

# SESI - RJ

## Projeto Cozinha Brasil

### Eixo temático

- Público Interno
- Comunidade e Sociedade

### Data de início

Março de 2005

### Principal objetivo da prática

O Programa SESI Cozinha Brasil é uma das ações de responsabilidade social do Sistema Firjan que tem como objetivo contribuir para uma alimentação saudável e a redução do desperdício de alimentos, por meio do processo de educação alimentar e nutricional.

### Motivação

A ideia do Cozinha Brasil surgiu a partir do “Alimente-se Bem”, programa desenvolvido pelo Departamento Regional do SESI-SP. Seus princípios foram determinados com base em pesquisas realizadas por nutricionistas da entidade, que verificaram hábitos alimentares no Estado, preço dos alimentos e teor nutritivo. Observaram, também, grande desperdício de partes importantes dos alimentos, na maioria das vezes por desconhecimento de suas propriedades e possibilidades culinárias. A partir dessas informações, foram desenvolvidas receitas que utilizam cascas, talos, folhas e ramos e dão origem a pratos saborosos, saudáveis, nutritivos e econômicos.

De acordo com a Pesquisa de Orçamento Familiar (POF 2002-2003), do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), a ingestão diária de frutas, legumes e verduras, para mais de 90% da população brasileira, está abaixo dos níveis recomendados pelo Ministério da Saúde (400 gramas). Cada dia mais, a tradicional dieta à base de arroz e feijão é combinada a alimentos com poucos nutrientes e muitas calorias.

### Descrição da prática

O Cozinha Brasil é um curso de educação alimentar e nutricional ministrado por nutricionistas. Para facilitar a apropriação do conhecimento, utiliza a culinária como instrumento educativo, com linguagem e metodologia de fácil compreensão, ligados ao dia a dia do público, dinâmicas de grupo e degustações.

Entre os temas abordados estão os alimentos e suas funções, alimentação equilibrada, rotulagem nutricional, higiene, conservação e aproveitamento integral dos alimentos. Os participantes aprendem a transformar cascas, talos, folhas e sementes em pratos saborosos e ricos em nutrientes. As receitas são feitas de acordo com as diversidades regionais e alimentos típicos de cada localidade.

Os cursos, gratuitos e com carga horária de 10 horas, são solicitados por organizações não governamentais, instituições religiosas, empresas, poder público, centros culturais, escolas, entre outras entidades e associações. O papel desses parceiros é de extrema importância, por serem responsáveis por divulgar a atividade, formar turmas, inscrever os alunos e fornecer a estrutura necessária em sua comunidade (uma cozinha e uma sala próxima que acomode os alunos ou espaço físico para a instalação de unidades móveis do programa).

## Parcerias

Entre municípios, empresas, sindicatos, associações, ONGs, instituições religiosas, universidades, escolas, hospitais, supermercados, creches, comunidade e órgãos públicos, o programa conta com mais de 500 parceiros. Além disso, as indústrias do Estado do Rio de Janeiro apoiam as atividades como investimento social privado.

## Investimento

Desde 2005, foram investidos cerca de R\$ 2 milhões, no Estado do Rio de Janeiro. Entre os recursos despendidos está o investimento em:

- contratação e treinamento de nutricionistas e auxiliares de cozinha;
- manutenção da unidade móvel disponibilizada pelo Departamento Nacional do SESI, para atendimentos em locais distantes;
- compra de insumos, equipamentos e utensílios para a realização do curso;
- hospedagem e transporte;
- material didático.

## Ferramentas de gestão

- Visitas de supervisão aos locais onde os cursos são realizados;
- Avaliação geral do curso.

## Resultados e benefícios

Em oito anos, o programa contabiliza:

- Cerca de 48 mil atendimentos no Estado do Rio de Janeiro;
- Mais de 860 mil atendimentos em todo o Brasil;
- Quase 2 mil municípios percorridos no país;
- Participação no Congresso Internacional de Alimentação & Nutrição – World Nutrition e no Congresso Brasileiro de Nutrição (Conbran), entre outros;
- Participação na Feira de Sustentabilidade Italiana Fa’La Cosa Giusta, em 2012 e 2013.

Para mensurar os impactos sociais e econômicos do programa, o SESI realizou pesquisa nas comunidades atendidas. Os dados comprovaram que as mudanças nos hábitos alimentares e a utilização quase integral dos alimentos são decisivas para combater o desperdício.

De acordo com o estudo, a maioria dos alunos não possuía o hábito de utilizar cascas na alimentação (66%) ou fazer refeições no próprio domicílio (58,58%). O levantamento constatou também a evolução dos alunos em relação ao desperdício de alimentos. Considerando o universo de participantes dos cursos em todo o país, o retorno é de R\$ 7,19 para cada R\$ 1,00 investido no programa.

Pelo êxito que vem obtendo, o Cozinha Brasil foi qualificado pela Organização das Nações Unidas para Alimentação e Agricultura (FAO) como uma tecnologia social a ser replicada em outros países, por sua importância no combate à fome e ao desperdício.

## Contato

**Nome:** Ana Cristina Madeira Nascimento

**E-mail:** [anascimento@firjan.org.br](mailto:anascimento@firjan.org.br)

## Dados da empresa

**Nome:** SESI - RJ – Serviço Social Indústria do Rio de Janeiro

**Setor:** Entidade Empresarial

**Porte:** Grande

**Localização:** Rio de Janeiro

**Website:** [www.firjan.org.br](http://www.firjan.org.br)