



## DESENVOLVIMENTO DE CARTILHA DEMONSTRANDO A IMPORTÂNCIA DOS ALIMENTOS

**BRITO, Mariana Aparecida de**<sup>1</sup> (britomari12@gmail.com); **FEGADOLI, Fernanda Pereira**<sup>1</sup> (fegadolifernanda@gmail.com); **BAPTISTA, Gabriel Gutierrez**<sup>1</sup> (gabriel29hp@gmail.com); **BARBOZA, Luana Poiares**<sup>1</sup> (luana-poiares@hotmail.com); **BORGES, Kenia Cristiane da Silva**<sup>1</sup> (keniaborges7420@gmail.com); **AKITA, Adriano Heleno**<sup>2</sup> (adriano.akita@gmail.com).

<sup>1</sup>Discente do curso de Engenharia de Alimentos da UEMS – Naviraí;

<sup>2</sup>Docente do curso de Engenharia de Alimentos da UEMS – Naviraí.

O projeto de extensão teve como principal objetivo despertar o interesse dos alunos do ensino fundamental das escolas municipais de Naviraí sobre a importância de uma alimentação saudável e entender melhor as características dos alimentos que compõem a pirâmide alimentar. Foram abordados, através de cartilha e de palestra, a importância dos carboidratos, vitaminas, minerais, fibras, proteínas, gorduras e água nos alimentos. Após, cartilha foi disponibilizada para os professores das escolas para posterior utilização, pois contribuíram e auxiliaram nas aulas dos professores em relação às funções boas e ruins dos alimentos em nosso organismo. Além de demonstrar a importância da rotulagem nutricional dos alimentos, foi destacada a utilização das embalagens ativas, que asseguram a qualidade durante a vida de prateleira do produto. Também foi abordado o termo “intolerância a lactose” que têm se tornado frequente nos últimos anos sem que grande parte da população tenha o conhecimento sobre seu significado. Ressaltou-se que a intolerância ocorrida no organismo é devida a falta ou diminuição da produção da enzima lactase, responsável por realizar a quebra da lactose, transformando-a em açúcares menores (galactose e glicose). Foram apresentadas atividades práticas de Química de Alimentos aos alunos do 8º ano do ensino fundamental das escolas Odécio e Marechal como, por exemplo, determinar a presença de amido em alimentos fraudados e a extração de um corante natural. Foram demonstrados os equipamentos utilizados para determinação de proteínas, fibras, cinzas e lipídeos nos alimentos através de um vídeo elaborado pelos membros deste projeto. A aplicação da engenharia e da tecnologia na melhoria da qualidade de alimentos, e a vital necessidade de se ter alimentos saudáveis, com alto valor nutricional, disponíveis e acessíveis à população foram abordados durante a palestra. Foi observado um grande interesse do público alvo, que demonstraram sua curiosidade nos questionamentos após a apresentação. O caráter extensionista deste trabalho foi atingido visto que a cartilha e a palestra auxiliam na formação de uma sociedade mais consciente e saudável.

**Palavras-chave:** pirâmide alimentar, segurança, engenharia.

**Agradecimentos:** Ao Programa Institucional de Bolsas de Extensão (PIBEX) pela concessão de bolsa de extensão ao primeiro autor.