



Dia Sem Carne



DO SEGUNDA SEM CARNE AO SUSTENTAREA

Por Jéssica Levy
Graduanda em Nutrição na Faculdade de
Saúde Pública da USP

Tudo começou em 2012, com uma pesquisa da Faculdade de Saúde Pública da USP sobre o consumo excessivo de carne da população. Surgiu, assim, o projeto Segunda Sem Carne na FSP com objetivo de promover informação sobre o consumo elevado de carne na população e sua relação com a saúde e meio ambiente, ajudando na promoção de uma alimentação saudável e sustentável. Foram realizadas atividades mensais no restaurante universitário durante todo o ano, o que promoveu a redução do consumo carne de 45% dos participantes que responderam a pesquisa.

Em 2013, o projeto mudou de nome para 'Dia Sem Carne'. Foi um ano em que a ideia se espalhou para fora dos muros da Universidade com palestras gratuitas, publicação de artigos científicos, apresentação de trabalhos em congressos, publicação de materiais no blog e página do Facebook, além de vídeos sobre o tema. Em 2016, o projeto expandiu, passando a abordar a alimentação de uma forma mais ampla, considerando desde a produção até a ingestão dos alimentos. Dessa forma surgiu o 'Sustentarea, a Rede Alimentar'.

Missão

Promover uma visão crítica sobre a produção de alimentos e alimentação, mostrando caminhos sustentáveis que promovam uma vida saudável por meio de atividades com a comunidade que viabilizem essa prática.

Objetivos

Reduzir o consumo de carne

Incentivar o consumo de frutas, verduras e legumes

Incentivar a aquisição de produtos com baixo impacto ambiental

Reduzir o consumo de alimentos com alto teor de açúcar, gordura e sal

SUSTENTAREA A REDE ALIMENTAR

Por Jéssica Levy
Graduanda em Nutrição na
Faculdade de Saúde Pública da USP

O Projeto de extensão Universitária, Sustentarea, conta com a participação de alunos voluntários de graduação e pós graduação da Faculdade de Saúde Pública da USP e faz parte do Grupo de Estudos Epidemiológicos e Inovação em Alimentação e Saúde (Geias) orientado pela Prof. Associada Dirce Marchioni do departamento de Nutrição da USP.

O projeto possui uma página no Facebook, um site, um instagram e um canal no youtube. Além disso, promove atividades em escolas municipais a fim de promover melhoras nos hábitos alimentares da comunidade.

O Sustentarea possui parceria com o Centro de Referência para a Prevenção e Controle das Doenças Associadas à Nutrição da USP e com a Coordenadoria de Alimentação Escolar da Prefeitura de São Paulo.