

Eixo temático: Nutrição e Saúde Coletiva

ALIMENTOS REGIONAIS DA CAATINGA: VOCÊ CONHECE OS TESOUROS NUTRICIONAIS DA SUA REGIÃO? - EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA E VALORIZAÇÃO DA BIODIVERSIDADE ALIMENTAR

Naylan Lima Oliveira¹; Rayssa Chrystine Vieira dos Santos², Anna Regina de Queiroz Souza², Luana Rufino Leite Santana da Silva², Náyra Barros Santiago², Maria Cecília Pereira dos Santos², Larissa de Jesus Lima², Kevy Martins do Nascimento Silva², Dayane Rocha de Siqueira², Elieide Soares de Oliveira³

Introdução: A valorização dos alimentos regionais é uma estratégia essencial no campo da Educação Alimentar e Nutricional (EAN), pois promove hábitos alimentares saudáveis e culturalmente adequados. O bioma Caatinga, característico do semiárido nordestino, abriga frutos ricos em nutrientes como umbu, murici, caju e licuri, que ainda são pouco explorados no cotidiano alimentar. A inserção desses alimentos em práticas extensionistas possibilita não apenas a divulgação científica, mas também o fortalecimento da identidade cultural e a promoção da saúde. Nesse contexto, o projeto de extensão *“Alimentos Regionais da Caatinga: você conhece os tesouros nutricionais da sua região?”* buscou integrar ensino, pesquisa e extensão por meio do desenvolvimento de preparações culinárias regionais e do cálculo de suas tabelas nutricionais, aproximando os estudantes da prática profissional e a comunidade do conhecimento acadêmico. **Relato de Experiência:** O projeto foi conduzido por alunos do curso de Nutrição, organizados em três grupos. Cada equipe realizou pesquisa bibliográfica, entrevistas com agricultores e feirantes locais, produção de materiais educativos (folders, banners e vídeos) e testagem de receitas elaboradas com frutos da Caatinga. Um diferencial pedagógico foi a exigência de calcular a composição nutricional das preparações, utilizando a Tabela Brasileira de Composição de Alimentos (TACO) e a Tabela de Alimentos Regionais do

¹ Acadêmica em Nutrição pelo Centro Universitário do Rio São Francisco - UniRios
241.27.028@uniriosead.com

² Acadêmicos em Nutrição pelo Centro Universitário do Rio São Francisco - UniRios

³ Mestra em Saúde Coletiva – ISC/UFBA, Docente de curso Nutrição do - UniRios.
elieide.oliveira@unirios.edu.br

Ministério da Saúde. Na culminância, realizada em estande montado na Feira Municipal de uma cidade do semiárido baiano, os grupos apresentaram as seguintes preparações: bolo de umbu, bolo de murici, patê de fibra de caju, cocada de licuri e geladinho de licuri. Aproximadamente 80 pessoas participaram da ação, degustaram as receitas e receberam informações nutricionais sobre os frutos. Ao final, os alunos participaram de uma roda de conversa de autoavaliação. Entre os maiores aprendizados, destacaram “o quanto o umbu é uma fruta rica e como pode ser consumido de diversas formas” e que “levar conhecimento para a sociedade é essencial para um futuro promissor”. Quanto às dificuldades, relataram desafios iniciais no desenvolvimento do projeto, superados pelo trabalho em grupo. Como contribuição à comunidade, apontaram que a atividade mostrou novas formas de consumo dos frutos regionais e estimulou seu aproveitamento integral. **Considerações Finais:** O projeto possibilitou a articulação entre teoria e prática, consolidando competências acadêmicas e sociais dos estudantes, como comunicação, criatividade e responsabilidade social. Para a comunidade, representou um momento de educação nutricional e valorização dos frutos da Caatinga, incentivando o consumo sustentável e culturalmente relevante. Conclui-se que experiências extensionistas dessa natureza fortalecem a formação de profissionais críticos e comprometidos com a realidade regional, além de promoverem saúde e cidadania.

Palavras-chave

Educação Alimentar e Nutricional. Caatinga. Frutos regionais. Extensão universitária. Composição dos Alimentos.

Referências

BRASIL. Ministério da Saúde. *Tabela de composição de alimentos regionais brasileiros*. 2. ed. Brasília: MS, 2011.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. *Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas*. Brasília: MDS; Secretaria Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, 2012.