



## UNIVERSIDADE EM TRANSFORMAÇÃO: INTEGRALIZANDO SABERES E EXPERIÊNCIAS

2 A 6 DE SETEMBRO/2019



Marque a opção do tipo de trabalho que está inscrevendo:

Resumo       Relato de Experiência       Relato de Caso

### PROJETO PROMOVEDO SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA NA FEIRA ORGÂNICA - INTEGRAÇÃO ENTRE NUTRIÇÃO E FEIRA ORGÂNICA

**AUTOR PRINCIPAL:** Larissa Gradashi Bettin

**CO-AUTORES:** Paloma Subtil de Godoy, Ana Luisa Sant'Anna Alves e Maria Cristina Zanchim

**ORIENTADOR:** Valéria Hartmann

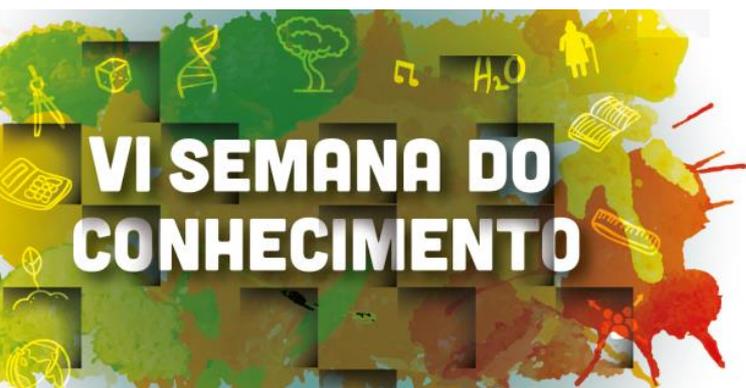
**UNIVERSIDADE:** Universidade de Passo Fundo

#### INTRODUÇÃO

A alimentação adequada e saudável deriva de um sistema alimentar socialmente e ambientalmente sustentável conforme Art. 3º da Lei Orgânica de Segurança Alimentar e Nutricional – LOSAN (BRASIL,2016). Neste sentido, constituída para comercialização de alimentos livres de agrotóxicos produzidos por agricultores de Passo Fundo/RS e da região, a Feira Orgânica da Universidade de Passo Fundo (UPF) é um projeto contruído de forma coletiva como uma ação do programa de extensão Comunidades Sustentáveis. Onde são realizadas ações com objetivo de divulgar formas de aproveitamento e utilização dos produtos produzidos de forma orgânica para estimular a produção e o consumo dos produtos in natura e minimamente processados para promover o consumo alimentar saudável e sustentável.

#### DESENVOLVIMENTO:

As ações desenvolvidas fazem parte das atividades do projeto Promovendo Saúde e Qualidade de Vida do curso de Nutrição em parceria com o Projeto Feiras onde é



## UNIVERSIDADE EM TRANSFORMAÇÃO: INTEGRALIZANDO SABERES E EXPERIÊNCIAS

2 A 6 DE SETEMBRO/2019



proposto a orientação sobre utilização e consumo dos alimentos oferecidos na feira pelos bolsistas do Paidex. A Feira acontece em frente ao Centro de Convivência, Campus I da Universidade de Passo Fundo, das 10h às 17h a cada 15 dias e todos os sábados das 6h às 12h, em três locais: av. Brasil (Praça Irmã Maria Catarina), na Santa Teresinha (Praça Cap. Jovino) e também em frente ao Hospital de Clínicas (Praça Antonio Xavier), oferecendo à comunidade legumes, verduras, frutas, plantas e panificados. Esta, promove a integração da Universidade com a agroindústria familiar, valorizando o produtor local de orgânicos, possibilitando ainda, o acesso do público universitário a alimentos saudáveis, vindos direto do local de origem. As ações realizadas pela bolsista compreendem elaboração de informação nutricional dos alimentos, distribuições de folders informativos, receitas, orientações sobre o uso integral dos alimentos evitando desperdício de partes comestíveis que possuem alto valor nutricional e geralmente são descartadas, bem como utiliza-las em preparos, receitas e cardápios. Dessa forma o bolsista oferece dicas e conhecimento técnico de utilização dos produtos ofertados na Feira, colabora além da comercialização dos produtos, com o suporte técnico de informações nutricionais, tanto para o produtor como para o consumidor, através do desenvolvimento dos rótulos com a tabela nutricional, permitindo e incentivando o consumidor ao conhecimento sobre o conteúdo dos alimentos oferecidos na feira, práticas de um hábito alimentar saudável e sustentável. A cada ano, novos materiais e informações estão sendo elaboradas e distribuídas, seguindo as orientações do Guia Alimentar. Durante a feira foi entregue aos consumidores orientações sobre o uso de temperos, evitando assim o consumo elevado de sódio e produtos ultraprocessados. O consumo de produtos orgânicos preza o fortalecimento natural de nossa saúde, bem como os mecanismos de defesa de nosso organismo, já que existem evidências relacionando o efeito da alimentação transgênica sobre a saúde humana, tais como distúrbios neurológicos e metabólicos, problemas congênitos e desenvolvimento de neoplasias, uma vez que o alimento orgânico possui maior concentração de bioativos em comparação ao alimento tradicional (ARBOS et.al, 2010). Tendo em vista esses benefícios, cabe ao estudante de nutrição, futuro profissional da saúde buscar conhecimento e experiências visando promover segurança alimentar e nutricional à população. Essa premissa só é possível pela produção agroecológica e aproximação da comunidade com a produção orgânica permitindo o incentivo à integração entre os diferentes participantes da rede de produção orgânica, uma vez que o bolsista estudante de Nutrição colabora com essa relação direta entre o produtor e o consumidor final.



## UNIVERSIDADE EM TRANSFORMAÇÃO: INTEGRALIZANDO SABERES E EXPERIÊNCIAS

2 A 6 DE SETEMBRO/2019



### CONSIDERAÇÕES FINAIS:

Através dessas ações, permite-se um vínculo paralelo entre as áreas que desempenham papel fundamental na saúde populacional. Nesse sentido, a Feira oferece ao estudante a oportunidade de contribuir com a missão de formar profissionais cidadãos, éticos e preparados para as transformações sociais, permitindo a integração de conhecimentos entre acadêmicos, produtores e consumidores.

### REFERÊNCIAS

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. SECRETARIA DE ATENÇÃO À SAÚDE. COORDENAÇÃO-GERAL DA POLÍTICA DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO. Guia alimentar para a população brasileira. Versão para consulta pública. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

VERAIN, M. C. D.; DAGEVOS, H.; ANTONIDES, G. Sustainable food consumption. Product choice or curtailment? *Appetite*, v. 91, p. 375–384, 1 ago. 2015.

ARBOS, Kettelin Aparecida; FREITAS, Renato João Sossela de; STERTZ, Sônia Cachoeira; DORNAS, Ferreira Marlos. Atividade antioxidante e teor de fenólicos totais em hortaliças orgânicas e convencionais. *Ciência e Tecnologia de Alimentos*. 2010, 30 (Abril-Junho).

**NÚMERO DA APROVAÇÃO CEP OU CEUA (para trabalhos de pesquisa):** Número da aprovação. SOMENTE TRABALHOS DE PESQUISA

### ANEXOS

Aqui poderá ser apresentada **somente UMA página com anexos** (figuras e/ou tabelas), se necessário.