



O “Comida de República” como ferramenta na promoção de saúde e de mudanças alimentares

Jéssica Portela de Sousa¹
Gabriela Milhassi Vedovato²

¹Estudante de Psicologia e Bolsista BIG Universal 2019; ² Nutricionista do Instituto Saúde e Sociedade do Campus Baixada Santista da Unifesp, Supervisora.

INTRODUÇÃO

O ingresso na universidade implica em transformações na rotina de vida do estudante e constitui um período crítico de mudanças dos padrões alimentares. Estudos mostram que universitários apresentam alto consumo de produtos ultraprocessados e baixo consumo de alimentos básicos, como arroz, feijão, frutas e hortaliças.^{1,2} Portanto, são necessárias intervenções que fomentem reflexões e discussões sobre sistemas de produção, comercialização e consumo de alimentos; e que promovam a comensalidade em moradias estudantis e a culinária como uma prática emancipatória.

O Curso “Comida de República” busca problematizar a vivência universitária e as relações com as dimensões biológica, psicológica, social, cultural, econômica, ambiental e política da alimentação.

METODOLOGIA DO CURSO

I. Apresentação

- Aproximações iniciais; espaço de apresentação para cursistas e tutores.

II. Comida, memória, afeto, identidade, cidadania...e os nutrientes?

- Aborda os aspectos simbólicos, sociais, culturais, familiares e identitários que envolvem a comida.
- Aproximação do universo do cursista: descrição e reflexão sobre alimentação.

III. O Comer em República

- Explora a oferta e a escolha de alimentos e a relação com o contexto de moradia.
- Momento de dialogar e reconhecer outras experiências e realidades.

IV. Capitalismo e Política Alimentar: Uma visão crítica sobre a comida que chega ao seu prato

- Momento de questionar a cadeia de produção, de distribuição e de consumo de alimentos; com ênfase para a relação entre indústria de alimentos e mercado.

V. Gastro-anomia

- Atividade prática: oficina culinária baseada no Guia Alimentar para a População Brasileira.

VI. Produto Final

- Momento de síntese de todos os conteúdos do módulo.
- Atividade final: Portfólio (edições 1 a 5); *Photovoice* (edições 6 e 7).

Caldeirão de Dicas

- Componente transversal.
- Compartilhar ideias, receitas, dicas e estratégias para facilitar rotina alimentar.

Comida de República - 7ª Oferta

COMIDA DE REPÚBLICA



2º Semestre 2019

Professores:

Nutricionista Gabriela Vedovato
Assistente Social Fabrício Leonardi
Nutricionista Isy Faria
Nutricionista Camila Pazzini
Jéssica Portela (bolsista BIG - Psicologia)

Realização: UNIFESP PRAE

The screenshot shows the Moodle course interface. On the left, there is a navigation menu with options like 'Página inicial', 'Painel', 'Páginas do site', 'Curso atual', and 'Comida de República - 7ª Oferta'. The 'Oferta' section is expanded, showing sub-items: 'Participantes', 'Emblemas', 'Geral', 'Caldeirão de Dicas', 'Comida: memória, afeto, identidade, cidadania... e o...', 'O Comer em República', 'Capitalismo e Política Alimentar: uma visão crític...', 'Gastro-anomia', and 'Produto Final'. Below the menu, there is an 'ADMINISTRAÇÃO' section with options for 'Administração do curso', 'Relatórios', 'Notas', 'Emblemas', and 'Banco de questões'. On the right side, there are several widgets: 'PESQUISAR NOS FÓRUNS' with a search bar, 'ÚLTIMAS NOTÍCIAS' with a recent announcement, 'PRÓXIMOS EVENTOS' showing no upcoming events, and 'ATIVIDADE RECENTE' showing a recent activity report.

Imagem 1. Ambiente Virtual de Aprendizagem da edição atual do Curso Comida de República. Plataforma Moodle - PRAE, Unifesp, 2019.

CONSIDERAÇÕES

- Ambiente educativo que leva em consideração os conhecimentos e experiências dos cursistas;
- Potencial de reconhecimento das principais dificuldades alimentares encontradas pelos estudantes ao ingressarem na universidade;
- Desenvolvimento de pensamento crítico-reflexivo diante da complexidade do ato de comer;
- O papel do bolsista BIG- Universal é essencial para a continuidade e o aprimoramento da proposta, além de proporcionar um olhar “mais recente” e dentro da realidade estudantil.

REFERÊNCIAS

¹ALVES, H. J.; BOOG, M. C. F. Comportamento alimentar em moradia estudantil: um espaço para promoção da saúde. *Revista de Saúde Pública*, v. 41, p. 197-204, 2007.

²Loureiro, M. P. Estado nutricional e hábitos alimentares de universitários. *Segurança Alimentar E Nutricional*, v. 23, n. 2, p. 955-972, 2016

AGRADECIMENTOS

À todos os cursistas e à toda equipe do Curso, principalmente ao Assistente Social Fabrício Leonardi, coordenador do Curso, e às Nutricionista Isy Farias e Camila Pazzini, tutoras do Curso.

E-mail para contato: comidaderepublica.unifesp@gmail.com