

Campanha

SEGURANÇA ALIMENTAR *nas escolas*

Olá, é com imenso prazer que nós, petianos do Programa de Educação Tutorial (PET) Da UFBR (Universidade Federal do Recôncavo da Bahia) viemos falar sobre saúde e segurança alimentar para vocês!

Esta campanha tem como objetivo principal, orientar de forma interativa para jovens e adultos a importância de uma alimentação saudável e balanceada no dia a dia.

Nestes panfletos online, encontraremos atividades, vídeos tutoriais, dicas, curiosidades e muito mais.

Aproveite essa experiência incrível e compartilhe com os colegas!

Vamos lá?



PET

UFBR

Quem somos?

Nós somos, *Layla Cerqueira*, *Morille Castro* e *Francis Francis*, estudantes dos cursos de Medicina Veterinária, Licenciatura em Biologia e Comunicação Social- Jornalismo, respectivamente, da Universidade Federal do RioGrande do Sul- UFRGS. Somos bolsistas do Programa de Educação Tutorial PET, do Ministério da Educação, que desenvolve atividades de Ensino, Pesquisa e Extensão, tutoradas por um(a) Professor(a) e por pares(as) durante o tempo de participação no Programa.

Essa produção faz parte da *IntegrPET*, uma atividade resultante da integração de três grupos PET da UFRGS: PET Mata Atlântica, PET Conselho de Saberes Socioambientais e PET Conselho de Saberes: UFRGS e Recôncavo em conexão.



Layla Cerqueira

PET Mata Atlântica
comunicação e
desenvolvimento



Francis Francis

PT Conselho de Saberes
Reservata em conexão



Morille Castro

PET Conselho de
Saberes Socioambientais

Campanha

SEGURANÇA ALIMENTAR *nas escolas*

1

SEGURANÇA ALIMENTAR *Você sabe o que é?*

Sabemos que a alimentação é um direito básico de todo cidadão, e por isso é necessário que cada pessoa tenha acesso à ela.

Mas, além disso, é preciso que essa alimentação não seja de qualquer tipo e em qualquer condição. Por isso, é importante garantir também a qualidade desses produtos. É exatamente sobre isso que se trata a segurança alimentar.



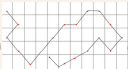
Disponibilidade de alimentos para todas as pessoas;

Acesso das pessoas aos alimentos ;

Consumo adequado do ponto de vista nutricional e sustentável.



Agora que você já conhece o conceito de Segurança alimentar, siga o caminho do diagrama (A) no diagrama (B) e descubra um dos fatores que contribui para sua importância.



A	FOR	SA	TE	BR	BR	SA	SA	RE	LO	SA
LA	SE	SA	BR	QU	TAR	RE	DO	LAD	LAGR	TE
BU	DA	SA	LU	BR	RA	RE	BO	DA	RE	QU
JA	RAV	RE	AL	RE	FAL	SA	DE	FOR	LE	DO
RE	BO	CA	RE	DA	VI	DE	RE	QU	AS	PA

DESIGN: ARIANNE MOTA. ILLUSTRATION: ALEXANDRE GOMES. QUANTO À VIDA.



Campanha
SEGURANÇA ALIMENTAR
nas escolas

2

INSEGURANÇA ALIMENTAR

Principais desafios

Em oposição a segurança alimentar, a insegurança alimentar é um fenômeno que ocorre quando um indivíduo não possui acesso físico, econômico e social a alimentos de forma a satisfazer as suas necessidades.

Os principais fatores que contribuem para o aumento da insegurança alimentar no Brasil são:



Desperdício de alimentos;



Degradação do solo;



Poluição atmosférica;



Mudanças climáticas;



Explosão demográfica;



Crises econômicas e problemas de governança.



Bolinho de sobras de arroz

INGREDIENTES

- 2 xícaras (chá) de sobra de arroz cozido
- 2 ovos
- ½ de xícara (chá) de farinha de trigo
- ½ de xícara (chá) de queijo parmesão ralado
- 2 colheres (sopa) de salsinha picada grossamente
- sal e pimenta-do-reino moída na hora a gosto
- 3 xícaras (chá) de óleo para fritar

Uma maneira de evitar o desperdício de alimentos é reaproveitando as sobras.

