

SABERES E SABORES EM OFICINAS DE CULINÁRIAS.

Bruna Silveira Braga (Autor), Sonia Maria de Figueiredo (Orientador), ISADORA RIBEIRO VIEIRA (Colaborador), BETANIA ADRIANO BAZILEU (Colaborador), HILLARY NASCIMENTO COLETRO (Colaborador), RAISSA MARINA DE FREITAS RODRIGUES (Colaborador), GIANNE COLOGNESI CRUZ (Colaborador), JULIA VELLOSO LIMA (Colaborador), ISABELA MACHADO SOUZA LIMA (Colaborador), NATALIA SOUZA SILVA (Colaborador), GESSICA APARECIDA LOPES (Autor), MARINA MAIA CARNEIRO (Colaborador), NATALIA SILVA NEVES (Colaborador)

Instituição de Ensino - Universidade Federal de Ouro Preto

Palavras Chaves:

Resumo:

Projeto Saberes e Sabores em Oficinas de Culinária: Educação alimentar e nutricional para portadores de Diabete O Diabete Mellitus é uma doença metabólica crônica, resultante de uma inadequada secreção e/ou ação da insulina. Segundo o relatório da Organização Mundial de Saúde (OMS) sobre dieta, nutrição e prevenção de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), a dieta alimentar constitui um dos principais fatores determinantes, passíveis de modificação para DCNT. Oficinas de culinária são instrumentos utilizados e eficazes na promoção da saúde. O projeto “Saberes e Sabores em Oficinas de Culinária” tem como objetivo orientar portadores de diabetes na preparação de receitas saborosas e saudáveis, possíveis de serem reproduzidas no cotidiano, respeitando suas restrições e recomendações. Sob a forma de oficinas de culinária, em encontros quinzenais, o projeto incentiva a busca por hábitos alimentares saudáveis. Participam regularmente das oficinas, voluntários portadores de Diabetes da Associação de Diabéticos de Ouro Preto e ocasionalmente moradores da cidade convidados através de postos de saúde, escolas e informativos na Universidade. Ao final das oficinas, realiza-se um debate enfatizando valor nutricional das preparações, vivências e relações interpessoais. Além disso, todos os participantes degustam e avaliam os pratos preparados pelo grupo. A oficina permite aos portadores de diabetes melhor adesão ao tratamento, entender e encontrar diversas e saborosas maneiras de conviver com a patologia, a partir do momento que podem com as próprias mãos, criar os próprios pratos, saboreá-los e trocar experiências com o grupo no que se refere à mudança de hábitos alimentares, e educação nutricional, gerando assim a promoção de uma vida mais saudável, resultando no bem-estar dos participantes.

Publicado em:

- Evento: Encontro de Saberes 2015
- Área:
- Subárea: