ÁREA TEMÁTICA:

( ) COMUNICAÇÃO

( ) CULTURA

( ) DIREITOS HUMANOS E JUSTIÇA

( ) EDUCAÇÃO

( ) MEIO AMBIENTE

( ) SAÚDE

( ) TECNOLOGIA E PRODUÇÃO

(X) TRABALHO

PLANEJANDO AÇÕES DO PROJETO LIGA DOS ALIMENTOS

Alexandre Fonseca Faria (ale-fonseca@hotmail.com)[1]

Gabrielle Mattos Silva de Carvalho (gabriellemattos78@gmail.com)[2]

Mareci Mendes de Almeida (mareci@uepg.br)[3]

Nelci Catarina Chiquetto (nccsilva@uepg.br)[4]

Resumo: O projeto "Liga dos alimentos" tem como objetivo geral realizar ações para o desenvolvimento de novas competências e ações de cidadania consciente para os acadêmicos do curso de Engenharia de alimentos, visando atender à população assistida por instituições sociais de Ponta Grossa. Algumas ações futuras serão desenvolvidas nos Centros de Convivência da prefeitura. Esses centros são espaços nos quais são ofertadas atividades que contribuem no processo de envelhecimento saudável, no desenvolvimento da autonomia e de sociabilidades, no fortalecimento dos vínculos familiares e do convívio comunitário e na prevenção de situações de risco social para as pessoas acima de 60 anos. Os grupos do Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos para Idosos (SCFV) são compostos por até 30 usuários, e as atividades desenvolvidas, poderão ser

[1] Acadêmico extensionista voluntário no projeto Liga dos Alimentos; UEPG; Engenharia de Alimentos; ale-fonseca@hotmail.com.

[2] I Acadêmico extensionista voluntário no projeto Liga dos Alimentos; UEPG; Engenharia de Alimentos; gabriellemattos78@gmail.com.

[3] Supervisora do projeto; Departamento de Engenharia de Alimentos; UEPG; Engenharia de Alimentos; mareci@uepg.br.

[4] Coordenadora do Projeto; Departamento de Engenharia de Alimentos; UEPG; Engenharia de Alimentos; nccsilva@uepg.br.

realizadas em dias úteis, feriados ou finais de semana, em horários programados, e de acordo com a demanda existente no município. O SCFV para pessoas idosas valoriza suas experiências, constituindo-se assim como uma forma de interação e proteção social, bem como de potencializar suas escolhas e decisões. As atividades serão sobre o tema "alimentos" e irão envolver os acadêmicos, os participantes de projetos sociais e os profissionais das instituições sociais para compartilhar os saberes.

Palavras-chave: centros de convivência; idosos, engenharia de alimentos.

NOME DO PROJETO

Projeto de Extensão "Liga dos alimentos".

PÚBLICO-ALVO

Participantes de projetos sociais; acadêmicos de engenharia de alimentos; estudantes de cursos técnicos de alimentos.

MUNICÍPIO ATINGIDO

O projeto será desenvolvido no município de Ponta Grossa – PR.

LOCAL DE EXECUÇÃO

Em instituições que desenvolvem projetos sociais no município e na Universidade Estadual de Ponta Grossa - UEPG.

JUSTIFICATIVA

O projeto "Liga dos alimentos" tem como objetivo geral realizar ações para o desenvolvimento de novas competências e ações de cidadania consciente para os acadêmicos do curso de Engenharia de alimentos visando atender à população assistida por instituições sociais de Ponta Grossa.

OBJETIVOS

Visitar instituições sociais para conhecer o funcionamento, operacionalização no preparo dos alimentos e estrutura. Definir demandas específicas das instituições que possam

ser atendidas pelo projeto na área de alimentos. Realizar ações que alertem para as implicações da cultura do desperdício de alimentos, alimentação saudável e para a promoção da cidadania consciente. Desenvolver atividades sobre o tema alimentos que envolvam os acadêmicos, os participantes de projetos sociais e os profissionais das instituições sociais para compartilhar os saberes. Realizar grupos de estudo para aprofundamento dos temas relacionados ao projeto. Ofertar palestras, minicursos, oficinas, visitas técnicas, atividades culturais e de lazer para os participantes do projeto. Participar das ações desenvolvidas pelas instituições sociais.

METODOLOGIA

As visitas às instituições serão agendadas previamente e as informações e demandas levantadas servirão para estabelecer o planejamento das ações em parceria com as instituições. Os acadêmicos participarão da organização e execução das atividades, sob supervisão.

Atividades já organizadas:

Oficina sobre rotulagem nutricional de alimentos.

Objetivo geral: Promover ações educativas que permitam o entendimento das informações constantes em rótulos de alimentos visando contribuir na escolha de uma alimentação adequada.

As informações nutricionais são obrigatórias nos rótulos dos alimentos desde 2001 e reguladas pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa). Pesquisas apontam que a pessoa idosa possui mais dificuldades para ler e entender os rótulos dos alimentos e que este público acredita que a rotulagem precisa ser de mais fácil compreensão. Letras pequenas e palavras muito técnicas acabam por dificultar todo o acesso à informação dos produtos e quando os benefícios dos alimentos são estampados nos rótulos, existe uma influência na compra, pois os idosos também possuem necessidades específicas de saúde (Nascimento et al., 2013).

