, feita a partir de alimentos do grupo 1 e 2.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. **Resolução nº 6, de 8 de maio de 2020**. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE. Brasília, DF, 8 de maio de 2020.
MONTEIRO, Carlos Augusto *et al.* A new classification of foods based on the extent and purpose of their processing. **Cadernos de Saúde Pública**, [S.L.], v. 26, n. 11, p. 2039-2049, nov. 2010. FapUNIFESP (SciELO).
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. 156 p.
Apoio/Fomentos: Este trabalho foi apoiado por um Researcher Links Climate Challenge Workshop Grant, ID 714964985 e financiado pelo British Council para implementar atividades no período que antecedeu a COP 26 (26ª Conferência das Partes sobre Mudança Climática das Nações Unidas).

ANÁLISE DO PERCENTUAL DE COMPRAS PROVENIENTES DA AGRICULTURA FAMILIAR NOS MUNICÍPIOS DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO

KAROLINE MOTTA DO NASCIMENTO, JENNIFER CALAZANS DA CONCEIÇÃO, CAROLINE AREDE DOS SANTOS, PATRÍCIA CAMACHO DIAS, ROSEANE MOREIRA SAMPAIO BARBOSA

Universidade Federal Fluminense (UFF)

kmnascimento@id.uff.br

INTRODUÇÃO

O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) é um importante programa para o fortalecimento da Agricultura Familiar (AF). Em 2009, o Ministério da Educação determinou, através da lei nº 11.947, que 30% dos valores repassados pelo Fundo Nacional de Alimentação Escolar (FNDE) às entidades executoras fossem destinados à compra de alimentos oriundos da AF, propiciando um crescimento da agricultura local e contribuindo para uma alimentação saudável dentro das escolas da rede pública (BRASIL, 2020).

OBJETIVO

Comparar o percentual de compras provenientes da AF nos municípios do estado do Rio de Janeiro (RJ) nos anos de 2021 e 2022.

MÉTODOS

Trata-se de um estudo quantitativo, transversal, do tipo analítico de base documental, em que foi analisado o percentual de compra dos alimentos da AF nos municípios do estado do RJ nos anos de 2021 e 2022, através do site eletrônico do FNDE, na seção “Dados da Agricultura Familiar” no endereço: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/consultas/pnae-dados-da-agricultura-familiar>. Os municípios foram categorizados em: não comprou (0%), utilizou <30% do recurso repassado ou utilizou ≥30% do recurso repassado pelo governo federal para compra de alimentos da AF.

RESULTADOS

Através do site do FNDE, foi possível analisar os dados referente à compra da agricultura familiar de 91 municípios no ano de 2021 e de 90 municípios no ano de 2022. No ano de 2021, 36,26% dos municípios analisados utilizaram 0% do recurso financeiro repassado com a aquisição de alimentos pela AF, enquanto 41,76% e 21,98% dos municípios utilizaram, respectivamente, <30% do recurso e ≥30% do recurso. No ano de 2022, 14,44% dos municípios não adquiriram alimentos pela AF (0% do recurso repassado), enquanto 10,00% utilizaram <30% do recurso e 75,56% utilizaram ≥30% do recurso repassado.

CONCLUSÃO

Os resultados demonstraram um aumento dos municípios que utilizaram ≥30% do recurso repassado com a aquisição de alimentos provenientes da AF e uma redução daqueles que não compram alimentos da AF. A compra dos alimentos da AF possibilita a maior oferta de alimentos in natura e/ou minimamente processados, regionais e com maior diversidade de alimentos nos cardápios escolares. Além disso, propicia o desenvolvimento econômico e sustentável para todos os municípios.

Referências

BRASIL. Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. Resolução nº 06 de 08 de maio de 2020. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE). Brasil, 2020.

Palavras chaves: Alimentação escolar; Acesso à alimentos saudáveis; Agricultura familiar

Apoio/Fomentos: O presente estudo é fomentado pelo Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico- CNPQ.



16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e
Sustentáveis

Realização: UFRJ
Organização: INJC PR2
Apoio: CRN04 AF010

ANÁLISE DO PERCENTUAL DE COMPRAS PROVENIENTES DA AGRICULTURA FAMILIAR NOS MUNICÍPIOS DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO

NASCIMENTO, Karoline¹; CONCEIÇÃO, Jennifer¹; SANTOS, Caroline¹; DIAS, Patrícia¹; BARBOSA, Roseane¹.

UNIVERSIDADE FEDERAL FLUMINENSE ¹

kmnascimento@id.uff.br

Segurança Alimentar e Nutricional

INTRODUÇÃO

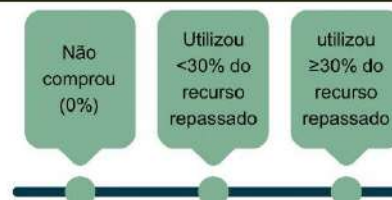
O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) é um importante programa para o fortalecimento da Agricultura Familiar (AF). Em 2009, o Ministério da Educação determinou, através da lei nº 11.947, que 30% dos valores repassados pelo Fundo Nacional de Alimentação Escolar (FNDE) às entidades executoras fossem destinados à compra de alimentos oriundos da AF, propiciando um crescimento da agricultura local e contribuindo para uma alimentação saudável dentro das escolas da rede pública (BRASIL, 2020).

OBJETIVO

Comparar o percentual de compras provenientes da AF nos municípios do estado do Rio de Janeiro (RJ) nos anos de 2021 e 2022.

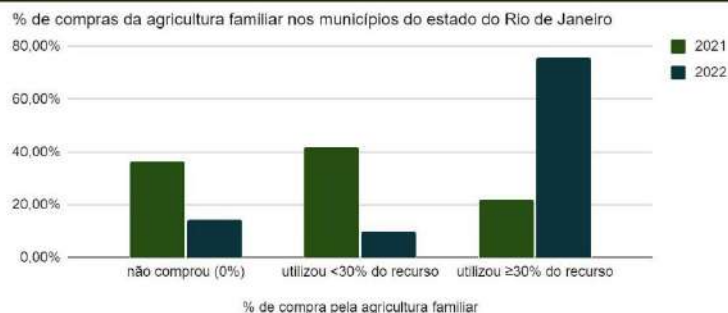
MÉTODOS

Trata-se de um estudo quantitativo, transversal, do tipo analítico de base documental, em que foi analisado o percentual de compra dos alimentos da AF nos municípios do estado do RJ nos anos de 2021 e 2022, através do site eletrônico do FNDE. Os municípios foram divididos em 3 categorias de acordo com o % do recurso repassado pelo governo federal gasto com a compra de alimentos da AF.



RESULTADOS

Através do site do FNDE, foi possível analisar os dados referente à compra da agricultura familiar de 91 municípios no ano de 2021 e de 90 municípios no ano de 2022.



CONCLUSÃO

Os resultados demonstraram um aumento dos municípios que utilizaram ≥30% do recurso repassado com a aquisição de alimentos provenientes da AF e uma redução daqueles que não compram alimentos da AF. A compra dos alimentos da AF possibilita a maior oferta de alimentos in natura e/ou minimamente processados, regionais e com maior diversidade de alimentos nos cardápios escolares. Além disso, propicia o desenvolvimento econômico e sustentável para todos municípios.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. Resolução nº 06 de 08 de maio de 2020. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE). Brasil, 2020.

APOIO/FOMENTO: O presente estudo é fomentado pelo Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico- CNPQ.

APOIO SOCIAL ASSOCIADO À INSEGURANÇA ALIMENTAR EM GESTANTES COM INDICAÇÃO DE RISCO ATENDIDAS EM UM HOSPITAL DE REFERÊNCIA NO RIO DE JANEIRO, BRASIL

ANA LÚCIA PIRES AUGUSTO; REBECA ROCHA DA SILVA; GABRIELA DA SILVEIRA LOPES;
JULYANA OLIVEIRA ALBINO; ALÉXIA ABREU RODRIGUES; ROSANA SALLES-COSTA

Faculdade de Nutrição Emília de Jesus Ferreiro – UFF

rebecarochasilva@id.uff.br

INTRODUÇÃO/CONTEXTUALIZAÇÃO

Gestações de risco estão vinculadas a complicações que prejudicam a saúde, relacionadas a fatores clínicos e sociais adversos. Dentre esses fatores sociais, destaca-se a insegurança alimentar (IA) como potencializadora de tais complicações, que vão desde distúrbios nutricionais até agravos na saúde mental. Nesse cenário, estudos apontam o apoio social (AS) como agente protetor da IA, pois promove auxílio às gestantes quanto à aquisição de informações, suporte material e afetivo para que, assim, possam obter bens alimentícios e a manutenção do acesso aos alimentos.

OBJETIVO

Descrever a insegurança alimentar, o perfil sócio demográfico e de saúde de gestantes atendidas num Hospital de Referência em gestações de risco da região metropolitana do RJ e verificar possível associação com o apoio social percebido.

METODOLOGIA

Entre os anos de 2017 e 2020, 260 gestantes vinculadas a um Hospital Universitário da região metropolitana do Rio de Janeiro, foram analisadas quanto ao perfil de IA, através da Escala Brasileira de Insegurança Alimentar, quanto ao apoio social recebido, expresso em escores médios e avaliado pela Escala do *Medical Outcome Study* e quanto a fatores sociodemográficos e ligados à saúde da gestante. Foram utilizados modelos logísticos multinomiais, para estimativa da razão de chances (OR) e intervalo de confiança de 95% (IC95%). Inicialmente testou-se a associação bivariada das variáveis com a IA e aquelas com significância de até 20% foram levadas para os modelos multivariados. As variáveis sociodemográficas e ligadas à gestação associadas com a IA e com o AS foram testadas quanto ao confundimento e incluídas nos modelos brutos, aquelas com associações significativas foram incluídas nos modelos finais.

RESULTADOS

Dentre as 260 gestantes estudadas, mais da metade eram de famílias com IA, sendo 19,2% em IA moderada/grave. Em relação às características das gestantes, a maioria tinha idade compreendida entre 18 e 35 anos, com cor da pele/raça preta, parda ou indígena, com mais de 8 anos de estudo formal, sem qualquer ocupação profissional, viviam com companheiro, habitavam domicílio com mais de 3 pessoas, possuíam renda familiar mensal de 1 a 3 SM e não recebiam qualquer benefício social. No que diz respeito ao apoio social, observou-se que o escore de maior média foi o relativo ao apoio afetivo percebido (89,7; IC95%:87,6;91,8).

No modelo ajustado bruto, observou-se que as dimensões de apoio social que se associaram significativamente com IA foram o apoio de informação (OR= 0,98; IC 95%: 0,97-0,99) e de interação social positiva (OR = 0,97; IC95%: 0,96-0,99).

CONCLUSÃO/CONSIDERAÇÃO FINAIS

Destacou-se assim, a importância de tornar a rede de interações positivas mais eficazes para as gestantes, visando mitigar formas graves de insegurança alimentar, predominantemente causadas por condições socioeconômicas precárias e intensificar programas de cuidados na atenção à saúde da gestante.

Referências

COSTA ALRR et al. Fatores de risco materno associados à necessidade de unidade de terapia intensiva neonatal. Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia, v.36, n.1, p.29-3, 2014.

LARAIA, B.A; SIEGA-RIZ, A.M; GUNDERSEN, C. et al. Psychosocial factors and socioeconomic indicators are associated with household food insecurity among pregnant women. J. Nutr,v.136, p.177-182, 2006.

TSAI, A.C.; ROTHERAM-BORUS, M.J.; TOMLINSON, M. et al. Food Insufficiency, Depression, and the Modifying Role of Social Support: Evidence from a Population-Based, Prospective Cohort of Pregnant Women in Peri-Urban South Africa. Soc Sci Med., v. 151, p. 69-77, 2016.

Palavras chaves: insegurança alimentar; apoio social; gestação de risco





16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

Realização



Organização



Apoio



APOIO SOCIAL ASSOCIADO À INSEGURANÇA ALIMENTAR EM GESTANTES COM INDICAÇÃO DE RISCO ATENDIDAS EM UM HOSPITAL DE REFERÊNCIA NO RIO DE JANEIRO, BRASIL

AUGUSTO, Ana Lúcia¹; SILVA, Rebeca¹; LOPES, Gabriela¹; ALBINO, Julyana¹; RODRIGUES, Aléxia²; SALLES-COSTA, Rosana²

UNIVERSIDADE FEDERAL FLUMINENSE¹; UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO²

Eixo temático: Segurança Alimentar e Nutricional | email: rebecarochasilva@id.uff.br

INTRODUÇÃO

Gestações de risco estão vinculadas a complicações que prejudicam a saúde, relacionadas a fatores clínicos e sociais adversos. Dentre esses fatores sociais, destaca-se a insegurança alimentar (IA) como potencializadora de tais complicações, que vão desde distúrbios nutricionais até agravos na saúde mental. Nesse cenário, estudos apontam o apoio social (AS) como agente protetor da IA, pois promove auxílio às gestantes quanto à aquisição de informações, suporte material e afetivo para que, assim, possam obter bens alimentícios e a manutenção do acesso aos alimentos.

OBJETIVOS

Descrever a insegurança alimentar, o perfil sócio demográfico e de saúde de gestantes atendidas num Hospital de Referência em gestações de risco da região metropolitana do RJ e verificar possível associação com o apoio social percebido.

METODOLOGIA

Entre os anos de 2017 e 2020, 260 gestantes vinculadas a um Hospital Universitário da região metropolitana do Rio de Janeiro, foram analisadas quanto ao perfil de IA, através da Escala Brasileira de Insegurança Alimentar, quanto ao apoio social recebido, expresso em escores médios e avaliado pela Escala do Medical Outcome Study e quanto a fatores sociodemográficos e ligados à saúde da gestante. Foram utilizados modelos logísticos multinomiais, para estimativa da razão de chances (OR) e intervalo de confiança de 95% (IC95%). Inicialmente testou-se a associação bivariada das variáveis com a IA e aquelas com significância de até 20% foram levadas para os modelos multivariados. As variáveis sociodemográficas e ligadas à gestação associadas com a IA e com o AS foram testadas quanto ao confundimento e incluídas nos modelos brutos, aquelas com associações significativas foram incluídas nos modelos finais.

RESULTADOS

Entre as 260 gestantes estudadas, mais da metade eram de famílias com IA, sendo 19,2% em IA moderada/grave. Em relação às características das gestantes, a maioria tinha idade compreendida entre 18 e 35 anos, com cor da pele/raça preta, parda ou indígena, com mais de 8 anos de estudo formal, sem qualquer ocupação profissional, viviam com companheiro, habitavam domicílio com mais de 3 pessoas, possuíam renda familiar mensal de 1 a 3 SM e não recebiam qualquer benefício social. No que diz respeito ao apoio social, observou-se que o escore de maior média foi o relativo ao apoio afetivo percebido (89,7; IC95%:87,6;91,8).

No modelo ajustado bruto, observou-se que as dimensões de apoio social que se associaram significativamente com IA foram o apoio de informação (OR= 0,98; IC 95%: 0,97-0,99) e de interação social positiva (OR = 0,97; IC95%: 0,96-0,99).

CONCLUSÃO

Destacou-se assim, a importância de tornar a rede de interações positivas mais eficazes para as gestantes, visando mitigar formas graves de insegurança alimentar, predominantemente causadas por condições socioeconômicas precárias e intensificar programas de cuidados na atenção à saúde da gestante.

REFERÊNCIAS

- COSTA ALRR et al. Fatores de risco materno associados à necessidade de unidade de terapia intensiva neonatal. Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetria, v.36, n.1, p.29-3, 2014.
- LARAIA, B.A.; SIEGA-RIZ, A.M.; GUNDERSEN, C. et al. Psychosocial factors and socioeconomic indicators are associated with household food insecurity among pregnant women. J. Nutr, v.136, p.177-182, 2006.
- TSAI, A.C.; ROTHERAM-BORUS, M.J.; TOMLINSON, M. et al. Food Insecurity, Depression, and the Modifying Role of Social Support: Evidence from a Population-Based, Prospective Cohort of Pregnant Women in Peri-Urban South Africa. Soc Sci Med., v. 151, p. 69-77, 2016.

ASSOCIAÇÃO DA OMISSÃO DE REFEIÇÕES E OS MARCADORES DA ALIMENTAÇÃO ENTRE ADOLESCENTES DE ESCOLAS PÚBLICAS DO RIO DE JANEIRO.

SUELEN SOUZA SANTOS; SUELLEN LEAL BERNARDO DA COSTA; YASMIN BURKE RIBEIRO HARADA; MARIANNA ALMEIDA CUNHA DE AZEREDO SANTOS; ANDREIA ANDRADE-SILVA; GIOVANA NIGRI CURSINO; MARIA ELIZA DE MATTOS TOBLER MASTRANGELO; MARIA BEATRIZ TRINDADE DE CASTRO

Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ)

suelensouzasantos811@gmail.com

Introdução: A omissão e a substituição de refeições está associada ao consumo de alimentos ultraprocessados. **Objetivo:** Analisar a associação entre a omissão e substituição de refeições com o consumo de marcadores da alimentação saudável (MAS) e não saudável (MANS). **Métodos:** Estudo transversal realizado com 255 adolescentes matriculados no 6º e 7º anos do ensino fundamental de duas escolas públicas na cidade do Rio de Janeiro. Foram coletados os dados sociodemográficos: residência em comunidades vulneráveis, número de residentes no domicílio, sexo e cor da pele do estudante, paridade materna e escolaridade do responsável. O consumo de MAS [i) feijão, ii) frutas, e iii) legumes/verduras] e MANS [i) bebidas adoçadas, ii) embutidos, iii) macarrão instantâneo/salgadinhos de pacote, e iv) biscoitos recheados, doces e guloseimas] no dia anterior à entrevista (sim ou não) foi obtido por meio do Formulário SISVAN. Aplicou-se o teste qui-quadrado (ou exato de Fisher) e o teste t para avaliar as diferenças das proporções e valores médios das características sociodemográficas e dos marcadores da alimentação segundo a omissão (sim ou não) do desjejum, jantar e substituição do jantar por lanches (>3 vezes/semana). Adotou-se a regressão logística multivariada para analisar a razão de chances dos MAS e MANS segundo a omissão e substituição de refeições. Os modelos foram ajustados pela idade, sexo, cor da pele, residir em comunidade vulnerável e escolaridade. **Resultados:** Dentre os 255 alunos, 144 (56,5%) eram do sexo feminino, 217 (85,1%) moravam em comunidade, 104 (40,8%) tinham responsáveis com 9 anos ou menos de escolaridade, 95 (38,0%) recebiam bolsa família e 147 (57,6%) se consideravam pardos ou pretos. Houve maior prevalência para a omissão de desjejum (13,7%) e substituição do jantar por lanches (13,7%), e foram mais prevalentes para o sexo feminino, respectivamente 77,1% vs 53,2% ($p=0,008$) e 84,6% vs 55,0% ($p=0,031$). Ainda, a omissão do jantar (84,6% vs 38,7%, $p=0,005$) e sua substituição por lanches (60,0% vs 37,7%, $p=0,035$) foi mais prevalente entre os estudantes com responsáveis de menor escolaridade. Os modelos ajustados mostraram uma razão de chances positiva entre omissão do jantar e não consumir feijão (OR=4,13; IC95%:1,14-15,00), e substituição do jantar e consumo de macarrão instantâneo/salgadinhos de pacote (OR=3,38; IC95%:1,55-7,39). **Conclusão:** A omissão e a substituição de refeições foi mais prevalente no sexo feminino e favoreceu o consumo de MANS. Destaca-se, assim, a necessidade de intervenções nutricionais e alimentares promotoras da alimentação saudável em ambientes escolares.

Referências

- BRASIL. **Estatuto da Criança e do Adolescente:** e dá outras providências. Lei n. 8.069, de 13 de julho de 1990. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l8069.htm. Acesso em: 09 jun. 2024.
- NEVES, Felipe Silva et al. Eating contexts at breakfast, lunch, and dinner: Associations with ultra-processed foods consumption and overweight in Brazilian adolescents (EVA-JF Study). *Appetite*, v. 168, p. 105787, 2022.
- RODRIGUES, Paulo Rogério Melo et al. Adolescents' unhealthy eating habits are associated with meal skipping. *Nutrition*, v. 42, p. 114-120. e1, 2017.

Palavras chaves: Adolescente; Marcadores da alimentação; Omissão de refeições.

Apoio/Fomentos: FAPERJ





16º Encontro Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis



ASSOCIAÇÃO DA OMISSÃO DE REFEIÇÕES E OS MARCADORES DA ALIMENTAÇÃO ENTRE ADOLESCENTES DE ESCOLAS PÚBLICAS DO RIO DE JANEIRO

SANTOS, Suelen¹; COSTA, Suellen¹; HARADA, Yasmin¹; SANTOS, Marianna¹; ANDRADE-SILVA, Andreia¹; CURSINO, Giovana¹; MASTRANGELO, Maria Eliza¹; CASTRO, Maria Beatriz¹.

1. Universidade Federal Do Rio De Janeiro, Centro de Ciências da Saúde, Instituto de Nutrição Josué de Castro, DNSA.

E-mail: suelensozasantos811@gmail.com

Eixo: Segurança Alimentar e Nutricional.

INTRODUÇÃO

A omissão e a substituição de refeições está associada ao consumo de alimentos ultraprocessados (1,2,3).

OBJETIVO

Analisar a associação entre a omissão e substituição de refeições com o consumo de marcadores da alimentação saudável (MAS) e não saudável (MANS).

METODOLOGIA

- Estudo transversal realizado com 255 adolescentes matriculados no 6º e 7º anos do ensino fundamental de duas escolas públicas na cidade do Rio de Janeiro.
- Foram coletados os dados sociodemográficos:
 - residência em comunidades vulneráveis,
 - número de residentes no domicílio,
 - sexo e cor da pele do estudante,
 - paridade materna
 - escolaridade do responsável.
- O consumo de MAS [i) feijão, ii) frutas, e iii) legumes/verduras] e MANS [i) bebidas adoçadas, ii) embutidos, iii) macarrão instantâneo/salgadinhos de pacote, e iv) biscoitos recheados, doces e guloseimas] no dia anterior à entrevista (sim ou não) foi obtido por meio do Formulário SISVAN.
- Aplicou-se o teste qui-quadrado (ou exato de Fisher) para avaliar as diferenças das proporções das características sociodemográficas e dos marcadores da alimentação segundo a omissão (sim ou não) do desjejum, jantar e substituição do jantar por lanches (>3 vezes/semana).
- Aplicou-se o teste t para avaliar os valores médios das características sociodemográficas
- Adotou-se a regressão logística multivariada para analisar a razão de chances dos MAS e MANS segundo a omissão e substituição de refeições.

RESULTADOS

Table 1. Características sociodemográficas de adolescentes de escolas públicas da cidade do Rio de Janeiro (n=255), segundo a omissão de refeições e a substituição por lanches. Brasil, 2023.

	Omissão de refeições		p	Omissão de jantar		p	Substituição de jantar por lanche		p
	Não	Sim		Não	Sim		Não	Sim	
Sexo									
Masculino	101 (46,8)	9 (22,0)	0,006	108 (45,0)	2 (15,4)	0,031	99 (45,1)	12 (54,3)	0,235
Feminino	137 (60,2)	20 (71,1)		132 (55,0)	11 (84,6)		121 (55,9)	23 (98,7)	
Endereço em comunidade vulnerável									
Não	34 (12,5)	4 (11,0)	0,373	34 (14,2)	3 (23,1)	0,202	39 (18,0)	9 (22,0)	0,155
Sim	149 (66,1)	21 (68,0)		206 (85,8)	19 (76,9)		189 (86,1)	27 (77,1)	
Resposta Mãe-Família									
Não	37 (14,5)	18 (51,4)	0,175	101 (43,0)	3 (23,1)	0,077	97 (46,1)	18 (54,5)	0,207
Sim	84 (38,1)	11 (31,4)		85 (36,2)	6 (46,2)		86 (39,6)	9 (27,3)	
Não sabe	44 (20,6)	6 (17,2)		49 (20,8)	1 (7,7)		44 (20,3)	9 (18,2)	
Cor da pele									
Branca	34 (18,2)	18 (45,7)		96 (40,0)	4 (30,8)		83 (37,7)	17 (46,8)	
Pele escura	130 (57,1)	17 (46,6)	0,269	137 (57,1)	6 (45,7)	0,378	139 (63,1)	17 (46,6)	0,417
Outra	6 (2,7)	2 (5,7)		7 (2,9)	1 (7,7)		7 (3,2)	1 (2,6)	
Escolaridade do responsável									
<= 6 anos	87 (39,8)	17 (46,8)	0,006	89 (39,7)	11 (84,6)	0,005	84 (37,7)	21 (90,0)	0,005
> 7 anos	99 (44,4)	13 (37,1)		98 (40,9)	2 (15,4)		91 (41,4)	11 (31,4)	

	Medida (IC95%)		Medida (IC95%)						
	OR	IC 95%	OR	IC 95%					
Mãe (anos)	12,1 (9,97)	12,1 (11,1)	0,796	12,1 (11,03)	12,1 (10,96)	0,614	12,1 (11,02)	12,1 (10,96)	0,251
Paridade na maternidade	2,6 (1,20)	2,7 (1,87)	0,628	2,6 (1,22)	2,6 (1,32)	0,221	2,6 (1,29)	2,6 (1,01)	0,014
Número de habitantes no domicílio	0,12 (0,05)	0,12 (0,09)	0,144	0,12 (0,09)	0,12 (0,07)	0,009	0,12 (0,08)	0,12 (0,09)	0,010

* Teste Qui-quadrado ou Exato de Fisher para proporções e Teste t para médias.

