



## PROJETO - RECEITAS SUSTENTÁVEIS EM UMA INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA PARA IDOSOS

### Autor(res)

Viviane Ferreira Zanirati  
Sarah Lins R. Rangel  
Michele Campos  
Thayene Fernanda Silva  
Wendhel Santos Mendes

### Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

### Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE BELO HORIZONTE - UNIDADE TIMBIRAS

### Resumo

#### Introdução

Nota-se que o desperdício de alimentos em uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) é algo muito frequente, e uma das formas de se ludibriar esse desperdício seria o Aproveitamento Integral dos Alimentos (AIA), através de receitas que utilizem folhas, talos e sementes de frutas e hortaliças.

#### Objetivo

Como parte de um projeto no Estágio Supervisionado de Nutrição Social, foi proposto a produção de um ebook de receitas sustentáveis, nutritivas e saborosas para uma Instituição de Longa Permanência para Idosos (ILPI), auxiliando de forma nutricional e econômica a instituição.

#### Metodologia

Foi realizada uma leitura bibliográfica e pesquisados livros, dissertações e artigos científicos selecionados através da busca nas seguintes bases de dados: Google Acadêmico, PubMed e Scielo, a partir das seguintes palavras chaves: "UAN", "Desperdício" e "Sustentável". O período dos artigos pesquisados foram os trabalhos publicados nos últimos 10 anos. Dessa forma, a proposta foi a elaboração de um ebook com 31 receitas, sendo 14 receitas salgadas, 2 receitas de sucos e 15 receitas doces, algumas delas serão desenvolvidas uma vez na semana com o intuito de demonstrar a possível reprodução das preparações, além da realização de um roteiro de planejamento para tais atividades a serem executadas.

#### Descrição das Etapas das Atividades

A proposta das atividades para a primeira semana seria a construção da ideologia do projeto, na semana seguinte realizar o roteiro de planejamento das receitas efetuadas e execução da primeira receita, logo na terceira semana deve-se executar a segunda preparação e na semana posterior efetuar a terceira receita. Posteriormente, na quinta semana será realizada a entrega e apresentação do ebook para a instituição e por fim executar na quarta

semana a última receita proposta. Destaca-se assim a importância de demonstrar para a instituição que é possível a realização das preparações sustentáveis de forma fácil, em pouco tempo e economicamente viável.