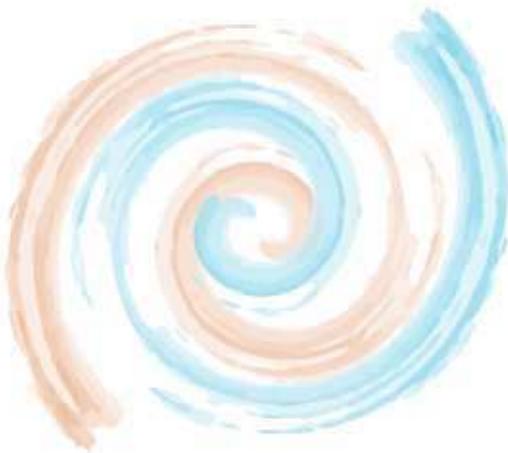


SEMINÁRIO UNIVERSIDADE SOCIEDADE

SEMANA KIRIMURÊ 2012
31/10 - 01/11 • CACHOEIRA - BAHIA



Popularização de Kefir no Recôncavo da Bahia: um Relato de Experiência

Edleuza Oliveira Silva,ⁱ Adna de Oliveira Barbosa, Carla
Alves Barbosaⁱⁱ, Ferlando Lima Santosⁱⁱⁱ,

INTRODUÇÃO

Embora o kefir seja considerado alimento probiótico, existem poucos trabalhos que incentivem a sua utilização, sobretudo em comunidades. O kefir ainda é pouco conhecido no Brasil e também não é comercializado no mercado. Este alimento pode ser preparado em casa, de forma artesanal, oferecendo vários benefícios funcionais. O kefir é uma bebida funcional probiótica resultante da dupla fermentação do leite pelos grãos de kefir. Estes, por sua vez, representam uma associação simbiótica de bactérias e leveduras que conferem à bebida uma característica sensorial agradável e de boa aceitação. Comparados aos produtos do mercado com essa mesma propriedade, o kefir, apesar de ser um produto com características funcionais, apresenta-se como um produto nutritivo, de baixo custo e fácil preparo (SANTOS, 2012; WESCHENFELDER, 2011). Neste sentido, esse projeto pode atuar na promoção de práticas alimentares saudáveis, a partir de estratégias participativas que pretende desencadear mudanças na qualidade de vida de uma comunidade do município de Santo Antonio de Jesus, o qual reproduz como a maioria dos municípios do Nordeste, concentração de renda e desigualdade sociais, marcas históricas da nação brasileira, e, por conseguinte, apresenta parcelas da sua população com insegurança alimentar. Assim, o objetivo do presente trabalho

foi desenvolver práticas alimentares promotoras de saúde, mediante a popularização do kefir entre famílias de baixa renda. De modo geral, a popularização dos grãos de kefir, sobretudo na população de baixa renda, estimularia o consumo de alimentos funcionais, atuando na promoção de saúde e na prevenção de doenças prevalentes, sobretudo das doenças diarréicas.

METODOLOGIA

Trata-se de um subprojeto do projeto de extensão “Produção de alimentos fermentados com grãos de quefir para o autoconsumo de famílias de baixa renda da cidade de Santo Antônio de Jesus, aprovado pelo PROEXT MEC-SESu/2011.

