

INTERVENÇÕES EDUCATIVAS NA ESCOLA JOSÉ CONTIM PORTELLA PARA REDUÇÃO DO DESPERDÍCIO DE ALIMENTOS E PROMOÇÃO DA SUSTENTABILIDADE

*EDUCATIONAL INTERVENTIONS AT JOSÉ CONTIM PORTELLA SCHOOL TO REDUCE
FOOD WASTE AND PROMOTE SUSTAINABILITY*

**Miquele Lazarin Padula¹, Marta de Souza Hoffman², Paula Tramontim Pavei³,
Cristiane Fernandes⁴, Ketryn Giusti Manenti⁵**

RESUMO

O desperdício alimentar constitui um problema à escala mundial e está diretamente relacionado com as perdas derivadas da decisão de descartar alimentos que ainda têm valor nutricional. Aliando-se às carências nutricionais, o fato de que cerca de 30% dos alimentos produzidos no Brasil são desperdiçados e a fome, que afeta 14 milhões de pessoas no país (FAO, 2019), se faz necessário adotar ações de intervenção a nível educacional para promover um consumo mais consciente. Neste sentido, para combater o desperdício alimentar, promover uma cidadania mais ativa em se tratando de sustentabilidade e melhorar a qualidade nutricional de consumo, o projeto “Intervenções Educativas na Escola José Contim Portella para Redução do Desperdício de Alimentos e Promoção da Sustentabilidade” trouxe estratégias educacionais possíveis de serem implantadas. Como o projeto tem base em uma escola, a sensibilização dos alunos frente à relação homem e ao meio ambiente, degustação de receitas produzidas com partes usualmente descartadas de alimentos, apresentação prática de técnicas como a compostagem, realização de atividades de conscientização alimentar e o descarte correto de materiais, foram estratégias adotadas pelos autores. Como resultado das aplicações metodológicas foi possível observar que os alunos adquiriram o esclarecimento sobre a utilização dos alimentos de forma integral e seus benefícios, se sensibilizaram dos impactos gerados ao meio ambiente devido ao desperdício alimentar e aprenderam técnicas para o descarte correto de sobras.

Palavras-chave: Alimento. Aproveitamento. Educação. Desperdício. Sustentabilidade.

Abstract

Food waste is a worldwide problem. Waste is related to losses derived from the decision to discard foods that still have nutritional value. Combining the nutritional factor with the fact that about 30% of the food produced in Brazil is wasted and hunger in the country affects 14 million

¹ Universidade do Extremo Sul Catarinense- Sala 31 Bloco Administrativo- Av. Universitária, 1105 -
Universitário, Criciúma - SC, 88806-000. E-mail: mlp@unesc.net

² Universidade do Extremo Sul Catarinense

³ Universidade do Extremo Sul Catarinense

⁴ Universidade do Extremo Sul Catarinense

⁵ Universidade do Extremo Sul Catarinense

Relato de Experiência

people (FAO, 2019), it is necessary to adopt intervention actions at an educational level to promote a more aware consumption. In this sense, to combat food waste, promote a more active citizenship in terms of sustainability and improve the nutritional quality of consumption, the project “Educational Interventions at the José Contim Portella School for Reducing Food Waste and Promoting Sustainability” brought educational strategies possible to be implemented. As the project is based in a school, raising students' awareness of the relationship between man and the environment, tasting recipes produced with usually discarded parts of food, carrying out food awareness activities and on the correct disposal of materials and practical presentation of techniques such as composting were strategies adopted by the authors. As a result of the methodological applications, it was possible to observe that the students acquired clarification about the use of food in an integral way and its benefits, became aware of the impacts generated on the environment due to food waste and learned techniques for the correct disposal of leftovers.

Keywords: Food. Exploitation. Education. Waste. Sustainability.

