

SUSTENTAREA A REDE ALIMENTAR



Por Aline Carvalho

*Nutricionista e Doutora pela
Faculdade de Saúde Pública da USP*



Um projeto de alimentação e sustentabilidade que funciona!

O Sustentarea é um projeto inovador da Faculdade de Saúde Pública da USP que traz conceitos de alimentação saudável e sustentável e os aplica de maneira simples e viável por meio de vídeos e publicações nas redes sociais, assim como oficinas culinárias, palestras e intervenções com a população. A ideia é mostrar que uma alimentação saudável e sustentável pode ser feita todos os dias, sem esforços impossíveis, porém com grandes resultados para saúde e meio ambiente.

Atualmente temos uma equipe de 20 voluntários, entre nutricionistas e alunos de graduação, e contamos com 9 consultores do GEIAS da USP (Grupo de Estudos Epidemiológicos e Inovação em Alimentação e Saúde) que trazem o que há de mais novo da ciência para o grupo discutir e avaliam nossos materiais antes de serem divulgados, garantindo a qualidade técnica e a inovação.

Em 2017 já conquistamos alguns bons resultados: Atingimos 1900 likes nas nossas redes sociais, sendo que os principais posts foram “Desmitificando Dieta Detox” e “História de Sucesso da Alimentação e Alimentação Complementar das gêmeas Gabriela e Valentina”, que atingiram mais de 5000 pessoas.

Alcance
~1900 likes
no Facebook

Além disso, fizemos algumas visitas à EMEI Nelson Mandela para realizar avaliação nutricional das crianças e oficinas com os professores; fizemos uma parceria com o Fruta Imperfeita (saibam mais sobre essa parceria na página 13), e com eles desenvolvemos receitas com frutas e hortaliças que seriam descartados no lixo, pois tem algum defeito estético, publicamos as receitas e vídeos da produção semanalmente; participamos também de um evento do PUB-Sampa, organização que conecta cientistas, artistas e estudantes em encontros com ênfase em multidisciplinaridade e na divulgação científica.



Deu para perceber que foi um semestre bem agitado e com grandes resultados! Para o segundo semestre vamos continuar atuando no mundo digital desenvolvendo novos materiais, aumentando o número de seguidores e multiplicadores de nossas ideias nas redes sociais, e também no mundo real fazendo oficinas sobre alimentação e sustentabilidade com a comunidade (uma já planejada para outubro na Faculdade de Medicina), atividades com pais, merendeiras, professores e alunos da EMEI Nelson Mandela, além de criar instrumentos para medir a ação do Sustentarea e para avaliação da sustentabilidade na alimentação das pessoas. A missão do Sustentarea para os próximos anos é empoderar cada vez mais a população sobre a sustentabilidade da sua alimentação, tornando-a mais consciente sobre sua saúde e o planeta em que vivemos, além de mostrar que isto pode ser feito de forma simples e no dia a dia. Com esta ideia conquistamos cada vez mais alunos de graduação, pós-graduação e profissionais que se alinham com esta vertente. Juntos, esperamos que o Sustentarea A Rede Alimentar seja uma história de sucesso, que atinja cada vez mais pessoas e que possamos fazer a nossa parte de melhorar o mundo.



Fotos/imagens:
1 e 3 - página
Sustentarea
2 -Visita a EMEI
Nelson Mandela