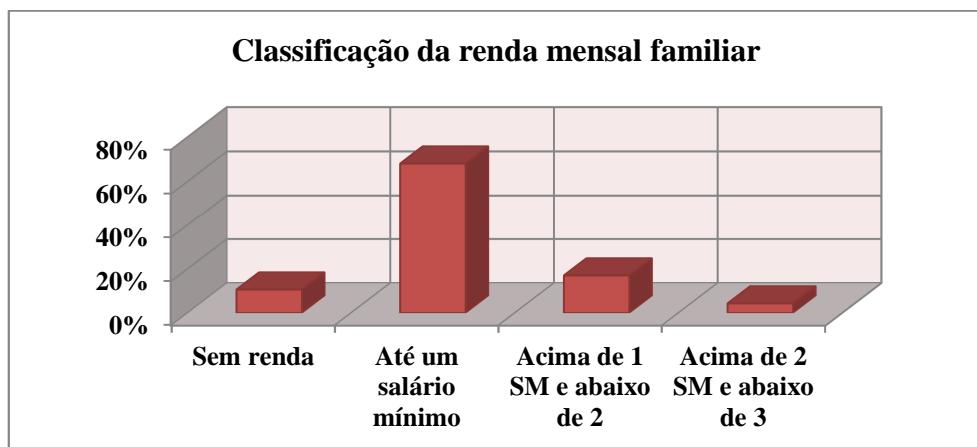
Utilizou-se como referencial teórico aspectos e princípios da educação alimentar e nutricional e da pedagogia da problematização. O público-alvo foram 50 famílias selecionadas por sorteio beneficiárias do Programa Bolsa Família (PBF) de um bairro da cidade de Santo Antônio de Jesus. Foram realizadas as seguintes atividades: Planejamento junto aos atores-chave da comunidade; Mobilização da comunidade, que consistiu em: visita domiciliar, convidando as famílias para uma oficina, degustação de uma bebida láctea a base de kefir e aplicação de questionários sobre condições socioeconômicas e de alimentação para apropriação da realidade das famílias selecionadas; Preparação de material educativo; Realização de oficina comunitária, composta por roda de conversa, apresentação conceitual do kefir, observação do preparo do kefir e degustação de preparações a base de kefir; Doação de grãos de kefir a todos os participantes da oficina, mediante visitas domiciliares. O planejamento das ações teve como atores-chave os docentes e discentes do projeto, os profissionais de saúde da Unidade de Saúde da Família (USF) do Bairro, a coordenadora do Centro de Referência de Assistência Social (CRAS) e a responsável pela creche comunitária do bairro.

RESULTADOS

A mobilização da comunidade ocorreu mediante o apoio dos Agentes Comunitários de Saúde da USF sendo os seus representantes convidados e entrevistados. Durante a mobilização foram localizadas 47 das 50 famílias selecionadas. Aproximadamente 97,9% dos participantes eram do sexo feminino. O maior percentual (61,7%) compreendia a faixa etária de 18 a 40 anos. Cerca de 91,5% tinha casa própria e apenas 8,5% alugava o imóvel, sendo que a maioria (76,6%) tinha 4 pessoas ou mais morando na casa e 68,1% recebiam até um salário mínimo (figura 1). De acordo com a classificação econômica da Associação Brasileira

de Estudos Populacionais (ABEP) 4,25% pertenciam à classe D e a maioria 95,75% pertencia à classe E. Esses dados explicam porque essas famílias são beneficiárias do PBF.

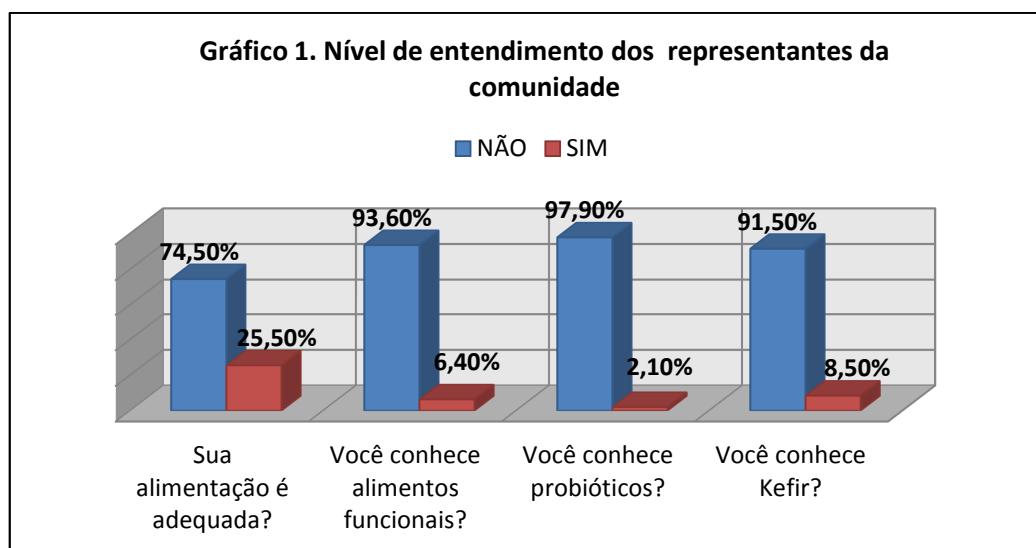
Figura 1.



