



PREFEITURA DE  
**Alto Alegre  
do Pindaré**  
Juntos para *fazer muito mais*

Avenida João XXVIII, 5/N - Centro  
Alto Alegre do Pindaré - MA, CEP: 65398-000  
pmaap.pmaap01@gmail.com  
www.altoalegredopindare.ma.gov.br  
CNPJ: 01.612.832/0001-21

## RELATÓRIO DA PALESTRA: REDUÇÃO DE PERDAS E DESPERDÍCIO DE ALIMENTOS

DRA. ADÉLIA WAQUIM SOUSA ALVES

ALTO ALEGRE DO PINDARÉ -MA, 26 DE SETEMBRO DE 2025.

## 1. OBJETIVO GERAL

Promover a conscientização de crianças (7 a 8 anos) sobre a importância da redução das perdas e do desperdício de alimentos, incentivando práticas responsáveis no dia a dia.

## 2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Ensinar às crianças o que é desperdício de alimentos e suas consequências;
- Incentivar hábitos de consumo consciente, como servir apenas o que vai comer;
- Estimular atitudes de valorização do alimento, entendendo o trabalho envolvido na produção;
- Desenvolver a responsabilidade individual e coletiva na preservação dos recursos naturais;
- Despertar o senso de solidariedade e partilha, mostrando que o desperdício pode impactar outras pessoas;

## 3. JUSTIFICATIVA

O desperdício de alimentos é um dos maiores problemas enfrentados atualmente, tanto no Brasil quanto no mundo. Ele traz consequências ambientais, sociais e econômicas, como o aumento da fome, do lixo e do gasto de recursos naturais. Trabalhar este tema com crianças em idade escolar é essencial para formar cidadãos conscientes, que compreendam desde cedo a importância de respeitar e valorizar o alimento, contribuindo assim para um futuro mais sustentável.

## 4. METODOLOGIA

A palestra foi conduzida de forma lúdica e interativa, com:



- História ilustrativa (Magali e o Mistério do Prato Cheio) para facilitar a compreensão;
- Exemplos práticos do cotidiano das crianças (Hora da merenda, sobras de comida em casa, importância de guardar para comer depois);
- Diálogo e perguntas para estimular a participação ativa de cada um;
- Recursos Visuais (imagens, personagens da turma da Mônica e comparações divertidas para manter o interesse e facilitar a memorização);

## 5. CONCLUSÃO

A palestra atingiu seu objetivo ao sensibilizar as crianças sobre a importância de evitar o desperdício de alimentos. Houve grande interesse e participação do público, que demonstrou compreensão do tema e alegria em aprender. Espera-se que o conhecimento adquirido seja colocado em prática no ambiente escolar e familiar, gerando mudanças positivas nos hábitos alimentares e fortalecendo valores de responsabilidade, respeito e solidariedade.

*Adélia W. S. Alves*  
ADÉLIA WAQUIM SOUSA ALVES  
NUTRICIONISTA /CRN 11 7179

26109125