

APROVEITAMENTO INTEGRAL DOS ALIMENTOS EM UNIDADE DE ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE: RELATO DE EXPERIÊNCIA

AUTORES

Daniella Pires de Camargo

EIXO TEMÁTICO

Saúde Nutricional e Metabólica

INSTITUIÇÃO

Centro de Estudos e Pesquisas Dr. João Amorim (CEJAM),
UBS. Jardim Macedônia, São Paulo, Brasil

INTRODUÇÃO

O Brasil está entre os dez principais países onde mais ocorre desperdício de alimentos, afetando milhões de pessoas que vivem em extrema pobreza, problema que se agravou com a pandemia de COVID-19. O aproveitamento integral dos alimentos é uma estratégia do Plano Operativo de Segurança Alimentar e Nutricional que utiliza todas as partes comestíveis de um alimento, como polpas, folhas, cascas, sementes e talos, reduzindo o desperdício e promovendo uma alimentação saudável e sustentável. Essa prática é essencial para maximizar os benefícios dos alimentos e, quando não é possível utilizá-los em preparações culinárias, a compostagem é uma alternativa sustentável. Por esse motivo foi realizada na Unidade Básica de Saúde Jardim Macedônia uma oficina de Aproveitamento Integral de Alimentos.

OBJETIVO

Relatar a experiência da oficina de aproveitamento integral de alimentos, uma das estratégias do Plano Operativo de Segurança Alimentar e Nutricional.

MÉTODO

Relato de experiência da realização da Oficina de Aproveitamento Integral de Alimentos. A oficina foi realizada em 26 de fevereiro de 2024 no CEU Cantos do Amanhecer no Grupo Chá com Bolacha ofertado pela Equipe Multiprofissional da UBS Jardim Macedônia.

A fruta escolhida para ser integralmente aproveitada foi o melão. As sementes, a casca e a polpa foram utilizadas para o desenvolvimento de sucos, lanches e sobremesas.

CONCLUSÃO

A Oficina de Aproveitamento Integral de Alimentos promovida pela UBS Jardim Macedônia contribuiu para o enriquecimento alimentar das pessoas presentes e foi uma experiência exitosa dentro do Plano Operativo de Segurança Alimentar e Nutricional.

RESULTADOS

Durante a oficina, houve grande interesse e curiosidade sobre a estratégia alimentar, com discussões sobre o desenvolvimento de novas receitas e futuras oficinas. Os participantes aprenderam a aproveitar integralmente os alimentos, o que levou à elaboração de receitas, redução de custos e desperdícios, além de benefícios ambientais e nutricionais. As participantes foram orientadas sobre como aproveitar integralmente os alimentos, criando receitas que reduzem custos e desperdícios, beneficiando o meio ambiente e transformando alimentos que seriam descartados em preparações nutricionalmente ricas.