Table 2. Frequência de consumo de marcadores de alimentação saudável (MAS) e não saudável (MANS) entre adolescentes de escolas públicas da cidade do Rio de Janeiro (n=255), segundo o consumo de refeições e substituição por lanches. Brasil, 2023.

	Omissão de refeições		p	Omissão de jantar		p	Substituição de jantar por lanche		p
	Não	Sim		Não	Sim		Não	Sim	
MAS									
Feijão									
Não	31 (14,2)	9 (25,7)	0,081	34 (14,2)	5 (38,5)	0,004	31 (13,7)	11 (29,5)	0,025
Sim	188 (85,8)	55 (163,3)		218 (85,8)	8 (61,5)		189 (86,3)	27 (77,1)	
Frutas									
Não	87 (39,1)	18 (51,0)	0,410	108 (45,0)	6 (46,2)	0,935	100 (45,0)	15 (42,9)	0,774
Sim	121 (55,9)	17 (46,0)		112 (45,0)	7 (53,8)		120 (54,0)	20 (57,1)	
Legumes/verduras									
Não	116 (53,0)	22 (62,0)	0,124	129 (54,9)	8 (61,5)	0,432	120 (53,0)	18 (51,0)	0,620
Sim	99 (46,1)	18 (51,1)		106 (45,1)	9 (68,5)		99 (44,2)	17 (46,8)	
MANS									
Embutidos									
Não	142 (65,0)	28 (80,7)	0,076	149 (63,8)	8 (61,5)	0,482	140 (64,2)	23 (71,0)	0,424
Sim	75 (34,0)	12 (34,3)		81 (34,2)	5 (38,5)		77 (35,8)	10 (29,5)	
Bebidas adoçadas									
Não	96 (43,8)	30 (86,0)	0,028	96 (40,7)	2 (15,4)	0,170	84 (37,7)	8 (22,9)	0,517
Sim	101 (45,2)	28 (71,0)		119 (50,3)	11 (84,6)		119 (54,0)	27 (77,1)	
Biscoitos/salgadinhos									
Não	150 (68,2)	19 (54,3)	0,106	169 (69,7)	9 (70,4)	0,426	153 (69,2)	19 (51,0)	0,066
Sim	70 (31,8)	16 (45,7)		80 (34,3)	5 (38,5)		85 (39,5)	19 (51,0)	
Doces									
Não	99 (45,4)	18 (51,0)	0,072	111 (48,0)	4 (30,8)	0,209	102 (46,0)	13 (37,1)	0,247
Sim	119 (54,6)	29 (80,0)		127 (51,9)	9 (69,2)		118 (53,0)	21 (62,9)	

* Teste Qui-quadrado ou Exato de Fisher.

Table 3. Odds ratio e Intervalo de Confiança a 95% para associação entre o consumo e substituição de refeições e o consumo de marcadores de alimentação de adolescentes de escolas públicas da cidade do Rio de Janeiro (n=255). Brasil, 2023.

	Modelo Bruto		Modelo 1		Modelo 2		Modelo 3		Modelo 4		Modelo 5		Modelo 6	
	OR	IC 95%	OR	IC 95%	OR	IC 95%	OR	IC 95%	OR	IC 95%	OR	IC 95%	OR	IC 95%
Omissão de Refeições														
Não consumo de refeição*	2,19	0,99-4,90	1,72	0,72-4,28	1,71	0,71-4,22	1,69	0,69-4,09	1,69	0,70-4,00	1,70	0,75-4,23	2,00	0,88-4,61
Omissão de Jantar														
Não consumo de jantar*	1,77	1,16-2,72	1,13	0,74-1,70	1,17	0,66-2,06	1,18	0,64-2,21	1,20	0,65-2,19	1,16	0,66-2,04	3,09	1,20-8,28
Substituição de jantar por lanches														
Não consumo de lanche*	2,52	1,36-4,77	2,30	0,85-6,58	2,30	0,86-6,52	2,34	0,91-6,00	2,31	1,02-5,48	2,42	1,02-5,87	1,82	0,67-4,86
Consumo de salgadinhos**	2,71	1,51-4,95	3,39	1,52-7,30	3,34	1,51-7,23	3,19	1,49-6,85	3,28	1,53-6,98	3,08	1,47-6,54	2,82	1,36-5,89

* Modelo 1: quando para sexo, cor da pele, idade (variáveis contínuas); Modelo 2: quando para sexo, cor da pele, idade (variáveis contínuas); Modelo 3: quando para sexo, cor da pele, idade (variáveis contínuas); Modelo 4: quando para sexo, cor da pele, idade (variáveis contínuas); Modelo 5: quando para sexo, cor da pele, idade (variáveis contínuas) e escolaridade do responsável; Modelo 6: quando para sexo, cor da pele, idade (variáveis contínuas) e escolaridade do responsável.

CONCLUSÃO

A omissão e a substituição de refeições foi mais prevalente no sexo feminino e favoreceu o consumo de MANS. Destaca-se, assim, a necessidade de intervenções nutricionais e alimentares promotoras da alimentação saudável em ambientes escolares.

REFERÊNCIAS

1. NEVES, Felipe Silva et al. Eating contexts at breakfast, lunch, and dinner: Associations with ultra-processed foods consumption and overweight in Brazilian adolescents (EVA-JF Study). *Appetite*, v. 168, p. 105787, 2022.
2. RODRIGUES, Paulo Rogério Melo et al. Adolescents' unhealthy eating habits are associated with meal skipping. *Nutrition*, v. 42, p. 114-120. e1, 2017.

Palavras-chave: Adolescente; Marcadores da alimentação; Omissão de refeições



ASSOCIAÇÃO ENTRE O LOCAL DE MORADIA COM STATUS DE PESO, NÍVEIS DE ATIVIDADE FÍSICA E O PERFIL LIPÍDICO DE ESCOLARES DO MUNICÍPIO DE RIO DAS OSTRAS, RJ

LUIZ FELIPE DA CRUZ RANGEL, CYNTHIA GONÇALVES, ALESSANDRA ALEGRE, LUCAS TAVARES ARAÚJO E BEATRIZ GONÇALVES RIBEIRO

Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ) – Campus Macaé

lctavares5c@gmail.com

INTRODUÇÃO: Complicações metabólicas como as dislipidemias, estão se tornando mais evidentes em escolares. Estudos indicam que o local de moradia pode estar associado a padrões comportamentais indesejáveis como o sedentarismo e o elevado consumo de alimentos ultraprocessados, impactando em prognósticos da saúde, como o status de peso e o perfil lipídico. **OBJETIVO:** Verificar a associação do local de moradia (urbano e rural) com o consumo de alimentos ultraprocessados, níveis de atividade física, estado nutricional antropométrico e com o perfil lipídico entre escolares de 6-10 anos incompletos, residentes no município de Rio das Ostras, RJ. **METODOLOGIA:** Estudo transversal, com estudantes entre 6 e 9 anos, realizado em novembro de 2019. Foram coletados dados antropométricos de peso e estatura de 399 escolares, sendo 84 de duas escolas rurais e 315 de duas escolas urbanas, com o diagnóstico nutricional definido segundo valores críticos de IMC para idade (WHO, 2007). O perfil lipídico foi verificado em 223 escolares, sendo 59 de escolas rurais e 164 urbanas. Foram analisados o colesterol total, HDL-c, LDL-C e triglicerídeos, segundo pontos de corte da Sociedade Brasileira de Cardiologia, (SBC, 2019). Foram avaliados grupos alimentares pelo Questionário Alimentar do dia Anterior (QUADA-3) e o nível de atividade física pelo questionário do Dia Típico de Atividade Física (DAFA). Foi utilizada regressão logística binária ajustada por localidade para estimar a Odds Ratio (OR) e o intervalo de confiança 95% por meio do programa SPSS versão 21,0. Em todas as análises foi adotado o valor de $p < 0,05$ para significância estatística. A pesquisa foi aprovada pelo comitê de ética CAEE 17781619.31001.5699. **RESULTADOS:** A prevalência de sobrepeso foi de 15,3% e 14,8% de obesidade, sendo respectivamente 15,6% e 14,3% na área rural e de 15,7% e 15,4% na área urbana ($p > 0,05$). Os escolares urbanos consumiram mais alimentos ultraprocessados em duas ou três refeições que os escolares rurais. Os escolares das áreas rurais utilizam mais o deslocamento passivo de sua casa até a escola ($p < 0,001$) e realizam menos atividade física de forma rápida ($p < 0,001$). As razões de chances (OR) estatisticamente inferiores a 1 indicam que o colesterol total elevado, o colesterol LDL elevado, o Colesterol HDL abaixo e os triglicerídeos elevados são mais frequentes entre os escolares rurais (categoria de referência) que entre os escolares urbanos, com significância estatística. **CONCLUSÃO:** As associações verificadas indicam uma complexa interação entre o local de moradia com os parâmetros comportamentais e de saúde, devendo cada localidade ser observada de acordo com as suas particularidades.

Referências

MAIA, J. A. de F. et al. **Prevalência de dislipidemias em crianças de 2 a 9 anos.** [s.l.], v. 73, nº Suppl 4, p. 1-7, 2020. ISBN: 000000329767. WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO), 2007. **Growth Reference data for 5-19 Years.** Available from: <http://www.who.int> acessado em: 10/ 11/ 2022. SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA (SBC). **Atualização da Diretriz de Prevenção Cardiovascular da Sociedade Brasileira de Cardiologia – 2019.** *Arquivos brasileiros de cardiologia*, [s.l.], v. 113, nº 4, p. 787-891, 2019. ISSN: 1678-4170, DOI: 10.5935/abc.20190204.



16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

Realização: UFRJ
Organização: INIC PR2
Apoio: CRM04 AF010

Associação entre o local de moradia com o status de peso, níveis de atividade física e o perfil lipídico de escolares do município de Rio das Ostras, RJ.

Rangel, Luiz Felipe (luizfeliperangelfr@gmail.com); Gonçalves, Cinthia; Alegre, Alessandra; Felix, Flávia; Araújo, Lucas; Ribeiro, Beatriz.

UFRJ- Macaé
Epidemiologia

INTRODUÇÃO

Complicações metabólicas como as dislipidemias, estão se tornando mais evidentes em escolares. Estudos indicam que o local de moradia pode estar associado a padrões comportamentais indesejáveis como o sedentarismo e o elevado consumo de alimentos ultraprocessados, impactando em prognósticos da saúde, como o status de peso e o perfil lipídico.

OBJETIVO

Verificar a associação do local de moradia (urbano e rural) com o consumo de alimentos ultraprocessados, níveis de atividade física, estado nutricional antropométrico e com o perfil lipídico entre escolares de 6-10 anos incompletos, residentes no município de Rio das Ostras, RJ.

METODOLOGIA

Estudo transversal, com estudantes entre 6 e 9 anos, realizado em novembro de 2019. Foram coletados dados antropométricos de peso e estatura de 399 escolares, sendo 84 de duas escolas rurais e 315 de duas escolas urbanas, com o diagnóstico nutricional definido segundo valores críticos de IMC para idade (WHO, 2007). O perfil lipídico foi verificado em 223 escolares, sendo 59 de escolas rurais e 164 urbanas. Foram analisados o colesterol total, HDL-c, LDL-C e triglicérides segundo pontos de corte da Sociedade Brasileira de Cardiologia, (SBC, 2019). Foram avaliados grupos alimentares pelo Questionário Alimentar do dia Anterior (QUADA-3) e o nível de atividade física pelo questionário do Dia Típico de Atividade Física (DAFA). Foi utilizada regressão logística binária ajustada por localidade para estimar a Odds Ratio (OR) e o intervalo de confiança 95% por meio do programa SPSS versão 21,0. Em todas as análises foi adotado o valor de $p < 0,05$ para significância estatística. A pesquisa foi aprovada pelo comitê de ética CAEE 17781619.31001.5699.

RESULTADOS

A prevalência de sobrepeso foi de 15,3% e 14,8% de obesidade, sendo respectivamente 15,6% e 14,3% na área rural e de 15,7% e 15,4% na área urbana ($p > 0,05$). Os escolares urbanos consumiram mais alimentos ultraprocessados em duas ou três refeições que os escolares rurais. Os escolares das áreas rurais utilizam mais o deslocamento passivo de sua casa até a escola ($p < 0,001$) e realizam menos atividade física de forma rápida ($p < 0,001$). A razão de chances (OR) estatisticamente inferiores a 1 indicam que o colesterol total elevado, o colesterol LDL elevado, o Colesterol HDL abaixo e os triglicérides elevados são mais frequentes entre os escolares rurais (categoria de referência) que entre os escolares urbanos, com significância estatística.

CONCLUSÃO

As associações verificadas indicam uma complexa interação entre o local de moradia com os parâmetros comportamentais e de saúde, devendo cada localidade ser observada de acordo com as suas particularidades.

REFERÊNCIAS

- MALÁ, J. A. de F. et al. Prevalência de dislipidemias em crianças de 2 a 9 anos. [s.l.], v. 73, n° Suppl 4, p. 1-7, 2020. ISBN: 000000329767.
- WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). 2007. Growth Reference data for 5-19 Years. Available from: <http://www.who.int/nccs/dsd/2007/>
- SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA (SBC). Atualização da Diretriz de Prevenção Cardiovascular da Sociedade Brasileira de Cardiologia – 2019. *Arquivos brasileiros de cardiologia*, [s.l.], v. 113, n° 4, p. 787-891, 2019. ISSN: 1678-4170. DOI: 10.5935/abc.20190204.

Tabela 1. Resultados dos modelos de regressão logística da associação entre o consumo de AUPs, prática de atividade física, tipo de deslocamento para a escola e a localidade como variável independente em escolares de 6 a 9 anos do município de, Rio das Ostras, RJ, Brasil (n=420).

Variável dependente	RURAL (n = 91)	URBANA (n = 329)	OR*	IC 95%	p
Consumo de AUP					
Nenhuma refeição	3 (3,3%)	2 (0,7%)	-----	-----	-----
Uma refeição	9 (11,7%)	21 (7,2%)	3,500	0,497; 24,657	0,208
Dois refeições	11 (14,3%)	67 (22,9%)	9,138	1,368; 61,059	0,022
Três refeições	15 (19,5%)	85 (29,0%)	8,501	1,308; 55,241	0,025
Quatro ou mais refeições	39 (50,6%)	118 (40,3%)	4,539	0,731; 28,168	0,104
Alguma atividade física					
Não	4 (4,9%)	6 (2,0%)	-----	-----	-----
Sim	78 (95,1%)	291 (98,0%)	2,487	0,623; 8,922	0,166
Alguma atividade física rápida					
Não	29 (36,2%)	29 (9,8%)	-----	-----	-----
Sim	51 (63,7%)	268 (90,2%)	5,255	2,899; 9,575	< 0,001
Deslocamento ativo p/ escola					
Não	80 (97,6%)	175 (57,4%)	-----	-----	-----
Sim	2 (2,4%)	130 (42,6%)	29,71	7,173; 123,098	< 0,001

AUP = alimentos ultraprocessados; *OR = razão de chances (Odds Ratio); **IC = intervalo de confiança. Categoria de referência para a razão de chances: Rural. Para variáveis dependentes dicotômicas, foram utilizados modelos de regressão logística binária. Para as variáveis dependentes categóricas com mais de duas categorias, foi utilizado o modelo de regressão logística multinomial. N = 420. p valor < 0,05.

Tabela 2. Resultados dos modelos de regressão logística da associação entre os desfechos clínicos e a localidade como variável independente em escolares de 6 a 9 anos do município de, Rio das Ostras, RJ, Brasil (n=420).

Variável dependente	RURAL (n = 91)	URBANA (n = 329)	OR**	IC 95%***	p valor
Classificação do IMC/ idade					
Mágreza/Eutrofia	54 (70,1%)	202 (68,9%)	-----	-----	-----
Sobrepeso	12 (15,6%)	46 (15,7%)	1,025	0,508; 2,069	0,945
Obesidade	11 (14,3%)	45 (15,4%)	1,094	0,530; 2,257	0,808
CT					
Aceitável	25 (44,6%)	101 (65,6%)	-----	-----	-----
Elevado	31 (55,4%)	53 (34,4%)	0,423	0,225; 0,786	0,007
HDL-c					
Aceitável	21 (37,5%)	100 (64,9%)	-----	-----	-----
Abaixo	35 (62,5%)	54 (35,1%)	0,324	0,170; 0,606	< 0,001
LDL-c					
Aceitável	26 (46,4%)	114 (74,0%)	-----	-----	-----
Elevado	30 (53,6%)	40 (26,0%)	0,304	0,160; 0,573	< 0,001
Triglicérides					
Aceitável	17 (30,4%)	73 (47,4%)	-----	-----	-----
Elevado	39 (69,6%)	81 (52,6%)	0,484	0,247; 0,916	0,029

IMC=Índice de massa corporal por idade; CT = colesterol total; HDL-c = lipoproteína de alta densidade; LDL-c = lipoproteína de baixa densidade; **OR = razão de chances (Odds Ratio); ***IC = intervalo de confiança. Categoria de referência para a razão de chances: Rural. Modelos de regressão logística binária. N = 420. p valor < 0,05.

AVALIAÇÃO DAS BOAS PRÁTICAS NO RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO DE UMA UNIVERSIDADE PÚBLICA DA CIDADE DO RIO DE JANEIRO

ROBERTA GOMES DE OLIVEIRAS, LAURISSA FREITAS TEIXEIRA DE LIMA, ANA CAROLINA CAVALCANTE, PATRÍCIA MARIA PÉRICO PEREZ, AMANDA MACÊDO CARDOSO, SHIGENO DE PAIVA KURIYA

Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ)

robertadeoliveirag@gmail.com

INTRODUÇÃO

A Resolução RDC 216 de 2004 (Ministério da Saúde), estabelece o Regulamento Técnico de Boas Práticas para Serviços de Alimentação, garantindo a segurança e qualidade dos alimentos em todas as etapas do processo produtivo. Essa resolução fornece diretrizes detalhadas para a elaboração de checklists, que são ferramentas essenciais para avaliar as condições higiênico-sanitárias dos estabelecimentos. Com os checklists, é possível identificar pontos críticos, assegurar a conformidade com as normas e implementar ações corretivas quando necessário. Em restaurantes universitários, a aplicação rigorosa desses checklists promove a confiança e o bem-estar dos usuários, assegurando a qualidade e segurança dos alimentos.

OBJETIVO

Avaliar as condições higiênico-sanitárias do restaurante universitário de uma universidade localizada na cidade do Rio de Janeiro.

METODOLOGIA

Estudo exploratório e descritivo conduzido em um restaurante universitário para avaliar as boas práticas, utilizando o checklist da RDC 216/2004. Este checklist abrangeu diversos aspectos do estabelecimento, como recursos humanos, condições ambientais, instalações, equipamentos, sanitização, produção, embalagem e controle de qualidade. As opções de resposta para o checklist foram: “Conforme” (C) quando o restaurante atendia aos critérios exigidos, “Não Conforme” (NC) quando havia não-conformidade, e “Não Aplicável” (NA) quando o item não era pertinente ao local avaliado. Os itens marcados como “Não Aplicável” foram excluídos da análise. O checklist foi aplicado de forma sistemática pelas alunas bolsistas do estudo, em dias aleatórios, uma vez por semana, entre os meses de agosto de 2023 e novembro de 2023. Foi calculada a média dos percentuais de inadequação para cada um dos tópicos avaliados.

RESULTADOS

Durante a avaliação no restaurante universitário utilizando o checklist da RDC 216/2004, identificou-se que o item com maior não conformidade (38,5%) foi a Manutenção e conservação de equipamentos, móveis e utensílios. Em seguida, destacaram-se os manipuladores, com 23,0% de inadequações, seguido por matérias-primas, ingredientes e embalagens, e Controle integrado de vetores e pragas urbanas, ambos com 15,4% de não conformidades. Por último, a higiene de instalações, equipamentos, móveis e utensílios apresentou 7,7% de não conformidades.

CONCLUSÃO

Esses resultados evidenciam áreas específicas que requerem atenção e melhorias imediatas para garantir a segurança alimentar no ambiente do restaurante. A manutenção e conservação dos equipamentos, móveis e utensílios requer melhorias significativas para evitar riscos à saúde dos usuários. Além disso, é essencial intensificar os treinamentos dos manipuladores de alimentos, promovendo práticas de higiene mais rigorosas e um manejo adequado desde a

recepção até o preparo das matérias-primas e ingredientes. O controle eficaz de vetores e pragas urbanas, aliado à constante vigilância da higiene das instalações, são medidas adicionais cruciais para garantir um ambiente seguro e saudável no restaurante universitário.

Referências

BRASIL. Ministério da Saúde. Resolução RDC - 216, de 15 de setembro de 2004

AKUTSU, R.C. et al. Adequação das boas práticas de fabricação em serviços de alimentação. Rev. Nutr., Campinas, v. 18, n. 3, p. 419-427, 2005

SENAC/DN. Guia de Verificação. Boas Práticas e Sistema APPCC. Qualidade e Segurança Alimentar. Projeto APPCC Mesa. Convênio CNC/CNI/SEBRAE/ ANVISA. Rio de Janeiro, 2002, p. 39-54.

Palavras chaves: controle de qualidade; boas práticas; checklist; universidades





16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis



AVALIAÇÃO DAS BOAS PRÁTICAS NO RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO DE UMA UNIVERSIDADE PÚBLICA DA CIDADE DO RIO DE JANEIRO

OLIVEIRA, Roberta¹ LIMA, Laurissa¹ CAVALCANTE, Ana¹ PEREZ, Patrícia¹ CARDOSO, Amanda¹ KURIYA, Shigeno¹
(robertadeoliveirag@gmail.com)

Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ), Rio de Janeiro, RJ – Brasil¹
Educação alimentar e nutricional

INTRODUÇÃO

A segurança dos alimentos depende de medidas preventivas e de controle ao longo de toda a cadeia produtiva. No Brasil, a resolução RDC 216, de 2004, estabelece as Boas Práticas para Serviços de Alimentação, abrangendo todas as etapas de manipulação e venda de alimentos. O check-list é uma ferramenta que avalia as condições higiênico-sanitárias, identificando pontos críticos e permitindo ações corretivas. Em um restaurante universitário, a aplicação rigorosa dessas práticas é essencial para garantir a segurança alimentar e promover o bem-estar da comunidade acadêmica.

OBJETIVO

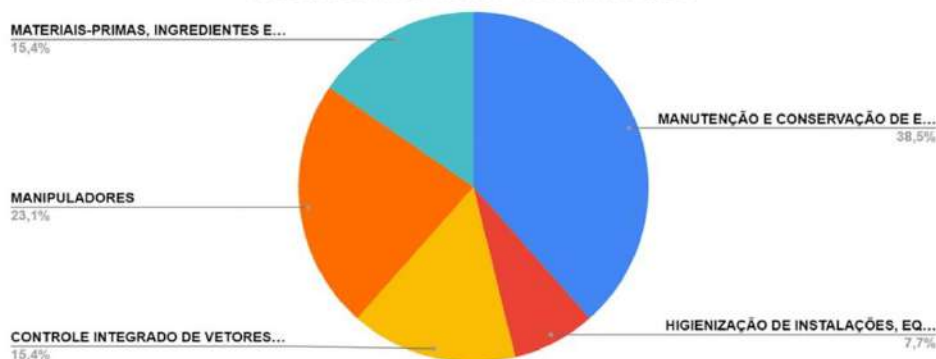
Avaliar as condições de higiene no preparo de alimentos no restaurante universitário da UERJ usando um check-list para verificar o nível de não conformidades.