INTRODUÇÃO

Um dos fenômenos causados pela cultura do consumismo é o desperdício de alimentos, que constitui um problema à escala mundial. Somente no Brasil, são desperdiçadas 23,6 milhões de toneladas de alimentos por ano, valor que poderia alimentar 35 milhões de pessoas e o que representa mais de 40 quilos de lixo por pessoa ao ano (EMBRAPA, 2009). De cada 100 caixas de produtos agrícolas colhidos, apenas 61 chegam à mesa do consumidor (BANCO DE ALIMENTOS, 2008) e 60% do lixo urbano produzido é de origem alimentar (EMBRAPA, 2009).

No âmbito mundial, entre um quarto e um terço dos alimentos produzidos anualmente para o consumo humano é desperdiçado, o que equivale a cerca de 1,3 bilhão de toneladas de alimentos. Esse número divide-se em 30% cereais, entre 40 e 50% das raízes, frutas, hortaliças e sementes oleaginosas, 20% da carne e produtos lácteos e 35% dos peixes (FAO, 2019).

A FAO - Organização das Nações Unidas para a Alimentação e a Agricultura - calcula que esses alimentos seriam suficientes para alimentar 2 milhões de pessoas. No Brasil, a fome afeta 14 milhões de pessoas, o que significa que uma em cada nove pessoas passa fome no país (FAO, 2019).

O desperdício está relacionado com as perdas derivadas da decisão de descartar alimentos que ainda têm valor nutricional. Portanto, uma maneira de evitar o desperdício seria a utilização de todas as partes dos alimentos. Estudos mostram que o teor de fibras presente nas

Relato de Experiência

cascas de alimentos como frutas e verduras possui em sua maioria valor superior para esse nutriente quando comparado com a parte nobre (STORCKL, 2013). O Guia Alimentar para População Brasileira, emitido pelo Ministério da Saúde, recomenda um consumo diário de no mínimo 25 g/dia de fibra alimentar, entretanto a média brasileira fica em torno de 15 g/dia.

Juntando o fator nutricional com o fato de que cerca de 30% dos alimentos produzidos no Brasil são desperdiçados (FAO, 2019), se faz necessário adotar ações de intervenção a nível educacional para promover um consumo mais consciente.

Neste sentido, para combater o desperdício alimentar, promover uma cidadania mais ativa em matéria de sustentabilidade e melhorar a qualidade nutricional de consumo, o projeto “Intervenções educativas na Escola José Contim Portella para redução do desperdício de alimentos e promoção da sustentabilidade” trouxe estratégias educacionais possíveis de serem implantadas. Como resultado das aplicações metodológicas através de um planejamento os alunos adquiriram esclarecimento sobre a utilização dos alimentos de forma integral e seus benefícios, se conscientizaram dos impactos gerados ao meio ambiente devido ao desperdício de alimentos, se familiarizaram com técnicas de descarte correto das sobras e contribuindo para a diminuição do lixo produzido, cooperando em sociedade com o meio ambiente.

PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Para alcançar os objetivos propostos, o projeto contou com estratégias educacionais implantadas ao longo de 7 encontros com duração de 1 a 2 horas no decorrer de 3 meses com crianças da 6ª série, com idades entre 10 e 12 anos, da Escola José Contim Portella situada no município de Criciúma - SC. A turma selecionada para a realização do projeto continha 32 alunos matriculados, porém a média de presença foi de 22 alunos por encontro.

Tendo como público alvo crianças do ensino fundamental, buscou-se diversificar a metodologia adotada em atividades práticas, exposições interativas e visitas externas. Foi elaborado um cronograma dinâmico com o intuito de manter uma didática que despertasse interesse e envolvimento por parte dos alunos. A Tabela 1 traz em ordem cronológica os encontros e suas respectivas atividades propostas.

Tabela 1 - Encontros realizados na escola com suas respectivas atividades

ENCONTROS

ATIVIDADES PROPOSTAS

Relato de Experiência

- 1º Encontro
 - Apresentação geral do projeto e dos envolvidos nas ações;
 - Introdução ao tema de desperdício alimentar e aproveitamento integral de alimentos com uma breve apresentação de slides;
 - Degustação de um Muffin de maçã com cobertura de doce de casca de banana, uma receita de aproveitamento integral dos alimentos.