Vamos aprender uma receita?



MODO DE PREPARO

- Misture tudo muito bem em uma vasilha.
- Faça os bolinhos com 2 colheres, frite até dourar.
- Escorra em papel e sirva.



SEGURANÇA ALIMENTAR *nas escolas*

OBJETIVOS DE DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL- ODS

3

O que são?

Os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável- ODS foram estabelecido pela Organização das Nações Unidas- ONU, em 2015, e constituem uma agenda mundial com objetivos e metas que precisam ser alcançadas pelos países que fazem parte da ONU até o ano de 2030. Tais objetivos possuem o propósito de erradicar a pobreza, proteger o meio ambiente e garantir que todas as pessoas desfrutem de paz e prosperidade.

Para pensar em desenvolvimento sustentável é preciso levar em consideração que as pessoas, antes de pensarem na preservação do meio ambiente, precisam ter suas necessidades básicas atendidas.

Daí que surge o ODS 2, Fome Zero e Agricultura sustentável, que tem como uma das metas acabar com a fome e a má nutrição, de modo a garantir que todas as pessoas tenham acesso suficiente a alimentos nutritivos durante todo ano.

2

sem fome
e nutrição
adequada



Sabia que você também pode contribuir de alguma maneira para alcançar as metas do ODS 2? Decifre os códigos e descubra como!



- | | | | | |
|--|--|--|--|--|
| A-  | F-  | B-  | P-  | U-  |
| B-  | G-  | L-  | Q-  | V-  |
| C-  | H-  | M-  | R-  | X-  |
| D-  | I-  | N-  | S-  | Z-  |
| E-  | J-  | O-  | T-  | |

1- 



2- 



3- 



Alimentação orgânica

Do que se trata?

Por definição, é uma alimentação baseada no uso de alimentos cultivados de maneira sustentável mediante a agricultura biológica (ou orgânica).



A produção de alimentos orgânicos não utiliza agrotóxicos, adubos químicos, aditivos sintéticos, antibióticos, hormônios, nem técnicas de engenharia alimentar (alimentos transgênicos). As técnicas do processo de produção respeitam o meio ambiente, a saúde do trabalhador agrícola, a do consumidor e têm como objetivo manter a qualidade do alimento.



Qual a importância?

Eles cultivados da maneira mais natural, deixando o alimento mais rico em nutrientes. Além disso, previne vários problemas de saúde como os neurológicos, respiratórios, dermatológicos, digestivos, reprodutivos, de desenvolvimento e até câncer.

É hora de aprender!

Resolva a cruzadinha abaixo:

1. É a principal beneficiada com o consumo de alimentos orgânicos.

2. Alimentos criados pela engenharia alimentar.

3. Os orgânicos são livres dessas substâncias.

4. Os orgânicos são mais em relação a não orgânicos.

5. Essa forma de cultivo protege muito.

6. Principal doença evitada pela alimentação orgânica.

7. Os orgânicos, em termos de sabor, são mais, em relação aos tradicionais.



Campanha

SEGURANÇA ALIMENTAR

nas escolas

5

Agricultura Familiar

Você certamente deve conhecer alguma feira de agricultura familiar na sua cidade. Elas são espaços importantes de comercialização dos produtos da agricultura local. Além disso, também são espaços de socialização, identidade regional e cultural e também de articulação política.



A agricultura familiar no Brasil e na Bahia tem um papel fundamental no fornecimento de alimentos de boa qualidade no prato dos brasileiros.

Alimentos agroecológicos, sem agrotóxicos, oferecem possibilidades a uma vida mais saudável, com preço acessível e perto de casa.





Vamos plantar?



Entre todos os benefícios de consumir produtos de uma feira de agricultura familiar, a mais legal é saber de onde vem o alimento que você consome.