A oficina sobre rotulagem nutricional de alimentos poderá ser ofertada conforme demanda pelas instituições sociais.

Em contato prévio com o setor de assistência social da prefeitura foram discutidas possibilidades de atividades para os participantes dos oito centros de convivência (Cecon) do município de Ponta Grossa devidamente referenciados aos CRAS que são:

1- CECON – IRMÃ GAUDIA KUSCHKA – Parque Tarobá
2- CECON NOVA RÚSSIA
3- CECON – CASA DO IDOSO SÃO FRANCISCO DE ASSIS – Borato
4- CECON – RAIO DO SOL – Vila Cipa
5- CECON – CARÁ – CARÁ
6- CECON – SANTA LUZIA
7- CECON – CASA DO IDOSO SANTA RITA DE CÁSSIA – Ronda
8- CECON – CASA DO IDOSO SANTA PAULA

Oficina sobre pirâmide alimentar

Objetivo geral: Promover ações educativas que permitam o entendimento sobre uma alimentação equilibrada e saudável, visando contribuir na escolha de uma alimentação adequada.

A pirâmide alimentar é uma representação gráfica dos grupos de alimentos necessários para a nutrição humana, nela são apresentadas as categorias de nutrientes, de acordo com as porções recomendadas para uma alimentação saudável. (PHILIPPI; et al, 1999)

O projeto Liga dos alimentos é de caráter social. Leva-se em conta a realidade dos participantes, sendo assim, foi realizada anteriormente uma adaptação das atividades com o uso de alimentos simples que os idosos possam ter em suas residências, e também, a linguagem acadêmica foi adaptada, para que todo o público alvo possa ser contemplado.

A oficina foi elaborada pelos acadêmicos extensionistas e as professoras responsáveis pelo projeto, que previamente realizaram pesquisas relacionadas à alimentação da pessoa idosa e o quanto o conteúdo é abordado em projetos sociais.

Em seguida, uma apresentação didática e ilustrativa da pirâmide e sua importância foi montada, a fim de ser apresentada aos idosos no projeto.

Para que ocorra uma maior interação com os participantes, foram elaboradas dinâmicas sobre o assunto, envolvendo uma montagem manual da pirâmide, com o objetivo

de testar os conhecimentos adquiridos. Também elaborou-se um jogo de bingo, que será realizado de forma simples, construído com apenas com figuras de alimentos, que também será usado para verificar a eficiência da oficina.

RESULTADOS

Com a promoção de ações educativas com o tema “alimentos” e que permitam, por exemplo, facilitar o entendimento das informações constantes em rótulos de alimentos, espera-se contribuir para escolhas mais saudáveis.

Espera-se que a apresentação de recursos que já existem e poderiam ser mais explorados pelos idosos, como o uso de aplicativos para celular, contribua para o melhor entendimento de dizeres de rotulagem.

FOTOS

Figura 1 – Pirâmide alimentar



Legenda: A imagem representa a apresentação elaborada para a oficina da pirâmide alimentar, ilustrando e explicando de forma didática o que é a pirâmide, suas divisões e alimentos à serem consumidos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A perspectiva do projeto é direcionada para a consciencialização da importância de uma alimentação saudável e de qualidade para a pessoa idosa, oferecendo oficinas e projetos didáticos como contribuição. A experiência que pretende-se ter durante a realização das

atividades é a possibilidade de oferecer a reconstrução de hábitos alimentares adotados pelos participantes.

É bom enfatizar que existem hoje alguns programas destinados às pessoas idosas, que são de fácil acesso e que permitem a instrução, o divertimento, a socialização, o lazer, o desenvolvimento de habilidades manuais, assumindo um compromisso importante para o aumento de bem-estar e, consequentemente, da qualidade de vida dos idosos da região da região de Ponta Grossa.

REFERÊNCIAS

MINISTÉRIO DO DESENVOLVIMENTO SOCIAL E COMBATE À FOME. Secretaria Nacional de Assistência Social. Departamento de Proteção Social Básica. **Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos para Pessoas Idosas. Orientações Técnicas.** Brasília, 2012. Disponível em: <http://www.mds.gov.br/webarquivos/publicacao/assistencia_social/perguntas_e_respostas/PerguntasFrequentesSCFV_032017.pdf.> Acesso em dezembro de 2019.

NASCIMENTO, C.; RAUPP, S. M. M. TOWNSEND, R. T.; BALSAN, G.A.; MINOSSI, V. Conhecimento de consumidores idosos sobre rotulagem de alimentos. **Rev. Epidemiol Control Infect.** v.3, n.4, p.144-147, 2013.

PHILIPPI, Sonia Tucunduva et al. Pirâmide alimentar adaptada: guia para escolha dos alimentos. **Rev. Nutr.** Campinas, v. 12, n. 1, p. 65-80, abr. 1999 . Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-52731999000100006&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 16 set. 2020.