

INCENTIVO ÀS HABILIDADES CULINÁRIAS DE USUÁRIOS DA APAE RURAL DE VIÇOSA-MG COMO ESTRATÉGIA DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E DE VALORIZAÇÃO DE RECEITAS DAS FAMÍLIAS

Rita de Cassia Santos Soares¹, Maria Teresa Fialho de Sousa Campos², Tatiane Cristina Serafim², Debora de Paula Gonçalves³, Elenice Pires³, Maria do Carmo Tito Teixeira³

ODS 3 – Saúde e Bem-Estar
Extensão

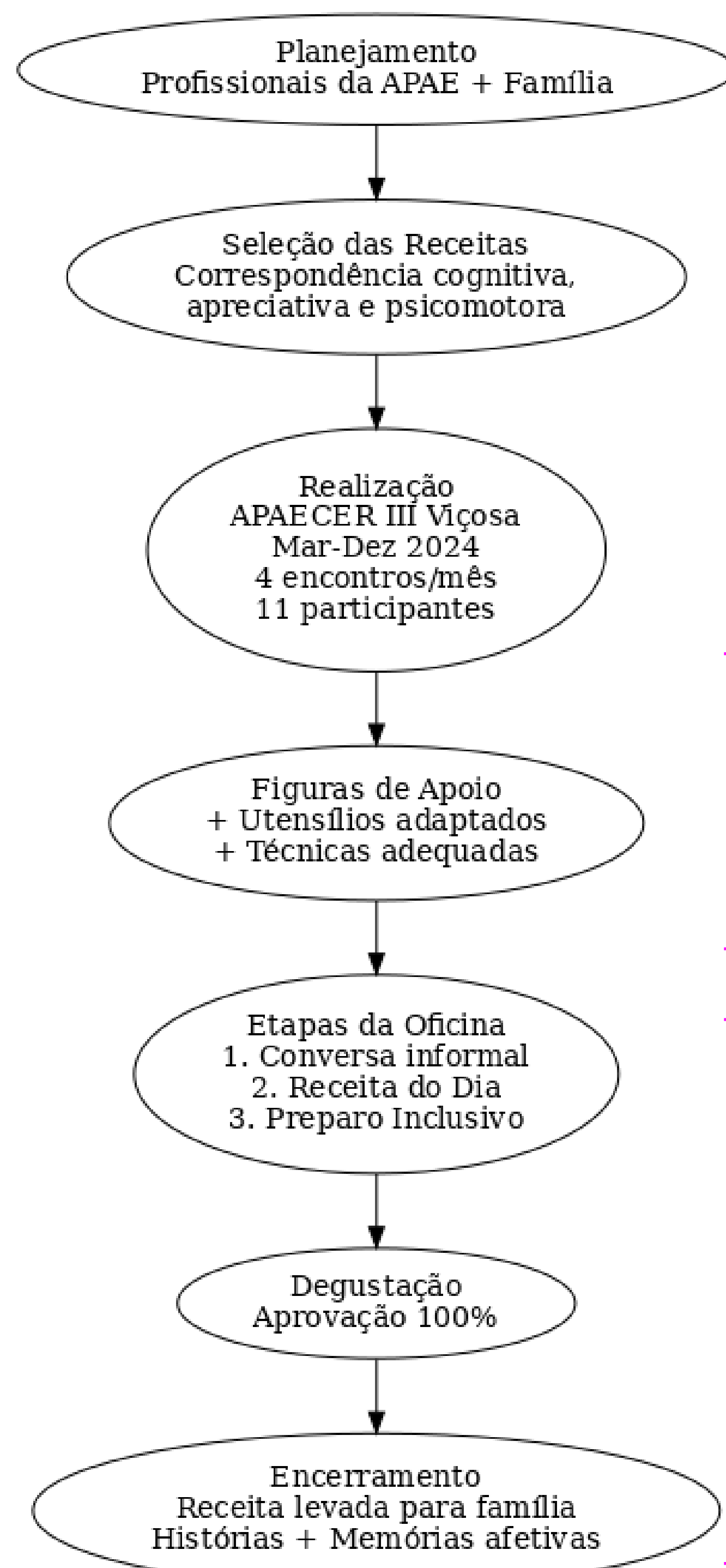
Introdução

As oficinas culinárias são oportunidades para integrar as pessoas, promover conhecimentos, experiências e compartilhamentos de receitas que contam uma história, se constituindo numa estratégia para fomentar orientações práticas e aplicáveis na área da educação alimentar^{1,2}. As atividades culinárias e tudo mais que as envolvem são fontes de inspiração, identidade e sociabilidade que promovem inclusão, por agregar pessoas.

Objetivos

Este trabalho propôs incentivar as habilidades culinárias de usuários da APAE Rural de Viçosa-MG, como estratégia de educação alimentar e de valorização de receitas de família.

Metodologia



O apoio nas etapas de desenvolvimento e demonstração das receitas foi assegurado para favorecer as aptidões e a experiência do aprender fazendo.

Utensílios adaptados e técnicas adequadas foram instituídos para atender às diferentes necessidades.

As oficinas inclusivas eram precedidas por conversa informal sobre a “**Receita do Dia**”, estimulando memórias afetivas. A cada encontro, após a degustação com **aprovação de 100%**, os participantes levavam para a família uma receita a ser replicada.

Apoio Financeiro



1. Nutricionista da APAE - CER III de Viçosa - Minas Gerais. Doutoranda do PPGCN-UFV.
2. Departamento de Nutrição e Saúde - DNS, Universidade Federal de Viçosa, Campus Viçosa -MG.
3. Profissionais da APAE Rural de Viçosa - Minas Gerais.

Resultados e/ou Ações Desenvolvidas