Com isso, separamos um vídeo tutorial que ensina, de forma prática, como plantar, irrigar e cuidar da sua planta. Tudo isso dentro de casa e ocupando pouco espaço.

Bora aprender!



Não esqueça de pedir ajuda a um adulto!



SEGURANÇA ALIMENTAR

nas escolas

Rotulação dos alimentos

O rótulo dos alimentos é uma importante fonte de informação sobre o que estamos consumindo. É nele que encontramos os ingredientes, data de validade e informação nutricional de um determinado alimento.



A ANVISA, órgão responsável pela regulação de rotulações de alimentos no Brasil, aprovou a revisão do modelo atual, que facilitará a leitura e entendimento dos rótulos de alimentos que consumimos.



É muito importante as pessoas criarem o hábito de ler os rótulos dos alimentos, principalmente hoje, que estamos expostos a uma quantidade tão grande de industrializados e ultra processados.

ATENÇÃO!

Ao comprar um alimento no supermercado, você não tenha as selas, olhe direto a lista de ingredientes. O primeiro item da lista, o que está em maior quantidade.

Conhecendo as selas

Modelos de alerta



Modelo com alto teor de 1, 2 ou 3 nutrientes



Lembrando que o consumo desses produtos industrializados e, especialmente, os ultra processados, deve ser evitado ao máximo. O consumo desses alimentos deve ser restrito e a alimentação infantil deve ter uma base mais "in natura", com alimentos mais saudáveis.

Campanha
SEGURANÇA ALIMENTAR
nas escolas



Merenda escolar: Como chega até você?

O Ministério da Educação, por meio do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE), garante a transferência de recursos financeiros para subsidiar a alimentação escolar de todos os alunos da educação básica de escolas públicas e filantrópicas. O repasse é feito diretamente aos estados e municípios, com base no censo escolar realizado no ano anterior ao do atendimento.

Como funciona?



O valor repassado pela União a estados e municípios por dia letivo para cada aluno é definido de acordo com a etapa e modalidade de ensino:

- Creches: R\$ 1,07
- Pré-escola: R\$ 0,53
- Ensino fundamental e médio: R\$ 0,36
- Ensino integral: R\$ 1,07



Com a Lei nº 11.927, de 2009, 30% do valor repassado pelo Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE deve ser investido na compra direta de produtos da agricultura familiar, medida que estimula o desenvolvimento econômico e sustentável das comunidades.

3º Caça palavras 12

Encontre abaixo 12 palavras relacionadas à merenda escolar:

O	H	E	C	O	N	T	R	O	L	E	D	A	O	S	E	S	I	D	A	S	E
B	E	B	E	B	E	N	V	O	L	V	I	M	E	N	T	O	B	O	K	R	P
R	A	G	R	I	C	U	L	T	U	R	A	F	A	H	I	L	I	A	R	L	N
A	L	I	H	E	N	T	O	S	V	A	R	I	A	O	O	S	I	O	O	B	A
C	P	O	I	B	E	R	T	L	S	E	A	I	D	E	O	R	E	A	T	I	E
Á	A	N	E	R	H	I	E	I	S	I	S	A	I	O	T	P	L	T	R	C	
O	B	S	S	U	S	T	E	N	T	A	B	L	I	D	A	O	B	E	T	E	
D	H	S	P	O	D	I	H	A	T	N	O	I	N	C	L	U	S	Á	O		
B	E	T	E	L	V	A	B	A	L	U	M	O	T	N	U	M	A	T	O	B	
R	O	E	D	U	C	A	C	Ã	O	N	U	T	R	I	C	I	O	N	A	L	N
B	O	V	C	A	Ç	Ã	O	B	Ã	B	I	C	A	L	T	T	E	B	T	A	T
N	O	R	H	C	I	B	E	H	O	T	S	T	E	T	G	H	L	N	T	U	H
D	H	E	H	Ã	B	I	T	O	S	E	A	U	D	Ã	V	E	I	S	A	U	C
A	P	I	O	T	T	A	F	N	V	O	A	S	E	S	N	K	I	A	E	I	N
I	T	C	L	E	A	R	C	I	T	N	L	N	I	R	E	R	C	H	T	O	N
P	T	E	T	A	R	A	B	E	D	I	E	N	O	F	E	R	L	E	F	T	E



PNAE: O que é?

