



13ª FEBRAT

Ciclo Sustentável: A Interseção entre Compostagem e Reaproveitamento de Alimentos na Comunidade

Nomes dos(as) Estudantes: Cecília Forti Cosenza França, Gabriel Matheus Freitas Magalhães , Júlia Carneiro Gomes, Laura Tavares Alvarenga, Marina Botelho dos Santos Amaral, Vitória Ribeiro Alvim

Professor(a) Orientador(a): Elaine Cris Lage, Alessandra Mirtes Marques Neves Gonçalves

Escola: Colégio Espanhol Santa Maria Minas unidade - Cidade Nova

Município/Estado: Belo Horizonte/MG

Nível de Ensino: Ensino Médio

Introdução

O surgimento do projeto intitulado " Ciclo Sustentável: A Interseção entre Compostagem e Reaproveitamento de Alimentos na Comunidade" decorre do interesse compartilhado entre os integrantes do grupo em relação à culinária e à busca por soluções para a problemática do baixo reaproveitamento de alimentos. A questão do desperdício alimentar se tornou uma pauta recorrente entre os participantes, motivando a iniciativa conjunta de desenvolver uma proposta que contribua para a minimização desse desafio. Com foco em soluções práticas aplicáveis no cotidiano de pessoas e famílias de baixa renda, que enfrentam diariamente a insegurança alimentar, foram identificadas alternativas para o reaproveitamento integral dos alimentos. Isso abrange não apenas o uso completo dos ingredientes durante a preparação das

receitas, mas também a implementação da compostagem como aliada do projeto.

Metodologia

Para exemplificar nosso projeto, utilizaremos um legume frequentemente descartado em nosso país: a batata inglesa. De acordo com a Associação Brasileira da Batata (ABBA), cerca de 40% de sua produção é jogada fora. Nossa proposta visa maximizar o aproveitamento desse alimento. A batata será utilizada para a preparação de um purê, enquanto suas cascas, devidamente higienizadas, serão transformadas em chips crocantes. A água do cozimento, rica em amido, será reaproveitada como base para um caldo, evitando o desperdício desse líquido.

Além da batata, também selecionamos a abóbora para o projeto, outro alimento frequentemente desperdiçado. O miolo da abóbora será utilizado na preparação de um escondidinho. As sementes, após serem lavadas e secas, serão incorporadas a uma granola caseira. Por fim, a casca, que geralmente não é reaproveitada, será destinada à composteira que será instalada em nosso colégio. Em parceria com a professora responsável, montaremos uma composteira disponível para que estudantes, professores e demais profissionais possam descartar corretamente seus resíduos orgânicos, reduzindo a quantidade de lixo e reaproveitando a matéria orgânica. A terra adubada produzida será utilizada na horta escolar.

Resultados e Discussão

As práticas realizadas demonstram a relevância desse experimento para o cotidiano de diversas famílias e para a atual situação ambiental. A experiência evidenciou que é possível atribuir um novo significado a alimentos frequentemente descartados. O que antes era considerado resíduo pode ser transformado em receitas criativas, saudáveis e sustentáveis, contribuindo para a redução da poluição do planeta e auxiliando famílias de baixa renda, para as quais a escassez de alimentos é uma realidade cotidiana.

No caso da batata, todas as partes foram utilizadas: um purê foi preparado com a parte principal do alimento, chips crocantes foram feitos com as cascas, e a água do cozimento foi reaproveitada como base para um caldo nutritivo. Assim, nenhum material foi desperdiçado, e o sabor final surpreendeu positivamente.

Para a abóbora, o aproveitamento também foi quase total. A polpa foi transformada em um prato saboroso, podendo ser preparado como purê ou refogado. As sementes, frequentemente descartadas, foram convertidas em uma granola rica em nutrientes. A casca, que não foi utilizada na preparação dos alimentos, foi separada para o processo de compostagem, contribuindo para a redução do lixo orgânico e a fertilização do solo.

Além de aprender novas receitas, esse processo possibilita uma visão de que é viável cozinhar de forma saborosa e consciente, preservando o meio ambiente e reduzindo o desperdício. Assim, torna-se evidente que, com pequenas mudanças, é possível fazer a diferença por meio de pratos gostosos e práticos para o dia a dia.

Considerações Finais

De acordo com o Programa das Nações Unidas para o Meio Ambiente (PNUMA), mais de um bilhão de refeições são desperdiçadas diariamente em todo o mundo. Simultaneamente, um relatório do Estado da Segurança Alimentar e Nutrição no Mundo (SOFI) de 2024 aponta que a fome atinge 733 milhões de pessoas, o que representa aproximadamente uma em cada 11 pessoas no planeta. Esses dados evidenciam uma relação direta entre o desperdício de alimentos e a insegurança alimentar global.

Diante desse cenário, os experimentos realizados revelaram que é possível ressignificar os alimentos de maneira criativa e sustentável. As alternativas incluem o aproveitamento integral dos ingredientes por meio de receitas simples e nutritivas, além do uso de resíduos orgânicos para a compostagem comunitária. Essas práticas não apenas promovem a

saúde coletiva, mas também fortalecem uma cultura de consumo mais consciente e responsável.

Fontes de Pesquisa (Referências)

ABREU, *et al.* Avaliação do desperdício alimentar na produção e distribuição de refeições de um hospital de São Paulo. **Rev. Simbio-Logias**, V.5, n.7, Dez/2012.

Descartes de batata. **Revista Batata Show**, edição 19, 2025. Disponível em: <<https://www.abbabatatabrasileira.com.br/materias-das-revistas/descartes-de-batata/>>. Acesso em: 25 jun. 2025.

Mundo joga fora mais de 1 bilhão de refeições por dia. **UNEP**, 2021. Disponível em : <<https://www.unep.org/pt-br/noticias-e-reportagens/comunicado-de-imprensa/mundo-joga-fora-mais-de-1-bilhao-de-refeicoes-por-dia>>]. Acesso em: 25 jun. 2025.

SECRETARIA DE COMUNICAÇÃO SOCIAL (SECOM). Mapa da fome da ONU: insegurança alimentar severa cai 85% no Brasil em 2023. Governo do Brasil, 2024. Disponível em: <<https://www.gov.br/secom>> Acesso em: 25 jun. 2025.

MARCHETO, *et al.* Avaliação das partes desperdiçadas de alimentos no setor de Hortifruti visando seu reaproveitamento. **Rev. Simbio-Logias**, V.1 , n.2 , Nov/2008.

SILVA, Maria da. Avaliação das partes desperdiçadas de alimentos no setor de nutrição. **Revista de Nutrição da UNESP**, 2023. Disponível em: <<https://www1.ibb.unesp.br/Home/Departamentos/Educacao/Simbio-Logias>> Acesso em: 01 ago. 2025.