



## **QUALIFICA MULHER: DIFUSÃO DE TECNOLOGIAS PARA COMBATER DESPERDÍCIO DE ALIMENTOS E PROMOVER A GERAÇÃO DE RENDA**

**Autores/as:** Lumena Feitosa Duda (Universidade Federal da Paraíba; *lumenaduda@gmail.com*), Ana Clara Vieira de Medeiros (Universidade Federal da Paraíba;), Samara Andrade Santiago (Universidade Federal da Paraíba; *samarasant32@gmail.com*) e Ingrid Conceição Dantas Gonçalves (Universidade Federal da Paraíba; *ingridcdantas@gmail.com*)

### **RESUMO EXPANDIDO: Relato de experiência**

#### **Apresentação**

O desperdício de alimentos constitui um dos principais desafios globais contemporâneos, atingindo dimensões sociais, econômicas e ambientais relevantes. Estima-se que aproximadamente um terço da produção mundial de alimentos é desperdiçada, ao mesmo tempo em que milhões de pessoas enfrentam situações de insegurança alimentar (FAO, 2021). No contexto brasileiro, essa problemática se agrava diante das desigualdades sociais, impactando diretamente populações em situação de vulnerabilidade.

Nesse cenário, o aproveitamento integral de alimentos surge como estratégia eficaz para reduzir perdas, promover práticas alimentares sustentáveis e ampliar alternativas de geração de renda. A articulação entre extensão universitária e políticas públicas de segurança alimentar e nutricional permite que cozinhas comunitárias se consolidem como espaços educativos, de promoção da cidadania e de inclusão produtiva.

O presente trabalho relata a experiência do programa *Qualifica Mulher*, desenvolvido junto a mulheres em situação de vulnerabilidade social, no qual práticas de gastronomia sustentável foram aplicadas em oficinas teórico-práticas. A iniciativa buscou não apenas a transmissão de técnicas culinárias, mas também a valorização de saberes locais, a construção de consciência crítica sobre sustentabilidade e a promoção da autonomia econômica das participantes, reafirmando a extensão como instrumento de transformação social.

#### **Objetivos**

Relatar a experiência do programa Qualifica Mulher, mostrando como o aproveitamento integral de alimentos e práticas pedagógicas sustentáveis contribuíram para combater o desperdício e gerar renda para mulheres em situação de vulnerabilidade social.

## **Descrição da experiência**

Este relato considera as qualificações realizadas entre os anos de 2017 e 2024. As aulas ocorreram no Laboratório de Cozinha Experimental e no Laboratório de Panificação, Confeitaria e Bebidas do Departamento de Gastronomia da UFPB, bem como em seis cozinhas comunitárias pertencentes ao município de João Pessoa. As atividades foram desenvolvidas em dias previamente combinados, variando de terça a sexta-feira, sempre no turno da tarde. Os cursos foram ministrados por docentes e discentes do curso de Gastronomia da UFPB, vinculados ao grupo de pesquisa Alimentos e Gastronomia: Sustentabilidade e Desenvolvimento Regional. Ao todo, mais de 500 mulheres foram qualificadas nesse período.

Todas as participantes foram selecionadas pelo Centro de Referência e Assistência Social (CRAS) de João Pessoa. Do total, 52,3% encontravam-se desempregadas, 82,2% eram beneficiárias do programa Bolsa Família e 64,5% exerciam a função de chefes de família. Além desse público, também foram qualificadas mulheres que atuam na coleta de mariscos no município de Pitimbu, localizado no litoral sul da Paraíba, igualmente em situação de vulnerabilidade social.

Em todos os grupos, as qualificações iniciavam com oficinas de integração, estruturadas por meio de dinâmicas que tinham como objetivo proporcionar maior conforto às participantes. Somente a partir do segundo encontro eram desenvolvidas as atividades formativas propriamente ditas. As mulheres receberam instruções em diversas áreas, incluindo Higiene e Segurança de Alimentos, Noções de Conservação de Alimentos, Formação de Preços e Técnicas de Vendas, além de conteúdos voltados ao Aproveitamento Integral de Alimentos e à Sustentabilidade. Também foram ministradas oficinas específicas sobre o uso de partes usualmente não aproveitadas de vegetais, com destaque para a polpa do coco verde, e um curso direcionado à produção de bolos. Cada formação contou, em média, com cinco encontros, conduzidos a partir de uma abordagem teórico-prática, nos quais as alunas participavam ativamente da elaboração das preparações. Ao final de cada encontro, as produções realizadas eram degustadas pelas próprias participantes, consolidando a experiência prática.

