

# PRÁTICA PROFISSIONAL E INSERÇÃO COMUNITÁRIA: APROVEITAMENTO INTEGRAL DE ALIMENTOS E HORTAS SUSTENTÁVEIS EM AÇÃO EDUCATIVA

Vanusa Aparecida Corrêa<sup>1</sup>, Duili Borges Wagner<sup>2</sup>, Maria Fernanda Tasca<sup>3</sup>, Marina Gasser Baretta Balestrin<sup>4</sup>

1. Discente do curso de graduação em Nutrição, Unoesc, Videira, SC
2. Discente do curso de graduação em Nutrição, Unoesc, Videira, SC
3. Discente do curso de graduação em Nutrição, Unoesc, Videira, SC
4. Docente do curso de graduação em Nutrição, Unoesc, Videira, SC

**Autor correspondente:** Vanusa Aparecida Corrêa, vanusaapcorrea@gmail.com

**Área:** Ciências da Vida e Saúde

**Introdução:** A sustentabilidade na nutrição é um conceito que articula saúde humana, responsabilidade ambiental e justiça social, estimulando práticas alimentares que respeitem os limites ecológicos do planeta e promovam sistemas alimentares justos e acessíveis. Nesse contexto, o aproveitamento integral dos alimentos configura-se como estratégia essencial, abrangendo o uso de cascas, talos, sementes e folha. O Guia Alimentar para a População destaca a relevância de sistemas alimentares sustentáveis e da valorização de práticas que ampliem a utilização de alimentos como fontes de nutrientes. **Objetivo:** Relatar a experiência de acadêmicos de Nutrição em atividade de extensão universitária voltada ao aproveitamento integral de alimentos e hortas sustentáveis. **Método:** A intervenção ocorreu em 14 de junho de 2025, no evento RBVerde, realizado no Largo da Estação, em Videira (SC), com a participação de acadêmicos da 1ª fase do curso de Nutrição da Unoesc Videira, sob orientação docente. Os estudantes foram organizados em grupos e elaboraram preparações culinárias relacionadas ao tema "Aproveitamento integral de alimentos e horta sustentável". Foram produzidas tortas salgadas de legumes com cascas e talos de chuchu, cenoura, batata, couve-manteiga e brócolis, além de bolo de laranja e bolo de banana, ambos preparados com a utilização integral da fruta. As preparações foram disponibilizadas à comunidade para degustação. Paralelamente, foram apresentados modelos de hortas sustentáveis confeccionados a partir da reutilização de embalagens plásticas descartáveis, como garrafas e potes. **Resultados:** A atividade promoveu ampla interação entre acadêmicos e comunidade, revelando o interesse da população em práticas de aproveitamento integral de alimentos. As tortas salgadas despertaram curiosidade pela utilização de partes não convencionais e pela ausência de carne em sua composição. Os bolos de laranja e de banana, preparados com a fruta em sua totalidade, tiveram grande aceitação, sobretudo entre as crianças, que os reconheceram como alternativas saborosas e viáveis para lanches escolares. Houve significativa solicitação das receitas pelos participantes, evidenciando potencial de adesão às práticas propostas. Os modelos de hortas sustentáveis também despertaram interesse, estimulando reflexões sobre práticas domésticas de baixo custo que contribuem para a preservação ambiental. **Conclusão:** A ação extensionista proporcionou aprendizado relevante, fortalecendo a formação acadêmica e cidadã dos estudantes, ao evidenciar o papel do nutricionista como agente de promoção da saúde pública e da sustentabilidade. A experiência configurou-se como ferramenta eficaz de Educação Alimentar e Nutricional (EAN), reforçando a importância da redução do desperdício e da utilização integral dos alimentos.

**Palavras-chave:** Alimentação Sustentável; Segurança Alimentar e Nutricional; Desperdício de Alimentos.