7º CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA
07 a 09 de setembro de 2016

Saberes e Sabores em Oficinas de culinária: educação alimentar e nutricional estratégica para portadores de diabetes

AUTORES: BRUNA SILVEIRA BRAGA (Autor), ELVIS MACIEL JORGE (Co-Autor), TATIANY CRISTINA LOPES SIMIÃO (Co-Autor), HILLARY NASCIMENTO COLETRO (Co-Autor), ARELISE DE PAULA BAYER (Co-Autor), RAÍSSA MARINA DE FREITAS RODRIGUES (Co-Autor), MARÍLIA ALFENAS DE OLIVEIRA SÍRIO (Co-Orientador), SÔNIA MARIA DE FIGUEIREDO (Orientador)

PALAVRAS-CHAVE: Culinária; educação nutricional; diabetes.

RESUMO:
Diabetes mellitus é uma das doenças crônicas não-transmissíveis (DCNT), caracterizada pela elevação da glicose no sangue, podendo ocorrer devido a defeitos na secreção ou ação da insulina produzida no pâncreas. A insulina tem como principal função prover a entrada da glicose no organismo para que esta seja aproveitada nas atividades celulares. De acordo com relatório da Organização Mundial da Saúde sobre dieta, nutrição e prevenção de DCNT, hábitos alimentares constituem um dos principais determinantes, passíveis de modificação. Sendo assim, neste estudo a culinária é abordada em formas de oficinas com objetivo de estudar hábitos alimentares e nutricionais e promover intervenções em portadores de diabetes que visem mudanças no seu costume alimentar. Para explorar este potencial da culinária, as oficinas apresentam um olhar qualitativo, voltado para a análise do comer e do prazer com sujeitos portadores de Diabetes; e outro olhar que recorre à culinária como eixo estruturante de um método educativo para promoção da alimentação saudável. Pôde-se constatar o potencial da culinária no primeiro olhar, como um meio que permite acessar informações sobre alimentos, receitas, substitutos alimentares sobre procedimentos com alimentos que podem melhorar a qualidade da informação sobre o consumo e as práticas alimentares. A segunda etapa, realizada imediatamente após a degustação, consiste no debate entre os participantes sobre a relação entre culinária, saúde e prazer. E, ainda no segundo olhar, pode-se verificar um espaço ativo para intervenções que visem às modificações alimentares por abordar suas dimensões práticas, sensoriais, simbólicas e cognitivas. Dessa forma, após reflexão com o grupo observam-se mudanças de hábitos e ampliação dos conhecimentos a respeito dos alimentos que podem ser consumidos por portadores de diabetes e, maior conscientização da importância da adoção de hábitos alimentares saudáveis no tratamento desta patologia.

Instituição de Ensino: Universidade Federal de Ouro Preto

ISBN: 978-85-93416-00-2