*SM: Salário Mínimo

Quanto à alimentação, 44,6% dos entrevistados relataram que gostariam de consumir mais frutas e verduras, sendo que 74,50% afirmou que não tinha uma alimentação adequada. A maioria dos entrevistados relatou não conhecer alimentos funcionais (93,60%), probióticos (97,90%) e kefir (91,50%) conforme dados demonstrados no gráfico 1.

Figura 2.



Dos 47 convidados, apenas 05 compareceram à oficina. Esse resultado aponta limitações na estratégia de mobilização e planejamento da oficina. Entretanto, outros beneficiários do PBF compareceram à oficina, além de profissionais de saúde da USF e outros moradores do bairro, totalizando 19 pessoas da comunidade. Durante a roda de conversa os participantes partilharam experiências e percepções relacionadas ao Direito Humano à Alimentação Adequada (DHAA), Alimentação Saudável, Alimentos funcionais e Produção artesanal de kefir, convergindo para a importância de lutar pela consecução do DHAA e a promoção de ações comunitárias para a inclusão de novos alimentos saudáveis e acessíveis, a exemplo do kefir. Todos os participantes demonstraram interesse em consumir o kefir, sendo agendadas as visitas domiciliares para a entrega dos grãos e a preparação. Dos 19 participantes 17 foram contatados, visitados em seus domicílios e receberam grãos de kefir, sendo auxiliados no preparo do primeiro leite fermentado a base de kefir para inclusão na alimentação da família. Mediante acompanhamento por telefone, registra-se que todos os dezessete participantes estão consumindo o kefir. Estão fazendo preparações com o kefir em suas próprias casas utilizando-o com frutas, para o lanche e até para as crianças levarem pra escola. Vale ressaltar que esse projeto terá continuidade, visando garantir a incorporação do kefir na alimentação da comunidade e que os participantes dessa primeira etapa do projeto serão agentes multiplicadores do consumo e doação dos grãos de kefir para outros moradores da comunidade. Após esse momento de incorporação do kefir à dieta das famílias, pretende-se desenvolver projetos, junto com a comunidade, para gerar renda, através da produção e venda de produtos a base de kefir, os quais serão produzidos pelos próprios moradores da comunidade, com o auxílio dos docentes e discentes que fazem parte do projeto. Ressalta-se que essa iniciativa representa uma forma de fortalecimento do vínculo comunidade universidade.

CONCLUSÃO

As atividades educativas promoveram na população uma maior compreensão sobre os direitos constitucionais e conhecimento básico sobre alimentação e nutrição, enfocando a relação do Kefir com a saúde e a alimentação humana. Dessa mesma forma, contribuiu também para aproximar os estudantes de graduação com a comunidade, desenvolvendo habilidades de comunicação com os segmentos populacionais, além de estimular o espírito crítico dos estudantes à atuação profissional pautada na cidadania e na função social da universidade na promoção da saúde, principalmente nas comunidades de baixa renda.

REFERÊNCIAS

SANTOS, F.L, SILVA, E.O, BARBOSA, A.O, SILVA, J.O. Kefir: uma nova fonte alimentar funcional? **Diálogos & Ciência**. Online. Disponível em <<http://www.dialogos.ftc.br/>>. Acesso em: 27 março, 2012.

WESCHENFELDER, S.; Caracterização físico-química e sensorial de kefir tradicional e derivados. **Arq. Bras. Med. Vet. Zootec.**, v.63, n.2, p.473-480, 2011

ⁱ Profa. Ms. da Universidade Federal do Recôncavo da Bahia. E-mail: edleuza@ufrb.edu.br

ⁱⁱ Discentes da Universidade Federal do Recôncavo da Bahia

ⁱⁱⁱ Prof. Dr. da Universidade Federal do Recôncavo da Bahia