Nast encerra Abril Verde com oficina sobre reaproveitamento integral dos alimentos

Date : 30-04-2025

Neste último dia do mês de abril, o Núcleo de Atenção à Saúde do Trabalhador (Nast) realizou uma oficina sobre reaproveitamento integral dos alimentos, como parte da programação do Abril Verde, dedicado a medidas preventivas e incentivo da cultura de segurança, principalmente no local de trabalho. Durante a oficina, foi abordado o aproveitamento de diversos tipos de alimentos, a exemplo de caroço de abóbora e casca de cenoura, cujos elementos foram aproveitados para a confecção de um bolo, ao final da palestra.

“Veio o pessoal do Educan com essa oficina de reaproveitamento de alimentos, e nós também vamos falar sobre os cuidados e segurança na cozinha. Nós começamos esse projeto em uma escola da Rede Municipal e hoje trazemos para que nós como sociedade aprenda essa questão do reaproveitamento integral dos alimentos, que a gente contribua com o meio ambiente para ter menos desperdício de alimento, e aí também a gente já entra na questão dos ODS”, destacou a técnica de segurança do trabalho, no Núcleo de Segurança do Trabalho do Nast, Roberta Soares.

Roberta

Lilliane

Gemília

A nutricionista e palestrante, Liliane Reale, faz parte do Projeto Educação Alimentar Nutricional (Educan), desenvolvido pela Secretaria Municipal de Educação (Smed), e explicou, durante a palestra, sobre os nutrientes contidos nos alimentos e as diversas formas de reaproveitamento, com a demonstração de receitas de pratos variados.

“É uma forma de a gente economizar esse lixo orgânico, fazendo dele um aproveitamento na nossa alimentação, porque o que a gente está jogando fora também tem um valor adicional considerável. Até a casca vai ter maior quantidade de nutrientes em relação à polpa do que a gente aproveita desse alimento. E hoje a gente vai fazer essa demonstração de fazer um bolo de casca de cenoura e semente de abóbora, e vamos ver que é saboroso tanto quanto você usar a polpa do alimento”, explicou a nutricionista.

Servidora do Nast, a enfermeira Gemília Pessoa elogiou a iniciativa. Ela contou que estava ansiosa pela oficina, para aprender formas de reaproveitar os alimentos, usando a criatividade em casa.

“Eu estou extremamente curiosa para conhecer o sabor dessa receita que o pessoal vai trazer para a gente, porque o reaproveitamento dos alimentos, além de ser algo benéfico, tanto da forma ambiental, econômica, a gente pode utilizar a criatividade dentro da nossa cozinha para reutilizar todo o alimento. Então, eu estou muito feliz em estar participando de algo renovador que a gente pode estar utilizando com os nossos filhos, utilizando esse alimento de uma forma criativa, formando os novos pratos, novos sabores”, elogiou.