- 2º Encontro
 - Palestra sobre Reciclagem, Reutilização e Redução de resíduos;
 - Aplicação de questionário sobre conceitos e assuntos básicos para analisar o conhecimento das crianças sobre o tema;
 - Apresentação de vídeos;
 - Atividade dinâmica sobre as cores das lixeiras para coleta seletiva.

- 3º Encontro
 - Palestra sobre Composteiras e Hortas;
 - Atividades dinâmicas com as crianças para fixação do conteúdo;
 - Apresentação de vídeo.

- 4º Encontro
 - Atividade prática- montagem de mini composteiras: Os alunos foram divididos em 4 grupos, e cada grupo confeccionou uma mini composteira utilizando materiais reutilizáveis como garrafa pet, restos de alimentos, folhas secas e serragem, sendo todo o processo acompanhado e direcionado pelas acadêmicas.

- 5º Encontro
 - Entrega de uma cartilha contendo além de receitas de Aproveitamento Integral de Alimentos e informações a respeito do assunto;
 - Degustação de 5 receitas: 1- Bolo de frutas; 2 - Brigadeiro de casca de banana; 3- Sequilhos de casca de laranja; 4- Chips de casca de legumes; 5 - Docinho de abacaxi.

- 6º Encontro
 - Visita externa: Museu de Zoologia e Horto da Universidade do Extremo Sul Catarinense (UNESC).

- 7º Encontro
 - Atividades dinâmicas de reforço dos conteúdos abordados no projeto;
 - Análise dos conteúdos presentes nas mini composteiras fabricadas;
 - Aplicação de questionário para análise de fixação dos conteúdos.

Fonte: Autores, 2022.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

No primeiro contato com as crianças realizou-se uma abordagem expositiva com a apresentação do projeto e dados estatísticos sobre desperdício alimentar em âmbito nacional e mundial, além de uma introdução a conceitos como compostagem, aproveitamento integral e composição nutricional de alimentos. Nesta ocasião também foi ofertado aos estudantes um Muffin distribuído individualmente (Figura 1), sem a menção dos ingredientes utilizados na produção. Durante a degustação, questionou-se aos estudantes se já haviam ingerido casca de banana, a resposta negativa foi unânime. Na sequência, questionou-se a aceitação do sabor da

Relato de Experiência

receita oferecida, sendo também unânime os relatos positivos de percepção do sabor daqueles que as provaram.

Figura 1 - Muffin de maçã com doce de casca de banana



Fonte: Autores, 2022.

O Muffin oferecido compreendia uma receita de aproveitamento integral de alimento, composto por maçãs inteiras e casca de banana. Sabe-se que, em sua maioria, a elaboração de pratos que englobam partes de alimentos como talos, cascas e/ou folhas garante à preparação uma composição mais rica nutricionalmente. O trabalho realizado por Nunes & Botelho (2009) mostrou que a elaboração de bolo com casca de banana apresentou menor valor energético, teor mais baixo de proteínas, lipídios e carboidratos, e maior quantidade de fibras, quando comparado com a preparação utilizando apenas a banana.

A conscientização e implementação de hábitos de consumo das partes usualmente descartadas dos alimentos poderia apresentar-se como uma opção efetiva para a diminuição do desperdício de alimentos no país. A partir desta primeira interação com as crianças, foi possível constatar que elas não tinham conhecimento sobre os conceitos base propostos (compostagem, aproveitamento integral e composição nutricional dos alimentos) e que o aproveitamento de partes como cascas e talos na alimentação em casa e na escola não era um hábito usual.

Entretanto, uma característica muito importante observada tanto no primeiro encontro, quanto em outras atividades realizadas posteriormente, é que com uma boa introdução educacional e, por consequência, familiarização das crianças com os alimentos, a aceitação do consumo destes em sua forma íntegra poderia ser implementado em âmbito familiar e não apenas como medida didática escolar.

