

ALIMENTO NUTRITIVO COMO ALTERNATIVA PARA PESSOAS EM SITUAÇÕES DE INSEGURANÇA ALIMENTAR

Alana Souza Moreira, Thaís Batista Carvalho de Souza e Wanessa Santos Barreto.
 Orientador: Leonardo Elydio da Silveira; Corientador: Marlon de Oliveira do Nascimento.

Firjan SENAI SESI, Tijuca/RJ

INTRODUÇÃO

Alimentação é um critério fundamental para ter uma boa qualidade de vida, por meio de uma alimentação saudável é possível prevenir-se de doenças que atingem a saúde do corpo e da mente. Em conformidade com um dos ODS (Objetivos de Desenvolvimento Sustentável) da ONU: Fome zero que consiste na erradicação da fome e na inteiração de toda população na segurança alimentar e progressão na nutrição. Com base nesses critérios, o projeto traz alternativas para pessoas que vivem em situações adversas como a falta de alimento, poucas condições para compra de refeições reforçadas, entre outras. Seguindo a construção da pirâmide alimentar, que apresenta a dieta adequada, o projeto usa como insumos a batata e a farinha de milho flocada, carboidratos que fazem parte da base da pirâmide, fontes de energias fundamentais para o bom funcionamento do sistema nervoso central.

PROBLEMA

A insegurança alimentar, por sua vez, acaba se misturando com a fome, já que estão relacionados a ausência de alimentos e a violação de um direito humano. Esse termo acaba sendo mais amplo porque abrange todas as questões relacionadas ao direito à alimentação. O aumento de pessoas que vivem nessa situação se intensificou devido ao grande número de desempregados e à pandemia

OBJETIVO

Desenvolver um alimento nutritivo e seguro à base de banana, batata e cenoura, que seja uma alternativa de baixo custo para pessoas em insegurança alimentar. Outro ponto importante de ser mencionado, é a quantidade de resíduos orgânicos que em sua maioria acabam no lixo e aterros sanitários, que nesse caso serão reutilizados e não desperdiçados, contribuindo também no meio ambiente.

METODOLOGIA



Tabela 4- Valores nutricionais da massa salgada

Massa	carboidratos	Proteínas
356	121,88	18
25	8,56	1,26

Tabela 5- Custo da massa base doce

Alimento	Quantidade (g)	Preço
Banana	256	R\$ 1,53
Floco de milho	210	R\$ 1,61
Temperos a gosto	190	R\$ 1,50
Total	656	R\$ 4,64

Tabela 6- Custo da massa base salgada

Ingredientes	Quantidade(g)	Preço
Cenoura	256	R\$ 1,14
Batata	256	R\$ 1,26
floco de milho	200	R\$ 1,54
Tempero a gosto	10	R\$ 1,50
Total	722	R\$ 5,44

RESULTADOS



fonte: arquivo pessoal



fonte: arquivo pessoal



fonte: arquivo pessoal

CONCLUSÃO

Com base nos testes, que as pré-produções, análises observadas e resultados obtidos, confirmaram boas qualidade nas características sensoriais ao alimento e valor nutricional correto, afirmando a qualidade do produto. Portanto, a produção desse alimento auxiliará as pessoas com dificuldade de acesso a alimentos e terá sustentabilidade, validando o objetivo do projeto

REFERÊNCIAS

Barroso GS, Sichieri R, Salles-Costa R. Fatores associados ao déficit nutricional em crianças residentes em uma área de prevalência elevada de insegurança alimentar. Rev Bras Epidemiol 2008; 11(3): 484-494.

Santos RB, Martins PA, Sawaya AL. Estado nutricional, condições socioeconômicas, ambientais e de saúde de crianças moradoras em cortiços e favela. Rev Nutr 2008; 21(6):671-681.

Chemical composition, functional properties and processing of carrot—a review - [J Food Sci Technol](#). 2012 Feb;