

UNIVERSIDADE FEDERAL DE MATO GROSSO DO SUL
SARAH DE SOUZA SILVA

GANHÃ-PÃO: NUTRIÇÃO E CAPACITAÇÃO PARA A INCLUSÃO DE JOVENS EM
SITUAÇÃO DE ACOLHIMENTO

CAMPO GRANDE (MS)
2025

SARAH DE SOUZA SILVA

GANHÃ-PÃO: NUTRIÇÃO E CAPACITAÇÃO PARA A INCLUSÃO DE JOVENS EM
SITUAÇÃO DE ACOLHIMENTO

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado à Universidade Federal de Mato
Grosso do Sul (UFMS) como requisito
parcial para obtenção do título de
Nutricionista no Curso de Nutrição sob a
orientação da Professora Patrícia Vieira Del
Ré.

CAMPO GRANDE (MS)
2025

Ganha-Pão: nutrição e capacitação para a inclusão de jovens em situação de acolhimento

Ganha-Pão: nutrition and training for the inclusion of youth in institutional care

RESUMO

Este estudo teve como objetivo descrever o projeto de extensão que teve como foco capacitar adolescentes em situação de acolhimento institucional para o ingresso no mercado de trabalho, por meio de oficinas de manipulação de alimentos direcionadas à inclusão social e profissional. Trata-se de um estudo descritivo, caracterizado como um relato de experiência, realizado no segundo semestre de 2023 com 17 jovens, de 14 a 17 anos, oriundos de dois abrigos na cidade de Campo Grande (MS). As atividades foram realizadas no Laboratório de Técnica Dietética da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS), compondo aulas teóricas sobre Higiene e Boas Práticas de Manipulação e oficinas práticas de preparo culinário. Os resultados indicaram alto engajamento dos participantes, com aquisição de conhecimentos técnicos específicos, emissão de certificação e relatos de avanços nas perspectivas educacionais e laborais. Conclui-se que tal abordagem contribuiu para o desenvolvimento de habilidades práticas e para o alargamento das perspectivas educacionais e profissionais dos adolescentes participantes, apontando a relevância de ações similares na promoção da inclusão social e profissional.

Palavras-chave: Adolescente. Educação Alimentar e Nutricional. Serviços de Alimentação. Capacitação Profissional. Mercado de Trabalho.

ABSTRACT

This study aimed to describe an outreach project focused on training adolescents in institutional care for entry into the job market through food handling workshops aimed at social and professional inclusion. It is a descriptive study, characterized as an experience report, conducted in the second half of 2023 with 17 adolescents, aged 14 to 17, from two shelters in the city of Campo Grande (MS), Brazil. The activities were carried out at the Dietetic Technique Laboratory of the Federal University of Mato Grosso do Sul (UFMS), and included theoretical classes on hygiene and good food handling practices, as well as practical culinary preparation workshops. The results indicated high levels of participant engagement, acquisition of specific technical knowledge, issuance of certificates, and reports of improved educational and employment prospects. It is concluded that this approach contributed to the development of practical skills and to the broadening of educational and professional horizons for the participating adolescents, highlighting the relevance of similar initiatives in promoting social and professional inclusion.

Keywords: Teenager. Food and Nutrition Education. Foster Youths. Food Service. Professional Training. Job Market.

INTRODUÇÃO

Casas-lares e abrigos desempenham um papel central no acolhimento temporário de crianças e adolescentes em situação de vulnerabilidade social. Essas instituições são concebidas para oferecer proteção a jovens que, devido a diversos fatores, foram afastados de suas famílias por decisão das autoridades competentes, com o objetivo de assegurar sua integridade física e emocional. De acordo com o Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA), o acolhimento institucional e familiar constitui uma medida transitória e excepcional, que não representa privação de liberdade e deve ter como prioridade a reintegração familiar ou a colocação em família substituta (Brasil, 1990).