No segundo encontro, o tema abordado foi “Os 3 Rs da sustentabilidade”, Reciclar, Reduzir e Reutilizar. Após explanação oral, realizou-se uma atividade prática para avaliar o conhecimento das crianças em relação a padronagem de cores de coletores utilizadas na coleta

Relato de Experiência

seletiva. Solicitou-se que os 23 alunos presentes entrassem em acordo e associassem as 10 cores de lixeiras apresentadas aos seus respectivos produtos de descarte. Os alunos acertaram apenas 2 cores, vermelho referente a plástico e marrom referente a lixo orgânico. Esses dados mostram, de uma maneira muito direta, a falta de contato cotidiano das crianças com as formas de descarte adequado de resíduos sólidos, além disto as 8 crianças que responderam o questionário (Tabela 2) alegando ter conhecimento das cores referentes à coleta seletiva na realidade não tinham certeza.

No segundo encontro também foi aplicado um questionário de conhecimentos gerais e o mesmo foi reaplicado 3 meses depois no último encontro. A comparação dos dados obtidos segue na Tabela 2.

Tabela 2 - Questionário e respostas do início e final do projeto

PERGUNTA	RESPOSTA 2º ENCONTRO	RESPOSTA 7º ENCONTRO
1 – “VOCÊ JÁ OUVIU FALAR SOBRE APROVEITAMENTO INTEGRAL DE ALIMENTOS?”	4 crianças alegaram já ter ouvido falar, porém não sabiam explicar	21 crianças (toda a amostra) conheciam o tema e sabiam do que se tratava
2 – “VOCÊ COME FRUTAS?”	21 crianças (toda a amostra) responderam que sim	21 crianças (toda a amostra) responderam que sim
3 – “VOCÊ COME VERDURAS/SALADAS?”	6 crianças responderam que sim	12 crianças responderam que sim
4 - “VOCÊ COME FRUTAS SEM CASCA?”	4 crianças comem frutas sem casca	10 crianças comem frutas sem casca
5 – “SUA FAMÍLIA APROVEITA RESTOS ORGÂNICOS COMO ADUBO?”	5 famílias apenas	5 famílias apenas
6 – “VOCÊ JÁ COMEU CASCA DE BANANA?” *sem contar com o muffin do	2 crianças já haviam provado, porém nenhum caso em receitas ou preparos, apenas por curiosidade	21 crianças (toda a amostra) já haviam provado, pois comeram o muffin levado no primeiro encontro

Relato de Experiência

primeiro encontro

7 – “VOCÊ SABIA QUE AS FRAÇÕES DESCARTADAS COMO AS CASCAS DOS ALIMENTOS TÊM ALTO TEOR DE FIBRAS?”	Ninguém sabia	21 crianças (toda a amostra) sabiam
8 – “VOCÊ SABE O QUE É FIBRA ALIMENTAR?”	Ninguém sabia	18 sabiam explicar o que era, e 5 já tinham ouvido falar sobre
9 – “COSTUMA SOBRAR COMIDA NO SEU PRATO APÓS REFEIÇÕES?”	3 crianças responderam sim	2 crianças responderam que sim
10 – “SUA FAMÍLIA SEPARA O LIXO RECICLÁVEL?”	11 famílias separam	11 famílias separam
11 – “VOCÊ SABE QUAIS AS CORES DA COLETA SELETIVA ESPECÍFICAS PARA CADA TIPO DE RESÍDUO SÓLIDO?”	8 crianças alegaram saber	18 crianças sabiam.
12 – “VOCÊ SABE O QUE É COLETA SELETIVA?”	2 crianças sabiam	21 crianças (toda a amostra) sabiam
13 – “VOCÊ JÁ OUVIU FALAR EM COMPOSTEIRA?”	7 crianças ouviram falar.	21 crianças (toda a amostra) ouviram falar e conseguiram explicar o que era
14 – “VOCÊ EXPERIMENTOU O MUFFIN DA SEMANA PASSADA?”	2 crianças não provaram	
15 – “VOCÊ GOSTOU DO MUFFIN?”	19 crianças provaram e gostaram	

Fonte: Autores, 2022.

Relato de Experiência

Por meio da aplicação do questionário, foi possível constatar que os temas abordados com os alunos durante as intervenções foram assimilados pelas crianças, que passaram a se mostrar mais informadas e conhecedoras dos assuntos expostos em sala de aula através da participação no projeto de extensão.

