

**Autores:** Costa, Thaina da Silva  
Ferreira, Franciaslane Nicomedio de Araujo  
Machado, Larissa Ricas Lamon  
Pereira, Leiriana Santos  
Sant'Ana, Tatiana de Oliveira  
Sugio, Carina Toshie Campos  
Vaneli, Geovânia Mesquita  
Vieira, Adriana Piumbini

**SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL: PALESTRAS DESTINADAS AS  
FAMÍLIAS EM VULNERABILIDADE SOCIAL, USUÁRIOS DOS CRAS, DO  
MUNICÍPIO DE CACHOEIRO DE ITAPEMIRIM - ES**

**Cachoeiro de Itapemirim-ES**

**22 de Setembro de 2022**

## **SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL: PALESTRAS DESTINADAS AS FAMÍLIAS EM VULNERABILIDADE SOCIAL, USUÁRIOS DOS CRAS, DO MUNICÍPIO DE CACHOEIRO DE ITAPEMIRIM - ES**

### **APRESENTAÇÃO**

As palestras sobre segurança alimentar e nutricional surgiram mediante observação de que os beneficiários do projeto não tinham devida orientação sobre como aproveitar melhor os alimentos recebidos na Cesta Verde, está que é produzida no Banco de Alimentos do município.

O Banco de Alimentos “Cecílio Correa Cardoso” localizado no município de Cachoeiro de Itapemirim é um equipamento público, referência no estado de Espírito Santo, sendo responsável por complementar a alimentação de famílias em situação de vulnerabilidade através de cesta verde garantindo o cumprimento da lei orgânica de Segurança Alimentar e Nutricional – LOSAN (Lei nº11. 346 de 15 de setembro de 2006):

“Direito de todos ao acesso regular e permanente a alimentos de qualidade, em quantidade suficiente, sem comprometer o acesso a outras necessidades essenciais, tendo como bases práticas alimentares promotoras de saúde que respeitem a diversidade cultural e que seja ambiental, cultural, econômica e socialmente sustentável.”

Assim sendo, todas as palestras são realizadas pela equipe técnica de Nutrição do equipamento as famílias atendidas.

## **OBJETIVOS**

- Contribuir para a promoção a saúde;
- Redução do desperdício de alimentos;
- Promover alimentação saudável e segura para os usuários;
- Realizar encontros mensais para troca de informações e experiências;
- Assegurar aos usuários o acesso gratuito as cestas de alimentos e cesta verde.

## **JUSTIFICATIVA**

As palestras sobre alimentação saudável e segura surgiram devido à observação em que no ato das entregas de cestas de alimentos e cesta verde não existia uma orientação as famílias beneficiadas (em média mil usuários são atendidos pelos sete CRAS-Cachoeiro de Itapemirim).

Nessa perspectiva, a equipe da Educação Alimentar e Nutricional observou a necessidade de orientar os usuários sobre a alimentação saudável e segura através de palestras para, assim, conscientizar esse grupo sobre como aproveitar o alimento e a importância da alimentação saudável dentro dos padrões higiênico-sanitário.

## **METODOLOGIA**

As preocupações em relação à alimentação vêm se modificando com o passar do tempo. O médico e nutrólogo argentino Pedro Escudero recomendou, em 1934, que uma alimentação saudável fosse aquela qualitativamente completa, quantitativamente suficiente, harmoniosa em sua composição e apropriada à sua finalidade e a quem se destina (ESCUDERO, 1934).

As palestras são realizadas mensalmente pela equipe de Nutrição da Subsecretaria de Segurança Alimentar e Nutricional (SUBSAN), composta por:

- 2 Nutricionistas
- 2 Estagiárias de Nutrição.

Os encontros são realizados nos auditórios disponibilizados pela Prefeitura do município, onde as mesmas englobam temas como “Alimentação Saudável”, “Como aproveitar os alimentos” e outros. Ao final de cada palestra é realizado um momento para se tirar as dúvidas dos beneficiários, e também são realizadas dinâmicas como “Qual a quantidade de açúcar presente nos Alimentos?”, além disso é disponibilizado uma avaliação aos mesmos para avaliar as palestras por meio de um questionário. Após é realizado um momento de lanche saudável.

## RESULTADOS

Através das ministrações das palestras pode-se observar, como as orientações ministradas surtiram efeitos nos usuários, visto que em suma os usuários não tinham orientação e não sabiam como consumir e armazenar os alimentos de forma saudável e segura.

## REFERÊNCIAS

BRASIL. Presidência da república. Subchefia para assuntos jurídicos. **Constituição da república federativa do Brasil de 1988**. Brasília, DF, 1988.

Escudero P. *Alimentación* Buenos Aires: Hachette; 1934

## ANEXO



Imagem: Palestra sobre alimentação saudável.