AÇÕES DE EDUCAÇÃO COMUNITÁRIA SOBRE APROVEITAMENTO INTEGRAL DOS ALIMENTOS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA ¹

Thais Rodrigues Jordão², Camila Emanoela de Lima Farias³, Raquel Dias da Silva Santos⁴, Suzana de Oliveira Mangueira⁵, Iracema da Silva Frazão⁶

¹ Projeto de Extensão da Universidade Federal de Pernambuco

² Aluna do Curso de Mestrado em Enfermagem (Universidade Federal de Pernambuco), bolsista CAPES, thais.jordao@ufpe.br- Recife/PE/Brasil

³ Aluna do Curso de Mestrado em Enfermagem (Universidade Federal de Pernambuco), bolsista CAPES, camilaelfarias@gmail.com - Recife/PE/Brasil

⁴ Aluna do Curso de Mestrado em Enfermagem (Universidade Federal de Pernambuco), raquel.diass@ufpe.br - Recife/PE/Brasil

⁵ Professora Orientadora, Doutora em Enfermagem, Curso de Pós Graduação em Enfermagem, suzana.mangueira@ufpe.br- Recife/PE/Brasil

⁶ Professora Orientadora, Doutora em Serviço Social, Curso de Pós Graduação em Enfermagem, iracema.frazao@ufpe.br- Recife/PE/Brasil

Introdução: O desperdício e a perda de alimentos ainda é uma dificuldade enfrentada em diversos países. Somente no Brasil, são desperdiçadas 23,6 milhões de toneladas de alimentos por ano, sobretudo, provenientes de frutas e hortaliças. Este fato dá-se, em alguns casos, pelo equívoco de acreditar que determinadas frações dos vegetais sejam insignificantes e comumente rejeitados. Aproveitar os alimentos integralmente reduz esse impacto somando-se aos benefícios nutricionais através de cascas, sementes e talos. Oficinas sobre educação alimentar representam formas alternativas do uso do alimento como um todo, mostrando a importância de aproveitá-los integralmente, obtendo uma maior gama de nutrientes, com um menor custo. A banana, vegetal produzido no município de Tabira- PE, está presente no cardápio da população de baixa renda, por seu baixo custo e pelos variados minerais e vitaminas que supre as necessidades nutricionais diárias ao organismo. Sua utilização pode ser essencial no plano de sustentabilidade e aproveitamento integral. **Objetivo:** Descrever a experiência sobre as ações de educação comunitária sobre o aproveitamento integral dos alimentos em um projeto de extensão universitária. **Metodologia:** Trata-se de um relato de experiência no âmbito de saúde/nutrição, sobre as ações de educação alimentar e nutricional realizada pelo projeto UFPE NO MEU QUINTAL, desenvolvido pelos alunos da Universidade Federal de Pernambuco, cujas intervenções ocorreram na Escola Municipal Dona Toinha, na cidade de Tabira, Sertão do Pajeú, em julho de 2017. As atividades foram realizadas a partir da utilização do método de roda de conversa. Os participantes destas ações foram indivíduos da comunidade local, com faixa etária entre 10 a 60 anos de idade. Debateu-se sobre a conscientização do uso adequado dos alimentos, evitando seu desperdício, e posteriormente, realizou-se a fabricação de um bolo feito com casca de banana, na cozinha da escola. **Resultados:** Desde o momento inicial da oficina, percebeu-se a expectativa e o interesse

dos participantes em relação ao tema proposto, por meio da participação ativa argumentativa e pela troca de saberes entre os mesmos e a animadora das discussões. No decorrer da ação, de forma espontânea, os integrantes compartilharam experiências vividas, dificuldades em realizar o processo do uso integral dos alimentos e como a iniciativa pode contribuir na diminuição do desperdício alimentar, pode beneficiar nutricional e economicamente. Através das falas, percebeu-se que a população consumia equivocadamente diversos vegetais por falta de orientação e do conhecimento de que poderiam consumidos em sua totalidade. A elaboração e degustação do bolo com a casca da banana mostrou na prática que os resultados podem trazer mudança de prática e hábitos dos associados a dinâmica. **Conclusão:** A comunidade participante beneficiou-se da ação realizada por meio do conhecimento de estratégias do consumo integral dos alimentos que podem ser aplicadas no cotidiano de forma prática e saudável. Ademais, compreenderam que a prática engloba esferas da economia, sustentabilidade e suporte nutricional. **Palavras-Chaves:** Alimentos; Desperdício de Alimentos; Educação em Saúde; Nutrição.