

# Comunica UNIRIO



Informativo da Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro destinado aos servidores

Coordenadoria de Comunicação Social (Comso) - 21 de outubro de 2015

## Como aproveitar melhor os alimentos e evitar o desperdício?

O aproveitamento integral dos alimentos é uma prática defendida há algumas décadas como forma de minimizar o enorme desperdício de alimentos, e os prejuízos causados por esta prática. Além disso, partes normalmente descartadas de frutas, legumes e hortaliças são fontes de nutrientes como vitaminas, minerais e outros.

Entretanto, a utilização integral dos alimentos nos domicílios ainda é restrita, em grande parte, a populações carentes que aprendem em projetos comunitários formas diversas de processar esses alimentos, ou a nichos específicos da população, como os adeptos da linha fitness.

Nesta quinta-feira, **22 de outubro**, a nutricionista Monica Cristine Pereira dos Santos abordará a questão no ciclo de palestras Alimentação e Saúde, promovido pelo Programa de Pós-Graduação em Alimentos e Nutrição (PPGAN).

A palestra terá início **às 12h30** e acontecerá na sala do PPGAN, subsolo do prédio da Nutrição, localizado na **Av. Pasteur, 296, Urca**. O evento é gratuito e aberto a todos os interessados.

