

Eixo Temático: ET-07-006 - Desenvolvimento de Estratégias Didáticas

QUALIDADE ALIMENTAR NA ESCOLA: REAPROVEITAMENTO DE CASCAS, TALOS E FOLHAS DOS VEGETAIS

Edna Lúcia Moreira de Lima¹; Islany Alvino Leite¹; Mara Araújo Ferreira¹; Raqueline Guimarães de Souza¹; Silvana Justino Fernando²

¹Bióloga pela UVA/UNAVIDA. Pós-Graduada em Educação Ambiental/FIP. E-mail: edna_moreiralima@hotmail.com. ²Graduanda em Ciências Biológicas UFCG.

RESUMO

O projeto “qualidade alimentar na escola” inicia-se a partir da necessidade de buscar novas formas de uma alimentação saudável. Visando à melhoria e à prática do reaproveitamento de partes dos alimentos, que, na maioria das vezes, vão parar no lixo, poderiam estar contribuindo para a saúde da população. O projeto foi desenvolvido na Escola Municipal Anatildes Aires de Moura, Município de Patos-PB, com os alunos do 3º e 4º ano do ensino fundamental. Buscou-se estimular os alunos na escola a desenvolver uma alimentação saudável, uma melhor qualidade de vida, possibilitando conhecer e pôr em prática no dia a dia. Com base na análise deste trabalho, o estudo sobre a qualidade alimentar na escola foi importante uma vez que este ajuda a criança a conhecer melhores formas de alimentação, buscando o bem-estar individual e social.

Palavras-chave: Alimentação Saudável; Reaproveitamento; Saúde.

INTRODUÇÃO

As cascas, talos e folhas dos alimentos, na maioria das vezes, são desperdiçados por falta de conhecimento da própria população, por isso o interesse de conhecer melhor e poder desenvolver nas escolas esse conhecimento, levando o aluno a desenvolver práticas relacionadas ao reaproveitamento alimentar, contribuindo assim para uma boa qualidade de vida (MOÇO, 2013).

O interesse por este tema vem da necessidade de conscientizar principalmente as crianças sobre a importância do reaproveitamento de alimentos. A educação nutricional começa em casa, mas na escola, o professor pode trabalhar com os alunos e apresentá-los as inúmeras maneiras de reaproveitamento nutricional.

A partir disso, o projeto visa a implementar nas escolas, técnicas de reaproveitamento alimentar, além de debater sobre a importância dessa prática na sociedade atual que sofre criticamente com o desperdício de alimentos.

OBJETIVO

Este trabalho teve como objetivo fazer com que os alunos compreendam a importância da prática do reaproveitamento alimentar, buscando novas formas de educação alimentar, que serão refletidas no contexto social, político, econômico e principalmente nutricional de cada envolvido (FOCESI, 2005).

METODOLOGIA

A presente pesquisa foi realizada no mês de novembro de 2013 na E.M.E.F. Anatildes Aires de Moura, em Patos-PB, com alunos do 3º e 4º ano do ensino fundamental. Foram abordadas exposições dialogadas, questionamentos e práticas para discutir o tema proposto expondo diversos pontos de vista, a partir das palestras, dando foco ao problema principal e, buscando estratégias de soluções que levem as ideias discutidas, envolvendo a comunidade escolar. Em seguida, foi feito o acompanhamento da preparação de uma receita de bolo de casca de laranja feito pelos próprios alunos. O reaproveitamento dos alimentos na escola visa ao aprendizado das técnicas de manejo, formas e modo de preparo, cuidados com a qualidade dos alimentos e o consumo destes, que será realizada pelos auxiliares de cozinha da escola, visando

ao bem estar nutricional e educacional de cada criança. Tudo isso, pode ser realizado através de aulas práticas saudáveis e que podem ser acompanhadas pela comunidade escolar, levando o interesse para além dos limites da escola(Figuras 1, 2, 3, 4).



Figura 1: Preparo da receita
Fotografado por: Edna Lima



Figura 2: Trabalho manual dos alunos
Fotografado por: Edna Lima



Figura 3: Alunos na cozinha
Fotografado por: Edna Lima



Figura 4: Mistura dos ingredientes
Fotografado por: Edna Lima

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O reaproveitamento alimentar das cascas, talos e folhas dos vegetais visam ao aprendizado da prática, cuidados com a qualidade dos produtos, das formas, modo de preparo, consumo e dos nutrientes oferecidos pelas hortaliças. A prática de preparação foi conduzida pelos alunos, que teve o objetivo de mostrar para os alunos que quase tudo pode ser aproveitado. As aulas práticas foram acompanhadas também pela comunidade escolar, obtendo grande êxito por parte dos pais dos alunos.

Ao desenvolver o projeto os alunos compreenderam as várias formas de se evitar o desperdício dos alimentos, a terem uma melhor qualidade alimentar inserida na sua própria casa.

CONCLUSÃO

O estudo sobre a qualidade alimentar na escola foi importante uma vez que este ajuda a criança a conhecer melhores formas de alimentação, buscando o bem-estar individual e social.

Sabe-se que as dificuldades são muitas para aceitação de inserir alguns alimentos na dieta rotineira de cada um, porém este trabalho encurta os caminhos que a sociedade tem para as informações que rondam o assunto, que é, ainda, um pouco desconhecido para a maioria.

Com base na análise dos resultados desse trabalho, é necessário que sejam desenvolvidas ações para poder ajudar a entender a importância nutricional destes alimentos e do reaproveitamento, como palestras, debates, práticas, campanhas informativas e etc.

REFERÊNCIAS

LOUREDO, P. **Estimulando uma alimentação saudável entre as crianças**, disponível em <<http://educador.brasilecola.com/estrategias-ensino/estimulando-uma-alimentacao-saudavel-entre-as-criancas.htm>>. Acesso: 25 nov. 2013.

MOÇO, A. **Que desperdício!** Disponível em <http://planetasustentavel.abril.com.br/noticia/atitude/conteudo_268168.shtml>. Acesso: 25 nov. 2013.