O terceiro encontro foi contemplado por 21 crianças da turma e nele tratou-se o tema “Composteira e Horta”. O encontro iniciou com uma explanação oral, apresentando-se os conceitos de compostagem, ciclo da compostagem, produtos gerados em composteira e aplicações do processo de compostagem na rotina diária. Após explanação oral, apresentou-se um vídeo explicativo de como produzir uma mini composteira, com o intuito de preparar os alunos para a confecção da mesma, objetivo do encontro subsequente. Ao final do encontro realizou-se uma dinâmica com o intuito de fixar o conteúdo apresentado.

No quarto encontro realizou-se a prática da elaboração de mini composteiras (Figura 2). Para essa atividade a turma foi dividida em grupos de 5 alunos (20 alunos presentes no dia) e foi disponibilizado às crianças garrafas pet de 2 litros, resíduos orgânicos (cascas de frutas e vegetais) e serragem. Todo o processo foi orientado e supervisionado pelas acadêmicas bolsistas do projeto.

Figura 2 - Mini composteiras elaboradas pelos alunos



Fonte: Autores, 2022.

Compostagem é um processo biológico de degradação controlada por ação de microrganismos, em ambiente propício, resultando na produção de composto orgânico (FUNASA, 2006). O uso de composteiras em residências apresenta viabilidade principalmente quando ocorre a geração contínua de resíduos orgânicos nestes ambientes. Assim, a

Relato de Experiência

compostagem doméstica é um método viável para dar destinação sustentável a esses resíduos, o que reduz, por consequência, o envio dos mesmos aos aterros, além de ser importante ferramenta de educação ambiental.

As escolas, como instituições de ensino, possuem um importante papel social na difusão de temáticas que reduzam os impactos ambientais e à saúde e promovam a qualidade de vida das pessoas, como é o caso da compostagem em pequena escala. Dentro do contexto ambiental local e global atual, a compostagem em pequena escala é uma tecnologia simples a ser considerada na gestão de resíduos sólidos nos centros urbanos, podendo também ser explorada como ferramenta de educação ambiental.

O quinto encontro contou com a presença de 24 alunos e teve como ação principal a degustação de 5 preparações com aproveitamento integral de alimentos: 1- Bolo de frutas; 2 - Brigadeiro de casca de banana; 3- Sequilhos de casca de laranja; 4- Chips de casca de legumes; 5 - Docinho de abacaxi. A aceitação de cada produto pelas crianças é apresentada na Tabela 3.

Tabela 3 - Avaliação das crianças às receitas oferecidas para degustação

PRATO	PRODUTOS APROVEITADOS	ACEITAÇÃO
Bolo de frutas	cascas de maçã, cenoura e banana	Todas as crianças gostaram, elogiaram e muitas repetiram
Brigadeiro	casca de banana	A aceitação foi boa, as crianças alegaram não ter sabor característico de banana
Sequilhos	casca de laranja	Não teve boa aceitação, provavelmente pelo sabor mais ácido característico da casca da laranja
Chips	cascas de cenoura, batata inglesa e batata doce	Todas as crianças gostaram, elogiaram e muitas repetiram
Docinho	suco e resíduo de casca de abacaxi	Boa aceitação e elogiado

Fonte: Autores, 2022.

Relato de Experiência

As receitas degustadas e outras mais foram disponibilizadas em uma cartilha informativa entregue às crianças com o intuito de levar as informações às famílias. As Figuras 3 e 4 apresentam a mesa de degustação e a cartilha informativa respectivamente.

Figura 3 - Mesa de degustação com 5 preparações de aproveitamento integral de alimentos



Fonte: Autores, 2022.

Figura 4 - Cartilha informativa com várias receitas em anexo



Relato de Experiência

QUAL A FINALIDADE DO PROJETO:
IMPLANTAR PRÁTICAS SUSTENTÁVEIS POR MEIO DE INTERVENÇÕES EDUCATIVAS VISANDO A REDUÇÃO DO DESPERDÍCIO DE ALIMENTOS E A PROMOÇÃO DA SUSTENTABILIDADE EM UMA UNIDADE ESCOLAR NO MUNICÍPIO DE CRICIÚMA, SANTA CATARINA.

