

ESTRATÉGIAS DE APROVEITAMENTO INTEGRAL DE ALIMENTOS COMO ALTERNATIVA PARA REDUÇÃO DO DESPERDÍCIO: UMA REVISÃO DE LITERATURA

Verônica Nogueira Jesus Santos¹; Angélica Fagundes Carneiro²

¹Graduanda em Nutrição (FAMAM), FAMAM, velnjs.linda@gmail.com;

²Mestra (UFRB), angelica.nfc@hotmail.com

Toneladas de alimentos são descartados por ano no mundo e dentre uma das possibilidades já existentes para evitar o desperdício, destaca-se o aproveitamento integral de alimentos que constitui-se da utilização total do alimento e de todas as suas partes, principalmente das partes que são descartadas no preparo de refeições para o consumo humano, sendo elas: cascas, talos, sementes e folhas. Sendo assim, o objetivo geral do presente trabalho foi identificar na literatura científica estratégias de aproveitamento de partes não convencionais de alimentos contribuindo para a redução do desperdício. Os objetivos específicos foram: avaliar quais partes desses alimentos são mais descartadas e por quais motivos; demonstrar de quais formas pode ser feito o aproveitamento desses alimentos que convencionalmente são descartados; destacar e apresentar receitas e ideias inovadoras que utilizam integralmente os alimentos e abordar a importância do aproveitamento integral de alimentos. Tratou-se de uma revisão integrativa da literatura com abordagem qualitativa. Foi realizada uma busca nas bases de dados SciELO, LILACS, CAPES e BVS no período de julho a agosto de 2021 a partir dos descritores: Aproveitamento integral, reaproveitamento de alimentos e desperdício de alimentos tendo como critérios de inclusão e exclusão artigos publicados nos idiomas inglês e português, artigos publicados e indexados nos referidos bancos de dados nos últimos 10 anos e artigos publicados na íntegra que retrataram a temática referente a revisão integrativa da literatura. Realizou-se uma busca eletrônica nas bases de dados através de uma análise mais detalhada a fim de buscar respostas para a síntese qualitativa, que permitiu a localização de 612 artigos, porém aplicando-se os critérios de inclusão e exclusão e após a remoção de duplicatas restaram 258 artigos. Desses 258 estudos, 56 foram selecionados, mas apenas 35 foram considerados elegíveis. Após a leitura, 20 artigos foram selecionados para compor esse revisão de literatura, sendo 8 deles encontrados na base de dados Scielo correspondendo a 40%, 5 deles na base de dados BVS correspondendo a 25%, 6 deles na base de dados CAPES correspondendo a 30% e 1 na base de dados LILACS correspondendo a 5%, assim foram definitivamente incluídos para a leitura na íntegra e síntese qualitativa em que os resultados evidenciaram que as cascas e sementes de alimentos são as partes mais descartadas e isto se dá pela falta de conhecimento da população sobre os nutrientes existentes nessas partes. Desta forma, as estratégias utilizadas nos estudos para redução do desperdício através do aproveitamento de alimentos é a utilização desses resíduos e partes de alimentos para a formulação de novos produtos e farinhas com alto teor nutricional, além disso, essas farinhas podem ser acrescentadas a preparações aumentando o valor nutricional, o que contribui para elevar o teor de fibras e compostos bioativos.

Palavras-chave: Aproveitamento integral. Reaproveitamento de alimentos. Desperdício de alimentos.