

## Desenvolvimento

Os alimentos apodrecem devido à presença de bactérias neles e no ar; por isso, eles devem estar cobertos quando forem guardados. As bactérias mofam o pão, azedam o leite, estragam as carnes, ovos, frutas e verduras.

As bactérias agem mais rápido quando faz calor e agem mais lentamente quando colocamos os alimentos em local frio ou na geladeira.

Muitas bactérias morrem quando os alimentos são cozidos. Os alimentos crus podem contaminar os cozidos e por isso devem ser guardados em local separado (as bactérias presentes nos alimentos crus podem passar para os alimentos cozidos).

Os alimentos frescos e saudáveis nos proporcionam saúde, enquanto os estragados causam doenças e podem até matar.

Os alimentos consumidos ainda frescos são mais saborosos e nutritivos.

Muitos alimentos trazem impressas na embalagem as datas de fabricação e de validade. Não devem ser colocados à venda nem comprados os alimentos com data de validade vencida pois eles podem estar estragados.

Moscas, ratos, baratas e outros animais comem alimentos e restos de comida e podem transmitir doenças ao homem. Os alimentos devem ser devidamente embalados antes de serem guardados e os restos de comida também devem ser embalados antes de irem para o lixo, assim, é mais difícil esses bichos terem acesso aos alimentos.

Boa parte do lixo que se joga nas ruas e no campo é formada por embalagens de alimentos: papéis de doces, latas de bebidas, saquinhos... muita gente também descarta alimentos. O lixo de restos de comida é sujo e atrai animais como urubus e ratos.

Para comer bananas e chupar laranjas é preciso descascá-las, mas podemos comer muitas frutas com casca, como maçãs, morangos e pêras, lavando-as antes muito bem. Nesse caso, quase não sobram restos. Muitas verduras também não precisam ser descascadas, basta lavá-las bem. As cascas das batatas e das cenouras possuem vitaminas que nos são úteis.

Muitas sobras de frutas e de verduras podem ser aproveitadas de outras maneiras. Há quem faça geléias e sucos das cascas de frutas, e sopa das cascas de muitas verduras. As sobras podem alimentar muita gente faminta em nosso país. Existem pessoas que usam cascas e folhas de vegetais para adubar o solo e as plantas ou até mesmo para alimentar os porquinhos no sítio.

Deve-se ter um cuidado ainda maior com os restos de carnes e de peixe pois eles estragam muito depressa, cheiram mal e atraem moscas e outros transmissores de doenças. Cachorros e gatos podem adoecer se comerem desses restos estragados.

As carnes e o peixe que sobram de uma refeição podem ser reaproveitados. Muita gente faz com eles croquetes, bolinhos de carne, tortas salgadas, risotos, sopas, farofas, entre outros. Às vezes sobra comida que não dá para ser aproveitada por nós, mas que serve para alimentar animais domésticos. Cães e gatos podem comer carnes e peixe se antes tirarmos os ossos pequenos e as espinhas. Migalhas de pão, cascas de frutas e verduras servem de alimento para as aves.

E os restos de alimentos jogados no lixo, para onde vão? Em muitos países, incluindo o Brasil, o lixo doméstico é despejado em aterros sanitários, que são buracos de terra onde joga e se queima o lixo. O lixo é achatado por máquinas e, no fim do dia, é coberto com uma camada de terra para evitar a aproximação de moscas e ratos. Em alguns lugares, o lixo é queimado em incineradores, que transformam os restos em cinzas. As cinzas podem ser aproveitadas na construção de estradas e o calor proveniente da queima do lixo pode, entre outras coisas, gerar eletricidade.

É inevitável jogar fora alguns restos de alimentos, mas muita gente desperdiça alimento bom. Há quem compre mais comida do que o necessário e uma parte acaba se estragando, pois fica guardada por muito tempo. Outros põem no prato mais comida do que conseguem comer e ela acaba indo para o lixo. Tome cuidado para não encher seu prato exageradamente e deixar restos. É melhor você se servir de uma pequena porção e pedir mais quando acabar de comê-la.

**PLANO DE AULA**

**Tema:** Meio ambiente e alimentação

**Data:**

**Ano:** 5º a 9º

**Professor(a):**

**Disciplina:**

**Escola:**

**Conteúdo**

Preservação do meio ambiente e alimentação desde a produção até o descarte de alimentos.

**Objetivos**

Explicar a importância da preservação do meio ambiente desde a produção até o descarte dos alimentos.

**Avaliação**

A avaliação será baseada na participação, seguindo instruções e simples observação das habilidades e competências demonstrada pelos alunos e elaboração das atividades.

**Materiais /Equipamentos**

**Desenvolvimento**

Já vimos como é importante que nossas refeições sejam nutritivas, saudáveis, que tenham os cuidados higiênicos necessários, entre outros. No entanto, vamos pensar bem antes, antes até mesmo da escolha dos alimentos, antes deles se tornarem acessíveis nos mercados e feiras, ou seja, vamos refletir um pouco sobre a produção dos alimentos.

O homem precisa comer para viver. Para comer precisa plantar, colher, criar. Para plantar precisa cuidar do solo, da água; para criar precisa cuidar dos animais, dos pastos. E tudo isso deve funcionar como um ciclo permanente pois o homem não pára de comer. Mas sem os devidos cuidados com as plantações e com as criações, não há solo nem animais que resistam.

O ambiente degradado é a manifestação concreta da degradação das relações que os homens estabeleceram entre si e que sustentam o nosso modelo de “desenvolvimento” e o nosso modo de vida.

A capacidade humana de inventar coisas novas traz benefícios, mas também causa problemas. Um dos problemas mais sérios é o esgotamento dos recursos naturais. O mau uso da terra faz com que ela se torne improdutivo e sem a terra os animais também não vivem. Daí a importância da preservação do meio ambiente: que o homem possa sempre usar o que a natureza lhe oferece, de maneira civilizada, sem prejudicá-la.

Cada tipo de cultura deve ser cultivada em solo apropriado e tanto as plantações quanto as criações merecem cuidados específicos. É importante que o produtor ou criador consulte pessoas especialistas no assunto como engenheiros agrônomos ou técnicos agrícolas para receber orientações, inclusive a respeito da preservação do meio ambiente, o que garantirá a continuidade do trabalho no futuro.

**Curiosidade** Tempo médio para a decomposição de alguns materiais descartados:

Chiclete : 5 anos

Restos Orgânicos: 2 a 12 meses Latas de aço: 10 anos

Vidro: + de 10.000 anos Plástico duro: + de 100 anos Papel: 3 meses a vários anos Madeira: + de 6 meses

Latas de Alumínio: + de 1.000 anos Cigarro: 3 meses a vários anos

**Complementação do conteúdo teórico**

(Leitura e interpretação de texto adaptado do livro: Alimento – Reciclar! de Veronica Bonar.)

Leia para seus alunos o texto adaptado do livro: Alimento – Reciclar! De Verônica Bonar.

Realize uma interpretação do texto, oral ou escrita, para que o conteúdo seja mais bem compreendido.

Proponha a formação de grupos de crianças para uma pesquisa de textos em revistas, jornais a respeito do desperdício de alimentos e a consequência disso para o meio ambiente. Estabeleça um prazo de uma semana para que cada grupo faça um cartaz sobre o tema para colocá-lo no mural da escola.

**ALIMENTOS — RECICLAR!**

Os alimentos devem ser guardados de maneira adequada, pois assim permanecem frescos por mais tempo e joga-se menos comida no lixo.