O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) é gerenciado pelo Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE) e visa à transferência de recursos financeiros aos estados, ao Distrito Federal e aos municípios destinados a suprir, parcialmente, as necessidades nutricionais dos alunos. É considerado um dos maiores programas na área de alimentação escolar no mundo e é o único com atendimento universalizado.

Objetivos do programa

1. Suprir parcialmente as necessidades nutricionais dos alunos, visando atender os requisitos nutricionais referentes ao período em que este se encontra na escola;
2. Melhorar as condições fisiológicas do aluno, de forma a contribuir para a melhoria do desempenho escolar;
3. Promover a educação nutricional no âmbito da escola, de forma a reforçar a aquisição de bons hábitos alimentares;
4. Reduzir a evasão e a repetência escolar.



Contribui para o crescimento e o desenvolvimento biopsíquico-social, o rendimento escolar e a formação de hábitos saudáveis dos alunos, por meio de ações de educação alimentar e nutricional.

Você sabia?



O PNAE originou-se na década de 80 quando o então Instituto de nutrição defendia que o governo oferecesse alimentação escolar, porém, não foi adiante por falta de recursos;

Em 21 de março de 1955, foi assinado o Decreto nº 37.506, que instituiu a Campanha de Merenda Escolar (CME), subordinada ao Ministério da Educação.

Em 1956, com a edição Decreto nº 29.807, de 11 de abril de 1956, ela passou a se denominar Campanha Nacional de Merenda Escolar (CNME), com a intenção de promover o atendimento em âmbito nacional.



A partir de 1976, embora financiado pelo Ministério da Educação e gerenciado pela Campanha Nacional de Alimentação Escolar, o programa era parte do II Programa Nacional de Alimentação e Nutrição (Pronan).

Somente em 1979 passou a denominar-se Programa Nacional de Alimentação Escolar.

Hora do lanche!

Agora que sabemos a importância de uma alimentação saudável e os benefícios que traz, vamos aprender uma receita super fácil, nutritiva e delicioso! **Beu?**

Cuzuz de frigideira!

Ingredientes:

- 4 colheres de sopa de cusuz de milho
- 4 colheres de sopa de água
- Manteiga para untar a frigideira
- Ovo
- Queijo a gosto
- Sal a gosto
- Becheto a sua escolha



Modo de preparo:

1. Coloque o cusuz em uma tigela.
2. Adicione a água, mexa e deixe hidratar por 10 minutos.
3. Em seguida, unte a frigideira com a manteiga e molde o cusuz.
4. Unte a frigideira ao fogo baixo, tempa e aguarde 5 minutos.
5. Retire a tempa, coloque o ovo, tempere como preferir e adicione o queijo.
6. Tempa novamente e cozinha até o ovo estar no ponto desejado e o queijo derretido.
7. Agora é só servir, bom apetite!



Qual é a receita?

Procure no caça palavras, ingredientes para compor uma receita tradicional portuguesa e popularmente conhecida no Brasil inteiro. **Vamos lá?**



Para mais receitas



Chegamos ao fim

da nossa Campanha Segurança Alimentar nas escolas, e esperamos que esse material tenha trazido grandes contribuições para sua vida, seja adquirindo novas aprendizagens ou até mesmo mudança de hábitos de atitudes.

Para finalizar, gostaríamos de saber sua opinião sobre a nossa proposta, para isso disponibilizamos um questionário que se encontra no link abaixo:



Agradecemos desde já pela sua participação!

Se quiser saber mais sobre nossas atividades nos acompanhe também nas nossas redes sociais:



[@petconexão](#)



[@pet_socioambientais_ufrb](#)



[@primataatlantica](#)