METODOLOGIA

- Estudo descritivo realizado no Restaurante Universitário da UERJ entre os meses de agosto a novembro de 2023.
- Avaliação das Boas Práticas através de um *check-list* de qualidade.
- Check-list incluía itens sobre recursos humanos, condições ambientais, instalações, equipamentos, sanitização, produção, embalagem e controle de qualidade.
- Respostas possíveis: "Conforme" (C), "Não Conforme" (NC) e "Não Aplicável" (NA).
- Itens "Não Aplicável" foram excluídos da análise estatística.
- Preenchimento do check-list por estudantes bolsistas, com observações diretas e informações das nutricionistas fiscais.

RESULTADOS

FREQUÊNCIA DAS INCONFORMIDADES



CONCLUSÃO

Portanto, dada a necessidade de estabelecer procedimentos e processos que garantam qualidade no serviço prestado, o restaurante universitário deve aprimorar suas condições higiênico-sanitárias, mantendo equipamentos e instalações em bom estado e o ambiente limpo e organizado. A adoção rigorosa de boas práticas é essencial para garantir a segurança alimentar e a saúde dos consumidores.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BRASIL. Ministério da Saúde. Resolução RDC – 216, de 15 de setembro de 2004
- AKUTSU, R.C. et al. Adequação das boas práticas de fabricação em serviços de alimentação. Rev. Nutr., Campinas, v. 18, n. 3, p. 419-427, 2005
- SENAC/DN. Guia de Verificação. Boas Práticas e Sistema APPCC. Qualidade e Segurança Alimentar. Projeto APPCC Mesa. Convênio CNC/CNI/SEBRAE/ ANVISA. Rio de Janeiro, 2002, p. 39-54.

IMPORTÂNCIA DAS PEQUENAS REFEIÇÕES PARA A OBTENÇÃO DE CÁLCIO

LARYSSA RODRIGUES FERREIRA; BEATRIZ MAJELLA BINATO; ANA PAULA FERNANDES GOMES

Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO)

laryssarodrigues@edu.unirio.br

INTRODUÇÃO: Principal micronutriente associado à formação dos ossos, com pico máximo em jovens adultos, o cálcio pode ser obtido através de uma alimentação nutricionalmente adequada (IOM, 2011). Contudo, sua deficiência causa preocupação entre a população brasileira, pois dados da última Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF) (IBGE, 2020) indicam que mais de 90% dos adultos (19-59 anos) não alcançam a Estimated Average Requirement (EAR) de 800mg/dia (IOM, 2011), apresentando consumo médio abaixo de 500mg/dia. Considerando que na dieta ocidental as principais fontes alimentares desse mineral concentram-se nas pequenas refeições - desjejum, colação, lanche e ceia, entende-se que elas são potencialmente importantes para a obtenção do micronutriente em questão (LEAL, 2010). **OBJETIVO:** Avaliar a contribuição das pequenas refeições - desjejum, colação, lanche e ceia - para a obtenção de cálcio, em universitários. **METODOLOGIA:** Análise transversal de dados secundários de graduandos (2018-2023), iniciantes do ciclo profissional (5º de 10 períodos) de um curso integral da área da saúde, de uma universidade pública do município do Rio de Janeiro, obtidos a partir do registro alimentar de um dia da semana. Foram realizadas análises bivariadas utilizando o teste de Mann-Whitney. O nível de significância adotado foi 5% e o software SPSS (versão 29). O presente estudo faz parte do projeto "Aspectos demográficos, psicossociais, clínicos, nutricionais e de estilo de vida em pessoas jovens", aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa (nº6.612.257). **RESULTADOS:** Foram analisados os dados de 277 estudantes com idade média de 23,61 anos ($\pm 4,97$) e consumo médio de cálcio de 647,47mg/dia ($\pm 347,64$), que em sua maioria realizavam desjejum (97,8%) e lanche (89,5%), porém não possuíam o hábito de realizar colação (66,4%) e ceia (72,9%). A mediana de cálcio foi significativamente superior entre alunos que relataram ter realizado: desjejum (605,44 x 330,94mg; $p < 0,003$); ceia (701,73 x 552,93mg; $p < 0,017$); e desjejum e ceia (701,73 x 552,93mg; $p < 0,017$). Todos que referiram ter realizado a ceia também realizaram o desjejum, tendo as medianas de cálcio e o p-valor sido semelhantes entre os grupos ceia, e desjejum e ceia. Os estudantes que realizaram colação e lanche apresentaram medianas numericamente superiores em relação aos que não realizaram (613,75 x 559,54mg; 602,19 x 508,20mg, respectivamente), porém sem diferença significativa. **CONCLUSÃO:** Embora com aporte superior ao encontrado na POF, a obtenção de cálcio esteve inadequada frente às recomendações vigentes, mesmo entre estudantes que realizaram as pequenas refeições. Apenas o desjejum e, especialmente, a ceia contribuíram significativamente para maior ingestão de cálcio. Diante dos resultados, faz-se necessário investigar os motivos pelos quais a realização da colação e do lanche não se mostraram tão importantes na obtenção do cálcio, visto que se tratam de universitários do curso integral.

Referências

- INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). Pesquisa de Orçamentos Familiares 2017 – 2018. Análise do Consumo Alimentar Pessoal no Brasil. Rio de Janeiro, 2020. 114p.
- INSTITUTE OF MEDICINE (IOM). Dietary Reference Intakes for Calcium and Vitamin D. Washington, DC: The National Academies Press. 2011. 1132p.
- LEAL, G. V DA S. *et al.* Consumo alimentar e padrão de refeições de adolescentes, São Paulo, Brasil. Revista Brasileira de Epidemiologia, v. 13, n. 3, p. 457–467, set. 2010.

Palavras chaves: cálcio da dieta; comportamento alimentar; refeições; universidades



16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis



IMPORTÂNCIA DAS PEQUENAS REFEIÇÕES PARA A OBTENÇÃO DE CÁLCIO

RODRIGUES, Laryssa^{1,2*}; BINATO, Beatriz Majella^{1,2}; GOMES, Ana Paula Fernandes²
laryssarodrigues@edu.unirio.br

1 – Discente de Iniciação Científica; 2 – Departamento de Nutrição Fundamental; Escola de Nutrição; Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro.

Segurança Alimentar e Nutricional

INTRODUÇÃO

Principal micronutriente associado à formação dos ossos, com pico máximo em jovens adultos, o cálcio pode ser obtido através de uma alimentação nutricionalmente adequada (IOM, 2011). Contudo, sua deficiência causa preocupação entre a população brasileira, pois dados da última Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF) (IBGE, 2020) indicam que mais de 90% dos adultos (19-59 anos) não alcançam a Ingestão Dietética Recomendada de 800mg/dia (IOM, 2011), apresentando consumo médio abaixo de 500mg/dia. Considerando que na dieta ocidental as principais fontes alimentares desse mineral concentram-se nas pequenas refeições - desjejum, colação, lanche e ceia, entende-se que elas são potencialmente importantes para a obtenção do micronutriente em questão (LEAL, 2010).

OBJETIVO

Avaliar a contribuição das pequenas refeições - desjejum, colação, lanche e ceia - para a obtenção de cálcio, em universitários.

METODOLOGIA

Análise transversal de dados secundários de graduandos (2018-2023), iniciantes do ciclo profissional (5º de 10 períodos) de um curso integral da área da saúde, de uma universidade pública do município do Rio de Janeiro, obtidos a partir do registro alimentar de um dia da semana. Foram realizadas análises bivariadas utilizando o teste de Mann-Whitney. O nível de significância adotado foi 5% e o software SPSS (versão 29). O presente estudo faz parte do projeto "Aspectos demográficos, psicossociais, clínicos, nutricionais e de estilo de vida em pessoas jovens" aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (nº 6.612.257).

RESULTADOS

Foram analisados os dados de 277 estudantes com idade média de 23,61 anos ($\pm 4,97$) e consumo médio

de cálcio de 647,47mg/dia ($\pm 347,64$), que em sua maioria realizavam desjejum (97,8%) e lanche (89,5%), porém não possuíam o hábito de realizar colação (66,4%) e ceia (72,9%). Todos que referiram ter realizado a ceia também realizaram o desjejum.

Tabela 1 – Ingestão de cálcio (mg), segundo a realização de pequenas refeições, entre universitários (n=277). RJ/RJ, Brasil.

	Não realiza	Realiza	p
Mediana (Min – Máx)			
Desjejum	330,94 (125,83 – 451,44)	605,44 (108,86 – 1932,96)	0,003
Colação	559,54 (120,20 – 1802,17)	613,75 (108,86 – 1932,96)	0,148
Lanche	508,20 (126,90 – 1350,50)	602,19 (108,86 – 1932,96)	0,129
Ceia	552,93 (108,86 – 1932,96)	701,73 (163,24 – 1802,17)	0,017
Desjejum e Ceia	552,93 (108,86 – 1932,96)	701,73 (163,24 – 1802,17)	0,017

FONTE: Projeto "Aspectos demográficos, psicossociais, clínicos, nutricionais e de estilo de vida em pessoas jovens".

CONCLUSÃO

Embora com aporte superior ao encontrado na POF, a obtenção de cálcio esteve inadequada frente às recomendações vigentes, mesmo entre estudantes que realizaram as pequenas refeições. Apenas o desjejum e, especialmente, a ceia contribuíram significativamente para maior ingestão de cálcio. Diante dos resultados, faz-se necessário investigar os motivos pelos quais a realização da colação e do lanche não se mostraram importantes na obtenção do cálcio, visto que se tratam de universitários do curso integral.

REFERÊNCIAS

- INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). Pesquisa de Orçamentos Familiares 2017 – 2018. **Análise do Consumo Alimentar Pessoal no Brasil**. Rio de Janeiro, 2020. 114p.
- INSTITUTE OF MEDICINE (IOM). **Dietary Reference Intakes for Calcium and Vitamin D**. Washington, DC: The National Academies Press. 2011. 1132p.
- LEAL, G. V. DA S. et al.. **Consumo alimentar e padrão de refeições de adolescentes, São Paulo, Brasil**. Revista Brasileira de Epidemiologia, v. 13, n. 3, p. 457–467, set. 2010.

JANTAR ALTERNATIVO: MANTENDO A QUALIDADE NUTRICIONAL PARA UM GRUPO DE CONVIVÊNCIA DA TERCEIRA IDADE

PATRÍCIA DE ALMEIDA AGUIAR GONÇALVES; LARISSA MACHADO DA COSTA; AMANDA ROSÁRIO DA COSTA; ANANDA GABRIELA SANTOS SILVA; CAIO FERRAZ DE ANDRADE; RENATA CAVALCANTI DE ALBUQUERQUE COSTA; SÔNIA MARIA BERBAT ANDRADE PAULA; JOSIFRANCY DE SOUZA SILVA GONÇALVES

Faculdade Bezerra de Araújo (FABA) Rio de Janeiro RJ -Brasil

nutripatriciaaguiarr@gmail.com

É amplamente conhecido que o envelhecimento da população brasileira está aumentando. Para lidar com essa realidade é fundamental que sejam planejadas e implementadas ações de saúde que visem melhorar a qualidade de vida, sendo assim, os profissionais de saúde desempenham um papel importante nesse contexto, devendo estar atentos às mudanças que ocorrem no corpo dos idosos à medida que envelhecem, assim como às condições do ambiente em que vivem. É comum ocorrer alterações na palatabilidade dos alimentos, e a função de mastigação pode se tornar comprometida. Dessa forma, é relevante criar um ambiente de preparo das refeições que seja adequado, oferecendo conforto, segurança e autonomia aos idosos em suas atividades diárias. Abordagens de educação em saúde, incluindo grupos de convivência, têm se mostrado eficazes na promoção de um envelhecimento saudável. Tais iniciativas não apenas melhoram a nutrição e o bem-estar físico, mas também fortalecem a interação social e o apoio emocional entre os idosos.

A aplicação do trabalho teve como objetivo promover uma forma alternativa de jantar com grande valor proteico e de fibras, mostrando que é possível realizar um "lanche" com todos os grupos alimentares e nutricionalmente satisfatórios.

A metodologia adotada foi planejada para promover a segurança alimentar e a nutrição entre os idosos de forma educativa e interativa. Primeiramente, destacou-se a importância da organização prévia antes do preparo dos alimentos, visando evitar contaminações durante o processo. Em seguida, utilizando uma abordagem lúdica e informativa através de lâminas educativas, os participantes foram instruídos sobre a correta higienização dos alimentos, incluindo a apresentação de três marcas de hipoclorito de sódio e orientações sobre como ler os rótulos para identificar produtos adequados para higienização. A técnica de germinação também foi abordada detalhadamente, com explicações passo a passo e fotos ilustrativas de cada etapa, enfatizando os benefícios nutricionais dos alimentos germinados. A lentilha germinada foi integrada em uma salada nutritiva, juntamente com alface, agrião e manga, ressaltando a importância de consumir a salada antes do prato principal para retardar o esvaziamento gástrico e controlar o índice glicêmico.

O processo de preparo da pizza proteica, desde a base até a finalização na frigideira, foi detalhadamente explicado e apresentado através de lâminas educativas, destacando os benefícios de cada grupo alimentar presente na receita.

Todos do grupo receberam uma degustação dos alimentos e um panfleto com a receita das mesmas. Ao finalizar a atividade os participantes relataram ficar satisfeitos com o sabor e textura, animados para realizarem a preparação em suas casas, elogiando o capricho e a forma em que tudo foi apresentado.

O papel do nutricionista na comunidade está implantado para promover saúde e informação para os grupos vulneráveis locais, usando estratégias que promovam o conhecimento e despertem o interesse por criar novos hábitos.

Referências

BARRETO, Leilane Carvalho; GARCIA, Queila Souza. Accelerated ageing and subsequent imbibition affect seed viability and the efficiency of antioxidant system in macaw palm seeds. *Acta Physiologiae Plantarum*, v. 39, p. 1-8, 2017.

MONTEIRO, Ricardo Eddy Gomes; COUTINHO, Diogenes José Gusmão. Uma breve revisão de literatura sobre os idosos, o envelhecimento e saúde. *Brazilian Journal of Development*, v. 6, n. 1, p. 2358-2368, 2020.

Palavra-chave: Crescimento germinativo, Idoso, Jantar.





16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

Realização



Organização



Apoio



JANTAR ALTERNATIVO: MANTENDO A QUALIDADE NUTRICIONAL PARA UM GRUPO DE CONVIVÊNCIA DA TERCEIRA IDADE

GONÇALVES, Patrícia¹ (nutripatriciaaquiarr@gmail.com); VELOZO, Larissa¹; COSTA, Amanda¹; SILVA, Ananda¹; ANDRADE, Caio¹; COSTA, Renata²; PAULA, Sônia²; GONÇALVES, Josifrancy²

1- Discente da Faculdade Bezerra de Araújo

2- Docente da Faculdade Bezerra de Araújo

FACULDADE BEZERRA DE ARAÚJO

Saúde Coletiva

INTRODUÇÃO

É amplamente conhecido que o envelhecimento da população brasileira está aumentando. Para lidar com essa realidade é fundamental que sejam planejadas e implementadas ações de saúde que visem melhorar a qualidade de vida. Os profissionais de saúde desempenham um papel importante nesse contexto, devendo estar atentos às mudanças que ocorrem no corpo dos idosos à medida que envelhecem, assim como às condições do ambiente em que vivem. É comum ocorrer alterações na palatabilidade dos alimentos, e a função de mastigação pode se tornar comprometida. Dessa forma, é relevante criar um ambiente de preparo das refeições adequado, oferecendo conforto, segurança e autonomia aos idosos em suas atividades diárias. Abordagens de educação em saúde, incluindo grupos de convivência, têm se mostrado eficazes na promoção de um envelhecimento saudável. Tais iniciativas não apenas melhoram a nutrição e o bem-estar físico, mas também fortalecem a interação social e o apoio emocional entre os idosos.

OBJETIVO

A aplicação do trabalho teve como objetivo promover uma forma alternativa de jantar com grande valor proteico e de fibras, demonstrando que é possível realizar um "lanche" que inclua todos os grupos alimentares e seja nutricionalmente satisfatório.

METODOLOGIA

A metodologia adotada foi planejada para promover a segurança alimentar e a nutrição entre os idosos de forma educativa e interativa. Primeiramente, destacou-se a importância da organização prévia antes do preparo dos alimentos, visando evitar contaminações durante o processo. Em seguida, utilizando uma abordagem lúdica e informativa através de lâminas educativas, os participantes foram instruídos sobre a correta higienização dos alimentos.

Foram apresentadas três marcas de hipoclorito de sódio e orientações sobre como ler os rótulos para identificar produtos adequados para higienização. A técnica de germinação também foi abordada detalhadamente, com explicações passo a passo e fotos ilustrativas de cada etapa, enfatizando os benefícios nutricionais dos alimentos germinados. A lentilha germinada foi integrada em uma salada nutritiva, juntamente com alface, agrião e manga, ressaltando a importância de consumir a salada antes do prato principal para retardar o esvaziamento gástrico e controlar o índice glicêmico. O processo de preparo da pizza proteica, desde a base até a finalização na frigideira foi detalhadamente explicado e apresentado através de lâminas educativas, destacando os benefícios de cada grupo alimentar presente na receita.

RESULTADOS

Todos do grupo receberam uma degustação dos alimentos e um panfleto com a receita das mesmas. Ao finalizar a atividade os participantes relataram estar satisfeitos com o sabor e a textura, animados para realizarem a preparação em suas casas. Eles elogiaram o capricho e a forma em que tudo foi apresentado.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O papel do nutricionista na comunidade está implantado para promover saúde e informação para grupos vulneráveis locais, usando estratégias que promovam o conhecimento e despertem o interesse por criar novos hábitos.

REFERÊNCIAS

- BARRETO, Leilane Carvalho; GARCIA, Queila Souza. Accelerated ageing and subsequent imbibition affect seed viability and the efficiency of antioxidant system in macaw palm seeds. *Acta Physiologiae Plantarum*, v. 39, p. 1-8, 2017.
- MONTEIRO, Ricardo Eddy Gomes; COUTINHO, Diogenes José Gusmão. Uma breve revisão de literatura sobre os idosos, o envelhecimento e saúde. *Brazilian Journal of Development*, v. 6, n. 1, p. 2358-2368, 2020.

MONITORAMENTO DO TEMPO E TEMPERATURA DAS REFEIÇÕES NO RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO DE UMA UNIVERSIDADE PÚBLICA NO RIO DE JANEIRO

ROBERTA GOMES DE OLIVEIRAS, LAURISSA FREITAS TEIXEIRA DE LIMA, ANA CAROLINA CAVALCANTE, PATRÍCIA MARIA PÉRICO PEREZ, AMANDA MACÊDO CARDOSO, SHIGENO DE PAIVA KURIYA

Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ), Rio de Janeiro, RJ – Brasil

robertadeoliveirag@gmail.com

INTRODUÇÃO

O monitoramento do tempo e temperatura das refeições é uma das principais medidas analisadas para assegurar a qualidade higiênico-sanitária dos alimentos, pois influencia diretamente no crescimento de microrganismos responsáveis por surtos de doenças transmitidas por alimentos.

OBJETIVO

Avaliar o binômio tempo e temperatura de preparações quentes e frias prontas para consumo, distribuídas durante o almoço aos frequentadores do restaurante universitário de uma universidade pública localizada na cidade do Rio de Janeiro.

METODOLOGIA

Estudo observacional descritivo realizado entre março e abril de 2023, no Restaurante Universitário. A aferição das temperaturas das preparações servidas foi conduzida utilizando um termômetro digital do tipo espeto, com haste rígida, com faixa de temperatura entre - 50°C e + 199,9°C, devidamente calibrado. O termômetro foi inserido no centro da cuba das preparações, mantido a uma distância de 2 cm, por aproximadamente 10 segundos ou até que a temperatura se estabilize. Entre cada medição, a haste do sensor foi desinfetada com álcool a 70%. As alunas bolsistas foram responsáveis pela medição das temperaturas das preparações e do tempo durante o horário do almoço, das 12h às 14h. O tempo de exposição das preparações foi monitorado com o auxílio de um cronômetro digital. As preparações quentes avaliadas incluíram arroz parboilizado, arroz integral, feijão, guarnição, prato proteico principal e opção proteica. Já as saladas e as sobremesas constituíram as preparações frias. Os valores obtidos foram registrados em planilha própria e comparados com as legislações vigentes. Estas legislações preconizam que os alimentos frios devem ser mantidos a temperatura de até 10°C por no máximo 4 horas ou entre 10°C e 21°C durante um tempo máximo de 2 horas e os alimentos quentes devem estar a uma temperatura mínima de 60°C por no máximo 6 horas de exposição ou abaixo de 60°C por no máximo 1 hora.

RESULTADOS

Verificou-se que todas as preparações quentes alcançaram 100% de conformidade com as temperaturas recomendadas, atribuído ao curto intervalo entre preparo e consumo. No entanto, nas preparações frias, 30% apresentaram inadequação de temperatura, possivelmente devido ao funcionamento inadequado do equipamento utilizado para o armazenamento de alimentos refrigerados. Apesar das não conformidades, todas as preparações seguiram a legislação brasileira, não permanecendo expostas por tempo superior ao recomendado, mesmo as que estavam com temperaturas inadequadas.

CONCLUSÃO

Embora todas as preparações quentes tenham se mantido dentro dos parâmetros adequados, notou-se em alguns dias que as preparações frias estavam com temperaturas inadequadas, possivelmente devido à falta de manutenção nos equipamentos. Assim, é crucial promover a manutenção adequada desses equipamentos para aprimorar o controle das temperaturas, garantindo a qualidade das preparações e uma alimentação segura para toda a comunidade acadêmica.

Referências

BRASIL. Ministério da Saúde. Guia alimentar para a população brasileira. 2. ed. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2014.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária – Anvisa. Manual de orientação aos consumidores: educação para o consumo saudável. Brasília, DF: MDS, 2008.

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução RDC nº 54, de 12 de novembro de 2012. Dispõe sobre o regulamento técnico sobre informação nutricional complementar.

Palavras chaves: controle de qualidade; segurança alimentar; doenças transmitidas por alimentos; alimentação coletiva; universidades.





16º Encontro
Sabores e Saberes

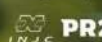
18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

Realização



Organização



Apoio



MONITORAMENTO DO TEMPO E TEMPERATURA DAS REFEIÇÕES NO RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO DE UMA UNIVERSIDADE PÚBLICA NO RIO DE JANEIRO

GOMES, Roberta¹ LIMA, Laurissa¹ CAVALCANTE, Ana¹ PÉREZ, Patricia¹ CARDOSO, Amanda¹ KURIYA, Shigueno¹
Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ)¹
Segurança Alimentar e Nutricional

INTRODUÇÃO

O monitoramento do tempo e temperatura das refeições é uma das principais medidas analisadas para assegurar a qualidade higiênico-sanitária dos alimentos, pois influencia diretamente no crescimento de microrganismos responsáveis por surtos de doenças transmitidas por alimentos.

OBJETIVO

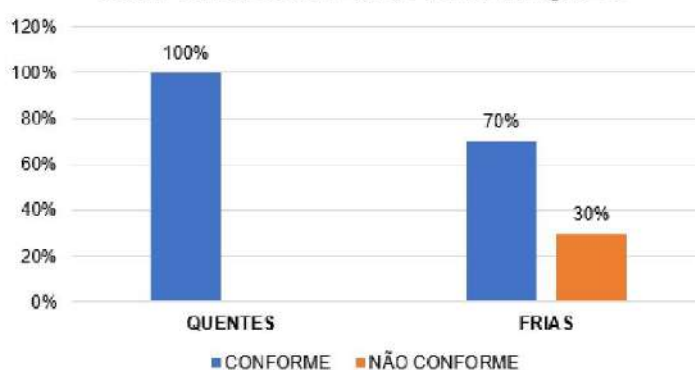
Avaliar o binômio tempo e temperatura de preparações quentes e frias prontas para consumo, distribuídas durante o almoço aos frequentadores do restaurante universitário de uma universidade pública localizada na cidade do Rio de Janeiro.

