

## OFICINA RESTO ZERO

BRUNELLI, Ângela Vieira<sup>1</sup>; SOUZA, Miriam<sup>2</sup>; TURCATO, Bruna<sup>3</sup>;  
RODRIGUES, Jeferson<sup>3</sup>; FERREIRA, Flávia<sup>3</sup>; ALBRECHT, Gabriela<sup>3</sup>;  
CUNHA, Maryo<sup>3</sup>; FILIPPIN, Lucia<sup>3</sup>; REFATTI, Marcelli<sup>3</sup>;  
SCHWARZ, Cibele<sup>3</sup>; QUADROS, Elisângela<sup>3</sup>; CAMPESTRINI, Fernanda<sup>3</sup>; LANG, Elenise<sup>3</sup>.

**Palavras-Chave:** Aproveitamento de alimentos. Qualidade. Guia alimentar.

Atualmente no Brasil, ainda existe grande desperdício de alimentos e incentivar o aproveitamento integral dos alimentos é uma medida eficaz no sentido de educar a população que partes que não são aproveitadas possuem bom valor nutricional e que podem ser utilizados, sem prejuízo na qualidade, sabor e segurança da alimentação. A oficina Resto Zero representa uma das etapas do projeto de extensão “Banco de Alimentos e a Contribuição da Unicruz”, e foi desenvolvida por professores e acadêmicos do Curso de Nutrição com a finalidade de contribuir no combate ao desperdício de alimentos e na promoção da cidadania. Desta forma esta iniciativa possibilita que a extensão seja realizada em benefício da população assistida pelo Banco de Alimentos de Cruz Alta e que agrega entidades sócio-educativas que atendem as variadas faixas etárias e que se apresentam em estado de vulnerabilidade social, como crianças portadoras de necessidades especiais, doentes crônicos incapacitados ao trabalho, pessoas em processo de readaptação na sociedade, idosos, catadores de lixo e famílias em situação de risco social. A oficina capacitou 60 representantes de entidades sócio-educativas tendo como objetivo principal erradicar o preconceito em consumir receitas que utilizam partes do alimento como talos, sementes, folhas e cascas e conscientizar sobre a importância de evitar o desperdício de alimentos, já que o que vai para a lixeira não é só o alimento, mas proteínas, carboidratos, vitaminas e minerais que são indispensáveis à saúde e que poderiam estar diminuindo as deficiências nutricionais que ocorrem nos grupos assistidos pelo projeto. Ocorreu também o lançamento do guia alimentar RESTO ZERO que foi organizado pelos alunos do Curso de Nutrição e que trás informações sobre segurança alimentar, cuidados de higiene pessoal e da cozinha e exemplos de receitas de aproveitamento integral do alimento.

---

<sup>1</sup> Professora do CCS da Universidade de Cruz Alta. Orientadora PIBEX. [brunelli@comnet.com.br](mailto:brunelli@comnet.com.br)

<sup>2</sup> Acadêmica do Curso de Nutrição. Bolsista PIBEX. [miriamdesouzaa@hotmail.com](mailto:miriamdesouzaa@hotmail.com)

<sup>3</sup> Acadêmicos do Curso de Nutrição. Bolsistas Voluntários.