



INSTITUTO FEDERAL
Rio Grande do Sul

Departamento de Comunicação

Clipping

Veículo: UPF

Editoria/Coluna: Ensino

Local/Abrangência: Passo Fundo/RS

Link/Página: <https://bit.ly/2ykXAUu>

Curso de Nutrição da UPF realiza atividade com estudantes do IFRS Campus Sertão

Ação sobre educação alimentar foi realizada com estudantes do ensino médio do Curso Técnico em Manutenção e Suporte em Informática e com extensionistas do Paidex

Uma atividade diferenciada trouxe para o Instituto de Ciências Biológicas da Universidade de Passo Fundo (ICB/UPF) uma turma de estudantes do ensino médio do Curso Técnico em Manutenção e Suporte em Informática do Instituto Federal do Rio Grande do Sul (IFRS) - Campus Sertão. Na manhã desta quinta-feira, dia 11 de outubro, o curso de Nutrição da UPF realizou uma atividade de educação alimentar com os estudantes.

A ação é uma iniciativa dos extensionistas do Programa de Apoio Institucional a Discentes de Extensão e Assuntos Comunitários (Paidex) do curso de Nutrição da UPF. Participaram da atividade as professoras da UPF Me. Daiana Kumpel e Me. Valeria Hartmann, além da professora Patrícia Nascimento da Silva e da psicóloga Gabriele Albuquerque da Silva, do IFRS Campus Sertão.

Aprendizado prático

A atividade é realizada todo ano e contempla duas visitas com a mesma turma, uma em cada semestre. Os acadêmicos extensionistas preparam atividades práticas que envolvem uma apresentação sobre temas diversos envolvendo a alimentação para adolescentes, dentre os quais as orientações do Guia Alimentar para população brasileira, que classifica os alimentos em in natura, minimamente processados, processados e ultraprocessados.

Na parte prática, no Laboratório de Técnica Dietética, os estudantes elaboram receitas escolhidas pelos extensionistas, nas quais são utilizados alimentos in natura e alguns processados que são produzidos no IFRS Campus Sertão. As receitas escolhidas objetivam colocar as orientações do Guia Alimentar em prática. “É uma oportunidade de troca de ideias e conhecimentos, que envolve o ensinar e o aprender. Assim, são adquiridas experiências que ficam para toda a vida”, avalia a acadêmica do 2º nível do curso de Nutrição, Natália de Rocco.



Desfrutando sabores

Para Patrícia Nascimento da Silva, coordenadora do curso Técnico e Manutenção e Suporte em Informática integrado ao ensino médio do IFRS Campus Sertão, a educação alimentar é uma atividade importante para que os estudantes vivenciem um momento de aprendizado sobre como eles se alimentam. “Em termos nutricionais, a ação proporciona uma reflexão sobre o valor nutricional dessa alimentação e ainda leva o jovem ao momento prazeroso de produzir receitas saudáveis e gostosas”, aponta ela.

Conforme a professora, desde 2016, a escola traz os estudantes do primeiro ano do ensino médio para a atividade. “É uma ação sempre exitosa, deixando uma vontade de ‘quero mais’ na turma. A alimentação é muito importante não apenas para o bem-estar, pois sabemos que um corpo sadio produzirá uma mente sã para receber os múltiplos aprendizados do dia a dia”, ressalta a professora.