METODOLOGIA

- Estudo observacional descritivo realizado entre março e abril de 2023 no Restaurante Universitário da UERJ;
- As temperaturas das preparações quentes (arroz parboilizado, arroz integral, feijão, guarnição prato proteico principal e opção proteica) e frias (saladas e sobremesa) foram aferidas utilizando um termômetro digital tipo espeto, com haste rígida, com faixa de temperatura de - 50°C e + 199,9°C, devidamente calibrado, inserindo-o no centro da cuba das preparações a uma distância de 2 cm, por aproximadamente 10 segundos ou até que a temperatura se estabilize;
- Os valores obtidos foram registrados em planilha própria e comparados com as legislações vigentes → RDC 216/2004 (ANVISA, 2004), e CVS 5/2013 (São Paulo, 2013).

RESULTADOS

CONFORMIDADE DAS PREPARAÇÕES



CONCLUSÃO

Embora todas as preparações quentes tenham se mantido dentro dos parâmetros adequados, notou-se em alguns dias que as preparações frias estavam com temperaturas inadequadas, possivelmente devido à falta de manutenção nos equipamentos. Assim, é crucial promover a manutenção adequada desses equipamentos para aprimorar o controle das temperaturas, garantindo a qualidade das preparações e uma alimentação segura para toda a comunidade acadêmica.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BRASIL. Ministério da Saúde. Guia alimentar para a população brasileira. 2. ed. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2014.
BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária – Anvisa. Manual de orientação aos consumidores: educação para o consumo saudável. Brasília, DF: MDS, 2008.
BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução RDC nº 54, de 12 de novembro de 2012. Dispõe sobre o regulamento técnico sobre informação nutricional complementar.

O GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRA NO PLANEJAMENTO DE REFEIÇÕES SAUDÁVEIS.

JENIFER DA MOTTA FRANCO e PRISCILA VIEIRA PONTES

Centro Multidisciplinar UFRJ/Macaé - Universidade Federal do Rio de Janeiro

jeniferfrancoo@gmail.com

Introdução: O Guia Alimentar para a população brasileira é um importante instrumento de promoção da saúde, uma vez que traz orientações oficiais para uma alimentação saudável. Entre as recomendações, o Guia valoriza o preparo de refeições caseiras saudáveis. No entanto, a falta de tempo para as preparações culinárias tem feito os brasileiros buscarem pela compra de refeições prontas para consumo. Essa é uma tendência que se intensificou no período da pandemia da COVID-19, mas que ainda se mantém. **Objetivo:** Investigar se as refeições prontas para entrega, anunciadas como saudáveis e comercializadas em Macaé, são elaboradas em conformidade com as diretrizes estabelecidas no Guia Alimentar para a População Brasileira. **Metodologia:** Estudo transversal, realizado entre o mês de abril e maio de 2024, com responsáveis pelo planejamento de refeições comercializadas por entrega, através da aplicação de um questionário online de auto-preenchimento. **Resultados:** Foram 13 participantes, dos quais 61,6% conheciam o Guia Alimentar. Desses, 87,5% buscavam seguir suas orientações e 46,1% sempre as utilizavam. O supermercado foi apontado como o principal local de compras por 84,6% dos participantes. A maioria busca colorir as refeições, incluindo pelo menos três cores diferentes (76,9%), mas nem sempre priorizam os alimentos que estão na safra. De uma forma geral, os resultados revelam predominância de alimentos in natura e minimamente processados nas refeições. Estão sempre presentes nas refeições da maioria dos participantes os legumes e as verduras (84,6), assim como a combinação de cereais com leguminosas (61,5%). A presença de ultraprocessados como salsicha, margarina, presunto, peito de peru e molho de tomate pronto, mesmo que esporadicamente, não condiz com a alegação de uma refeição saudável. **Considerações finais:** Nem todas as refeições atendem às diretrizes do Guia Alimentar para a População Brasileira, nem podem ser consideradas saudáveis, quando há presença de ultraprocessados. Um dos fatores que pode contribuir para isso é a falta de conhecimento ou de aplicação do conhecimento das orientações do Guia. A pesquisa destaca a necessidade de divulgar o Guia Alimentar entre responsáveis pelo planejamento de refeições comercializadas como saudáveis.

Referências:

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

Bortolini GA, Moura ALP, Lima AMC, Moreira HOM, Medeiros O, Diefenthaler ICM, et al. **Guias alimentares: estratégia para redução do consumo de alimentos ultraprocessados e prevenção da obesidade**. Rev Panam Salud Pública 2019; 43:e59.

Louzada MLC, Canella DS, Jaime PC, Monteiro CA. **Alimentação e saúde: a fundamentação científica do guia alimentar para a população brasileira**. São Paulo: Faculdade de Saúde Pública da USP; 2019. 132 p.

Palavras-chave: guia alimentar; alimentação saudável; refeições prontas.



16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis



O GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRA NO PLANEJAMENTO DE REFEIÇÕES SAUDÁVEIS

FRANCO, Jenifer da Motta¹; PONTES, Priscila Vieira²
(jeniferfrancoo@gmail.com)

INSTITUTO DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO - CENTRO MULTIDISCIPLINAR UFRJ/MACAÉ -
UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO
Segurança Alimentar e Nutricional

INTRODUÇÃO

Em 2014 foi publicada a segunda edição do Guia Alimentar Para a População Brasileira (GAPB), que inovou ao apresentar a classificação dos alimentos segundo o grau de processamento, além de enfatizar a importância das dimensões sociocultural, econômica e ambiental na alimentação.

O Guia valoriza o preparo de refeições caseiras saudáveis. No entanto, a falta de tempo para as preparações culinárias tem feito os brasileiros buscarem pela compra de refeições prontas para consumo. Essa é uma tendência que se intensificou no período da pandemia da COVID-19, mas que ainda se mantém.



OBJETIVO

Investigar se as refeições prontas para entrega, anunciadas na internet como saudáveis e comercializadas em Macaé-RJ, são elaboradas em conformidade com as diretrizes do GAPB.

METODOLOGIA

Estudo transversal, realizado entre abril e maio de 2024, com responsáveis pelo planejamento de refeições comercializadas por entrega, intituladas como saudáveis, em Macaé, RJ.

Para a condução da pesquisa, foram consultadas as seguintes plataformas digitais: *Google Search*, *Facebook*, *Instagram* e *iFood*. Logo, após contatá-los foi aplicado um questionário online de autoperenchimento para os 13 responsáveis participantes.

O questionário foi dividido em três blocos: o primeiro bloco contém perguntas sobre aspectos sociais; o segundo contém perguntas que avaliaram o conhecimento do GAPB; e o terceiro bloco contém perguntas sobre planejamento de produção de refeições.

Para a análise de dados, foi criada uma planilha, composta pelas respostas dos questionários de todos os participantes.

Foi realizada uma análise estatística descritiva dos dados, através de tabelas de frequência absoluta e relativa.

RESULTADOS

O grupo de participantes da pesquisa (n = 13) era predominantemente feminino (76,9 %), com média de idade de 36,5 anos. Em relação ao nível de escolaridade dos participantes, a maioria tinha nível superior incompleto (38,4 %).

O supermercado foi apontado como o principal local de compras por 84,6% dos participantes. No que diz respeito aos alimentos da safra, a maioria (61,5%) respondeu que nem sempre eram priorizados.

Sobre o conhecimento do GAPB, dois participantes declararam não o conhecer.

Em relação ao uso das orientações do GAPB, apenas 46,1% dos participantes sempre utilizavam o GAPB.



De uma forma geral, os resultados revelam predominância de alimentos in natura e minimamente processados nas refeições. Estão sempre presentes nas refeições da maioria dos participantes os legumes e as verduras (84,6%), assim como a combinação de cereais com leguminosas (61,5%). A presença de ultraprocessados como salsicha, margarina, presunto, peito de peru e molho de tomate pronto, mesmo que esporadicamente, não condiz com a alegação de uma refeição saudável.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Observou-se que nem todas as refeições de pronta-entrega, anunciadas como saudáveis e comercializadas em Macaé atendem às diretrizes do GAPB. A presente pesquisa chama atenção para a necessidade de ações de orientação e divulgação do GAPB para responsáveis pelo planejamento e produção de refeições. Este estudo considera muito interessante, um selo que garantisse aos consumidores que as refeições comercializadas como saudáveis sejam preparadas de acordo com as diretrizes do GAPB.

REFERÊNCIAS

- BRASIL. Ministério da Saúde. Guia alimentar para a população brasileira. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.
- Bortolini GA, Moura ALP, Lima AMC, Moreira HQM, Medeiros O, Diefenthaler ICM, et al. Guias alimentares: estratégia para redução do consumo de alimentos ultraprocessados e prevenção da obesidade. *Rev Panam Salud Pública* 2019; 43:e59.
- MONTEIRO, C. A. et al. Dietary guidelines to nourish humanity and the planet in the twenty-first century. A blueprint from Brazil. *Public Health Nutrition*, v. 18, n. 13, p. 2311-2322, 24 Jul. 2015.

APOIO:



UFRJ



CENTRO
MULTIDISCIPLINAR
UFRJ-MACAÉ



IAN UFRJ
INSTITUTO DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO

PLANO DE AÇÃO ANUAL E ROTEIRO DE VISITA DOS CONSELHOS DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR: PERSPECTIVAS DOS CONSELHEIROS DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DE MUNICÍPIOS DO RIO DE JANEIRO

INGRID ALVES DA MOTTA, CAMILA PEREIRA DIAS, ANA CLARA DE OLIVEIRA CARIELLO, KEILA MACEDO DA SILVA, MANOELA PESSANHA DA PENHA, PATRÍCIA CAMACHO DIAS, ROSEANE MOREIRA SAMPAIO BARBOSA, DANIELE MENDONÇA FERREIRA, DANIELE DA SILVA BASTOS SOARES

Universidade Federal Fluminense(UFF)

mottaingrid@id.uff.br

INTRODUÇÃO/CONTEXTUALIZAÇÃO

O Conselho de Alimentação Escolar (CAE) é um órgão fiscalizador e de assessoramento nas unidades escolares, essencial para o cumprimento das diretrizes do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE). Dentre suas atribuições, é papel do CAE elaborar o Plano de Ação Anual, descrevendo todas as atividades a serem desenvolvidas durante o ano (BRASIL,2020) e, como referência, os conselheiros utilizam o Roteiro de Visita para analisar os aspectos importantes nas visitas às escolas/cozinhas. Assim, desenvolver oficinas são estratégias na formação desses conselhos e no aprimoramento do PNAE.

OBJETIVO

Identificar aspectos relevantes do plano de ação anual e do roteiro de visita do CAE na perspectiva de conselheiros de alimentação escolar de municípios do Rio de Janeiro.

METODOLOGIA

Foi realizada uma oficina para 56 conselheiros de 23 municípios do Rio de Janeiro, no dia 13 de junho de 2024 no auditório da Faculdade de Nutrição da Universidade Federal Fluminense (UFF), organizada pelo Centro Colaborador em Alimentação e Nutrição Escolar - UFF. A atividade foi desenvolvida por meio das seguintes etapas: Formação de 4 grupos (2 com a temática “Plano de ação anual” e 2 com “Roteiro de visita”); Definição das atribuições dos conselheiros nos grupos (Coordenador, Controlador de tempo, Redator e Relator); Encaminhamento dos grupos às salas; Apresentação das perguntas para discussão e síntese das ideias por cada grupo: “*Quais aspectos vocês consideram importantes constar no plano anual de ação do CAE?*” e “*Quais aspectos vocês consideram importantes observar durante a visita do CAE às escolas/cozinhas e constar no roteiro de visita para avaliação do PNAE?*”; Apresentação das sínteses no auditório; Discussão de propostas sistematizadas de plano de ação anual e de roteiro de visita com base nos regimentos do PNAE. Esta pesquisa foi aprovada no Comitê de Ética da UFF sob o número CAAE 98417718.5.0000.5243 e parecer 2.949.264.

RESULTADOS

Os principais aspectos relevantes identificados no plano de ação anual do CAE, segundo os conselheiros, foram: Determinar materiais e recursos humanos para as ações; Estabelecer um cronograma de visita às escolas e fornecedores com checklist; Visitar os agricultores familiares; Divulgar o trabalho do CAE; Participar de formações. Para os roteiros de visita, os principais aspectos identificados foram: Aceitação dos cardápios; Cardápios para necessidades especiais; Testes de aceitabilidade; Atividades de Educação Alimentar e Nutricional; Controle de estoque; Quantitativo de manipuladores; Higienização de reservatórios; Equipamentos de Proteção Individual; Divulgação do trabalho do CAE.

CONCLUSÃO/CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os conselheiros demonstraram conhecimento de aspectos relevantes dos planos de ação e roteiros de visita do CAE, entretanto, para que estes instrumentos se alinhem efetivamente com os objetivos e diretrizes do PNAE, sugerem-se formações continuadas destes conselhos.

Referências

BRASIL. MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO. Resolução n.6 , de 08 de maio de 2020. Dispõe sobre o atendimento da Alimentação Escolar aos alunos da educação básica no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE).

Palavras chaves: Programa Nacional de Alimentação Escolar; Oficinas; Conselheiros de alimentação escolar; Segurança Alimentar e Nutricional.

Apoio/Fomentos: Pró-Reitoria de Extensão da UFF e Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação.





16º Encontro Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis



PLANO DE AÇÃO ANUAL E ROTEIRO DE VISITA DOS CONSELHOS DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR: PERSPECTIVAS DOS CONSELHEIROS DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DE MUNICÍPIOS DO RIO DE JANEIRO

MOTTA, Ingrid¹; DIAS, Camila¹; CARIELLO, Ana¹; SILVA, Keila¹; PENHA, Manoela¹; DIAS, Patrícia¹; BARBOSA, Roseane¹; FERREIRA, Daniele¹ e SOARES, Daniele¹
mottaingrid@id.uff.br

UNIVERSIDADE FEDERAL FLUMINENSE¹

Eixo temático: Segurança Alimentar e Nutricional

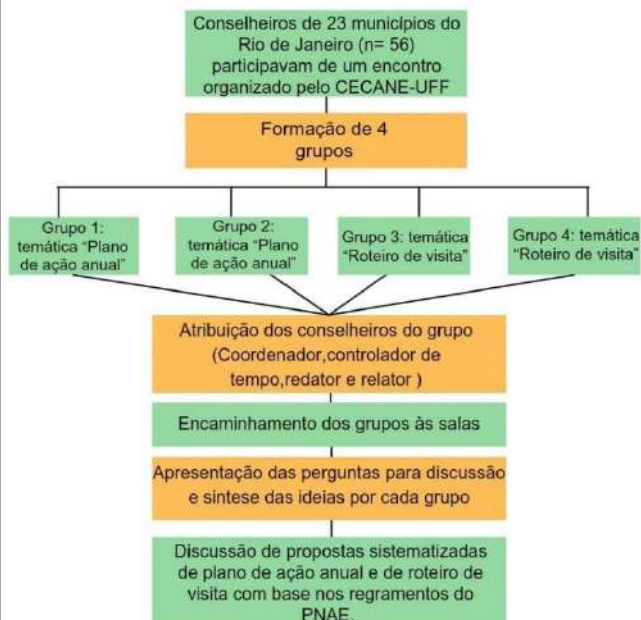
INTRODUÇÃO

O Conselho de Alimentação Escolar (CAE) é um órgão fiscalizador e de assessoramento nas unidades escolares, essencial para o cumprimento das diretrizes do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE). Dentre suas atribuições, é papel do CAE elaborar o Plano de Ação Anual, descrevendo todas as atividades a serem desenvolvidas durante o ano (BRASIL, 2020) e, como referência, os conselheiros utilizam o Roteiro de Visita para analisar os aspectos importantes nas visitas às escolas/cozinhas. Assim, desenvolver oficinas são estratégias na formação desses conselhos e no aprimoramento do PNAE.

OBJETIVO

Identificar aspectos relevantes do plano de ação anual e do roteiro de visita do CAE na perspectiva de conselheiros de alimentação escolar de municípios do Rio de Janeiro.

METODOLOGIA



RESULTADO

Quadro 1. Principais aspectos apresentados pelos conselheiros de alimentação escolar durante a oficina no encontro de formação promovido pelo CECANE-UFF.

Principais Aspectos identificados no plano de ação anual do CAE	Principais Aspectos identificados para o roteiro de visita
Determinar materiais e recursos humanos para as ações	Aceitação dos cardápios
Estabelecer um cronograma de visita às escolas e fornecedores com checklist	Cardápios para necessidades especiais
Visitar os agricultores familiares	Testes de aceitabilidade
Divulgar o trabalho do CAE	Atividades de Educação Alimentar e Nutricional
Participar de formações	Controle de estoque
	Quantitativo de manipuladores
	Higienização de reservatórios
	Equipamentos de Proteção Individual
	Divulgação de trabalho do CAE

CONCLUSÃO

Os conselheiros demonstraram conhecimento de aspectos relevantes dos planos de ação e roteiros de visita do CAE, entretanto, para que estes instrumentos se alinhem efetivamente com os objetivos e diretrizes do PNAE, sugerem-se formações continuadas destes conselhos.

REFERÊNCIAS: BRASIL. MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO. Resolução n.6 , de 08 de maio de 2020. Dispõe sobre o atendimento da Alimentação Escolar aos alunos da educação básica no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE).



PROMOÇÃO DA AMAMENTAÇÃO COMO ESTRATÉGIA DE SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL: RELATO DE UM PROJETO DE EXTENSÃO ALINHADO AOS ODS

LISANDRA MENEZES CÂNDIDO, ANA CLARA DE ALMEIDA NEVES, LUANA FREITAS, LUNA EIRAS TAVARES, LORENA PEREIRA NEVES, PÂMELLA DE SOUZA CÂMARA FONTES, STEPHANIE LEITE DE OLIVEIRA, SÂMELA CAETANO TAVARES BRAGA, AMANDA MATOS DA SILVEIRA, FERNANDA AMORIM DE MORAIS NASCIMENTO BRAGA

Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ)

lisandrac@ufrj.br

Introdução: O aleitamento materno (AM) tem impacto positivo sobre o desenvolvimento do estado nutricional e na segurança alimentar e nutricional, além de ser componente crucial para a promoção de um sistema alimentar saudável e sustentável. Entretanto, no mundo, apenas 41% dos lactentes menores de seis meses de idade recebem aleitamento materno exclusivo (AME). Por isso, a meta global da Agenda 2030 prevê ações que estimulem e protejam o AME. **Objetivo:** Relatar a vivência de alunas extensionistas com a promoção do AM em uma maternidade pública, sob a perspectiva da segurança alimentar e nutricional alinhada ao Objetivo de Desenvolvimento Sustentável (ODS) 3 (saúde e bem-estar). **Metodologia:** Estudo descritivo, com base nos relatórios desenvolvidos pelas próprias extensionistas sobre as ações de apoio, promoção e proteção do AM no período de março a junho de 2024, na maternidade pública de Macaé - RJ. As ações estão vinculadas aos projetos de extensão “Grupo de apoio e promoção do aleitamento materno em unidade básica: promovendo uma rede de apoio e cuidados para a saúde da mulher e criança” e “Estratégias na promoção e atenção à saúde e alimentação de gestantes e nutrizes atendidas no Município de Macaé, RJ”, e aconteceram semanalmente na maternidade. **Resultados:** Oito alunas voluntárias participaram do projeto e realizaram previamente 30 horas de capacitação (teórica e prática). Ao total, 148 puérperas foram acolhidas quanto às dúvidas e dificuldades ao amamentar. Quanto ao alinhamento com o ODS3, buscou-se focar em dois eixos principais: (1) promoção do crescimento e desenvolvimento saudáveis - PCDS e (2) sustentabilidade alimentar - SA. No eixo 1 – PCDS, viu-se que muitas puérperas relataram não conhecer os benefícios da amamentação, ter o desejo de inserir fórmulas lácteas e bicos/chupetas. Todos esses relatos eram acolhidos e desmistificados, uma vez que interferem diretamente no desmame precoce e podem contribuir para inadequado desenvolvimento físico e cognitivo. No eixo 2 – SA, viu-se que muitas puérperas estão em vulnerabilidade socioeconômica, por isso, reforçou-se o AME como garantia de acesso contínuo a alimentação nutritiva e sem riscos de contaminação microbológica, bem como, sem comprometer os recursos naturais para o uso de fórmulas [metais e plástico]. **Conclusão:** Observou-se que a segurança alimentar e nutricional está interligada ao ODS3 e investir em educação em saúde durante o puerpério imediato, nas primeiras horas após o parto, com reforço das práticas voltadas para o AME, são imprescindíveis para alcançar este ODS e promover melhor desenvolvimento sustentável e inclusivo na sociedade.

Referências:

BRAGA, Fernanda Amorim. Aleitamento materno: capacitação para a atenção básica. [livro eletrônico]. Macaé, 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores de 2 Anos. Brasília, 2019.

SOUZA, C. B. *et al.* Promoção, proteção e apoio à amamentação no trabalho e o alcance do desenvolvimento sustentável: uma revisão de escopo. Brasil, 2022.

Palavras chaves: aleitamento materno exclusivo; objetivos de desenvolvimento sustentável; extensão; educação em saúde.

Apoio/Fomentos: - Financiamento próprio



16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

Pedagogia



Organização



Apoio



PROMOÇÃO DA AMAMENTAÇÃO COMO ESTRATÉGIA DE SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL: RELATO DE UM PROJETO DE EXTENSÃO ALINHADO AOS ODS

CÂNDIDO, Lisandra¹; NEVES, Ana Clara¹; FREITAS, Luana¹; EIRAS, Luna¹; NEVES, Lorena¹; FONTES, Pâmella¹; OLIVEIRA, Stephanie¹; BRAGA, Sâmela¹; SILVEIRA, Amanda¹; AMORIM BRAGA, Fernanda¹

Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ)¹

lisandrac@ufrj.br

Eixo temático: Segurança Alimentar e Nutricional

INTRODUÇÃO

A amamentação é positiva para o desenvolvimento do estado nutricional e da segurança alimentar e nutricional (SAN), além de ser crucial para a promoção de um sistema alimentar saudável e sustentável. No mundo, apenas 41% dos lactentes menores de seis meses de idade recebem aleitamento materno exclusivo (AME). Por isso, a meta global da Agenda 2030 prevê ações que estimulem e protejam o AME.

OBJETIVO

Relatar vivência das extensionistas com a promoção do AM em uma maternidade, sob a perspectiva da SAN alinhada ODS 3 (saúde e bem-estar).

RESULTADOS

8 alunas voluntárias participaram do projeto e realizaram previamente 30 horas de capacitação (teórica e prática). Ao total, 148 puérperas foram acolhidas quanto às dúvidas e dificuldades ao amamentar, no trimestre.

Quanto ao alinhamento com o ODS3, buscou-se focarem dois eixos principais:

- (1) promoção do crescimento e desenvolvimento saudáveis - PCDS e;
- (2) sustentabilidade alimentar - SA.

- No eixo 1 – PCDS, ouviram relatos de puérperas que não conhecem os benefícios do AM, com desejo de inserir fórmulas lácteas e bicos. Esses relatos eram acolhidos e desmistificados, uma vez que interferem diretamente no desmame precoce e podem contribuir para inadequado desenvolvimento físico e cognitivo.
- No eixo 2 – SA, observaram puérperas em vulnerabilidade socioeconômica, reforçando AME como garantia de acesso contínuo a alimentação nutritiva e sem riscos de contaminação microbiológica, sem comprometer os recursos naturais para o uso de fórmulas [metais e plástico].

METODOLOGIA

Estudo descritivo, com base nos relatórios desenvolvidos pelas alunas sobre as ações de apoio, promoção e proteção do AM no período de março a junho de 2024, numa maternidade pública de Macaé - RJ. A ação está vinculada a dois projetos inseridos ao Núcleo de Estudos sobre Amamentação (NESAM) e aconteceram juntos semanalmente na maternidade.



Figura 1.



Figura 2.



Figura 3.

Figuras 1, 2 e 3. Alunas extensionistas realizando as ações.

CONCLUSÃO

Observou-se que a segurança alimentar e nutricional está interligada ao ODS3 e investir em educação em saúde durante o puerpério imediato, nas primeiras horas após o parto, com reforço das práticas voltadas para o AME, são imprescindíveis para alcançar este ODS e promover melhor desenvolvimento sustentável e inclusivo na sociedade.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BRAGA, Fernanda Amorim. Aleitamento materno: capacitação para a atenção básica. [livro eletrônico]. Macaé, 2023.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores de 2 Anos. Brasília, 2019.
- SOUZA, C. B. et al. Promoção, proteção e apoio à amamentação no trabalho e o alcance do desenvolvimento sustentável: uma revisão de escopo. Brasil, 2022.