Os momentos providos por estas **oficinas geraram aprendizados** (Figura 1), dado ao engajamento de todos os envolvidos (alunos, profissionais e familiares), com resultados em avanços na autonomia, na autoestima e na interação social. Os resultados geraram conhecimentos compartilhados em receitas e histórias contadas que culminou com a elaboração de um **livro de receita**, de 22 páginas (Figura 2). Com este resultado, organizou-se uma **exposição da obra** para consolidar as experiências das oficinas e dar visibilidade às aptidões relativas às receitas elaboradas por este grupo, que têm muito a oferecer ao outro.



Figura 1 – Registros de momentos distintos de preparação e de compartilhamento da receita à mesa. Imagens autorizadas pelos participantes. 2024.



Figura 2 - Registro fotográfico dos exemplares do livro de receita, 2024.

Conclusões

Concluiu-se que atividades de incentivo às habilidades culinárias para pessoas com deficiência são ferramentas de ampla utilidade, considerando os desafios enfrentados no cotidiano da alimentação que se traduzem em barreiras físicas e cognitivas. A prática da educação alimentar articulada aos momentos de oficinas culinárias inclusivas e adaptadas confere aprendizados efetivos e precisa ser incentivada para abranger mais pessoas com deficiência, como forma de incentivo a autonomia e a valorização de aptidões do ser.

Referências

1. SOARES, R. C. S.; CAMPOS, M. T. S. C.; SERAFIM, T. C.; PIRES, E.; LOPES, T. M. L.; TEIXEIRA, M. C. T.. Oficina inclusiva: promovendo habilidades culinárias, sociabilidade e socialização das pessoas com deficiência intelectual. In: CONGRESSO NACIONAL DE ALIMENTOS E NUTRIÇÃO, 6, 2025, Ouro Preto. Anais. Ouro Preto - Minas Gerais: UFOP. Apresentação de trabalho.
2. LANINI, L. L. M.; OLIVEIRA, A. L. de; SANTOS, C. V. de O.; PEDRO, J. M. Inclusão produtiva através de oficinas culinárias em obra social do município de Juiz de Fora. Revista Foco, [s. l.], v. 18, n. 6, p. e9020, 2025. DOI: 10.54751/revistafoco.v18n6-198.