



**APRESENTAÇÃO DOS PRODUTOS NATURAIS INTEGRAIS: um relato  
exitoso em um congresso internacional**

**Aurinete Barbosa Ferreira Melo, Kalina Lígia Souza, Manoela Cavalcanti e Araujo e Selma Cavenaghi Brisoti.** \*Estudantes do Curso Superior de Tecnologia em Gastronomia da Faculdade Senac PE. Marcos Alexandre de Melo Barros. Orientador. [\\*\\*ligiasouza63@hotmail.com](mailto:**ligiasouza63@hotmail.com)

**Introdução**

As fibras vegetais não são digeridas e nem absorvidas pelo organismo humano, mas possuem um papel fundamental na boa saúde, pois além de possuírem vitaminas auxiliam o trabalho dos intestinos, e contribuem na prevenção de sérias doenças. O objetivo do presente artigo é relatar uma atividade exitosa realizada no V Congresso Internacional de Tecnologia Educação que ocorreu no Centro de Convenções de Olinda, Pernambuco. Atualmente devido a necessidades de refeições rápidas e práticas a população deixou de lado a preocupação com a manipulação dos alimentos saudáveis, acarretando um grande aumento de doenças como diabetes, obesidade e doenças cardiovasculares e outras, sendo que muitas dessas doenças poderiam ser controladas com uma alimentação mais ricas em nutrientes.

**Referencial Teórico**

Para elaboração do presente trabalho foram feitas pesquisas voltadas a informações nutricionais relacionadas às fibras. As fibras promovem um funcionamento intestinal para melhorar o funcionamento do seu intestino e é fundamental que alguns hábitos sejam incorporadas no dia-a-dia: ter uma

alimentação balanceada e adequada em fibras; prefira alimentos integrais aos refinados, etc.



1 - Kalina manipulando a massa para a confecção de pão artesanal

## **Metodologia**

Foi estruturada toda a apresentação um dia antes do evento para a elaboração da massa dos pães, pastéis e o recheio. A cozinha e utensílios, antes de iniciar o trabalho, foram totalmente higienizados. Toda equipe usou o EPI (toucas, aventais, etc). Os pastéis e pães foram assados e devidamente refrigerados. Terminado o trabalho na cozinha, a equipe ocupou-se de preparar o material para apresentação, separação das farinhas, copos, tigelas, rolo de papel toalha, água, material de decoração: toalhas para mesa, trigos secos, explicações impressas sobre fibras e soja para serem coladas nas paredes e ajudarem na informação ao público. O chá para acompanhar a degustação foi preparado na manhã seguinte e acomodado junto com o material para a apresentação. No evento o grupo iniciou a explanação e sua importância à saúde, ao mesmo tempo foram distribuídos pastéis para os congressistas. Em seguida, aconteceu a primeira apresentação operacional dos pães, onde os visitantes mostraram grande interesse na execução e nas explicações, participando com perguntas e observações.

## **Resultados**

É importante salientar que através do trabalho apresentado, o público recebeu a informação que consumir esses produtos resultarão em efeitos benéficos à saúde. O método usado pela equipe foi uma pequena degustação de pastéis recheados com carne de soja, procurando mostrar que essa alimentação é totalmente viável e saborosa, como também a praticidade na manipulação desses materiais tanto para a confecção de pastéis, como para pães e pizzas. Durante todo o evento foi servido o chá-mate, com acerola e limão. Vale lembrar que durante o evento os visitantes assinaram a Ata de presença. O Stand recebeu muitas visitas, a maioria interessada nos valores nutritivos e na manipulação correta para um bom resultado como o mostrado através dos pastéis.

### **Considerações Finais**

Esse trabalho teve como objetivo divulgar a comunidade a importância do uso dos produtos naturais integrais que nos fornecem todos os nutrientes necessários a boa manutenção da nossa saúde. E demonstrar que é fácil sua manipulação com um possível resultado saboroso e por muitos apreciado.

### **Agradecimentos**

A todos que contribuíram para a apresentação desse trabalho, apoiando e orientando-nos: Professora Verônica que leciona Metodologia de Projetos Professor José Rodrigues que leciona Cozinha Fria Coordenadora do curso de Gastronomia Professora Deise Machado.

### **Web Referências**

[http://www.pucpr.br/servicos/programas\\_saude/dicas.php](http://www.pucpr.br/servicos/programas_saude/dicas.php)

<http://www.maeterra.com/index.php?secao=03b&codigo=2>

[http://www.sensiart.com/Paginas/Vegeteriana/Alimentos\\_Integrais.htm](http://www.sensiart.com/Paginas/Vegeteriana/Alimentos_Integrais.htm)