VISTAS A DIETA SAUDÁVEL E SUSTENTÁVEL: ANÁLISE DO CONSUMO ALIMENTAR DE ATLETAS DE DIFERENTES MODALIDADES ESPORTIVAS DE MACAÉ-RJ COM BASE NA CLASSIFICAÇÃO NOVA

KAROLINE ROSALINO EMMERICK, MARCELLA NAVEGA CARVALHO MARTINS, CLARA DE ALMEIDA SANTIAGO, ANA CLARA HERINGER, ALESSANDRA ALEGRE DE MATOS, BEATRIZ GONÇALVES RIBEIRO

Laboratório de Pesquisa e Inovação em Ciências do Esporte e Nutrição – Instituto de Alimentação e Nutrição - Centro Multidisciplinar – UFRJ Macaé – Rio de Janeiro

karoliner.emmerick@gmail.com

Introdução: Mudanças no padrão alimentar para uma dieta baseada em alimentos prontos para o consumo como os alimentos ultraprocessados, bem como o impacto ambiental da produção desses alimentos são uma preocupação para a saúde da população nos dias atuais. As dietas saudáveis e sustentáveis, por sua vez, propõem o consumo de uma alimentação cultural e nutricionalmente adequada, acessível e justa, ao mesmo tempo que otimizam os recursos naturais e humanos. No entanto, pouco se sabe sobre o consumo alimentar saudável e sustentável entre atletas. Deste modo, analisar seus padrões de alimentação pode ajudar a desenvolver estratégias para melhorar suas escolhas alimentares.

Objetivo: Avaliar o consumo alimentar de atletas de diferentes modalidades esportivas de Macaé-RJ com base na classificação NOVA de alimentos, com vistas a dieta saudável e sustentável.

Metodologia: Trata-se de um estudo observacional de caráter transversal, que avaliou 105 atletas do sexo feminino e masculino pertencentes ao programa Bolsa Atleta, do município de Macaé de diferentes modalidades esportivas como; futebol, atletismo, basquete, ciclismo, capoeira, surfe e luta no período de 2022 a 2023. Para análise de consumo alimentar foi utilizado recordatório de 24h e posteriormente, os alimentos foram classificados segundo a metodologia NOVA; Alimentos in natura ou minimamente processados (AMP), ingredientes culinários processados (ICP), processados (AP) e alimentos ultraprocessados (AUP); quando os alimentos eram preparações caseiras, foi feita a classificação aos ingredientes subjacentes. Para a composição corporal foram realizadas medidas de massa corporal, estatura, peso magro (PM) e percentual de gordura (%G) por meio de bioimpedância InBody 270. Os dados coletados foram catalogados em um banco de dados e aplicada a estatística descritiva, sendo utilizada a frequência absoluta e relativa para a interpretação dos resultados. Pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética, CAEE 30474114.8.0000.5291.

Resultados: a idade média de 35 \pm 8,55anos; altura 171 \pm 8,53cm; peso 70,39 \pm 13kg; %G 18,79 \pm 7,57; PM 58,83 \pm 10,71kg. Foram analisados 2112 alimentos, sendo 59,32% AINs; 18,89% AUPs; 11,78% ICPs; 9,99% APRs. Entre os atletas, as modalidades que obtiveram maior base alimentar de AINs foi no atletismo 64,82%; entre lutadores 62,75% e ciclistas 59,13% enquanto que o maior consumo de AUPs foi entre futebolistas 27,66%; ciclistas 22,08% e basquetebolistas 20,58%. Nota-se um consumo expressivo de APRs no basquete 14,70%; futebol 12,62%; surfistas 12,3% e presença ICPs entre surfistas 16,92%; capoeiristas 13,38% e basquetebolistas 13,23% respectivamente.

Conclusão: O consumo de alimentos in natura ou minimamente processados na alimentação representou a base da alimentação dos atletas. Ainda assim, há um consumo elevado de alimentos ultraprocessados e processados, além disso, foi marcante a presença de ingredientes culinários processados, o que pode estar relacionado com o hábito de preparo de refeições. Desta forma, com base na classificação NOVA, o grupo apresentou uma alimentação com potencial saudável e sustentável.

Referências

MONTEIRO, Carlos Augusto et al. **NOVA. The star shines bright.** World Nutrition, v. 7, n. 1-3, p. 28-38, 2016. Tradução . . Disponível em: <https://worldnutritionjournal.org/index.php/wn/article/view/5/4>. Acesso em: 25 jun. 2024.

Ahmed, Selena, et al. "Advancing an Integrative Framework to Evaluate Sustainability in National Dietary Guidelines". *Frontiers in Sustainable Food Systems*, vol. 3, setembro de 2019, p. 76. DOI.org (Crossref), <https://doi.org/10.3389/fsufs.2019.00076>.

Meyer, Nanna, e Alba Reguant-Closa. "'Eat as If You Could Save the Planet and Win!' Sustainability Integration into Nutrition for Exercise and Sport". *Nutrients*, vol. 9, no 4, abril de 2017, p. 412. DOI.org (Crossref), <https://doi.org/10.3390/nu9040412>.

Palavras chaves: dieta; grau de processamento dos alimentos; atletas





16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

Realização: UFRJ
Organização: INIC PR2
Apoio: CRN4 AFJO

VISTAS A DIETA SAUDÁVEL E SUSTENTÁVEL: ANÁLISE DO CONSUMO ALIMENTAR DE ATLETAS DE DIFERENTES MODALIDADES ESPORTIVAS DE MACAÉ-RJ COM BASE NA CLASSIFICAÇÃO NOVA

EMMERICK, Karoline¹; MARTINS, Marcella¹; SANTIAGO, Clara¹; HERINGER, Ana Clara¹; MATOS, Alessandra¹; RIBEIRO, Beatriz¹.
karoliner.emmerick@gmail.com

Laboratório de Pesquisa e Inovação em Ciências do Esporte e Nutrição – Instituto de Alimentação e Nutrição – Centro Multidisciplinar – UFRJ Macaé – Rio de Janeiro¹
Segurança Alimentar e Nutricional

INTRODUÇÃO

Mudanças para dietas ricas em ultraprocessados e o impacto ambiental são preocupações atuais de saúde. Em contraste, dietas saudáveis promovem uma alimentação culturalmente apropriada e promotora de um sistema alimentar socialmente e ambientalmente sustentável. A necessidade energética gerada pelo exercício físico torna os atletas propensos ao consumo de Alimentos Ultraprocessados (AUPs) devido à sua praticidade e elevada densidade calórica. Essa prática não apenas compromete a saúde a longo prazo, mas também pode impactar negativamente o desempenho e a recuperação dos atletas, tornando importante a análise do consumo alimentar desse grupo em busca de estratégias de melhoria.

OBJETIVO

Avaliar o consumo alimentar de atletas de diferentes modalidades esportivas de Macaé-RJ com base na classificação NOVA de alimentos, com vistas a dieta saudável e sustentável.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo observacional de caráter transversal, que avaliou 105 atletas do sexo feminino e masculino pertencentes ao programa Bolsa Atleta, do município de Macaé de diferentes modalidades esportivas como: futebol, atletismo, basquete, ciclismo, capoeira, surfe e luta no período de 2022 a 2023. Para análise de consumo alimentar foi utilizado recordatório de 24h e posteriormente, os alimentos foram classificados segundo a metodologia NOVA; Alimentos in natura ou minimamente processados (AMP), ingredientes culinários processados (ICP), processados (AP) e alimentos ultraprocessados (AUP); quando os alimentos eram preparações caseiras, foi feito a classificação aos ingredientes subjacentes. Para a composição corporal foram realizadas medidas de massa corporal, estatura, peso magro (PM) e percentual de gordura (%G) por meio de bioimpedância InBody 270. Os dados coletados foram catalogados em um banco de dados e aplicada a estatística descritiva, sendo utilizada a frequência absoluta e relativa para a interpretação dos resultados. Pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética, CAEE 30474114.8.0000.5291.

RESULTADOS

Tabela 1: Caracterização da amostra.

Variáveis	Atletas (n = 105)
Idade (anos)	35 ± 8,55
Altura (cm)	171 ± 8,53
Peso (kg)	70,39 ± 12,66
PCG (%)	18,79 ± 7,57
MLG (kg)	58,83 ± 10,71

Análise descritiva, dados apresentados em média ± desvio padrão
*PCG (%) = Percentual de gordura corporal; *MLG = Massa livre de gordura.

Distribuição dos alimentos consumidos segundo a NOVA

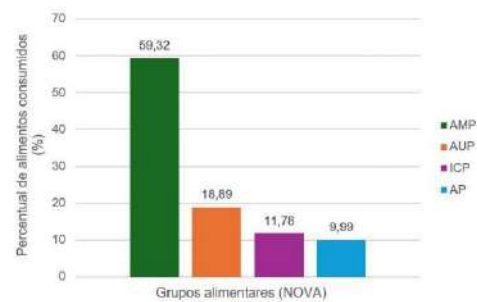


Figura 1: Distribuição dos alimentos segundo a NOVA (n = 2112). *AMP = alimento minimamente processado. *AUP = alimento ultraprocessado. *ICP = ingrediente culinário processado. *AP = alimento processado.

Distribuição dos alimentos segundo a NOVA por modalidade

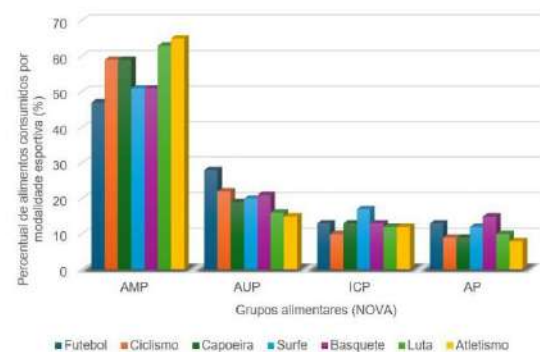


Figura 2: Distribuição dos alimentos segundo a NOVA por modalidade (n = 2112). *AMP = alimento minimamente processado. *AUP = alimento ultraprocessado. *ICP = ingrediente culinário processado. *AP = alimento processado.

CONCLUSÃO

O consumo de alimentos in natura ou minimamente processados constituiu a base da alimentação dos atletas. Contudo, ainda houve um consumo elevado de alimentos ultraprocessados e processados, além de uma presença marcante de ingredientes culinários processados, o que pode estar ligado ao hábito de preparo de refeições. Assim, com base na classificação NOVA, o grupo apresentou uma alimentação com potencial saudável e sustentável.

REFERÊNCIAS

MONTEIRO, Carlos A. et al. O sistema alimentar. *World Nutrition*, v. 7, n. 1-3, 2016.
AHMED, Selma; DOWNS, Shauna; FAZZO, Jessica. Advancing an integrative framework to evaluate sustainability in national dietary guidelines. *Frontiers in Sustainable Food Systems*, v. 3, p. 78, 2019.
MEYER, Nanna; REGUANT-DUBEA, Aïda. "Eat as if you could save the planet and win": Sustainability integration into nutrition for exercise and sport. *Nutrients*, v. 9, n. 4, p. 412, 2017.

CARDÁPIOS ESCOLARES: AVALIAÇÃO DA QUALIDADE NUTRICIONAL SEGUNDO IQ COSAN (ÍNDICE DE QUALIDADE EM SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL)

DA SILVA, VIVAN CRISTINY MEDEIROS; FELIPE, VALÉRIA LAURIANA DE CARVALHO BARROS; MANHÃES, LUCIANA RIBEIRO TRAJANO.

Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO)

vivian.c.silva@edu.unirio.br

A alimentação escolar adequada é essencial para garantir que os estudantes recebam os nutrientes necessários para seu desenvolvimento físico e intelectual. Para satisfazer suas necessidades nutricionais e sensoriais, é essencial que o cardápio seja diversificado em todos os grupos alimentares (Silva Neta, 2019). Avaliar a qualidade nutricional dos cardápios oferecidos em duas escolas privadas do município do Rio de Janeiro, utilizando a ferramenta Índice de Qualidade da Coordenação de Segurança Alimentar e Nutricional (IQ COSAN). Trata-se de uma pesquisa transversal-observacional, desenvolvida sob análise dos cardápios de duas escolas privadas do município do Rio de Janeiro, utilizando a ferramenta IQ COSAN. As escolas avaliadas receberam nome fictício Escola A, composta por 46 crianças de ambos os sexos, com faixa etária de 4 meses a 6 anos, matriculadas nas turmas do “B1” (berçário) à “Pré 2” (pré-escolar). E escola B, composta por 200 crianças de ambos os sexos, de faixa etária de 4 meses a 11 anos, matriculadas nas turmas de “B1” (berçário) à “5º ano” (ensino fundamental). As instituições oferecem 4 refeições diárias, sendo elas: colação, almoço, lanche e jantar. O estudo avaliou os meses de setembro, outubro e novembro do ano 2023 através da ferramenta IQ COSAN que classificou os cardápios de forma diária, semanal e mensal diante da presença de alimentos in natura e minimamente processados e a ausência de ultraprocessados, alimentos proibidos e doces (Brasil, 2022). Ao final das análises os cardápios foram classificados como “adequado”, “precisa de melhoras” ou “inadequados”. Após análise da amostra através da ferramenta IQ COSAN, foi observado que todos os cardápios apresentaram resultado positivo tanto em relação a composição das preparações com presença majoritária de alimentos in natura e minimamente processados, como pela presença reduzida de alimentos ultraprocessados, proibidos, doces, caracterizando cardápios “adequados”. Por conseguinte, os resultados adquiridos revelam a importância da ferramenta IQ COSAN para validar o planejamento dos cardápios antes da sua execução e com isso, o oferecimento de uma alimentação saudável e adequada às crianças das referidas escolas. Tal prática, contribui para formação de bons hábitos alimentares e garantia da segurança alimentar e nutricional dessa amostra.

Referências

BRASIL. Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação – FNDE. **Instrutivo para utilização do IQ COSAN para Pré-escola, Ensino Fundamental, Ensino Médio e Educação de Jovens e Adultos - IQ COSAN 2022**. Brasília: FNDE; 2022. Disponível em: https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/manuais-e-cartilhas/IQCosanDemaisetasv4_web.pdf Acesso em: 02 jan. 2024.

SILVA NETA, Joana Rodrigues da. **Cardápios escolares: análise segundo o índice de qualidade em segurança alimentar e nutricional**. 2019. 24f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Nutrição) - Departamento de Nutrição, Universidade Federal do Rio Grande do Norte, 2019. Disponível em: <https://repositorio.ufrn.br/handle/123456789/40131>. Acesso em: 10 jun. 2024.

Palavras chaves: planejamento alimentar, nutrição escolar, escola.



16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis



CARDÁPIOS ESCOLARES: AVALIAÇÃO DA QUALIDADE NUTRICIONAL SEGUNDO IQ COSAN (ÍNDICE DE QUALIDADE EM SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL)

SILVA, Vivian¹; FELIPE, Valéria²; MANHÃES, Luciana¹
vivian.c.silva@edu.unirio.br

Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO)¹;

Instituto de Ginecologia da Universidade Federal do Rio de Janeiro (IG UFRJ)²

Centro de Ciências Biológicas; Escola de Nutrição; Departamento de Nutrição Fundamental

Eixo temático: Sistema Alimentar Saudável e Sustentável

INTRODUÇÃO

Garantir uma alimentação escolar adequada é vital para que os escolares tenham os nutrientes necessários ao seu desenvolvimento físico e cognitivo. É imprescindível que o cardápio seja diversificado, abrangendo todos os grupos alimentares, para atender às suas necessidades nutricionais e sensoriais (Silva Neta, 2019).

OBJETIVO

Avaliar a qualidade nutricional dos cardápios oferecidos em duas escolas privadas do município do Rio de Janeiro, utilizando a ferramenta Índice de Qualidade da Coordenação de Segurança Alimentar e Nutricional (IQ COSAN).

METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa transversal-observacional, desenvolvida sob análise dos cardápios de duas escolas privadas do município do Rio de Janeiro. A escola A foi caracterizada por 46 crianças de ambos os sexos, com faixa etária de 4 meses a 6 anos, matriculadas nas turmas do “B1” (berçário) à “Pré 2” (pré-escolar) e a Escola B foi caracterizada por 200 crianças de ambos os sexos, de faixa etária de 4 meses a 11 anos, matriculadas nas turmas de “B1” (berçário) ao “5º ano” (ensino fundamental). Foram analisados os cardápios do almoço, lanche e jantar referentes aos meses de setembro, outubro e novembro do ano 2023, através da ferramenta IQ COSAN. A ferramenta classificou os cardápios em relação a presença de alimentos *in natura* e minimamente processados e a ausência de ultraprocessados, alimentos proibidos e doces (Brasil, 2022).

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação – FNDE. Instrutivo para utilização do IQ COSAN para Pré-escola, Ensino Fundamental, Ensino Médio e Educação de Jovens e Adultos - IQ COSAN 2022. Brasília: FNDE; 2022. Disponível em: https://www.gov.br/fnde/pt-br/acao-e-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/manuais-e-cartilhas/IQCosanDemaisetaspv4_web.pdf Acesso em: 02 jan. 2024.

SILVA NETA, J. R. da. Cardápios escolares: análise segundo o índice de qualidade em segurança alimentar e nutricional. 2019. 24f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Nutrição) - Departamento de Nutrição, Universidade Federal do Rio Grande do Norte. 2019. Disponível em: <https://repositorio.ufrn.br/handle/123456789/40131>. Acesso em: 10 jun. 2024.

RESULTADO

Análise pela ferramenta IQ COSAN			
Componentes	Setembro	Outubro	Novembro
Frutas	5 dias	5 dias	5 dias
Leite e derivados	2 dias	2 dias	1 dia
Legumes e verduras	5 dias	5 dias	5 dias
Cereais, raízes e tubérculos	5 dias	5 dias	5 dias
Feijões	5 dias	5 dias	5 dias
Carnes e ovos	5 dias	5 dias	5 dias
Processados	5 dias	6 dias	6 dias
Ultraprocessados	5 dias	6 dias	9 dias
Pontuação mensal	80 pontos	82 pontos	82,5

Após análise da amostra, foi observado que todos os cardápios apresentaram resultados positivos. A oferta de frutas, legumes, cereais, feijões e carnes permaneceu constante e alta ao longo dos meses. A presença de leite e derivados se fez inconsistente, sendo o grupo alimentar com menor aparição ao longo dos meses. A restrição a alimentos ultraprocessados e processados é consistente, mas ainda há dias que estão presentes. Por fim, a pontuação mensal se mostrou positiva, tendo uma melhora gradualmente de setembro para novembro.

Sendo assim, ao incorporar uma variedade dos grupos alimentares na produção dos cardápios, é possível garantir uma ingestão adequada de macro e micronutrientes, vitaminas, minerais e fibras para uma nutrição completa dos escolares.

CONCLUSÃO

Por conseguinte, os resultados adquiridos revelam a importância da ferramenta IQ COSAN para validar o planejamento dos cardápios e o oferecimento de uma alimentação saudável e adequada. Tal prática, contribui para formação de bons hábitos alimentares e a garantia da segurança alimentar e nutricional dessa amostra.

CULINÁRIA SUSTENTÁVEL: OFICINAS COM ENFOQUE EM LEGUMINOSAS

MARIANA RODRIGUES LEOPOLDO, RAFAELA FERNANDA DA SILVA CABRAL, ANA CLÁUDIA MAZZONETTO

Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ)

marianarodriguesleopoldo@gmail.com

Oficinas culinárias são uma abordagem lúdica e prazerosa na educação alimentar e nutricional, promovendo aprendizado sobre alimentação saudável e proporcionando troca de conhecimentos, experiências, reflexão, aprendizagem e desenvolvimento de habilidades, incentivando escolhas alimentares saudáveis. Leguminosas - ervilhas, grão-de-bico, lentilhas e uma variedade de feijões, são alimentos ricos em fibras, proteínas, vitaminas B e minerais e desempenham importante papel na prevenção de doenças crônicas não transmissíveis e na garantia da segurança alimentar e nutricional. Quanto ao cultivo, são capazes de enriquecer o solo e a sua produção ocorre principalmente por agricultores familiares. Esse trabalho objetiva avaliar as preparações elaboradas em oficinas culinárias com enfoque no uso de leguminosas. Para o planejamento das oficinas foi realizado em sites e canais de culinária uma curadoria de receitas. Com base em critérios de saudabilidade, praticidade e versatilidade de preparo foram selecionadas cinco receitas procedendo com a elaboração das fichas técnicas e elaboração da lista de compras. Após a condução das oficinas, as preparações foram avaliadas individualmente pelos participantes utilizando uma escala hedônica de 9 pontos da análise sensorial variando de gostei extremamente até desgostei extremamente. Ao todo foram realizadas duas oficinas no período entre dezembro de 2023 e abril de 2024, sendo as duas em modelo extensionista. As receitas selecionadas foram: Curry com grão de bico, ervilha com ovos, assado de grão de bico, salada de quinoa com feijão preto e arroz com cenoura e ervilha. Dentre os resultados obtidos destacam-se relatos de participantes que irão incluir as leguminosas na alimentação diária, estímulo para prática culinária caseira, planejamento e organização de alimentação semanal, bem como lista de compras. Na primeira oficina, a análise sensorial foi realizada por 5 participantes, obtendo-se uma média de avaliação global de 7,8, uma mediana de 8 e um desvio padrão de 0,2. Quando questionados sobre a preparação em casa, a maioria respondeu afirmativamente, como indicado pela mediana de 8. Além disso obtivemos alguns relatos que gerou adaptações antes da segunda oficina, sendo elas, redução da quantidade de pimenta no curry de grão de bico e adição de abacate na receita da salada de quinoa com feijão preto. Na segunda oficina, foram 9 participantes, com uma média de avaliação global de 7,7, uma mediana de 8 e um desvio padrão de 0,4. Novamente, a maioria dos participantes indicou que faria a preparação em casa, conforme indicado pela mediana também de 8. As oficinas culinárias focadas em leguminosas foram bem recebidas pelos participantes, resultando em uma média de avaliação global positiva e na intenção da maioria em preparar essas refeições em casa. Os resultados indicam um impacto positivo nas escolhas alimentares e práticas culinárias dos participantes, demonstrando o potencial dessas atividades para promover hábitos alimentares saudáveis e sustentáveis.

Referências

DIEZ-GARCIA, Rosa Wanda; CASTRO, Inês Rugani Ribeiro de. **A culinária como objeto de estudo e de intervenção no campo da Alimentação e Nutrição**. Ciência & Saúde Coletiva, v. 16, p. 91-98, 2011.

Guia alimentar para a população brasileira / ministério da saúde, secretaria de atenção à saúde, departamento de atenção Básica. – 2. ed. – Brasília: *ministério da saúde*, 2014

IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Pesquisa de Orçamentos Familiares 2017-2018** – POF. Rio de Janeiro, 2019.

Palavras chaves: Leguminosas; Culinária; Alimentação Sustentável;

Apoio/Fomentos: Instituto de Nutrição da Universidade do Estado do Rio de Janeiro



16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

Realização: UFRJ
Organização: INJIC PR2
Apoio: CRN04 AF010

CULINÁRIA SUSTENTÁVEL: OFICINAS COM ENFOQUE EM LEGUMINOSAS

LEOPOLDO, Mariana¹ CABRAL, Rafaela² MAZZONETTO, Ana³
marianarodriguesleopoldo@gmail.com

Universidade do Estado do Rio de Janeiro/Centro Biomédico/Instituto de Nutrição/Departamento de Nutrição Aplicada¹
Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

INTRODUÇÃO

Oficinas culinárias são uma abordagem lúdica e prazerosa na educação alimentar e nutricional, promovendo aprendizado sobre alimentação saudável e proporcionando troca de conhecimentos, experiências, reflexão, aprendizagem e desenvolvimento de habilidades, incentivando escolhas alimentares saudáveis. Leguminosas - ervilhas, grão-de-bico, lentilhas e uma variedade de feijões, são alimentos ricos em fibras, proteínas, vitaminas B e minerais e desempenham importante papel na prevenção de doenças crônicas não transmissíveis e na garantia da segurança alimentar e nutricional. Quanto ao cultivo, são capazes de enriquecer o solo e a sua produção ocorre principalmente por agricultores familiares. Esse trabalho objetiva avaliar as preparações elaboradas em oficinas culinárias com enfoque no uso de leguminosas.

