Comida de verdade: promovendo uma alimentação saudável através do estímulo à redução do consumo de alimentos ultraprocessados em uma Feira livre de Diamantina-MG.

AUTORES: Deiviany Santana Santos Lima (Autor), Itatiane Mendes Lima (Co-Autor), Nadja Maria Gomes Murta (Orientador), Arthur Rocha Gomes (Colaborador), Roseane Amado da Matta (Colaborador), Denise Pinho Resille Pimenta (Colaborador), Alcione Paloma da Silva Caldeira (Co-Autor), Herton Helder Rocha Pires (Colaborador)

PALAVRAS-CHAVE: Alimentos ultraprocessados, Consumo alimentar, Feira Livre

RESUMO:
A feira livre é um fenômeno econômico e social praticado desde a antiguidade e na atualidade é tida como uma das principais formas de escoamento e venda de produtos oriundos da agricultura familiar. O presente trabalho foi desenvolvido por discentes do Departamento de Nutrição através do Programa Institucional de Bolsas de Extensão da UFVJM, em parceria com a Secretaria Municipal de Saúde de Diamantina-MG, sendo realizado com feirantes e pessoas que frequentam uma feira livre do município. As ações desenvolvidas fazem parte do projeto intitulado “Feira do Largo Dom João e a Nutrição: do campo à mesa”, que tem como objetivo geral a promoção da Educação Alimentar e Nutricional, bem como valorizar a “comida de verdade”. O recorte apresentado é um dos objetivos específicos do Projeto que visou promover o conhecimento da nova classificação de alimentos difundida pelo Guia Alimentar da População Brasileira, bem como a redução do consumo de alimentos ultraprocessados. As ações foram desenvolvidas em dois domingos, sendo aplicado um questionário de frequência alimentar e distribuído um folder explicativo sobre a nova classificação: alimentos minimamente processados, processados e ultraprocessados. Durante a distribuição do folder os discentes explicavam sobre os benefícios de uma alimentação com menor teor de processamento industrial. De acordo com o levantamento de dados fez-se um comparativo do consumo alimentar entre os consumidores e feirantes. Resultados: Foram entrevistadas 84 pessoas, sendo 22 feirantes (26%) e 62 consumidores (74%). Entre os alimentos minimamente processados observou-se maior consumo de frutas e verduras para os consumidores e maior consumo de arroz, feijão e ovos entre os feirantes, quanto aos alimentos processados e ultraprocessados o maior consumo foi observado entre os consumidores. Conclusão: Muitos dos entrevistados desconheciam a nova classificação. Entre os feirantes houve maior consumo de alimentos identitários da população brasileira.

Instituição de Ensino: Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri

ISBN: 978-85-93416-00-2