

A Rota do Alimento

Instituição: IEE São João Batista

Cidade: - Herval/RS

Autores:

Professor: Jorge Luiz Gomes de Mattos.

Alunos: Sabrina dos Santos, Virginia Freitas

Ano/série: 1ª Ensino Médio

As pessoas assistem diariamente, pelos meios de comunicação, as constantes transformações necessárias para uma boa alimentação, que muitas vezes não estão de acordo com a realidade com que vivemos e necessitamos. Sabemos que é necessário acompanhar os avanços da tecnologia, mas devemos ter a consciência que precisamos mudar esta lógica para não acabarmos alienados ao sistema, nem ficarmos acomodados em determinadas áreas em que poderíamos associar as tecnologias em modos práticos para uma vida saudável, facilitando o bem-estar para a comunidade em que estamos inseridos. Nosso município é de clima subtropical, podemos encontrar as mais variadas culturas de alimentos e, com isso, podemos nos alimentar de maneira mais saudável além de sabermos a origem. Com isso podemos definir os compostos orgânicos e inorgânicos que precisamos para nosso organismo, através da composição dos alimentos, bem como através de aulas dinâmicas, expositivas e pesquisas, conhecer a realidade da cultura de nosso município em relação à cadeia produtiva, nas disciplinas de Biologia e Química, e através desses alimentos reconhecer os tipos de misturas. Por intermédio deste trabalho fomos orientados sobre as possíveis consequências que os maus hábitos alimentares estabelecidos na infância e na adolescência podem trazer para a nossa saúde no presente e no futuro, explorando também a nossa independência e capacidade de decidir, escolher, compreender nossa história de vida, as circunstâncias e os fatores que constituem o espaço em que vivemos. Com nossas práticas nos tornaremos o elo multiplicador das boas

ações de convivência no meio em que vivemos. Portanto, este projeto foi de extrema eficácia para a nossa aprendizagem.

Palavras-chave: Alimentação saudável, composição dos alimentos e importância dos alimentos.