METODOLOGIA

Para o planejamento das oficinas foi realizado em sites e canais de culinária uma curadoria de receitas. Com base em critérios de saudabilidade, praticidade e versatilidade de preparo foram selecionadas cinco receitas procedendo com a elaboração das fichas técnicas e elaboração da lista de compras. Após a condução das oficinas, as preparações foram avaliadas individualmente pelos participantes utilizando uma escala hedônica de 9 pontos da análise sensorial variando de gostei extremamente até desgostei extremamente. Ao todo foram realizadas duas oficinas no período entre dezembro de 2023 e abril de 2024, sendo as duas em modelo extensionista. As receitas selecionadas foram: Curry com grão de bico, ervilha com ovos, assado de grão de bico, salada de quinoa com feijão preto e arroz com cenoura e ervilha.

RESULTADO

Dentre os resultados obtidos destacam-se relatos de participantes que irão incluir as leguminosas na alimentação diária, estímulo para prática culinária caseira, planejamento e organização de alimentação semanal, bem como lista de compras. Na primeira oficina, a análise sensorial foi realizada por 5 participantes, obtendo-se uma média de avaliação global de 7,8, uma mediana de 8 e um desvio padrão de 0,2. Quando questionados sobre a preparação em casa, a maioria respondeu afirmativamente, como indicado pela mediana de 8. Além disso obtivemos alguns relatos que gerou adaptações antes da segunda oficina, sendo elas, redução da quantidade de pimenta no curry de grão de bico e adição de abacate na receita da salada de quinoa com feijão preto. Na segunda oficina, foram 9 participantes, com uma média de avaliação global de 7,7, uma mediana de 8 e um desvio padrão de 0,4. Novamente, a maioria dos participantes indicou que faria a preparação em casa, conforme indicado pela mediana também de 8.

CONCLUSÃO

As oficinas culinárias focadas em leguminosas foram bem recebidas pelos participantes, resultando em uma média de avaliação global positiva e na intenção da maioria em preparar essas refeições em casa. Os resultados indicam um impacto positivo nas escolhas alimentares e práticas culinárias dos participantes, demonstrando o potencial dessas atividades para promover hábitos alimentares saudáveis e sustentáveis.

REFERÊNCIAS:

DIEZ-GARCIA, Rosa Wanda; CASTRO, Inês Rugani Ribeiro de. A culinária como objeto de estudo e de intervenção no campo da Alimentação e Nutrição. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 16, p. 91-98, 2011.
Guia alimentar para a população brasileira / ministério da saúde, secretaria de atenção à saúde, departamento de atenção Básica. – 2. ed. – Brasília: ministério da saúde, 2014
IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Pesquisa de Orçamentos Familiares 2017-2018 – POF. Rio de Janeiro, 2019.



DIVERSIDADE ALIMENTAR NOS CIRCUITOS CURTOS DE COMERCIALIZAÇÃO: ESTUDO DE CASO DA ESPARRAMA - REDE DE COMERCIALIZAÇÃO SOLIDÁRIA DA RAMA

MARÍLIA SIMÃO DE SANTANA

Centro Universitário SENAC

oi.mariliasantana@gmail.com

Nossas escolhas alimentares são baseadas na pré-seleção feita nos grupos que estamos inseridos, fatores sociais, histórias familiares, experiências de vida, organização dos territórios, fatores econômicos, entre outros. As transformações nos padrões de consumo não ocorrem do dia para a noite. É reflexo do sistema produtivo e do controle que a agroindústria e as redes de supermercados exercem na dinâmica da alimentação do indivíduo. E isso diz muito sobre a média de alimentos que estão presentes na nossa dieta, em um país que abriga culturas com características tão diferentes, somente 10 itens concentram 45% do consumo alimentar. Este trabalho teve como objetivo identificar se existe relação entre o aumento da diversidade de alimentos no consumo a partir da compra e envolvimento em circuitos curtos de comercialização, no contexto da produção agroecológica. Nesse formato o consumidor entende e acompanha a sazonalidade e as práticas sustentáveis de produção, respeitando os ciclos e os saberes tradicionais. O desenho metodológico utilizado no trabalho foi análise da planilha base de alimentos ofertados pela RAMA - Rede Agroecológica de Mulheres da Barra do Turvo que contém mais de 300 espécies de alimentos e mudas produzidas pelas agricultoras durante o ano, e uma pesquisa realizada através da plataforma *Google Forms* com participantes de cinco grupos de consumo responsáveis que fazem parte da rede de comercialização solidária junto às agricultoras, onde conseguimos coletar 26 respostas. A RAMA é formada por 11 grupos de agricultoras familiares e quilombolas, que desde 2016 caminham juntas na produção de alimentos agroecológicos, na preservação dos territórios e de práticas tradicionais. As agricultoras estão localizadas na maior área remanescente contínua de Mata Atlântica onde ainda contam com a presença de muitas comunidades tradicionais. Como pode-se perceber na análise de dados da lista de alimentos ofertados pela RAMA, elas têm uma grande variedade de alimentos, principalmente produções não muito convencionais. E para que isso tudo chegue até o consumidor final, é porque os atores envolvidos nesse circuito curto de comercialização não têm como objetivo só comprar alimentos, buscam também comprar direto de quem produz, de quem cuida da terra e de quem protege os saberes tradicionais e as sementes crioulas. Dessa forma, essa rede se apoia e fortalece a conexão Campo-Cidade. Observou-se na pesquisa que os alimentos são ofertados mensalmente desde 2016 para diversos grupos e essa participação direta transforma a relação das pessoas com a comida, fazendo-as experimentar alimentos que antes não tinham acesso. Mudam-se as necessidades, os objetivos quando as pessoas fazem parte do processo, quando conhecem a história por trás do alimento.

Referências

BELIK, Walter. Um retrato do sistema alimentar brasileiro e suas contradições (estudo). Rio de Janeiro: Instituto Ibirapitanga. 2020. Disponível em: https://www.ibirapitanga.org.br/wp-content/uploads/2020/10/EstudoCadeiaAlimentos_%C6%92_13.10.2020.pdf. Acesso em: 27 de maio, 2023.

CAMPELO, Tereza; BORTOLETTO, Ana Paula (orgs). Da fome à fome: diálogos com Josué de Castro. 1. ed. São Paulo: Cátedra Josué de Castro; Zabelê Comunicação; São Paulo: Editora Elefante, 2022. 33p.

MATIOLI, Victor; PERES, João. Donos do mercado: como grandes supermercados exploram trabalhadores, fornecedores e a sociedade. São Paulo: Elefante, 2020. 340p.

Palavras chaves: 1. Circuitos curtos de comercialização. 2. Diversidade alimentar. 3. Agroecologia. 4. Grupos de consumo responsáveis. 5. Escolhas alimentares



16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

Realização: UFRJ
Organização: INJIC PR2
Apoio: CRN04 AF010

DIVERSIDADE ALIMENTAR NOS CIRCUITOS CURTOS DE COMERCIALIZAÇÃO: ESTUDO DE CASO DA ESPARRAMA - REDE DE COMERCIALIZAÇÃO SOLIDÁRIA DA RAMA

SANTANA, Marília Simão de¹

Orientadora – Prof^a Me. Paula de Oliveira Feliciano
CENTRO UNIVERSITÁRIO SENAC¹

Eixo temático: Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

INTRODUÇÃO

Estudos mostram que a produção agroecológica, com apoio de políticas públicas aliada à formatos de circuitos curtos de comercialização, é capaz de democratizar a alimentação diversa e saudável para a população (GONÇALVES; MASCARENHAS, 2017).

Os GCRS - Grupos de Consumo Responsáveis são caracterizados como circuitos curtos de comercialização, onde o produtor está situado próximo ou no mesmo território de quem consome, com uma relação quase direta e podendo oferecer o alimento a um preço justo para tanto para quem produz quanto para quem consome. (GONÇALVES; MASCARENHAS, 2017).

OBJETIVOS

Este trabalho teve como objetivo identificar a relação entre o aumento da diversidade de alimentos no consumo a partir da compra e o envolvimento do consumidor em circuitos curtos de comercialização, no contexto da produção agroecológica da rede ESPARRAMA - REDE DE COMERCIALIZAÇÃO SOLIDÁRIA DA RAMA (Rede Agroecológica de Mulheres Agricultoras da Barra do Turvo).

METODOLOGIA

O desenho metodológico utilizado no trabalho foi análise da planilha base de "Alimentos Ofertados pela RAMA", que contém as espécies de alimentos e mudas produzidas pelas agricultoras durante o ano e uma pesquisa realizada com 24 participantes de 05 grupos de consumo responsáveis que fazem parte da Rede de comercialização solidária da RAMA.

RESULTADOS

Da análise feita da planilha "Alimentos Ofertados pela RAMA 2023" identificamos como por exemplo: + de 150 tipos de alimentos in natura, dentre eles: 13 tipos de banana, 12 tipos de feijões; + de 200 tipos de alimentos beneficiados e processados.

Quando os GCRS foram questionados sobre a percepção do aumento da diversidade alimentar a partir da compra dentro de um circuito curto de comercialização, 88,5% dos entrevistados disseram positivamente: *"experimentei muitos alimentos aos quais não tinha acesso antes, comprando em supermercados. Às vezes até tinha acesso, ainda que limitado, mas não tinha um incentivo a comprá-los."*

CONCLUSÕES

A RAMA oferta uma grande diversidade de alimentos. E para que tudo isso chegue até o consumidor final, é porque os atores envolvidos nesse circuito curto de comercialização não têm como objetivo só comprar alimentos.

A participação direta transforma a relação das pessoas com os alimentos: as necessidades e os objetivos mudam quando fazemos parte do processo, quando conhecemos a história por trás do alimento.

REFERÊNCIAS

GONÇALVES, Juliana Rodrigues; MASCARENHAS, Thais Silva (org). **Consumo responsável em ação**. São Paulo: Instituto Kairós, 2017. 218p; CAMPELO, Tereza; BORTOLETTO, Ana Paula (orgs). *Da fome à fome*: 1. ed. Cátedra Josué de Castro; Zabelê Comunicação; São Paulo: Editora Elefante, 2022. 33p; MATIOLI, Victor; PERES, João. *Donos do mercado*. São Paulo: Elefante, 2020. 340p.

GUIAS ALIMENTARES PARA LACTENTES NA AMÉRICA LATINA E CARIBE: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

ISABELLE CRISTINA DANIEL, MARIANA SOFIA MORO SIQUEIRA, GABRIELA ULBRICHT
ROMANELI, JULIANA SCHAIA ROCHA ORSI E RENATA IANI WERNECK

Pontifícia Universidade Católica do Paraná (PUCPR)

cristina.isabelle@pucpr.edu.br

Introdução: os Guias Alimentares Baseados em Alimentos (GABAs) são ferramentas de promoção de hábitos saudáveis de alimentação, com potencial de impactos positivos na saúde humana e ambiental e exercício da cidadania. Para população de crianças menores de dois anos na América Latina e Caribe (ALC), há carência de revisões destes GABAs analisando seu impacto na qualidade da instrução dos seus cuidadores. **Objetivo:** avaliar a estrutura e as recomendações-chave dos guias alimentares para população lactente, disponíveis para o público na América Latina e Caribe até o primeiro semestre do ano de 2023. **Metodologia:** esta pesquisa é uma revisão sistemática de GABAs para população menor de dois anos, nos países da ALC, com protocolo registrado sob código CRD42023421883. Foram incluídos os Guias destinados a cuidadores dos lactentes, lançados até o primeiro semestre de 2023, nos sites governamentais dos países da ALC e portal da FAO. Destes, foram excluídos os documentos voltados aos profissionais de saúde e ao final 13 guias foram incluídos. Para análise da qualidade de estrutura e diretrizes destes documentos, foi utilizada a ferramenta de análise de guidelines Agree II em percentagens de adequações e o documento de princípios guia da Food and Agriculture Organization (FAO) para desenvolvimento de padrões alimentares saudáveis e sustentáveis. **Resultados:** dos 32 países da ALC 13 possuíam Guias Alimentares para População Menor de 2 anos disponíveis em sites para acesso. Foi observado que os GABAs lançados e revisados mais recentemente e com mais quantidade de páginas obtiveram melhor pontuação em ambas as avaliações. **Discussão:** As diretrizes alimentares atualizadas com mais conteúdo e páginas tiveram pontuação mais alta na avaliação do Agree II, abrangendo mais aspectos de saúde, sociais e de sustentabilidade em suas recomendações. Essas informações podem embasar novas formulações e atualizações de Guias, para ampliar o potencial de conexão com outros setores além da saúde. Além disso, a formulação, implementação e avaliação dos GABAs devem considerar as percepções das partes interessadas para desenvolver estes documentos na prática. O alinhamento do desenvolvimento e das atualizações de diretrizes com as atuais necessidades de saúde globais e as perspectivas da população-alvo pode otimizar a sua implementação eficaz. Como limitação, este estudo apresentou dificuldades na padronização de buscas/navegação nos sites governamentais. **Conclusão:** Esta pesquisa enfatiza a demanda de elaboração dos GABAs para a população lactente, que estejam alinhados às necessidades atuais de saúde e sustentabilidade, e promova a educação em saúde da população.

Referências

Consórcio Agree INSTRUMENTO PARA AVALIAÇÃO DE DIRETRIZES: AGREE II. Canada: 2010, 182:E839-842; doi: 10.1503/cmaj.090449
ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS PARA ALIMENTAÇÃO E AGRICULTURA; ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Princípios Guia das Dietas Saudáveis e Sustentáveis. Roma, 2019.

Palavras chaves Guias Alimentares Baseados em Alimentos; Nutrição do Lactente; Sistema Alimentar Saudável; Revisão Sistemática



16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

Realização



Organização



Apoio



GUIAS ALIMENTARES PARA LACTENTES NA AMÉRICA LATINA E CARIBE: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Daniel, Isabelle¹ Siqueira, Mariana; Romaneli, Gabriela¹; Schaia, Juliana¹ e Werneck, Renata¹.

PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DO PARANÁ¹

Educação Alimentar e Nutricional e Sustentabilidade Ambiental e Alimentação

INTRODUÇÃO

Os Guias Alimentares Baseados em Alimentos (GABAs) são ferramentas de promoção de hábitos saudáveis de alimentação, com potencial de impactos positivos na saúde humana e ambiental e exercício da cidadania. Para população de crianças menores de dois anos na América Latina e Caribe (ALC), há carência de revisões destes GABAs analisando seu impacto na qualidade da instrução dos seus cuidadores. O objetivo deste trabalho consistiu em avaliar a estrutura e as recomendações-chave dos guias alimentares para população lactente, disponíveis para o público na América Latina e Caribe até o primeiro semestre do ano de 2023..

MÉTODOS

Esta pesquisa é uma revisão sistemática de GABAs para população menor de dois anos, nos países da ALC, com protocolo registrado sob código CRD42023421883. Foram incluídos os Guias destinados a cuidadores dos lactentes, lançados até o primeiro semestre de 2023, nos sites governamentais dos países da ALC e portal da FAO. Destes, foram excluídos os documentos voltados aos profissionais de saúde e ao final 13 guias foram incluídos. Para análise da qualidade de estrutura e diretrizes destes documentos, foi utilizada a ferramenta de análise de guidelines *Agree II* em percentagens de adequações e o documento de princípios guia da *Food and Agriculture Organization* (FAO) para desenvolvimento de padrões alimentares saudáveis e sustentáveis.

RESULTADOS

Dos 32 países da ALC 13 possuíam Guias Alimentares para População Menor de 2 anos disponíveis em sites para acesso. Foi observado que os GABAs lançados e revisados mais recentemente e com mais quantidade de páginas obtiveram melhor pontuação em ambas as avaliações. Como limitação, este estudo apresentou dificuldades na padronização de buscas/navegação nos sites governamentais.

CONCLUSÃO

Esta pesquisa enfatiza a demanda de elaboração dos GABAS para a população lactente, que estejam alinhados às necessidades atuais de saúde e sustentabilidade, e promova a educação em saúde da população.

METODOLOGIA PARA ELABORAÇÃO DE UM SERVIÇO GASTRONÔMICO SUSTENTÁVEL

ALINE GOMES COSTA

Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ)

aline.gcosta8@gmail.com

Introdução:

O atual sistema alimentar perdura um cenário improcedente a longo prazo, demandando grande transformação na maneira como lidamos com o meio ambiente. Os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (Nações Unidas Brasil, 2022) 11 e 12 desenvolvidos pela Organização das Nações Unidas visam, respectivamente, tornar as cidades e comunidades sustentáveis e garantir padrões de consumo e produção responsáveis. Um dos papéis possíveis para a Gastronomia neste meio está na gestão de serviços, desde a valorização de modelos sustentáveis de produção até a conscientização de seus comensais sobre o paradigma da sustentabilidade, contribuindo para a transição deste sistema alimentar. Este trabalho surgiu a partir de atividades do projeto de extensão “Convivium - ampliando o diálogo entre produtores e consumidores” do Curso de Gastronomia do Instituto de Nutrição Josué de Castro da UFRJ. O projeto pratica ações que valorizam a busca pela sustentabilidade em todas as suas formas.

Objetivo:

Criar e descrever uma metodologia de um serviço gastronômico sustentável.

Metodologia:

Foi realizada imersão em conteúdo nas temáticas de sustentabilidade e gestão de serviços gastronômicos. Foram elencadas as etapas, ordenação e destaque de tópicos sustentáveis em cada etapa.

Resultados:

A metodologia criada é constituída por sete etapas principais: I- Verificação da disponibilidade de insumos junto aos fornecedores II- Elaboração do cardápio III- Produção de fichas técnicas IV- Produção de listas de compras para os mercados de proximidade e convencionais V- Cálculo do Índice de Proximidade da Preparação (Bursztyn; Passos, 2023) VI- Operação do serviço VII- Descarte apropriado dos resíduos.

Este método carrega um trabalho prévio de mapeamento de produtores locais, orgânicos ou agroecológicos para encurtar a cadeia produtiva e gerar renda para pequenos agricultores. As primeiras duas etapas trazem um enfoque para a necessidade de inverter a ordem do modelo convencional de elaboração de serviço, no qual o cardápio é definido sem a devida atenção aos alimentos regionais, à sazonalidade e ao reaproveitamento integral dos alimentos. A partir da produção das fichas técnicas são disparadas diferentes listas de compras para cada fornecedor, a fim de reduzir a compra de mercados convencionais. Em seguida, é realizado o cálculo do Índice de Proximidade da Preparação (IPP), o qual mostra em porcentagem o quanto da preparação analisada contribui monetariamente para produtores agroecológicos. Este índice deve ser disponibilizado para os consumidores na operação do serviço junto a informações sobre quem produz, como forma de conscientizá-los sobre o tema e sobre a existência das pessoas e por trás de cada insumo produzido. A etapa final de descarte requer a separação de resíduos orgânicos e reciclagem de materiais.

Considerações finais:

A construção de um serviço gastronômico sustentável é uma proposta desafiadora devido à dedicação necessária, mas abre caminhos para repensar o modelo atual e incentivar indivíduos à adesão para um estilo de vida mais saudável e sustentável.

Referências

BURSZTYN, I.; PASSOS, M. E. A. **Proximity Index for Menus: the case of Culinária da Terra food service.** Experiencing and Envisioning Food: Designing for Change, Inglaterra, p. 34-38, 2024.

NAÇÕES UNIDAS BRASIL. **Objetivos do Desenvolvimento Sustentável**, 2023. Disponível em:

<https://brasil.un.org/pt-br/sdgs>. Acesso em: 15 mar. 2024.

Palavras chaves: Gastronomia; Sustentabilidade; Sistemas alimentares; Serviços gastronômico





16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

Realização: UFRJ
Organização: INIC PR2
Apoio: CRN4 AFZJO

METODOLOGIA PARA ELABORAÇÃO DE UM SERVIÇO GASTRONÔMICO SUSTENTÁVEL

COSTA, Aline¹; PASSOS, Maria Eliza²

aline.gcosta8@gmail.com

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO¹

Sistemas alimentares saudáveis e sustentáveis

Introdução

O atual sistema alimentar perdura um cenário improcedente a longo prazo, demandando grande transformação na maneira como lidamos com o meio ambiente. Os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (Nações Unidas Brasil, 2022) 11 e 12 desenvolvidos pela Organização das Nações Unidas visam, respectivamente, tornar as cidades e comunidades sustentáveis e garantir padrões de consumo e produção responsáveis. Um dos papéis possíveis para a Gastronomia neste meio está na gestão de serviços, desde a valorização de modelos sustentáveis de produção até a conscientização de seus comensais sobre o paradigma da sustentabilidade, contribuindo para a transição deste sistema alimentar. Este trabalho surgiu a partir de atividades do projeto de extensão “Convivium - ampliando o diálogo entre produtores e consumidores” do Curso de Gastronomia do Instituto de Nutrição Josué de Castro da UFRJ. O projeto pratica ações que valorizam a busca pela sustentabilidade em todas as suas formas.

Objetivo

Criar e descrever uma metodologia de um serviço gastronômico sustentável.

Metodologia

Foi realizada imersão em conteúdo nas temáticas de sustentabilidade e gestão de serviços gastronômicos. Foram elencadas as etapas, ordenação e destaque de tópicos sustentáveis em cada etapa.

Resultados

A metodologia criada é constituída por sete etapas principais: I- Verificação da disponibilidade de insumos junto aos fornecedores II- Elaboração do cardápio III- Produção de fichas técnicas IV- Produção de listas de compras para os mercados de proximidade e convencionais V- Cálculo do Índice de Proximidade da Preparação (Bursztyn; Passos, 2023) VI- Operação do serviço VII- Descarte apropriado dos resíduos.

Este método carrega um trabalho prévio de mapeamento de produtores locais, orgânicos ou agroecológicos para encurtar a cadeia produtiva e gerar renda para pequenos agricultores. As primeiras duas etapas trazem um enfoque para a necessidade de inverter a ordem do modelo convencional de elaboração de serviço, no qual o cardápio é definido sem a devida atenção aos alimentos regionais, à sazonalidade e ao reaproveitamento integral dos alimentos. A partir da produção das fichas técnicas são disparadas diferentes listas de compras para cada fornecedor, a fim de reduzir a compra de mercados convencionais. Em seguida, é realizado o cálculo do Índice de Proximidade da Preparação (IPP), o qual mostra em porcentagem o quanto da preparação analisada contribui monetariamente para produtores agroecológicos. Este índice deve ser disponibilizado para os consumidores na operação do serviço junto a informações sobre quem produz, como forma de conscientizá-los sobre o tema e sobre a existência das pessoas e por trás de cada insumo produzido. A etapa final de descarte requer a separação de resíduos orgânicos e reciclagem de materiais.

Considerações finais

A construção de um serviço gastronômico sustentável é uma proposta desafiadora devido à dedicação necessária, mas abre caminhos para repensar o modelo atual e incentivar indivíduos à adesão para um estilo de vida mais saudável e sustentável.

Referências

BURSZTYN, I.; PASSOS, M. E. A. **Proximity Index for Menu: the case of Culinária da Terra food service.** Experiencing and Envisioning Food: Designing for Change, Inglaterra, p. 34-38, 2024.
NAÇÕES UNIDAS BRASIL. **Objetivos do Desenvolvimento Sustentável**, 2023. Disponível em: <https://brasil.un.org/pt-br/sdgs>. Acesso em: 15 mar. 2024.

PLANEJAMENTO DA INCLUSÃO DE PLANTAS ALIMENTÍCIAS NÃO CONVENCIONAIS (PANCS) NOS CARDÁPIO DE UM RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO DE UMA UNIVERSIDADE PÚBLICA

ROBERTA GOMES DE OLIVEIRAS, LAURISSA FREITAS TEIXEIRA DE LIMA, ANA CAROLINA CAVALCANTE, PATRÍCIA MARIA PÉRICO PEREZ, AMANDA MACÊDO CARDOSO, SHIGENO DE PAIVA KURIYA

Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ)

robertadeoliveirag@gmail.com

INTRODUÇÃO

As Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC) são definidas como plantas que possuem partes comestíveis, as quais são geralmente negligenciadas na alimentação habitual, mas podem ser encontradas de forma espontânea ou cultivada na natureza. A crescente preocupação com a sustentabilidade e a alimentação saudável tem levado instituições como Restaurantes Universitários a buscar alternativas inovadoras para seus cardápios. Nesse contexto, as Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANCS) surgem como uma opção viável, oferecendo não apenas diversidade nutricional, mas também promovendo a preservação da biodiversidade local.