Essas instituições são projetadas para ter um ambiente mais familiar, onde pequenos grupos de crianças convivem com cuidadores que assumem o papel de figuras parentais, desenvolvendo atividades como organizar a rotina doméstica e do espaço, oferecer cuidados básicos com alimentação, higiene e proteção, auxiliando cada criança e/ou adolescente de forma personalizada e individualizada (Brasil, 2009). Mesmo que temporário, o acolhimento deve ser realizado intensamente, tendo cada jovem como um sujeito único, acolhendo suas dificuldades e o ajudando a enfrentá-las (Gussala, 2010).

Já no outro modelo, os abrigos geralmente recebem um número maior de crianças, sendo ambientes com estrutura mais institucional, oferecendo acolhimento provisório para crianças e adolescentes afastados de suas famílias de origem, por meio de medida protetiva, quando seus responsáveis não estão capacitados para oferecer cuidado e proteção (Brasil, 2009). Os abrigos também visam ofertar uma referência saudável para os jovens, demonstrando acolhimento com abordagens diferentes da violência anteriormente vivida (Gussala, 2010).

De acordo com o Conselho Nacional de Justiça (CNJ), em 2025, mais de 34 mil crianças e adolescentes vivem em instituições de acolhimento no Brasil (Brasil, s.d). E apesar de todas as legislações e instruções estabelecidas pelos órgãos responsáveis, nota-se uma grande precariedade em relação ao apoio à aprendizagem escolar, planejamento profissional e fraco preparo dos jovens para o momento de desligamento das unidades ao atingirem a maioridade (Assis; Farias, 2013).

Adolescentes e jovens em condições de acolhimento institucional precisam de opções para desenvolverem sua formação profissional. No entanto, em grande parte dos casos, o nível de escolaridade não atende às exigências dessas instituições, devido à defasagem escolar recorrente entre os acolhidos (Couto; Rizzini, 2021). O processo de

desabrigo necessita vir acompanhado de condições para que se possa conquistar autonomia e recursos pessoais, onde um projeto de vida e uma oportunidade de trabalho para seu próprio sustento se torna indispensável (Gussala, 2010).

A nutrição pode ser utilizada como uma ferramenta profissionalizante quando analisamos que dentre as diversas áreas existentes para trabalho, pode-se destacar o setor alimentício. Segundo a Pesquisa de Orçamentos Familiares realizada pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), durante o período de 2017 a 2018, 32,8% da população adulta brasileira realizava refeições fora de domicílio (IBGE, 2019). O crescimento de serviços de refeições fora de domicílio e por delivery tornam os serviços de alimentação um terreno de oportunidades.

Segundo a Resolução da Diretoria Colegiada (RDC) 216/2004 que regulamenta as técnicas de Boas Práticas para Serviços de Alimentação, é determinado que para a segurança e qualidade microbiológica dos alimentos preparados, seus manipuladores devem passar por curso de capacitação periodicamente, que deve ser comprovada a partir de documentação (Brasil, 2004a).

Nesse contexto, o trabalho do manipulador de alimentos é fundamental para assegurar alimentos mais seguros e proteger a saúde dos consumidores. Além da qualidade nutricional, a segurança sanitária dos alimentos é um pilar indispensável para a saúde pública. Problemas sanitários estão diretamente relacionados às Doenças Transmitidas por Alimentos (DTA), causadas pela ingestão de alimentos contaminados por micróbios prejudiciais à saúde, parasitas ou substâncias tóxicas (Brasil, 2004b).

A perspectiva para muitos jovens que deixam os serviços de acolhimento na maioria das vezes é a atuação em sub-empregos, informais e que não exigem níveis de qualificação. Isso mostra a dificuldade de vida gerada pelas demandas opostas enfrentadas por essa população; necessidade de maior escolaridade e a busca por trabalho formal para sustento próprio (Assis; Farias, 2013).

Diante disso, o objetivo da ação realizada foi capacitar adolescentes em situação de acolhimento institucional para o mercado de trabalho por meio de oficinas de manipulação de alimentos, promovendo inclusão social e profissional. Paralelamente, o objetivo do presente artigo é relatar a experiência de extensão vivida no Projeto Ganha-Pão.

