



# 7º CONGRESSO BRASILEIRO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

07 a 09 de setembro de 2016



## Arroz, feijão, saúde e educação

**AUTORES:** Thaís Lourenço Assumpção (Autor), Pedro Henrique de Oliveira de Souza (Autor), Gabriela Gomes Coutinho Pessanha (Autor), Alessandra Gonçalves Soares (Autor), Gabriela Gomes Coutinho Pessanha (Autor), Amanda de Oliveira Pereira (Autor), Caio Bertha Bastos (Autor), Gil Cardoso Costa (Co-Orientador), Maria Jacqueline Girão Soares de Lima (Orientador)

**PALAVRAS-CHAVE:** Alimentação; Educação Ambiental; Pensamento Crítico;

### RESUMO:

A escolha dos nossos alimentos está atrelada a diversos fatores que permeiam o cotidiano. Recentemente, muitos desses aspectos culturais vêm em função, principalmente, da dinâmica social atual, dando espaço ao consumo de alimentos industrializados. Neste sentido, cabe questionar o quanto sabemos a respeito do que, de fato, estamos comendo. A fim de propor reflexões sobre essa temática, realizamos ações em eventos da Universidade Federal do Rio de Janeiro voltados ao público universitário e em geral. Na atividade, simulamos uma compra em um mercado na qual os participantes selecionavam os alimentos que usualmente consumiam. Em seguida, refletimos sobre a qualidade de suas escolhas e tentamos identificar os ingredientes informados nos rótulos dos alimentos industrializados. Notamos que a maioria dos participantes ficava surpresa com a quantidade de ingredientes inesperados que encontravam, pois poucos já haviam feito essa observação. Em seguida, foram feitas consultas ao Guia Alimentar para a População Brasileira de 2014 do Ministério da Saúde (GAPB), a fim de comparar as orientações do guia com os nossos hábitos alimentares, e as possíveis consequências para a saúde e o meio ambiente. Novamente houve surpresa ao constatar as disparidades das orientações do GAPB e seus próprios hábitos. Por fim, quando indagávamos sobre a responsabilidade acerca do consumo destes alimentos, a grande maioria individualizava a questão. Chamamos a atenção sobre o caráter político da alimentação, e o quanto estamos sujeitos a decisões que não nos cabem completamente, mas sim a políticas públicas e artifícios midiáticos que fomentam um agronegócio insustentável social e ambientalmente que, por sua vez, se articula a uma indústria alimentícia altamente lucrativa, em detrimento da qualidade de vida. Pretendemos, assim, atentar à crítica necessária aos nossos hábitos, e à complexidade da realidade para que seja possível promover mudança cultural, política e social.

Instituição de Ensino: Universidade Federal do Rio de Janeiro

ISBN: 978-85-93416-00-2