EXEMPLOS DE PARTES QUE PODEM SER APROVEITADAS

TALOS Salsa Brócolis Couve-flor Agrão Beterraba Espinafre	CASACAS Batata Banana Laranja Abóbora Melancia Melão
FOLHAS Cenoura Beterraba Nabo Couve-flor Brócolis	SEMENTES Abóbora Melão Jaca

INTERVENÇÕES EDUCATIVAS NA ESCOLA JOSÉ CONTIM PORTELLA PARA REDUÇÃO DO DESPERDÍCIO DE ALIMENTOS E PROMOÇÃO DA SUSTENTABILIDADE

O desperdício não está presente apenas no descarte de sobras, mas também na baixa incidência da prática do aproveitamento integral dos alimentos. Aproximadamente 1/3 dos alimentos produzidos no mundo acabam no lixo!

CONTAMOS COM VOCÊ PARA MUDAR ESTE CENÁRIO!

LIVRO DE RECEITAS

APROVEITAMENTO INTEGRAL DOS ALIMENTOS

PRÁTICAS SUSTENTÁVEIS QUE SE TRANSFORMAM EM HÁBITOS CAPAZES DE MUDAR O MUNDO

EXTENSÃO unesc
DIREXT
Diretoria de Extensão, Cultura e Ações Comunitárias

CHIPS DE CASCA DE BATATA E CENOURA

INGREDIENTES:
- Cascas de batatas bem lavadas
- Tempero a gosto
- Sal a gosto

MODO DE PREPARO:
- Lavar bem as cascas, para higienizá-las;
- Temperar a gosto;
- Levar para assar no forno ou na airfryer;
- Dica: Podemos utilizar cascas de batata doce, batata inglesa, cenoura e outros.

BOLO DE LARANJA COM CASCA

INGREDIENTES:
- 1 colher de sopa fermento em pó
- 2 colheres de sopa de açúcar
- 2 xícaras farinha de trigo
- 1/2 xícara óleo de coco
- 3 laranjas médias
- 3 ovos

MODO DE PREPARO:
- Cortar cada uma das laranjas em quatro. Remover apenas a parte branca do centro e as sementes, mas manter as cascas;
- Adicionar as laranjas no liquidificador com os ovos e o óleo de coco. Bater bem;
- Colocar a farinha de trigo, o açúcar e o fermento em uma tigela e mexer bem até a massa ficar aerada;
- Despejar a massa em uma forma e levar ao forno para assar por aproximadamente 35 minutos.

BOLINHOS DE CASCA DE BATATA DE BATATA

INGREDIENTES:
- 2 xícaras de casca de batata cozidas e batidas
- 1 colher (sobremesa) de fermento em pó
- 2 xícaras de farinha de trigo
- 2 ovos
- 2 colheres de salinha picada
- Sal a gosto
- Óleo para fritar

MODO DE PREPARO:
- Ferver as cascas de batata e bater no liquidificador;
- Colocar a massa numa tigela, acrescentar os ovos, a farinha, sal e o fermento. Misturar bem. Aquecer o óleo e ir fritando os bolinhos às colheradas.

BRIGADEIRO COM CASCA DE BANANA

INGREDIENTES:
- 1/2 xícara leite em pó
- 4 unid. de casca de banana madura picadas
- 2 colheres de sopa de açúcar demerara
- 2 colheres de sopa cacau em pó sem açúcar
- 1 colher de sopa manteiga sem sal
- leite para ajudar a dar o ponto

MODO DE PREPARO:
- Lavar bem as cascas de banana e cozinhar em água fervente até ficarem macias;
- Após amornar, pôr as cascas no liquidificador e bater até formar uma espécie de purê. Se achar que precisa, adicionar um pouquinho de água;
- Despejar o purê em uma panela. Acrescentar o açúcar, a manteiga e o leite em pó. Levar ao fogo médio e misturar até cozinhar. Se achar que está muito grosso, adicionar um pouco de leite;
- Completar com o cacau em pó e misturar até a massa ficar homogênea. Esperar esfriar e levar para gelar por 20 min.

