



ATIVIDADES EM NUTRIÇÃO COM A COMUNIDADE VIZINHANÇA

Área Temática: SAÚDE

Sônia Teresinha De Negri¹

Camila Castencio Nogueira², Bruna Luiza Ribas², Fernando Yukio Fulucho³, Izabel Cristina Souza³, Jenifer Lopes Borchardt², Katiane Villela Chaves², Maria de Fátima Rezende², Manuella Folha Meggiato², Mariana Vignolo de Siqueira², Mariane da Silva Dias², Milene Pinheiro Beulke³, Vanessa Cavada da Silveira².

Palavras-chave: Saúde Escolar , Educação Alimentar e Nutricional, Alimentação Escolar, Culinária

Resumo:

A presente ação extensionista vem sendo realizada por acadêmicos do curso de nutrição e gastronomia em comunidade escolar de bairro próximo ao campus Porto da Universidade Federal de Pelotas -UFPel, para abordagem em nutrição humana, alimentação saudável, gastronomia e a saúde geral das pessoas. A abrangência deste projeto universitário visa a aproximação dos estudos acadêmicos com a realidade social, e isto se dá pela interlocução entre os universitários e a comunidade escolar, através de atividades de educação nutricional dialogadas, práticas e lúdicas. O método utilizado nas oficinas culinárias é o de preparo de receitas rápidas, de fácil preparo e de baixo custo,

¹ Nutricionista, Mestre em Educação, Professora Assistente da Faculdade de Nutrição da UFPel. E-mail: soniadenegri@gmail.com

² Acadêmica do curso de Nutrição da Faculdade de Nutrição da UFPel

³ Acadêmico do curso de Gastronomia da Faculdade de Nutrição da UFPel.

realizadas no espaço destinado ao Serviço de Alimentação Escolar. Os meios e recursos são disponibilizados pela Escola. Vem participando das oficinas alunos de 9 a 16 anos de idade, com a perspectiva de inclusão de mães e merendeiras, futuramente. Como resultados prévios, pode-se observar interesse e boa interação por parte dos alunos, corroborado durante a degustação e aprovação dos pratos elaborados. Também dialogam sobre o valor nutricional, associando a nutrição com a gastronomia. Dessa forma, o trabalho consolida novos espaços de educação alimentar e nutricional, no que condiz a proposta desse projeto.

Texto

A presente atividade extensionista realizada por acadêmicos dos Cursos de Nutrição e de Gastronomia, da Faculdade de Nutrição, tem por objetivo atuar no âmbito escolar da comunidade dos bairros das proximidades do campus Porto da UFPel, para abordagem em nutrição humana, alimentação saudável e a saúde geral das pessoas. A abrangência deste projeto universitário visa a aproximação das atividades acadêmicas com a realidade social, e isto se dá pela interlocução entre estudantes universitários e a comunidade escolar, neste caso.

As atividades elencadas, inicialmente, ao desenvolvimento do projeto nesta comunidade são debatidas com a população-alvo e professores das escolas, para que haja maior aproximação entre as partes e o aproveitamento seja positivo e benéfico.





Metodologia

O relato deste projeto descreve as atividades que vem sendo desenvolvidas com a comunidade escolar, de uma escola da rede pública de ensino de um bairro vizinho do campus Porto, da Universidade Federal de Pelotas- UFPel, na cidade de Pelotas- RS. No ano anterior realizou-se um levantamento das características dos alunos desta escola e de seus interesses nos assuntos relativos à alimentação e nutrição. Também houve reconhecimento do ambiente físico e social que rodeiam a escola. A partir de então, juntamente com a direção da escola, identificaram-se os interesses e necessidades de atuação do grupo da Nutrição. Foram definidas para o ano de 2013: realização de oficinas de gastronomia e nutrição, atividades em educação nutricional diretamente aos escolares, orientações técnicas para qualificação do trabalho das merendeiras e, ainda, para a execução do Programa Nacional de Alimentação Escolar- PNAE, nesta escola.

Assim, têm sido realizadas oficinas culinárias, aliando conhecimentos na área da nutrição e da gastronomia, que são desenvolvidas no espaço destinado ao Serviço de Alimentação Escolar e utilizando-se dos equipamentos e recursos que a escola disponibiliza. As oficinas culinárias foram propostas como veículo para estimulação do aprendizado a respeito de alimentos e alimentação saudável, porque têm a possibilidade de proporcionar atividade desenvolvida em grupo, de maneira lúdica e divertida, favorecendo troca de ideias e experiências.

Inicialmente o público-alvo está constituído de alunos da escola e as oficinas são organizadas e ministradas pelos acadêmicos das referidas áreas envolvidas, sob a orientação da professora coordenadora do projeto.

Os encontros ocorrem aos sábados, quando os espaços de cozinha estão disponíveis e os alunos veem à escola para estudos adicionais e jogos. Tem participado alunos na faixa etária de 9 a 16 anos de idade. Neste contexto, são elaboradas receitas de fácil preparo, no intuito de divulgar noções de alimentação saudável, higiene pessoal, segurança alimentar, trabalhando a parte lúdica e criativa gastronômica dos escolares.



O projeto prevê, ainda, ações futuras voltadas para as mães e merendeiras. Isto poderá contribuir para com a geração de renda, no conhecimento de alimentos economicamente mais acessíveis, nutritivos e no modo de preparar a refeição de modo saudável.

Considerações Finais

Até o momento as oficinas desenvolvidas com esta comunidade escolar que trataram do preparo de receitas saborosas, de baixo custo e com bom valor nutricional, contribuíram na aproximação dos estudos acadêmicos com os escolares, difundiu conhecimentos sobre boas maneiras para alimentação saudável e, com isso, percebe-se de modo ainda inicial, que o projeto está satisfatório para estudantes e comunidade escolar.

Resultado

Os resultados obtidos decorrem da percepção subjetiva dos acadêmicos envolvidos sobre a valorização pelos alunos, mães e todos os participantes; também pelos relatos ao final de cada atividade e o parecer da direção acerca do que se desenvolve nestes encontros. Assim, pode-se observar interesse e boa interação por parte dos alunos com os acadêmicos, corroborados durante a degustação e aprovação dos pratos elaborados. Também dialogam sobre o valor nutricional, associando a nutrição com a gastronomia. Dessa forma, o trabalho consolida novos espaços de educação alimentar e nutricional, no que condiz a proposta desse projeto.

Conclusão

A satisfatória receptividade no ambiente escolar possibilita a difusão em sociedade dos estudos teóricos universitários, contribuindo à saúde escolar e formação do cidadão.



Referências

1. Castro IRR, Souza TSN, Maldonado LA, Canine ES, Rotemberg S, Gugelmin SA. A culinária na promoção da alimentação saudável: delineamento e experimentação de método educativo dirigido a adolescentes e a profissionais das redes de saúde e de educação. **Rev Nutr.** 2007; 20: 571-588
2. Brasil. Ministério da Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira** : Promovendo a alimentação saudável. Coordenação-Geral da Política de Alimentação e Nutrição – Brasília: Ministério da Saúde, 2005.
3. Organização Mundial de Saúde. **Estratégia global para dieta, atividade física e saúde.** Promoção do consumo de frutas, legumes e verduras: o programa '5 ao dia'. Genebra, 2001. (Acesso em 12 jun 2013; <http://www.who.int/mediacentre/news/notes/2004/np17/en>).
4. Brasil. Ministério da Educação. **Lei nº 11.947:** Programa nacional de alimentação escolar. Brasília: DF, 2009.