

187 - PROGRAMA ALIMENTE-SE BEM: EDUCAÇÃO ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO DO MUNICÍPIO DE BOTUCATU-SP

Livia Bernardes Rodrigues (Instituto de Biociências, UNESP, Botucatu), Betânia de Andrade Monteiro (SESI, , Botucatu), Luiza Cristina Godim Domingues Dias (Instituto de Biociências, UNESP, Botucatu), Renata Maria Galvão Campos Cintra (Instituto de Biociências, UNESP, Botucatu), Anderson Marliere Navarro (Instituto de Biociências, UNESP, Botucatu) - liviabrodrigues@hotmail.com

Introdução: Atualmente uma atenção a hábitos de vida saudáveis tem sido destacada como forma de prevenir o aparecimento de graves problemas de saúde como as doenças crônicas que tem como um dos fatores de risco os erros alimentares. Porém na prática percebe-se que poucos apresentam comportamento alimentar sadio, tanto por falta de conhecimento, quanto por influência social e cultural dos meios de comunicação. Como conseqüências ocorre consumo exagerado de determinados alimentos em detrimento de outros, bem como desperdício dos alimentos disponíveis. Esse desperdício torna-se incoerente, já que existem níveis preocupantes de desnutrição e de carências nutricionais específicas, ao mesmo tempo sabe-se que o lixo brasileiro é considerado um dos mais ricos do mundo. Desse modo torna-se fundamental realizar projetos de educação nutricional que visem esclarecer a importância da utilização integral dos alimentos na melhoria do estado nutricional, bem como mostrar alternativas de utilização desses alimentos. Neste sentido o Instituto de Biociências de Botucatu em parceria firmada em 2002 com o SESI e Prefeitura Municipal de Botucatu, com interesse em Ensino, Pesquisa e Extensão têm nos últimos anos participados do programa com atividades que permitem aos alunos do curso de Nutrição maior treinamento e contato com a comunidade em geral.

Objetivos: Orientar e ensinar a população a adquirir hábitos alimentares saudáveis utilizando os alimentos integralmente. Aplicar na prática os conhecimentos técnicos científicos obtidos durante a graduação para os alunos do Curso de Nutrição. Desenvolver novas técnicas de preparo e elaboração de novas receitas com utilização integral dos alimentos.

Métodos: são realizadas aulas teóricas e práticas com desenvolvimento de receitas que ilustram o conteúdo teórico.

Resultados: Desta forma no período de maio a dezembro de 2004 foram 108 turmas formadas com 1689 participantes, ministraram as aulas 57 alunos do Curso de Nutrição, sendo 24 do 3º ano, 24 do 4º ano e 09 do 5º ano. Somente para o primeiro semestre de 2007 (março a abril) foram realizados 11 cursos totalizando aproximadamente 220 inscritos, com participação de 22 alunos do curso de Nutrição. Para o mês de maio e junho de 2007 foram realizados mais 3 cursos totalizando 34 inscritos, com participação de 6 alunos do Curso de Nutrição. Conclusão: Assim o curso tem capacitado voluntários da comunidade a desenvolver preparações saudáveis, evitando o desperdício e melhorando o aproveitamento integral dos alimentos, bem como permitido aos alunos do Curso de Nutrição um maior contato em serviço prestados com a comunidade de Botucatu.