

II Encontro anual de
INICIAÇÃO 
CIENTÍFICA DA UNESPAR

SEGURANÇA ALIMENTAR: UM NOVO CONCEITO SOBRE UMA ANTIGA IDEIA.

Samuel Pesce (PIBIC Junior, Fundação Araucária)
Unespar/Paranavaí, samuelpesce10@gmail.com
Franciele Mara Lucca Zanardo Bohm (Orientador)
Unespar/Paranavaí, fzanardobohm@gmail.com

RESUMO

A qualidade do alimento consumido pela população tem impacto direto sobre a saúde da mesma. Atualmente a falta de tempo faz com que as pessoas optem por uma alimentação que seja de rápido preparo, enquanto a preocupação com a qualidade do que é servido acaba deixando a desejar. O cultivo de alimentos orgânicos é de fundamental importância para a segurança alimentar. Este tipo de produção pode ser feita em pequenos espaços, o custo é baixo e a qualidade do alimento é muito boa. Pesquisas mostram que muitos vegetais como, couve, alho, repolho, morango apresentam componentes químicos chamados de metabólitos secundários que tem um importante papel para a nossa saúde. Muitas substâncias são antioxidantes, outras atuam no sistema imunológico e auxiliam contra o desenvolvimento de neoplasias. Este trabalho teve como objetivos: Pesquisar se os adolescentes estão preocupados com a sua alimentação, disseminar a importância e construção de hortas orgânicas, estudar sobre vegetais que contêm metabólitos secundários importantes para o sistema imunológico humano. Para determinar a preocupação dos adolescentes com a alimentação utilizou-se questionários. Foi feita visita no horta do campus da UNESPAR de Paranavaí para a construção de uma pequena horta vertical no Colégio Estadual de Santa Inês. Foram feitas pesquisas para estudar vegetais que continham substâncias com propriedades importantes para a saúde humana. Os resultados mostram que os adolescentes sabem que é importante uma alimentação saudável para manter a saúde, mas não estão dispostos a construir hortas orgânicas sem supervisão ou ajuda e acabam optando por uma alimentação menos saudável, mas rápida e fácil. Este trabalho mostrou a importância em estudar e discutir com adolescentes os benefícios de uma alimentação saudável, que contribui com a saúde humana e com o meio ambiente.

Palavras-chave: Saúde. Alimentação. Orgânicos.