METODOLOGIA

Este trabalho configura-se um estudo descritivo, com abordagem qualitativa, caracterizado como relato de experiência. O estudo fundamenta-se no projeto de extensão intitulado “Ganha-Pão: nutrição, inserção e capacitação”. O principal ato do projeto Ganha-Pão, conforme a proposta idealizada, envolveu uma vivência culinária para proporcionar o “cozinhar coletivo” e o contato sensorial com os alimentos e preparações.

As atividades foram desenvolvidas no Laboratório de Técnica Dietética e Gastronomia, vinculado ao curso de Nutrição da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS), ao longo do segundo semestre de 2023. A equipe foi composta por 15 graduandos em Nutrição e 2 docentes responsáveis pela coordenação das atividades.

A metodologia adotada incluiu quatro oficinas culinárias, cada uma articulada em dois momentos principais: (1) aula teórica sobre Boas Práticas de Manipulação de Alimentos, e (2) atividades práticas em formato de preparo culinário em equipe.

As receitas desenvolvidas eram práticas, de preparo simples e alinhadas às demandas do mercado, consistindo em alimentos amplamente comercializados em Serviços de Alimentação, que possuem alto potencial de aceitação e podem ser facilmente vendidos por empreendedores autônomos ou em pequenos negócios, como demonstrado no Quadro 1.

Quadro 1 – Receitas realizadas em cada dia do Projeto Ganha-Pão: nutrição, inclusão e capacitação (Ano 2023).

Dia	Tema da Oficina	Receitas Realizadas
Dia 1	Pipoca e Cookies	Pipoca doce Cookies de chocolate
Dia 2	Brigadeiros Gourmet	Brigadeiro tradicional Brigadeiro de leite ninho
Dia 3	Bolos de Pote	Bolo de cenoura (recheio de chocolate) Bolo de chocolate (recheio de ninho ou prestígio) Bolo branco (recheio de paçoca ou ninho)
Dia 4	Salgados	Hambúrguer (preparo da carne e montagem do lanche) Esfirra de carne (aberta e fechada) Limonada suíça

Fonte: A autora (2025).

A técnica de padronização das receitas foi empregada por meio do uso de Fichas Técnicas de Preparação (FTP), que especificavam ingredientes, modos de preparo, medidas exatas, rendimento e porções, assegurando a uniformidade do produto final. As FTPs incluíam também a elaboração de tabelas de custo para cada receita, permitindo aos participantes compreenderem a relação entre investimento e precificação, além de explorarem diferentes opções de embalagens e formas de comercialização.

A metodologia adotada combinou a transferência de conhecimento teórico sobre Boas Práticas em Manipulação de Alimentos com a aplicação prática desses saberes por meio das oficinas culinárias, com o apoio e supervisão de uma equipe formada inteiramente por pessoas envolvidas com a ciência da nutrição.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Participaram do projeto 17 adolescentes, de ambos os sexos, com idades entre 14 e 17 anos, provenientes de dois abrigos institucionais da cidade de Campo Grande, Mato Grosso do Sul. O transporte até a Universidade foi realizado pela 1ª Vara da Infância, da Juventude e do Idoso do Tribunal de Justiça do Mato Grosso do Sul, através do Projeto Padrinho.

Inicialmente, os participantes eram recepcionados na Universidade e assinavam uma lista de presença, o que possibilitou a expedição dos certificados do curso de Higiene e Boas Práticas de Manipulação de Alimentos, um requisito exigido pela Secretaria Municipal de Vigilância Sanitária de Campo Grande/MS (Brasil, 1999).

O curso teórico abordou os componentes obrigatórios estabelecidos na legislação (Brasil, 2022), explicando conceitos básicos e importantes sobre temas como: contaminantes alimentares, doenças transmitidas por alimentos, manipulação higiênica dos alimentos e boas práticas de manipulação. As aulas eram realizadas em salas de aula da Universidade, com os alunos em roda e apresentações de slides, acompanhadas com a aplicação de dinâmicas de quebra-gelo, integração ou trabalho em equipe, ministrado pelos alunos monitores do projeto.