OBJETIVO

Planejar o uso de Plantas Alimentícias Não Convencionais nos cardápios do restaurante universitário de uma universidade pública localizada na cidade do Rio de Janeiro.

METODOLOGIA

Realizou-se um estudo transversal com o levantamento das principais Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANCS) comercializadas na Feira Agroecológica da universidade pública ao longo de três meses. Em seguida, foram selecionadas receitas que utilizam as PANCS adequadas para inclusão no cardápio do Restaurante Universitário, baseando-se em livros culinários especializados nesse tipo de planta, considerando critérios de sazonalidade. Após a definição das PANCS e das receitas, serão realizados estudos detalhados de viabilidade econômica, incluindo custos de aquisição, preparo e logística. As receitas serão submetidas à avaliação das nutricionistas responsáveis pela elaboração do cardápio do Restaurante Universitário para análise de sua viabilidade em produção em larga escala. Por fim, as receitas aprovadas serão testadas no Laboratório de Técnica Dietética da universidade para confirmar sua viabilidade de preparo no restaurante.

RESULTADOS

As PANCS mais comercializadas na feira agroecológica foram: peixinho (*Stachys byzantina*), bertalha (*Basella alba L.*) e taioba (*Xanthosoma sagittifolium*). Foram identificadas 15 receitas à base de PANCS. Resultados preliminares indicam que a inclusão dessas plantas no cardápio do Restaurante Universitário é tecnicamente viável, enriquecendo a oferta alimentar com novas opções nutricionais. Atualmente, estamos avaliando as receitas junto às nutricionistas do RU para selecionar as mais viáveis operacional e financeiramente. Em seguida, tais receitas serão testadas no Laboratório de Técnica Dietética.

CONCLUSÃO

A inclusão de PANCS nos cardápios do Restaurante Universitário representa uma iniciativa promissora para promover alimentação saudável e sustentável na comunidade acadêmica. Os resultados deste estudo destacam a importância de considerar a diversidade alimentar local e

os impactos ambientais na escolha dos alimentos servidos. Recomenda-se que iniciativas similares sejam replicadas em outras instituições, contribuindo para a promoção da saúde e o cuidado com o meio ambiente através da alimentação.

Referências

BASS, Andréa et al. Plantas Alimentícias Não Convencionais-PANC: Resgatando a Soberania Alimentar e Nutricional.

SILVA, GM da et al. O potencial das plantas alimentícias não convencionais (PANC): uma revisão de literatura/The potential of unconventional food plants (PANC): a literature review. Brazilian Journal of Development, [S. l.], v. 8, n. 2, p. 14838-14853, 2022.

DE JESUS FERREIRO, Nutrição Emília; DE JESUS FERREIRO, Nutrição Emília. Plantas alimentícias não convencionais: sustentabilidade em um restaurante universitário.

Palavras-chave: planejamento de cardápio; receitas; preparações; universidades





16º Encontro
Sabores e Saberes

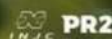
18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e
Sustentáveis

Realização



Organização



Apoio



PLANEJAMENTO DA INCLUSÃO DE PLANTAS ALIMENTÍCIAS NÃO CONVENCIONAIS (PANCS) NOS CARDÁPIO DE UM RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO DE UMA UNIVERSIDADE PÚBLICA

OLIVEIRA, Roberta¹ LIMA, Laurissa¹ CAVALCANTE, Ana¹ PEREZ, Patrícia¹ CARDOSO, Amanda¹ KURIYA, Shigeno¹
(robertadeoliveirag@gmail.com)

Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ), Rio de Janeiro, RJ – Brasil¹
Educação alimentar e nutricional

INTRODUÇÃO

As Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC) são comestíveis, mas geralmente negligenciadas na alimentação habitual. Com a crescente busca por sustentabilidade e alimentação saudável, os Restaurantes Universitários veem nas PANCs uma alternativa viável para diversificar o cardápio e preservar a biodiversidade local.

OBJETIVO

Planejar o uso de Plantas Alimentícias Não Convencionais nos cardápios do restaurante universitário de uma universidade pública localizada na cidade do Rio de Janeiro.

METODOLOGIA

- Levantamento sistemático das principais PANCs comercializadas na Feira Agroecológica da UERJ durante 3 meses.
- Seleção de receitas utilizando as PANCs mais destacadas, com base em livros culinários especializados.
- Apresentação das receitas às nutricionistas responsáveis pelo cardápio do Restaurante Universitário UERJ.
- Análise da viabilidade de implementação das receitas nas refeições do restaurante.
- Teste das receitas no Laboratório de Técnica Dietética da UERJ para confirmar a viabilidade de preparação no restaurante.

RESULTADOS

As PANCs mais comercializadas na feira agroecológica foram: peixinho, bertalha e taioba. Foram identificadas 15 receitas à base dessas plantas. Resultados preliminares indicam que a inclusão das PANCs no cardápio do Restaurante Universitário é tecnicamente viável e enriquecerá a oferta nutricional. Atualmente, estamos avaliando as receitas com as nutricionistas para selecionar as mais viáveis, que serão testadas no Laboratório de Técnica Dietética.

CONCLUSÃO

A inclusão de PANCs no cardápio do Restaurante Universitário promove alimentação saudável e sustentável. Este estudo ressalta a importância da diversidade alimentar local e dos impactos ambientais na escolha dos alimentos. Recomenda-se replicar essa iniciativa em outras instituições para promover saúde e cuidar do meio ambiente.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BASS, Andréa et al. Plantas Alimentícias Não Convencionais-PANC: Resgatando a Soberania Alimentar e Nutricional.
SILVA, GM da et al. O potencial das plantas alimentícias não convencionais (PANC): uma revisão de literatura/The potential of unconventional food plants (PANC): a literature review. Brazilian Journal of Development, [S. l.], v. 8, n. 2, p. 14838-14853, 2022.
DE JESUS FERREIRO, Nutrição Emília; DE JESUS FERREIRO, Nutrição Emília. Plantas alimentícias não convencionais: sustentabilidade em um restaurante universitário.

AÇÕES PARA SENSIBILIZAÇÃO SOBRE O MANEJO DE RESÍDUOS NO AMBIENTE ALIMENTAR ESCOLAR DO INSTITUTO FEDERAL FLUMINENSE CAMPUS CABO FRIO, RJ.

VITÓRIA LILIAN SCHULS DA CUNHA; FRANCIELE ALVES TEIXEIRA; CARLA ADRIANO MARTINS; DÉBORA PINTO DE OLIVEIRA SANTOS

Instituto de Alimentação e Nutrição, Universidade Federal do Rio de Janeiro (CM UFRJ)-
Macaé

schulsvitoria12@gmail.com

Introdução: Resíduos sólidos são descartes resultantes de atividades humanas em sociedade e sua destinação final se encontra nos estados sólido ou semissólido. Em um serviço de alimentação e nutrição, os resíduos sólidos podem surgir em diversas etapas e esses serviços estão sendo apontados como parte dos responsáveis por desperdícios de alimentos, afetando o clima e a natureza. São essenciais ações de sensibilização para com as pessoas. As escolas são importantes ambientes alimentares e locais oportunos para realizar essas ações com seus frequentadores. **Objetivo:** Desenvolver ações para sensibilização sobre o manejo de resíduos e avaliar a percepção dos frequentadores do refeitório do Instituto Federal Fluminense (IFF) sobre essas ações. **Metodologia:** Estudo transversal, desenvolvido durante os meses de abril e maio de 2024 no refeitório do IFF de Cabo Frio, RJ. No período as ações realizadas foram: desenvolvimento de materiais educativos; mudanças no ambiente alimentar; e observação do memo durante uma semana. Também foi desenvolvida uma pesquisa de opinião- no formato de enquete no *google forms*®- para avaliar a percepção dos frequentadores sobre essas ações. Um código QR dessa enquete ficou disponível nas mesas do refeitório do IFF durante 7 dias. Os dados foram apresentados de forma descritiva. **Resultados:** As ações de intervenção elencadas foram: a) produção de dois materiais educativos sobre resíduos decorrentes da alimentação, por meio de ferramenta digital, um cartaz que foi disponibilizado no mural do refeitório e folders que foram entregues impressos aos frequentadores; b) alocação de duas lixeiras no refeitório, devidamente identificadas, uma com o selo de “lixo não orgânico” e uma com o selo de “lixo orgânico”; c) observação do manejo de resíduos durante uma semana, onde constatou-se que a maior parte dos alunos estava fazendo uso das lixeiras identificadas e dividindo corretamente os resíduos em orgânico e não orgânico. A enquete sobre as ações obteve 30 respostas e todos os respondentes eram alunos do IFF, com idade entre 15 e 55 anos, dos estudantes, 53,3 % eram do curso de química. Menos da metade dos respondentes da enquete (43,3%) haviam tido contato com ações que envolvessem separação do lixo, porém a maioria (73,3%) relatou não apresentar dificuldade em separar lixo orgânico e lixo não orgânico. Quanto às questões de conhecimento sobre o manejo de resíduos, todos sabiam a diferença entre lixo orgânico e lixo não orgânico. **Conclusão:** As ações implementadas foram bem aceitas pelos frequentadores e eles conseguiram diferenciar os lixos; porém, como ação futura, é importante continuar com intervenções no ambiente.

Referências

BRASIL. Lei nº 12.305, de 2 de agosto de 2010. Institui a Política Nacional de Resíduos Sólidos; altera a Lei nº 9.605, de 12 de fevereiro de 1998; e dá outras providências. Brasília, 189ª da Independência e 122ª da República, 2010; DE DESPERDÍCIO DE ALIMENTOS 2024. Nações Unidas Brasil, 27 de mar. de 2024. Disponível em: <[Índice de Desperdício de Alimentos 2024 | As Nações Unidas no Brasil](#)>. Acesso em : 20, jun. 2024.
LANA, Milza; PROENÇA, Lúcio. Resíduos orgânicos. Embrapa. ago de 2021. Disponível em: <<https://www.embrapa.br/hortaliza-nao-e-so-salada/secoes/residuos-organicos>>. Acesso em: 18, jun. 2024.

Palavras chaves: Alimentação Coletiva; Resíduos Sólidos; Educação Alimentar e Nutricional.

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

16º Encontro Sabores e Saberes

Realização: UFRJ
Organização: PR2
Apoio: CRN04 IAFJO

AÇÕES PARA SENSIBILIZAÇÃO SOBRE O MANEJO DE RESÍDUOS NO AMBIENTE ALIMENTAR ESCOLAR DO INSTITUTO FEDERAL FLUMINENSE CAMPUS CABO FRIO, RJ.

SCHULS, Vitória ¹, TEIXEIRA, Franciele ¹, SANTOS, Débora ², MARTINS, Carla, ¹

INSTITUTO DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO, UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO (CM UFRJ) - MACAÉ ¹

INSTITUTO FEDERAL FLUMINENSE - CAMPUS CABO FRIO ²

Sustentabilidade Ambiental e Alimentação

INTRODUÇÃO

Resíduos sólidos são descartes resultantes de atividades humanas em sociedade e sua destinação final se encontra nos estados sólido ou semissólido.

Em um serviço de alimentação e nutrição, os resíduos sólidos podem surgir em diversas etapas e esses serviços estão sendo apontados como parte dos responsáveis por desperdícios de alimentos, afetando o clima e a natureza.

São essenciais ações de sensibilização para com as pessoas. As escolas são importantes ambientes alimentares e locais oportunos para realizar essas ações com seus frequentadores.

OBJETIVO

Desenvolver ações para sensibilização sobre o manejo de resíduos e avaliar a percepção dos frequentadores do refeitório do Instituto Federal Fluminense (IFF) sobre essas ações.

METODOLOGIA

Estudo transversal, desenvolvido durante os meses de abril e maio de 2024 no refeitório do IFF de Cabo Frio, RJ. No período as ações realizadas foram: desenvolvimento de materiais educativos; mudanças no ambiente alimentar; e observação do mesmo durante uma semana. Também foi desenvolvida uma pesquisa de opinião- no formato de enquête no google forms®- para avaliar a percepção dos frequentadores sobre essas ações. Um código QR dessa enquête ficou disponível nas mesas do refeitório do IFF durante 7 dias. Os dados foram apresentados de forma descritiva.

RESULTADOS

As ações de intervenção elencadas foram:

- produção de dois materiais educativos sobre resíduos decorrentes da alimentação, por meio de ferramenta digital, um cartaz que foi disponibilizado no mural do refeitório e folders que foram entregues impressos aos frequentadores;
- alocação de duas lixeiras no refeitório, devidamente identificadas, uma com o selo de "lixo não orgânico" e uma com o selo de "lixo orgânico";
- observação do manejo de resíduos durante uma semana, onde constatou-se que a maior parte dos alunos estava fazendo uso das lixeiras identificadas e dividindo corretamente os resíduos em orgânico e não orgânico.

A enquête sobre as ações obteve 30 respostas e todos os respondentes eram alunos do IFF, com idade entre 15 e 55 anos, dos estudantes, 53,3 % eram do curso de química. Menos da metade dos respondentes da enquête (43,3%) haviam tido contato com ações que envolvessem separação do lixo, porém a maioria (73,3%) relatou não apresentar dificuldade em separar lixo orgânico e lixo não orgânico. Quanto às questões de conhecimento sobre o manejo de resíduos, todos sabiam a diferença entre lixo orgânico e lixo não orgânico.

CONCLUSÃO

As ações implementadas foram bem aceitas pelos frequentadores e eles conseguiram diferenciar os lixos; porém, como ação futura, é importante continuar com intervenções no ambiente.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Lei nº 12.305, de 2 de agosto de 2010. Institui a Política Nacional de Resíduos Sólidos; altera a Lei no 9.605, de 12 de fevereiro de 1998; e dá outras providências. Brasília, 189o da Independência e 122o da República, 2010;

DE DESPERDÍCIO DE ALIMENTOS 2024. Nações Unidas Brasil, 27 de mar. de 2024. Disponível em: <Índice de Desperdício de Alimentos 2024 | As Nações Unidas no Brasil>. Acesso em : 20, jun. 2024.

LANA, Milza; PROENÇA, Lúcio. Resíduos orgânicos. Embrapa. ago de 2021. Disponível em: <<https://www.embrapa.br/hortalia-nao-e-so-salada/secoes/residuos-organicos>>. Acesso em: 18, jun. 2024.

DIAGNÓSTICO DOS RESÍDUOS SÓLIDOS ORGÂNICOS EM UM SERVIÇO DE ALIMENTAÇÃO PERMISSIONÁRIO DA UNIVERSIDADE FEDERAL FLUMINENSE

MILENA DA SILVA MACHADO, JENNIFER CALAZANS DA CONCEIÇÃO, DANIELE MENDONÇA FERREIRA, DANIELE DA SILVA BASTOS SOARES, PATRÍCIA CAMACHO DIAS, ROSEANE MOREIRA SAMPAIO BARBOSA

Universidade Federal Fluminense (UFF)

milena_silva@id.uff.br

INTRODUÇÃO

A produção de resíduos sólidos vem crescendo ao decorrer dos anos, e estima-se que metade seja referente à fração orgânica (LANA, 2021). Esses resíduos, quando destinados inadequadamente, ocasionam malefícios ao meio ambiente, à biodiversidade e à saúde humana (SANTOS, 2022), e a compostagem apresenta-se como uma ferramenta que possibilita destinar os Resíduos Sólidos Orgânicos (RSO) de maneira ambientalmente adequada. Assim, o Laboratório Aberto de Agroecologia e Nutrição (LAANT) da Universidade Federal Fluminense (UFF) em sua perspectiva de disseminar e propiciar experimentações relacionadas a práticas agroecológicas e sustentáveis, implementará em seu espaço um sistema de compostagem utilizando os resíduos provenientes das dependências do campus do Valonguinho da UFF. Para esta implementação, faz-se necessário o diagnóstico dos resíduos com a finalidade de estimar sua quantidade para planejar o armazenamento, a coleta e mensurar o tamanho da composteira (ABRELPE, 2022).

OBJETIVO

Determinar a produção de RSO oriundos de um Serviço de Alimentação Permissionário (SAP) do campus do Valonguinho da UFF.

MÉTODOS

Para quantificar os RSO, foram coletadas as notas fiscais dos alimentos adquiridos pelo SAP durante o período de 1 mês. Os RSO foram estimados por meio da diferença entre o Peso Bruto (PB) do alimento e o seu Peso Líquido (PL), resultando no quantitativo perdido durante o pré-preparo que será destinado a compostagem. O PB foi obtido por meio das notas fiscais e o PL foi calculado baseado na fórmula do Fator de Correção (FC), utilizando os valores de FC presentes na literatura científica.

Foram analisados apenas os resíduos orgânicos provenientes da etapa de pré-preparo, desconsiderando os resíduos provenientes de frutas e hortaliças cítricas, por influenciarem no pH do adubo, e os resíduos de alimentos de origem animal, que propicia a atração de animais e microrganismos indesejados para a composteira. As sobras e restos foram desconsiderados devido a utilização de sal e condimentos em seu preparo que podem dificultar a atividade microbiana na composteira.

RESULTADOS

Os dados foram coletados durante o mês de novembro de 2023. Nas cinco semanas do mês, foram registrados, sequencialmente, 8,02 Kg, 0 Kg, 0 Kg, 11,39 Kg e 0 Kg de RSO para a compostagem. A variação no quantitativo de RSO deu-se pelo fato de ser final do semestre letivo, em que houve um menor fluxo de pessoas no campus, demandando uma menor ou não aquisição de alimentos por parte do estabelecimento.

CONCLUSÃO

A quantificação dos RSO no SAP indicou uma variação semanal. A partir do diagnóstico realizado, será possível dimensionar a capacidade total necessária da composteira para comportar adequadamente RSO. A implementação da compostagem no LAANT proporcionará vivências em sustentabilidade para a comunidade acadêmica e para a sociedade, como também contribuirá para a redução dos RSO descartados e enriquecimento do solo do LAANT.

Referências

ABRELPE, 2022. Panorama dos resíduos sólidos no Brasil. Associação Brasileira das Empresas de Limpeza Pública e Resíduos Especiais. Disponível em: <<https://abrelpe.org.br/download-panorama-2022>>. Acesso em: 21 jun. 2024.

LANA, M. M.; PROENÇA, L. C. Hortaliça não é só salada: resíduos orgânicos. EMBRAPA, 2021. Disponível em: <<https://www.embrapa.br/hortalica-nao-e-so-salada/secoes/residuos-organicos>>. Acesso em: 21 jun. 2024.

SANTOS, M. J.; RODRIGUES, A. S. S.; ANDRADE, J. V.; QUEISSADA, D. D. Os impactos ambientais causados pelo descarte inadequado de resíduos sólidos. Dissertação (Bacharel em Ciências Exatas e Tecnológicas) - Faculdade de Ciências Exatas e Tecnológicas, Universidade Federal do Recôncavo Bahiano. Bahia, p. 58. 2022.

Palavras chaves: Compostagem; Resíduos orgânicos; Sistema alimentar sustentável.

Apoio/Fomentos: O presente estudo é fomentado pelo Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico- CNPQ.





16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis



DIAGNÓSTICO DOS RESÍDUOS SÓLIDOS ORGÂNICOS EM UM SERVIÇO DE ALIMENTAÇÃO PERMISSIONÁRIO DA UNIVERSIDADE FEDERAL FLUMINENSE

MACHADO, Milena¹; CONCEIÇÃO, Jennifer¹; FERREIRA, Daniele¹; SOARES, Daniele¹; DIAS, Patrícia¹; BARBOSA, Roseane¹.

UNIVERSIDADE FEDERAL FLUMINENSE ¹

milena_silva@id.uff.br

Sustentabilidade ambiental e alimentação

INTRODUÇÃO

A produção de resíduos sólidos vêm crescendo ao decorrer dos anos, e estima-se que metade seja referente à fração orgânica (LANA, 2021). Esses resíduos, quando destinados inadequadamente, ocasionam malefícios ao meio ambiente, à biodiversidade e à saúde humana (SANTOS, 2022), e a compostagem apresenta-se como uma ferramenta que possibilita destinar os Resíduos Sólidos Orgânicos (RSO) de maneira ambientalmente adequada. Assim, o Laboratório Aberto de Agroecologia e Nutrição (LAANT) da Universidade Federal Fluminense (UFF) em sua perspectiva de disseminar e propiciar experimentações relacionadas a práticas agroecológicas e sustentáveis, implementará em seu espaço um sistema de compostagem utilizando os resíduos provenientes das dependências do campus do Valonguinho da UFF. Para esta implementação, faz-se necessário o diagnóstico dos resíduos com a finalidade de estimar sua quantidade para planejar o armazenamento, a coleta e mensurar o tamanho da composteira (ABRELPE, 2022).

OBJETIVO

Determinar a produção de RSO oriundos de um Serviço de Alimentação Permissionário (SAP) do campus do Valonguinho da UFF.

MÉTODOS

Foram analisados os RSO provenientes da etapa de pré-preparo dos alimentos, desconsiderando as sobras e os restos, pois estes não serão utilizados na compostagem.

Os RSO da etapa de pré-preparo foram estimados através do quantitativo adquirido de cada alimento presente nas notas fiscais.

PASSO A PASSO

1

Foram coletadas as notas fiscais do SAP por um período de 30 dias.

2

Considerou-se os alimentos que produzem resíduos orgânicos durante a etapa de pré-preparo, exceto as frutas e hortaliças cítricas e os alimentos de origem animal.

3

Os resíduos sólidos foram estimados através da diferença entre o peso bruto e peso líquido dos alimentos.

Nota fiscal

$$ERS = PB - PL$$

$$PL = PB \times FC$$

(ANJOS, "s.d.")

PL = Peso Líquido

PB = Peso Bruto

FC = Fator de Correção

ERS = Estimativa de Resíduos Sólidos

RESULTADOS

Os dados foram coletados durante o mês de novembro de 2023.

Tabela 1. Diagnóstico da produção de Resíduos Sólidos Orgânicos (RSO) no SAP.

	Peso dos RSO (Kg)
Semana 1	8,02
Semana 2	0,00
Semana 3	0,00
Semana 4	11,39
Semana 5	0,00
TOTAL	19,41

A variação no quantitativo de RSO deu-se pelo fato de ser final do semestre letivo.

CONCLUSÃO

A quantificação dos RSO no SAP indicou uma variação semanal. A partir do diagnóstico realizado, será possível dimensionar a capacidade total necessária da composteira para comportar adequadamente RSO. A implementação da compostagem no LAANT proporcionará vivências em sustentabilidade para a comunidade acadêmica e para a sociedade, como também contribuirá para a redução dos RSO descartados e enriquecimento do solo do LAANT.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ABRELPE, 2022. Panorama dos resíduos sólidos no Brasil. Associação Brasileira das Empresas de Limpeza Pública e Resíduos Especiais. Disponível em: <<https://abrelpe.org.br/download-panorama-2022>>. Acesso em: 21 jun. 2024.
- LANA, M. M.; PROENÇA, L. C. Hortaliça não é só salada: resíduos orgânicos. EMBRAPA, 2021. Disponível em: <<https://www.embrapa.br/hortaliça-nao-e-so-salada/secoes/residuos-organicos>>. Acesso em: 21 jun. 2024.
- SANTOS, M. J.; RODRIGUES, A. S. S.; ANDRADE, J. V.; QUEISSADA, D. D. Os impactos ambientais causados pelo descarte inadequado de resíduos sólidos. Dissertação (Bacharel em Ciências Exatas e Tecnológicas) - Faculdade de Ciências Exatas e Tecnológicas, Universidade Federal do Recôncavo Baiano. Bahia, p. 58. 2022.

O presente estudo é fomentado pelo CNPQ.

