# O SENSORIAL COMO ESTRATÉGIA PARA INCLUSÃO DE CONDIMENTOS, PLANTAS ALIMENTÍCIAS NÃO CONVENCIONAIS E MEDICINAIS NA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

*Eloysa Nezello, Leila Aparecida da Costa, Keila Mirian Lupepsa, Renê Artur Ferreira*

Área: Práticas Pedagógicas com Plantas Medicinais, Condimentares e Alimentícias não Convencionais

**Introdução**: A análise sensorial (AS) é uma ciência utilizada para evocar, medir, analisar e interpretar reações às características de alimentos que são percebidas pelos sentidos, capazes de propiciar relacionamento com o meio externo. Pode ser utilizada para avaliar a aceitabilidade e a qualidade de produtos alimentícios. A atividade de despertar sensorial e avaliação da aceitabilidade de plantas alimentícias não convencionais, medicinais e condimentos foi realizada no contexto do estágio de nutrição escolar, no Colégio de Aplicação Univali, por meio de parceria com o projeto de extensão Plante Saúde. Cabe ressaltar que o consumo de plantas alimentícias não convencionais é uma alternativa alimentar social e economicamente viável, que contribui para a valorização da biodiversidade brasileira e o enriquecimento nutricional da dieta.

**Objetivos**: Promover diversificação alimentar e a aceitabilidade de alimentos in natura por meio do contato de crianças de cinco a sete anos com plantas diferentes das comumente utilizadas no seu dia a dia.

**Metodologia**: Inicialmente, as crianças foram conhecer as plantas em seu ambiente de cultivo, no horto da Univali. A horta na escola é utilizada como recurso didático para transmitir ensinamentos desde a educação infantil, mostrando, na prática, o mundo da agricultura, como são cultivados os alimentos, a importância do solo, da água, para nós e para o planeta. Ela permite relacionar a educação ambiental com a educação alimentar e valores sociais, contribuindo para uma sociedade mais sustentável. Nesse ambiente de cultivo, repleto de alimentos diversos, puderam visualizar, tocar e sentir as texturas e os aromas do poejo, menta, ora-pro-nóbis, capim limão, tomilho e orégano frescos, peixinho da horta, pixirica e manjericão anisado. Em seguida as plantas in natura, já higienizadas, foram levadas até a sala de aula para que, de forma lúdica, explorassem sua percepção sensorial. As crianças reproduziram as plantas por meio de desenho e foram estimuladas a experimentar o sabor, sentir o aroma e a textura, ouvir o som das folhas quebrando. A finalização da experiência sensorial ocorreu uma semana depois, com a degustação de preparações, como bolo de ora-pro-nóbis; salada de frutas com menta; pipoca com orégano; torradas com queijo e manjericão e suco de maracujá com capim limão. Durante a degustação foram relembradas as características sensoriais das plantas, associando ao sabor das preparações, construindo memória sensorial. A avaliação da aceitabilidade foi feita utilizando escala hedônica com carinhas, as quais as crianças deveriam pintar de verde expressando que gostou da preparação, amarelo se gostou mais ou menos e vermelho se não gostou.

**Resultados**: Do primeiro dia de atividade participaram 12 crianças, duas professoras da educação infantil, a nutricionista responsável pela cozinha do colégio, duas estagiárias de nutrição e a professora do curso de gastronomia integrante do programa

de extensão Plante Saúde. Todas as crianças pegaram as plantinhas, exercitando sua percepção sensorial, adoraram a experiência e, em seguida, desenharam a planta que mais chamou a atenção delas. Como resultado obteve-se desenhos lindos e grande interação. No dia da degustação, participaram 16 crianças, as duas professoras da turma, uma estagiária de nutrição, a nutricionista e duas professoras integrantes do Plante Saúde, uma da gastronomia e outra da nutrição. Percebeu-se que esse segundo encontro foi de grande importância, pois as crianças tiveram a oportunidade de relembrar o que vivenciaram no primeiro, associando as experiências sensoriais com o sabor, odor e textura das preparações degustadas. A observação das expressões faciais, comentários e porções consumidas demostraram que atividade foi capaz de estimular a aceitação de novos sabores e encantar as crianças. Comentários das professoras da turma apontaram que algumas crianças com dificuldades de provar novos alimentos participaram ativamente da atividade. Por fim, a aplicação escala hedônica demonstrou uma ótima aceitabilidade das preparações, com 15 carinhas pintadas de verde, representando que gostaram e uma carinha pintada de amarelo, representando que gostou mais ou menos. Acrescenta-se que a atividade promoveu a interprofissionalidade e a troca de saberes entre professoras e estagiárias.

**Considerações finais**: Acredita-se que a atividade promoveu a aproximação entre o consumo e o cultivo de alimentos, explorando questões sensoriais importantes para o reconhecimento da comida de verdade, saudável e saborosa, que vem da natureza e deve fazer parte das refeições. Essas crianças podem estar mais abertas para experimentar novos alimentos, contribuindo para diversidade alimentar no seu dia a dia e, consequentemente, para sua saúde.

*Financiamento ou apoio*: Universidade do Vale do Itajaí.

**Referências**

1) ALVES, A. T. S. Análise sensorial: uma ferramenta analítica para desenvolvimento de produtos alimentícios. 2019. 49 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Nutrição) – Universidade Federal de Pernambuco, [S. l.], 2019. Disponível em: https://repositorio.ufpe.br/handle/123456789/36373. Acesso em: 17 maio 2023. 2) IZZO, S.; DOMENE, S. M. Á. Aceitabilidade de preparações culinárias com ora-pro-nóbis por escolares atendidos pelo Programa Nacional de Alimentação Escolar. DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde, [S.l.], v. 16, p. e53372, jan. 2021. ISSN 2238-913X. Disponível em: https://www.epublicacoes.uerj.br/index.php/demetra/article/view/53372 : . Acesso em: 17 maio 2023. 3) DAMIANO, M. Agricultura orgânica como recurso para educação ambiental: práticas interdisciplinares. Revista Brasileira de Educação Ambiental, 2023. Disponível em: file:///C:/ Downloads/artigo28.pdf. Acesso em: 17 maio 2023.