SUÇO DE CASCAS DE FRUTAS

INGREDIENTES:
- 3 xícaras (chá) de cascas de frutas (ex: abacaxi, maçã, laranja)
- 2 litros de água
- Açúcar a gosto

MODO DE PREPARO:
- Lavar bem as cascas, bater no liquidificador com água;
- A seguir, coar bem e adoçar a gosto;
- Dica: Podemos utilizar apenas a casca de uma fruta, como a de abacaxi, maçã, manga etc.

ROCAMBOLE DE FOLHAS E TALOS

INGREDIENTES:
- 1 xícara de água morna;
- 30g de fermento fresco ou biológico;
- 1 colher (sobremesa) de sal;
- 1/2 Kg de farinha de trigo;
- 1/2 xícara de óleo;

MODO DE PREPARO:
Massa:
- Dissolver o fermento na água;
- Juntar o azeite, o sal e aos poucos a farinha;
- Amassar tudo até que a massa não grude nas mãos;
- Deixar crescer até dobrar de volume;
- Abrir a massa, rechear, enrolar e deixar descansar;
- Levar para assar em forno pré-aquecido.
Recheio:
- Fazer um refogado com alho, cebola, folhas e talos diversos (beterraba, nabo, espinafre, couve etc.);
- Deixar esfriar e rechear o rocambole;

Fonte: Autores, 2022.

O sexto encontro com os alunos foi uma visita externa onde eles foram levados até o campus da UNESC e conheceram o horto e o museu de zoologia da universidade guiados por profissionais de cada setor (Figuras 5 e 6).

Figura 5- Visita ao Horto

Figura 6- Visita ao Museu de Zoologia

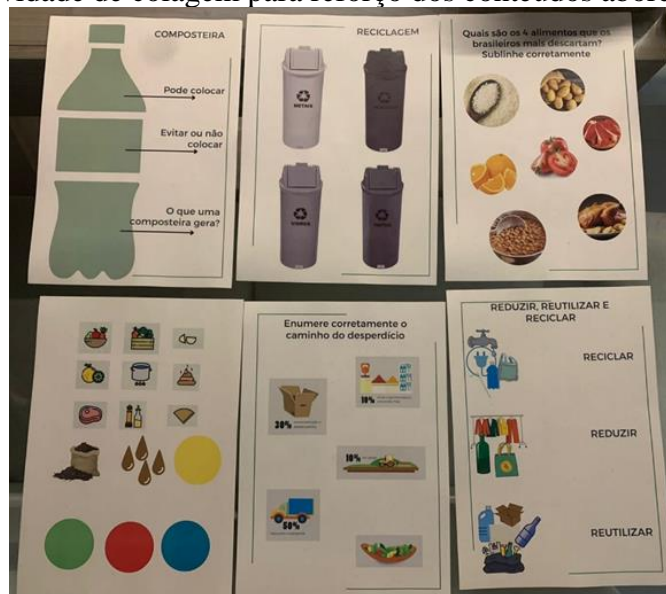
Relato de Experiência



Fonte: Autores, 2022.

O sétimo e último encontro teve por objetivo repassar os conceitos apresentados ao longo de todas as ações, realizar uma gincana focando na recapitulação dos conteúdos e em uma análise com base nos resultados de cada dinâmica, e aplicar o mesmo questionário realizado no primeiro encontro, para assim, conseguir avaliar o avanço dos alunos nos temas propostos.