Os resultados evidenciaram a significativa relevância da emissão de certificados no âmbito da inclusão profissional. A obtenção da certificação formal do Curso de Higiene e Boas Práticas de Manipulação de Alimentos, conferiu aos adolescentes uma qualificação reconhecida no mercado. Este documento atesta o domínio de conhecimentos e habilidades essenciais para o setor alimentício, elevando substancialmente suas chances de

empregabilidade ao atender a um requisito mandatório para atuação na área. Além disso, a certificação funciona como um catalisador para a autonomia dos participantes, validando seu aprendizado e incentivando a confiança para a busca de oportunidades formais de trabalho.

Levando em consideração que os adolescentes participantes da ação encontravam-se na lacuna de idade compatível com a possibilidade de inserção no mercado de trabalho, seja na condição de jovem aprendiz (14 a 16 anos), conforme previsto pela Lei nº 10.097/2000 e regulamentado pelo Decreto nº 5.598/2005 ou dentro da legislação trabalhista geral (17 a 18 anos), compreende-se que as oficinas representaram uma oportunidade relevante na trajetória desses jovens (Brasil, 2000; Brasil, 2005). A experiência ofertada pelo projeto ganha ainda mais relevância quando se considera o Decreto nº 9.579/2018 (art. 66, § 5º, IV), que reconhece adolescentes em situação de acolhimento institucional como público prioritário para contratos de aprendizagem profissional (Brasil, 2018).

Após a teoria, os participantes eram dirigidos às oficinas práticas no Laboratório, onde preparavam receitas com base em Fichas Técnicas de Preparação (FTP), seguindo normas de higiene e segurança alimentar. Dentro do laboratório, era concedida liberdade para que os adolescentes escolhessem sua equipe de trabalho e a receita a ser desenvolvida dentre as opções do dia. Cada bancada de trabalho era de responsabilidade da dupla de adolescentes e seu monitor acompanhante.

As ilhas do laboratório eram equipadas com os utensílios e os alimentos exigidos FTP, os participantes utilizaram balanças para realização de pesagem da quantidade necessária para sua própria preparação. Os monitores foram instruídos a auxiliarem na leitura e compreensão da FTP sem impedir o trabalho manual dos participantes. Também era função de cada monitor tirar dúvidas e observar se os passos estavam sendo realizados da maneira correta, tomando a frente em atividades consideradas de maior risco, como acender as chamas do fogão e forno.

Cada um dos quatro dias de oficina tinha como foco diferentes receitas, todas de preparo simples e de boa aceitação entre os adolescentes. Além da cocção, os participantes também tiveram a oportunidade de embalar os alimentos em diferentes opções de embalagens descartáveis, simulando as diferentes alternativas possíveis para a comercialização. Quando todas as preparações estavam finalizadas, os adolescentes eram reunidos nas mesas disponíveis no laboratório para degustarem em grupo todos os alimentos feitos no dia.

No quarto e último dia do projeto, a equipe distribuiu livros das receitas para os participantes que continham todas as fichas técnicas utilizadas ao longo das oficinas e planilhas de custo. Também houve uma explicação sobre custos de produção e lucro, ofertando uma base de conhecimento para os participantes que decidissem comercializar alimentos por conta própria, reforçando o propósito das oficinas que era gerar oportunidades de renda com o setor alimentício. Essa abordagem proporcionou uma vivência prática de gestão e empreendedorismo, ampliando a percepção dos adolescentes sobre as possibilidades de inserção no mercado alimentício.

