

A GASTRONOMIA NA EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL

XXVIII Encontro de Extensão

Dayane de Souza Costa, Elizangela Alves de Oliveira, Gustavo Burger Siqueira, Adriana Camurça Pontes Siqueira, Diana Valesca Carvalho

O avanço conceitual da Educação Alimentar e Nutricional (EAN) vem inspirando a busca por práticas diferenciadas e novas estratégias educativas. Este trabalho tem como objetivo relatar vivências no projeto de extensão: “A Gastronomia na Educação Alimentar e Nutricional”. O projeto tem como objetivo promover EAN às crianças e mães/responsáveis assistidas pelo IPREDE do grupo de obesidade infantil, utilizando a culinária como estratégia metodológica, além de promover a valorização do uso de alimentos regionais. O início das atividades se deu com o planejamento e testes das preparações a serem executadas nas oficinas, sendo realizadas nos laboratórios de gastronomia da UFC. Posteriormente, três oficinas foram realizadas. A primeira oficina teve como temática: “Quanto tem de sal e açúcar?” A atividade realizou-se nas instalações do IPREDE, através de uma roda de conversa com os participantes a respeito do consumo de alimentos industrializados e os impactos na saúde. Em seguida, todos os participantes foram encaminhados à cozinha pedagógica para a execução das preparações planejadas: “Tomates assados recheados com carne de caju” e “logurte natural com geleia de maçã”. A segunda oficina teve como temática: “Você sabe o que está comendo?” Foi discutida a importância da leitura e do entendimento das informações veiculadas nos rótulos de alimentos. Em seguida, os familiares e as crianças participaram da elaboração de picolé de água de coco e frutas na cozinha pedagógica. A terceira oficina teve como temática “Descobrimos as frutas através dos sentidos” onde foi avaliado o consumo alimentar das crianças e o reconhecimento de frutas através dos sentidos. O principal avanço das atividades realizadas foi a contribuição dada ao projeto já existente no IPREDE de obesidade infantil, diversificando a abordagem dada ao tratamento da obesidade. Acreditamos que essas ações promovam a prática autônoma e voluntária de hábitos alimentares saudáveis.

Palavras-chave: Obesidade Infantil. IPREDE. Nutrição. Alimentação saudável.