

PITADAS CULINÁRIAS: RELATO DE EXPERIENCIA DA ATIVIDADE NO ESTANDE DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE PELOTAS NA FEIRA NACIONAL DO DOCE

BIANCA CAVALCANTE NUNES PAIVA¹; CAROLINE MORO CASSEL²; LIVIA DA SILVA MONCKES³; MARIANA GIARETTA MATHIAS⁴; TATIANE KUKA VALENTE GANDRA⁵; CHIRLE DE OLIVEIRA RAPHAELLI⁶

¹Universidade Federal de Pelotas – biancacavalcantenp@gmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – liviamonckes@outlook.com

³Universidade Federal de Pelotas – Carolinemcassel@gmail.com

⁴Universidade Federal de Pelotas – mathias.mariana@ufpel.edu.br

⁵Universidade Federal de Pelotas – tkvgandra@gmail.com

⁶Universidade Federal de Pelotas – chirle.raphaelli@ufpel.edu.br

1. INTRODUÇÃO

O município de Pelotas, no Rio Grande do Sul, destaca-se nacionalmente pela sua tradição doceira, que se consolidou como importante patrimônio cultural e turístico da região. Desde 1986, a cidade realiza a Feira Nacional do Doce (Fenadoce), evento que reúne milhares de visitantes anualmente e tem como objetivo divulgar os doces pelotenses e estimular o turismo local. Em maio de 2018, a tradição doceira de Pelotas foi reconhecida como Patrimônio Imaterial Nacional pelo Instituto do Patrimônio Histórico e Artístico Nacional (IPHAN, 2018), reforçando sua relevância como elemento de identidade e memória coletiva.

Neste cenário, a universidade desempenha um papel fundamental ao aproximar ciência, extensão e comunidade, promovendo práticas que vão além do espaço acadêmico e dialogam com a sociedade. A extensão universitária, entendida como processo de interação entre saberes, permite construir pontes entre o conhecimento científico e as demandas sociais, fortalecendo a cidadania e a formação crítica dos estudantes (LAVOR et al., 2023).

O projeto “Pitadas Culinárias”, desenvolvido durante a 31ª edição da Fenadoce, teve como temática central a promoção da alimentação saudável aliada à valorização da cultura alimentar regional. As atividades buscaram ressaltar a importância do consumo de frutas nativas brasileiras, como butiá, araçá, pitanga e guabiroba, conhecidas por seus compostos bioativos e propriedades antioxidantes (ARAUJO et al., 2024), bem como incentivar práticas culinárias sustentáveis, com aproveitamento integral dos alimentos e redução do desperdício (RECIMA, 2021).

Na tentativa de trazer de volta a herança culinária que nossos pais e avós praticavam, o projeto abre espaço em seu perfil no Instagram para que as pessoas compartilhem ideias e receitas de família que despertem memórias afetivas e criem o vínculo entre pais e filhos. E a partir disso possam encontrar na cozinha um ambiente de conexão, cheio de descobertas e momentos prazerosos, despertando a vontade de cozinhar e se alimentar de modo mais natural e caseiro, tendo em vista a necessidade de promover a conscientização que os ultraprocessados em excesso prejudicam a saúde e são umas das causas da pandemia global de obesidade e doenças crônicas não transmissíveis (RODRIGUES et al., 2021).

A problematização que norteia este trabalho parte da necessidade de refletir sobre como conciliar a forte tradição doceira de Pelotas, reconhecida e valorizada culturalmente, com a promoção de hábitos alimentares mais saudáveis e sustentáveis. Assim, busca-se compreender de que forma a universidade pode

atuar como agente transformador neste processo, contribuindo para a valorização da culinária regional em diálogo com práticas de educação alimentar e nutricional.

Dessa forma, o objetivo deste trabalho é relatar a experiência da atividade do Projeto “Pitadas Culinárias” desenvolvida durante a 31ª Fenadoce, destacando as estratégias utilizadas para aproximação com o público visitante e sua contribuição para a promoção da saúde, da sustentabilidade e da identidade cultural local.

2. METODOLOGIA

A Pró-Reitoria de Extensão e Cultura (PREC) da UFPel abriu um período de inscrições de projetos e ações para serem realizadas atividades no estande da UFPel dentro da feira. O projeto de extensão intitulado “Pitadas Culinárias: promoção de nutrição e saúde para a comunidade” foi selecionado para estar no estande no dia 28 de julho de 2025.

Para a apresentação do Projeto na Fenadoce, foram desenvolvidas diferentes estratégias didáticas, contando com o apoio dos alunos do curso de Gastronomia e de Nutrição da Faculdade de Nutrição. Durante a atividade, os estudantes demonstraram técnicas de cortes em vegetais, utilizando como exemplos: cenoura (seis tipos de cortes), cebola roxa (dois cortes), cebola branca (cinco cortes) e batata (três cortes).

Além disso, foram levados diversos tipos de frutas e temperos, que serviram de base para explicações práticas. As frutas selecionadas, maçã, mirtilo, laranja, abacate, banana e kiwi, foram utilizadas para exemplificar os diferentes tipos de pigmentos naturais presentes nos alimentos, destacando também os benefícios nutricionais de cada um. No que se refere aos temperos, foram apresentadas variadas opções, acompanhadas de explicações sobre suas propriedades, benefícios à saúde e possibilidades de uso em diferentes preparações culinárias.

Essas atividades foram organizadas em três bancadas expositivas, disponibilizadas durante o horário destinado ao projeto. O objetivo foi despertar o interesse do público para explorar cada grupo de especiarias, possibilitando que os alunos apresentassem suas explicações, esclarecessem dúvidas e compartilhassem conhecimentos prévios e aprendessem com o público, trocando informação.