ELABORAÇÃO DE UM E-BOOK PARA ATLETAS NA PERSPECTIVA DO GUIA ALIMENTAR DA POPULAÇÃO BRASILEIRA: ALIMENTAÇÃO ADEQUADA, SAUDÁVEL E SUSTENTÁVEL

Rebeca Barros Buys, Alessandra Alegre de Matos, Beatriz Goncalves Ribeiro

Laboratório de Pesquisa e Inovação em Ciências do Esporte e Nutrição – Instituto de Alimentação e Nutrição - Centro Multidisciplinar – UFRJ Macaé – Rio de Janeiro

rebecabbuys@gmail.com

Introdução: Dietas sustentáveis, que apoiam a saúde planetária vem ganhando espaço nos últimos anos. Nessa perspectiva, o Guia Alimentar da População Brasileira se destaca, uma vez que, enfatiza os benefícios de padrões alimentares baseados em uma variedade de alimentos in natura ou minimamente processados, principalmente vegetais, e refeições preparadas na hora e consumidas em companhia, para a saúde, o bem-estar e todos os aspectos relevantes da sustentabilidade, bem como os múltiplos efeitos negativos da alimentos e bebidas ultraprocessadas. Na nutrição esportiva, a alimentação e desempenho andam em conjunto quando trata-se de melhoria do rendimento atlético. Entretanto, existem fatores que interferem para o estabelecimento de uma rotina alimentar saudável como: dificuldade ao acesso de alimentos saudáveis, falta de conhecimento pelo público sobre composição e classificação dos alimentos, ausência de tempo para cozinhar, custo das preparações, uso indevido de suplementos nutricionais e conceitos errôneos sobre dieta saudável para resultados de desempenho e saúde.

Objetivo: Neste sentido, o objetivo do presente trabalho é elaborar um e-book com receitas com vistas a estimular a autonomia culinária, consciência alimentar e potencializar o rendimento esportivo entre atletas de diferentes modalidades esportivas seguindo a premissa da alimentação adequada, saudável e sustentável.

Metodologia: As atividades serão elaboradas, utilizando como base a regra de ouro do Guia Alimentar da População Brasileira: “Prefira sempre alimentos in natura ou minimamente processados e preparações culinárias a alimentos ultraprocessados” com enfoque na dieta sustentável em atletas, organizado em 5 seções: 1) Dieta Sustentável e o desempenho esportivo; 2) Práticas alimentares sustentáveis como fazê-lo!? Da compra a confecção dos alimentos; 3) Preparações caseiras versus suplementos nutricionais; 4) Dieta onívora versus dieta vegetariana; 5) Base de um plano alimentar saudável e sustentável para o atleta baseado no Guia Alimentar da População Brasileira.

Resultados: O interesse por esse tema surgiu mediante a análise da coleta de dados dos atletas contemplados pelo programa do município “Bolsa Atleta”. Visto isso, a visualização dos padrões alimentares apresentados em cada modalidade pôde destacar a presença de alimentos processados e ultraprocessados, além de pouco fracionamento da alimentação ao longo do dia. Dessa forma, o resultado esperado com a elaboração do e-book será desmistificar o preparo culinário, evidenciando como pode ser prático ter uma alimentação saudável, sustentável e acessível em um contexto de treinos e competições.

Conclusão: A elaboração de um material de apoio com práticas alimentares em diferentes ambientes sociais, como a dos atletas são importantes para promover, acesso, autonomia de escolhas alimentares e comportamentos nutricionais sustentáveis, tendo como consequência saúde e melhor desempenho atlético para este grupo.

Referência Bibliográfica

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia alimentar para a população brasileira / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – 2. ed. – Brasília: Ministério da Saúde, 2014. 156 p.: il.

MONTEIRO, Carlos Augusto et al. Dietary guidelines to nourish humanity and the planet in the twenty-first century. A blueprint from Brazil. **Public health nutrition**, v. 18, n. 13, p. 2311-2322, 2015.
MEYER, Nanna; REGUANT-CLOSA, Alba. "Eat as if you could save the planet and win!" Sustainability integration into nutrition for exercise and sport. **Nutrients**, v. 9, n. 4, p. 412, 2017.

Palavras chaves: dieta; sustentabilidade; atletas





18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis



ELABORAÇÃO DE UM E-BOOK PARA ATLETAS NA PERSPECTIVA DO GUIA ALIMENTAR DA POPULAÇÃO BRASILEIRA: ALIMENTAÇÃO ADEQUADA, SAUDÁVEL E SUSTENTÁVEL

Rebeca Barros Buys¹, Alessandra Alegre de Matos, Beatriz Goncalves Ribeiro
rebecabbuys@gmail.com

Laboratório de Pesquisa e Inovação em Ciências do Esporte e Nutrição (LAPICEN) – Instituto de Alimentação e Nutrição - Centro Multidisciplinar – UFRJ Macaé – Rio de Janeiro¹
Sustentabilidade ambiental e alimentação

Introdução: Dietas sustentáveis, apoiam a saúde planetária e vem ganhando espaço nos últimos anos. Nessa perspectiva, o Guia Alimentar para a População Brasileira destaca os benefícios de uma alimentação baseada em alimentos in natura ou minimamente processados, refeições preparadas na hora e compartilhadas. Essa abordagem é positiva tanto para a saúde quanto para a sustentabilidade. Na nutrição esportiva, uma dieta adequada é fundamental para o desempenho atlético. No entanto, desafios como o acesso limitado a alimentos saudáveis, falta de conhecimento sobre a composição dos alimentos, falta de tempo para cozinhar, custo elevado, uso inadequado de suplementos e conceitos errôneos sobre dietas podem dificultar a adoção de uma alimentação saudável.

Objetivo: O objetivo do presente trabalho é elaborar um e-book contendo orientações nutricionais e receitas com vias a estimular a autonomia culinária, consciência alimentar e potencializar o rendimento esportivo entre atletas de diferentes modalidades esportivas seguindo a premissa da alimentação adequada, saudável e sustentável.

Metodologia: As atividades serão elaboradas, utilizando como base a regra de ouro do Guia Alimentar da População Brasileira: “Prefira sempre alimentos in natura ou minimamente processados e preparações culinárias a alimentos ultraprocessados” com enfoque na dieta sustentável, organizado em 5 seções: 1) Dieta Sustentável e o desempenho esportivo; 2) Práticas alimentares sustentáveis como fazê-lo!? Aquisição e preparo dos alimentos; 3) Preparações caseiras versus suplementos nutricionais; 4) Dieta onívora versus dieta vegetariana; 5) Base de um plano alimentar saudável e sustentável para o atleta baseado no Guia Alimentar da População Brasileira. Pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética, CAEE 30474114.8.0000.5291.

Resultados: O interesse por esse tema surgiu mediante a análise da coleta de dados dos atletas contemplados pelo programa do município “Bolsa Atleta”. Visto isso, a visualização dos padrões alimentares apresentados em cada modalidade destacou a presença de alimentos processados e ultraprocessados, além do pouco fracionamento da alimentação ao longo do dia. Dessa forma, o resultado esperado com a elaboração do e-book será desmistificar o preparo culinário caseiro, evidenciando como pode ser prático ter uma alimentação saudável, sustentável e acessível em um contexto de treinos e competições.

Conclusão: A elaboração de um material de apoio com práticas alimentares em diferentes ambientes sociais, principalmente em um ambiente esportivo, são importantes para promover, acesso, autonomia de escolhas alimentares e comportamentos nutricionais sustentáveis, tendo como consequência saúde e melhor desempenho atlético para este grupo.



Referência Bibliográfica

Brasil Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia alimentar para a população brasileira / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – 2. ed. – Brasília: Ministério da Saúde, 2014. 150p.: il.
MONTEIRO, Carlos Augusto et al. Dietary guidelines to nourish humanity and the planet in the twenty-first century. A blueprint from Brazil *Public health nutrition*, v. 18, n. 13, p. 2311-2322, 2015.
MEYER, Nanna; REGUANT-CLOSA, Alba. “Eat as if you could save the planet and win!” Sustainability integration into nutrition for exercise and sport. *Nutrients*, v. 9, n. 4, p. 412, 2017.

GERENCIAMENTO DO CUIDADO NAS HORTAS ESCOLARES DURANTE O RECESSO: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA NAS ESCOLAS DA REGIÃO DOS LAGOS

ANA PAULA DA SILVA DUARTE; MARIA CLÁUDIA DA VEIGA SOARES CARVALHO; JULIANA DE OLIVEIRA RAMADAS RODRIGUES

Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UFRJ)

anapaulaaduarte.06@gmail.com

Introdução: O projeto de horta escolar tem se destacado como uma ferramenta educativa multidisciplinar, disseminando a integração entre teoria e prática, tal qual, a valorização do meio ambiente entre os alunos e colaboradores. Esta iniciativa visa não apenas o cultivo de hortaliças, mas também a promoção de conhecimentos sobre sustentabilidade, alimentação e responsabilidade socioambiental. A visita de campo às escolas participantes do projeto hort'escola, possibilitaram uma análise aprofundada das metodologias empregadas, dos cuidados com a horta e dos impactos na comunidade escolar, durante o período de recesso escolar. Ao envolver os estudantes diretamente nas atividades de plantio e manutenção, o projeto estimula o desenvolvimento de habilidades práticas, o senso de responsabilidade e o respeito pela natureza, contribuindo para a formação de cidadãos conscientes e engajados. Este estudo é uma parceria do Laboratório Digital de Educação Alimentar e Humanidades -LADIGE, com as escolas municipais e estaduais da Região dos Lagos. **Objetivo:** O intuito desse estudo tem como objetivo evidenciar as intervenções tomadas pelo projeto para a retomada do plantio no local da horta após período de férias escolares. **Metodologia:** Refere-se a uma pesquisa de campo do projeto hort'escola realizada em três escolas dos municípios de Cabo Frio e Búzios, entre os dias 6 e 7 de março de 2024. As atividades incluíram o diagnóstico e a análise das hortas implementadas em março de 2023, bem como o desenvolvimento das atividades realizadas. Tratou-se de identificar os avanços realizados e limitações encontradas e propor estratégias e mecanismos baseados que contribuíssem para a ampliação do cuidado durante o recesso, consolidando a horta como um instrumento pedagógico na comunidade escolar. **Resultados:** A partir da observação realizada, foram planejadas e conduzidas implementações em razão dos desafios obtidos. Os métodos operacionais de manejo identificados abrangeram: o envolvimento da comunidade escolar, mobilizando alunos, professores, familiares e funcionários para ajudar no cuidado das hortas durante as férias, através de oficinas e projetos; a implementação de compostagem, para a nutrição do solo; a cobertura do solo com folhas secas, galhos e palhas como abordagem para manter a umidade, diminuindo a necessidade de irrigação, um desafio frequente em hortas escolares; o plantio de espécies resistentes ao sol, como algumas espécies de plantas alimentícias não-convencionais (PANC); a utilização de materiais recicláveis, como pallets de madeira, conferindo um baixo custo nas instalações. **Conclusão:** Compreendendo os múltiplos desafios nas hortas visitadas ao explorar metodologias de plantio e cuidado com as hortas, durante o período de férias escolares, evidencia-se a necessidade de intervenções específicas para manter e promover o cultivo responsável. Destacando o papel crucial da impulsão da comunidade escolar como agente protagonista, para fortalecer a horta como ferramenta pedagógica e sustentável.

Referências:

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. 156p.

LEÃO, D. C.; CABRAL, L. F. E.; BORGES, M. C. P.; RODRIGUES, J. O. R. Hortas escolares: uma revisão sistemática da literatura recente. In: **ENEBIO: itinerários de resistência - pluralidade e laicidade no Ensino de Ciências e Biologia**. Lima *et al.* (Org.). Campina Grande: Realize Editora, 2021. p.5038-5049.

KINUPP, V. F; LORENZI, H. **Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC) no Brasil: guia de identificação, aspectos nutricionais e receitas ilustradas.** São Paulo, Editora Plantarum, 2014. 768p.

Palavras chaves: Horta escolar, Educação alimentar e nutricional, Sustentabilidade.





16º Encontro
Sabores e Saberes

18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e Sustentáveis

Realização



Organização



Apoio



GERENCIAMENTO DO CUIDADO NAS HORTAS ESCOLARES DURANTE O RECESSO: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA NAS ESCOLAS DA REGIÃO DOS LAGOS

DUARTE, Ana Paula¹

CARVALHO, Maria Cláudia²

RAMADAS, Juliana³

UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO¹

Eixo temático: Sustentabilidade

INTRODUÇÃO

O projeto de horta escolar tem se destacado como uma ferramenta educativa multidisciplinar, disseminando a integração entre teoria e prática, tal qual, a valorização do meio ambiente entre os alunos e colaboradores. Esta iniciativa visa não apenas o cultivo de hortaliças, mas também a promoção de conhecimentos sobre sustentabilidade, alimentação e responsabilidade. A visita de campo às escolas participantes do projeto hort'escola, possibilitaram uma análise aprofundada das metodologias empregadas, dos cuidados com a horta e dos impactos na comunidade escolar, durante o período de recesso escolar. Ao envolver os estudantes diretamente nas atividades de plantio e manutenção, o projeto estimula o desenvolvimento de habilidades práticas, o senso de responsabilidade e o respeito pela natureza, contribuindo para a formação de cidadãos conscientes e engajados. Este estudo é uma parceria do Laboratório Digital de Educação Alimentar e Humanidades - LADIGE, com as escolas municipais e estaduais da Região dos Lagos.

OBJETIVO

O intuito desse estudo tem como objetivo evidenciar as intervenções tomadas pelo projeto para a retomada do plantio no local da horta após período de férias escolares.

METODOLOGIA

Refere-se a uma pesquisa de campo do projeto hort'escola realizada em três escolas dos municípios de Cabo Frio e Búzios, entre os dias 6 e 7 de março de 2024. As atividades incluíram o diagnóstico e a análise das hortas implementadas em março de 2023, bem como o desenvolvimento das atividades realizadas. Tratou-se de identificar os avanços realizados e limitações encontradas e propor estratégias e mecanismos baseados que contribuíssem para a ampliação do cuidado durante o recesso, consolidando a horta como um instrumento pedagógico na comunidade escolar.

REFERÊNCIAS

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. 156p.

LEÃO, D. C.; CABRAL, L. F. E.; BORGES, M. C. P.; RODRIGUES, J. O. R. Hortas escolares: uma revisão sistêmica da literatura recente. In: **ENEBIO: itinerários de resistência - pluralidade e laicidade no Ensino de Ciências e Biologia**. Lima et al. (Org.). Campinas Grande: Realize Editora, 2021. p. 5038-5049.

KINUPP, V. F.; LORENZI, H. Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC) no Brasil: guia de identificação, aspectos nutricionais e receitas ilustradas. São Paulo, Editora Plantarum, 2014. 766p.

RESULTADOS

A partir da observação realizada, foram planejadas e conduzidas implementações em razão dos desafios obtidos. Os métodos operacionais de manejo identificados abrangeram: o envolvimento da comunidade escolar, mobilizando alunos, professores, familiares e funcionários para ajudar no cuidado das hortas durante as férias, através de oficinas e projetos; a implementação de compostagem, para a nutrição do solo; a cobertura do solo com folhas secas, galhos e palhas como abordagem para manter a umidade, diminuindo a necessidade de irrigação, um desafio frequente em hortas escolares; o plantio de espécies resistentes ao sol, como algumas espécies de plantas alimentícias não-convencionais (PANC); a utilização de materiais recicláveis, como pallets de madeira, conferindo um baixo custo nas instalações.



CONCLUSÃO

Compreendendo os múltiplos desafios nas hortas visitadas ao explorar metodologias de plantio e cuidado com as hortas, durante o período de férias escolares, evidencia-se a necessidade de intervenções específicas para manter e promover o cultivo responsável. Destacando o papel crucial da impulsão da comunidade escolar como agente protagonista, para fortalecer a horta como ferramenta pedagógica e sustentável.



APOIO / FOMENTOS



MANEJO DE RESÍDUOS SÓLIDOS ORGÂNICOS: ATIVIDADE PRÁTICA DE ELABORAÇÃO DE COMPOSTEIRA COM ALUNOS ADULTOS EM PROCESSO DE ALFABETIZAÇÃO

JULIANA JANONI DE PINHO GRALATO, BRUNA CAVALCANTE GIRARDI, LAÍS NARCISO BARBOSA, SAMARA CAROLINE FERREIRA, LIDIANE MARINS, e LUCILEIA GRANHEN TAVARES COLARES

Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ)

Julianajanoni17@gmail.com

Introdução: O descarte indiscriminado dos resíduos sólidos orgânicos representa uma problemática severa para o meio ambiente. No Brasil, em 2022, 39% dos resíduos coletados foram despejados em locais inapropriados, acarretando diversas consequências ambientais, como geração de chorume, proliferação de vetores de doenças e emissão de gás metano (ABEMA, 2023). A fim de enfrentar os desafios ambientais relativos ao tema, a Política Nacional de Resíduos Sólidos (PNRS), estabelece a necessidade da destinação adequada dos resíduos sólidos orgânicos, sendo uma das formas, a compostagem, de modo a diminuir efetivamente a quantidade de lixo enviados aos aterros sanitários (BRASIL, 2010). Entretanto, menos de 2% têm essa destinação, sendo a maior parte direcionada a aterros e lixões (BRASIL, 2017). Nesse sentido, incentivar práticas caseiras de manejo de resíduos sólidos orgânicos se torna uma alternativa adequada para minimizar essa problemática. **Objetivo:** Incentivar a prática de manejo de resíduos sólidos orgânicos a partir da construção de uma composteira caseira. **Metodologia:** A atividade foi realizada no segundo semestre de 2023 com 16 alunos do Programa de Educação de Jovens e Adultos (PEJA) da Escola Municipal Brigadeiro Eduardo Gomes e foi dividida em duas etapas: 1ª) Exposição dialogada com o auxílio de slides, sobre a geração de resíduo sólidos orgânicos, a forma de minimizá-los e o tratamento por compostagem, juntamente com um quiz para fixação do conteúdo e 2ª) atividade interativa de montagem de uma composteira caseira, utilizando materiais simples e baratos: baldes plásticos, tela de nylon e torneira plástica. **Resultados:** Durante a exposição dialogada os participantes foram estimulados a expor seus conhecimentos sobre o tema. Apenas 24% dos alunos tinham conhecimento dos resíduos sólidos que eram considerados orgânicos e a forma correta de descartá-los ou tratá-los. 6% dos alunos conheciam os problemas causados pela destinação inadequada desses resíduos. Em relação à compostagem, 18% conheciam o método, mas todos demonstraram interesse na montagem de uma composteira. Os alunos trouxeram resíduos sólidos orgânicos e participaram ativamente da montagem da composteira. **Conclusão:** A partir da construção da composteira, os alunos puderam expandir seus conhecimentos e habilidades a respeito do descarte de resíduos sólidos orgânicos. Cada um teve a oportunidade de contribuir nas etapas e trabalhar em equipe para que obtivessem um melhor resultado. Dessa forma, foi possível incentivar uma forma correta de destinar os resíduos sólidos orgânicos em casa.

Referências

Associação Brasileira de Resíduos e Meio Ambiente, ABEMA. Panorama dos resíduos sólidos no Brasil 2023. Disponível em: https://www.abrema.org.br/wp-content/uploads/dlm_uploads/2024/03/Panorama_2023_P1.pdf. Acesso em 12 jun.2024

BRASIL. Lei nº 12.305, de 2 de agosto de 2010. Institui a Política Nacional de Resíduos Sólidos. Brasília, DF: Presidência da República, 2010. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2010/lei/l12305.htm. Acesso em: 12 jun. 2024.

BRASIL. Ministério do Meio Ambiente. Gestão de Resíduos Orgânicos. Brasília, DF, 2017. Disponível em: <https://antigo.mma.gov.br/cidades-sustentaveis/residuos-solidos/gest%C3%A3o-de-res%C3%ADduos->

org%C3%A2nicos.html#:~:text=Apesar%20disso%2C%20atualmente%2C%20menos%20de,Pol%C3%ADtica%20Nacional%20de%20Res%C3%ADduos%20S%C3%B3lidos. Acesso em: 12 jun. 2024.

Palavras chaves: resíduos sólidos; resíduos alimentares; sustentabilidade, compostagem.

Apoio/Fomentos: Bolsa de extensão II – Profaex





16º Encontro
Sabores e Saberes

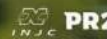
18 e 19 de Set/2024

Fortalecendo Sistemas Alimentares Saudáveis e
Sustentáveis

Realização



Organização



Apoio



MANEJO DE RESÍDUOS SÓLIDOS ORGÂNICOS: ATIVIDADE PRÁTICA DE CONSTRUÇÃO DE COMPOSTEIRA COM ALUNOS ADULTOS EM PROCESSO DE ALFABETIZAÇÃO DE UMA ESCOLA MUNICIPAL DO RIO DE JANEIRO

GRALATO, Juliana¹; GIRARDI, Bruna¹; BARBOSA, Laís¹; FERREIRA, Samara¹; MARINS, Lidiane²; COLARES, Luciléia².

julianajanoni17@gmail.com

INSTITUTO DE NUTRIÇÃO JOSUÉ DE CASTRO (CCS - UFRJ) LABORATÓRIO DE SUSTENTABILIDADE NA PRODUÇÃO DE REFEIÇÕES (LASUPRE).

Sustentabilidade ambiental e alimentação

INTRODUÇÃO

O descarte indiscriminado dos resíduos sólidos orgânicos representa uma problemática severa para o meio ambiente. No Brasil, em 2022, 39% dos resíduos coletados foram despejados em locais inapropriados, acarretando diversas consequências ambientais, como geração de chorume, proliferação de vetores de doenças e emissão de gás metano.¹ A fim de enfrentar os desafios ambientais relativos ao tema, a Política Nacional de Resíduos Sólidos (PNRS), estabelece a necessidade da destinação adequada dos resíduos sólidos orgânicos, sendo uma das formas, o tratamento por compostagem, de modo a diminuir efetivamente a quantidade de lixo enviada aos aterros sanitários² e incentivar práticas de manejo de resíduos sólidos orgânicos se torna uma alternativa adequada para minimizar essa problemática.

OBJETIVO

Incentivar a prática de manejo de resíduos sólidos orgânicos a partir da construção de uma composteira caseira

METODOLOGIA

Trata-se de uma atividade de extensão do Laboratório de Sustentabilidade na Produção de refeições (LA SUPRE) realizada no segundo semestre de 2023 com 16 alunos do Programa de Educação de Jovens e Adultos (PEJA) da Escola Municipal Brigadeiro Eduardo Gomes e foi dividida em duas etapas: 1ª) Exposição dialogada com o auxílio de slides, sobre a geração de resíduos sólidos orgânicos, a forma de minimizá-los e o tratamento por compostagem, juntamente com um quiz para fixação do conteúdo e 2ª) atividade interativa de montagem de uma composteira caseira, utilizando materiais simples e baratos: baldes plásticos, tela de nylon e torneira plástica.

RESULTADOS

A composteira realizada na atividade foi montada pelos alunos, intercalando uma camada de folhas secas e uma de resíduos orgânicos. Durante a exposição dialogada, os participantes foram estimulados a expor seus conhecimentos sobre o tema. Apenas 24% dos alunos tinham conhecimento dos resíduos sólidos que eram considerados orgânicos e a forma correta de descartá-los ou tratá-los. 6% dos alunos conheciam os problemas causados pela destinação inadequada desses resíduos. Em relação à compostagem, 18% conheciam o método, mas todos demonstraram interesse na montagem de uma composteira. Os alunos trouxeram resíduos sólidos orgânicos e participaram ativamente da montagem da composteira.



CONCLUSÃO

A partir da construção da composteira, os alunos puderam expandir seus conhecimentos e habilidades a respeito do descarte de resíduos sólidos orgânicos. Cada um teve a oportunidade de contribuir nas etapas e trabalhar em equipe para que obtivessem um melhor resultado. Dessa forma, foi possível incentivar uma forma correta de destinar os resíduos sólidos orgânicos em casa.

REFERÊNCIA

1. Associação Brasileira de Resíduos e Meio Ambiente, ABEMA. Panorama dos resíduos sólidos no Brasil 2023. Disponível em: https://www.abrema.org.br/wp-content/uploads/2024/03/Panorama_2023_P1.pdf. Acesso em 12 jun.2024
2. BRASIL. Lei nº 12.305, de 2 de agosto de 2010. Institui a Política Nacional de Resíduos Sólidos. Brasília, DF: Presidência da República; 2010. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2010/lei/l12305.htm. Acesso em: 12 jun. 2024.
3. BRASIL. Ministério do Meio Ambiente. **Gestão de Resíduos Orgânicos**. Brasília, DF, 2017. Disponível em: <https://antigo.mma.gov.br/cidades-sustentaveis/residuos-solidos/gest%C3%A3o-de-res%C3%A2nicos.html#~:text=Apesar%20do%20atualmente%20%20menos%20de%20Pol%C3%ADtica%20Nacional%20de%20Res%C3%ADduos%20S%C3%B3lidos>. Acesso em: 12 jun. 2024.

Agradecimento a E.M BRIGADEIRO EDUARDO GOMES, e à PR5.