Figura 7 - Atividade de colagem para reforço dos conteúdos abordados no projeto



Fonte: Autores, 2022.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O desperdício alimentar é um problema global que ocorre em todas as etapas da cadeia alimentar, desde a produção até o consumo final, e tem impactos significativos no meio ambiente, na economia e na sociedade. Para reduzir o desperdício de alimentos são necessárias

Relato de Experiência

ações em todas as etapas de produção de alimentos, isso inclui a adoção de práticas agrícolas mais conscientes, o aumento da eficiência na cadeia de suprimentos de alimentos e a educação dos consumidores sobre como evitar o desperdício de alimentos em suas próprias casas. Neste sentido, para combater o desperdício alimentar, promover uma cidadania mais ativa em matéria de sustentabilidade e melhorar a qualidade nutricional de consumo se faz fundamental recorrer a diversas estratégias, nomeadamente a nível educacional, e é este o objetivo do projeto “Intervenções educativas na Escola José Contim Portella para redução do desperdício de alimentos e promoção da sustentabilidade”.

Durante todo o processo de planejamento e realização das ações na escola, se observou um progresso dos alunos referente aos temas propostos e ao objetivo traçado, concluindo todas as etapas com avanços significativos em conceitos como desperdício alimentar, reaproveitamento, reciclagem, compostagem dentre outros temas que eram anteriormente desconhecidos pela maioria das crianças. Pode-se observar que os conceitos e reflexões extrapolaram os muros da escola, visto que muitos estudantes relataram que discutiram com seus familiares os assuntos tratados neste projeto. Isto evidencia o atendimento dos objetivos propostos, de tornar as crianças multiplicadoras no processo de educação ambiental.

AGRADECIMENTOS

Agradecimentos especiais à Universidade do Extremo Sul Catarinense- UNESC, Pró-Reitoria de Pesquisa, Pós-Graduação, Inovação e Extensão- PROPIEX e Diretoria de Extensão, Cultura e Ações Comunitárias. À Escola José Contim Portella representada pela direção, professores, funcionários e comunidade escolar.

FONTES DE FINANCIAMENTO

Fonte de financiamento do Edital nº 358/2020, para Projetos de Extensão por Área de Conhecimento da Universidade do Extremo Sul Catarinense- UNESC.

REFERÊNCIAS

EMBRAPA (EMPRESA BRASILEIRA DE PESQUISA AGROPECUÁRIA). **O papel dos bancos de alimentos na redução do desperdício de alimentos**. Set, 2017. Disponível em:<https://www.embrapa.br/busca-de-publicacoes/-/publicacao/1076607/reducao-do-desperdicio-de-alimentos> . Acesso em: 21 mar. 2023.

Relato de Experiência

FAO – ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS PARA A ALIMENTAÇÃO E AGRICULTURA. 2021. Disponível em:

<http://www.fao.org/americas/noticias/ver/pt/c/239394/>. Acesso em: 04 fev. 2023.

FUNASA. Fundação Nacional de Saúde. **Manual de saneamento.** 3ª ed. Brasília: Fundação Nacional de Saúde, 2006.

SAMPAIO, I. S.; FERST, E. M.; OLIVEIRA, J. C. C. **A CIÊNCIA NA COZINHA: REAPROVEITAMENTO DE ALIMENTOS -NADA SE PERDE TUDO SE**

TRANSFORMA. Boa Vista: Experiências em Ensino de Ciências, 2017. 9 p. Disponível em: <https://fisica.ufmt.br/eenciojs/index.php/eenci/article/view/627/597>. Acesso em: 14 mar. 2023.

Ministério da Saúde, **GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRA.**

Brasília – DF. 1ª Ed. 2008. Disponível em:

https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira.pdf. Acesso em: 12 mar. 2023.

NUNES, J.T.; BOTELHO, R.B.A. **Aproveitamento integral dos alimentos: qualidade nutricional e aceitabilidade das preparações.** 2009. Monografia (Especialização em Qualidade em Alimentos) – Curso de Pós-graduação em Turismo, Universidade de Brasília, DF.

STORCKL, C. R.; NUNES, G. L.; OLIVEIRA, B. B.; BASSO, C. **FOLHAS, TALOS, CASCAS E SEMENTES DE VEGETAIS: COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL, APROVEITAMENTO NA ALIMENTAÇÃO E ANÁLISE SENSORIAL DE PREPARAÇÕES.** Santa Maria. 2013. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/cr/a/MbK4GTbwHtDHFP3bkBK86kF/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 23 mar. 2023.