O objetivo central da atividade foi informar, ensinar e conscientizar o público sobre aspectos relacionados à alimentação saudável, unindo conhecimento técnico e prática culinária. Assim, buscou-se promover uma melhor compreensão acerca dos benefícios nutricionais dos alimentos apresentados, bem como oferecer alternativas de preparo que podem ser incorporadas ao dia a dia.

O registro da atividade foi feito em fotos, vídeos e um entrevista para Rádio Pelotense.

3. RELATOS E IMPACTOS GERADOS

A atividade realizada durante a 31ª Fenadoce contemplou exposição e demonstração prática. Foram organizadas bancadas temáticas que incluíram o corte e preparo de legumes, a apresentação de frutas acompanhada da explicação sobre seus compostos bioativos, além da exposição de temperos e especiarias que podem ser incluídas no cotidiano alimentar. Essa abordagem possibilitou que os visitantes não apenas observassem, mas também interagissem diretamente com

os alimentos, identificando cores, aromas, texturas e funções nutricionais associadas a cada grupo (Figura 1).



Figura 1. Atividade no estande da PREC na Fenadoce. A: Temperos e especiarias; B: Cortes diversos de vegetais; C: Cores dos compostos bioativos extraídos das frutas, verduras e legumes.

O corte de vegetais é uma das habilidades culinárias, que essenciais para o preparo de alimentos a partir de refeições caseiras. Estas habilidades tem sido referidas como a capacidade de realizar tarefas relacionadas com a preparação de alimentos e tudo que envolve os preparos prévios de seleção, limpeza, descasque e cortes específicos (TEIXEIRA et al., 2022), além de conhecimentos individuais na execução das tarefas culinárias relacionadas e também as diferentes formas e possibilidades de cocção dos alimentos, assim como o conhecimento sobre os diferentes tipos de alimentos e ingredientes, medidas caseiras e tempo de preparo (JOMORI et al., 2018). Isso tem se perdido ao longo do tempo e com avanço do consumo de alimentos ultraprocessados em detrimento de alimentos in natura e minimamente processados ou de refeições preparadas em casa (BRASIL, 2014).

A estante com a extração de compostos bioativos (Figura 1C) chamou bastante atenção do público que passava pelo estande. Os compostos biotivos presentes em frutas e vegetais são conhecidos pelo seu poder antioxidante e de prevenção de doenças crônicas não transmissíveis. As cores roxa e azul representavam as antocianinas, o alaranjado representava carotenoides e os brancos e amarelos representavam os compostos fenólicos, todos compostos que trazem benefícios à saúde e estão amplamente distribuídos em alimentos com frutas, vegetais e grãos (GULCIN, 2020).

Como forma de continuidade e de fortalecimento da comunicação, ao término da atividade foram entregues panfletos contendo divulgação do projeto por meio do Instagram. Essa estratégia buscou ampliar o alcance da iniciativa, manter o público engajado e interessado em futuras ações, além de criar um canal de aproximação a comunidade fora da universidade.

4. CONSIDERAÇÕES

O Projeto Pitadas Culinárias demonstrou o potencial da extensão universitária como estratégia para aproximar a comunidade do conhecimento científico, valorizando a identidade cultural e, ao mesmo tempo, promovendo práticas alimentares mais saudáveis e sustentáveis.

A experiência possibilitou o diálogo entre saberes populares e acadêmicos, fortalecendo vínculos entre universidade e sociedade. Além disso, contribuiu para sensibilizar o público em relação à importância do consumo de frutas nativas, temperos e preparações caseiras, estimulando escolhas alimentares mais conscientes. Do ponto de vista formativo, a participação ativa dos estudantes proporcionou o desenvolvimento de habilidades de comunicação, mediação e prática extensionista, reafirmando o papel da universidade como agente transformador na construção de uma alimentação que alia saúde, tradição e sustentabilidade.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ARAUJO, N.M.P. et al. Potential of Brazilian berries in developing innovative, healthy, and sustainable food products, **Sustainable Food Technology**, v. 2, n. 3, p. 506-530, 2024,

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira**. [S.l.]: [s.n.], 158 p

GULCIN İ. Antioxidants and antioxidant methods: an updated overview. **Archives of Toxicology**. v.94, n.3, p.651-715, 2020.

JOMORI, M. M.; DE VASCONCELOS, F. de A. G.; BERNARDO, G. L.; UGGIONI, P. L.; PROENÇA, R. P. da C. The concept of cooking skills: A review with contributions to the scientific debate. **Revista de Nutrição**, v. 31, n. 1, p. 119–135, 2018.

IPHAN. **Tradições Doceiras de Pelotas (RS) é reconhecida como Patrimônio Imaterial do Brasil**. 2018. Assessoria de Comunicação IPHAN. Acesso em: 18 de maio de 2025. Disponível em: <https://bit.ly/2KLZWjm>

LAVOR, F.I.G; et al. Extensão Universitária: conceituação, fundamentos e implementação. **Journal of Multidisciplinary Sustainability and Innovation**, , v. 1, n. 1, p. 5–11, 2023. Disponível em: <https://revistas.editora.ufcg.edu.br/index.php/msi/article/view/839>. Acesso em: 28 ago. 2025.

TEIXEIRA, A. R.; CAMANHO, J. S. P.; DA SILVA MIGUEL, F.; MEGA, H. C.; SLATER, B. Instrumento para mensurar habilidades culinárias domésticas na atenção primária à saúde. **Revista de Saúde Pública**, v. 56, p. 1–23, 2022.