## **Discussão**

As cozinhas comunitárias configuram-se como equipamentos públicos de Segurança Alimentar e Nutricional (SAN), voltados ao fornecimento de, pelo menos, uma refeição diária



a pessoas em elevado risco de insegurança alimentar, como era o caso das participantes deste projeto. Considerando que a refeição ofertada nesses espaços correspondia ao almoço, o período da tarde foi destinado ao desenvolvimento das atividades formativas com as alunas.

Essa organização facilitou a adesão ao curso, uma vez que não exigiu deslocamentos adicionais das participantes.

Todas as preparações ensinadas no âmbito das cozinhas foram reunidas no e-book *Coco verde: Receitas para combater o desperdício*, disponibilizado na biografia da página do Laboratório de Cozinha Experimental no Instagram (@labcoze). As qualificações foram orientadas por uma perspectiva de sustentabilidade, especialmente em razão do elevado consumo de água de coco em João Pessoa e do conseqüente descarte da polpa do coco verde, que constitui a matéria-prima das receitas propostas. Trata-se, portanto, de um insumo de baixo custo que, ao ser ressignificado, tornou a produção culinária mais acessível para fins de comercialização. Como desdobramento, foi criado o grupo de economia solidária denominado *Donas do Coco*, formado por participantes do projeto.

No caso específico das marisqueiras, estas receberam formação voltada à produção de salgados. O curso foi desenvolvido em articulação com o Programa Mulheres Mil, do Ministério da Educação, e contou com carga horária de 160 horas. Além da prática em gastronomia, a formação contemplou conteúdos relacionados à cidadania, gênero e direitos da mulher, bem como direitos e deveres dos trabalhadores, entre outros aspectos.

As comunidades periféricas, em especial aquelas em situação de vulnerabilidade social, demandam ações que contribuam para a melhoria da qualidade de vida, como o acesso a uma educação de qualidade, a qualificação profissional e a inserção no mercado de trabalho, elementos essenciais para a transformação da realidade dessas mulheres (PEREIRA et al., 2024). Nesse sentido, as atividades de qualificação mostraram-se igualmente relevantes para a formação cidadã dos estudantes de gastronomia envolvidos, que puderam aplicar na prática os conhecimentos adquiridos na universidade em um processo de troca de saberes com a comunidade.

### **Considerações Finais**

A experiência apresentada demonstra que iniciativas de qualificação profissional voltadas ao aproveitamento integral de alimentos constituem estratégias eficazes tanto para a redução do desperdício quanto para a promoção da autonomia econômica de mulheres em



contextos de vulnerabilidade. Ao articular sustentabilidade, inclusão social e geração de renda, o projeto reafirma o papel transformador da extensão universitária e das políticas públicas de segurança alimentar. Nesse sentido, reforça-se a importância de ampliar e consolidar programas que unem formação técnica, consciência cidadã e práticas sustentáveis, de modo a contribuir para a redução das desigualdades sociais e para a construção de comunidades mais resilientes.

### **Referências**

FAO – Food and Agriculture Organization of the United Nations. *Food Loss and Waste Database*. Rome: FAO, 2021. Disponível em: <http://www.fao.org>. Acesso em: 08 set. 2025.

FREIRE, P. *Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa*. São Paulo: Paz e Terra, 1996.

GUSTAVSSON, J. et al. *Global food losses and food waste: extent, causes and prevention*. Rome: FAO, 2011.

PEREIRA, J. S; COSTA, E. A; BASTOS, R. M. S; MARTINS, N; BONVINI, P. R. Gastronomia social: qualificação profissional, terapia e promoção do empreendedorismo feminino. *Conexões – Ciência e Tecnologia*, v. 18, 2024.

**PALAVRAS-CHAVE:** Aproveitamento integral, Sustentabilidade e **(falta uma terceira palavra)**

**Fonte(s) de financiamento/apoio:**