Dentro desse contexto, relatos dos próprios participantes destacam que por meio do projeto, muitos deles estiveram pela primeira vez em uma universidade, evidenciando o potencial da ação para ampliar horizontes e criar vínculos positivos com o ambiente educacional. Esse dado demonstra e reforça a necessidade de intervenções significativas, como prevê o Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA) (Lei nº 8.069/1990, art. 100), que determina que o acolhimento institucional deve se orientar por um caráter pedagógico que promova o protagonismo e a autonomia dos acolhidos, favorecendo o enfrentamento de dificuldades relacionadas à aprendizagem e à inserção no mundo do trabalho (Brasil, 1990).

Ao longo do desenvolvimento do projeto, observou-se uma mudança gradual no comportamento dos adolescentes, os quais passaram a demonstrar maior interesse e atenção nas aulas teóricas, bem como interesse em retornar ao ambiente universitário, desta vez não apenas como visitantes, mas como futuros estudantes. Tal transformação sugere que além de oferecer formação técnica, as oficinas exerceram uma função simbólica importante, despertando novas possibilidades de aspiração.

Além disso, após o início das atividades, alguns participantes obtiveram autorização para auxiliar nas cozinhas dos próprios abrigos, o que demonstra não apenas a aquisição de habilidades práticas, mas também o reconhecimento por parte das instituições da capacidade dos adolescentes para assumirem funções de responsabilidade.

Para os graduandos de nutrição envolvidos como monitores, o projeto consolidou uma rica experiência de extensão universitária, permitindo a aplicação prática dos conhecimentos acadêmicos em um contexto de relevância social e contribuindo para a formação de profissionais mais sensíveis às questões sociais.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A experiência de capacitação em manipulação de alimentos, desenvolvida no âmbito do projeto 'Ganha-Pão', demonstrou impactos transformadores na formação profissional e ampliação das perspectivas de adolescentes em situação de vulnerabilidade social, alinhando-se diretamente ao objetivo de inserção no mercado de trabalho.

Inicialmente, a intervenção atendeu ao propósito de proporcionar conhecimentos teóricos sobre Higiene e Boas Práticas de Manipulação de Alimentos, culminando na certificação formal dos participantes. Essa qualificação reconhecida no mercado de trabalho aumentou significativamente as chances de empregabilidade no setor alimentício, reforçando a autonomia dos adolescentes.

Paralelamente, as oficinas culinárias foram essenciais para desenvolver habilidades práticas relacionadas à manipulação e preparo de alimentos, permitindo a aplicação efetiva dos saberes teóricos. A abordagem também conseguiu incentivar habilidades empreendedoras por meio da aplicação de planilhas de custo e simulações de comercialização de produtos, ampliando a percepção dos jovens sobre as diversas possibilidades de atuação no mercado.

Tais resultados não apenas capacitaram os adolescentes com competências técnicas e empreendedoras, mas também ressignificaram suas trajetórias educacionais e profissionais, despertando novas aspirações e fomentando um maior engajamento.

Diante dos resultados positivos observados, reforça-se a necessidade de continuidade e expansão de iniciativas semelhantes, posicionando a metodologia do 'Ganha-Pão' como um modelo replicável para a inclusão social e laboral de populações vulneráveis.

REFERÊNCIAS

ASSIS, S. G. de; FARIAS, L. O. P. (org.). **Levantamento nacional das crianças e adolescentes em serviço de acolhimento**. São Paulo: Hucitec, 2013. 367 p. ISBN 978-85-64806-74-0. Disponível em:

https://aplicacoes.mds.gov.br/sagi/dicivip_datain/ckfinder/userfiles/files/LIVRO_Levantamento%20Nacional_Final.pdf. Acesso em: 22 out. 2024.

BRASIL. Lei nº 8.069, de 13 de julho de 1990. **Dispõe sobre o Estatuto da Criança e do Adolescente e dá outras providências**. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 16 jul. 1990. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l8069.htm. Acesso em: 22 out. 2024.

BRASIL. Município de Campo Grande. **Lei nº 3.643 de 1o /09/1999** - Torna obrigatório o treinamento em higiene de alimentos para todos os trabalhadores que atuam em qualquer

fase da cadeia alimentar, desde a produção até o consumo. Disponível em:
<https://www.jusbrasil.com.br/legislacao/247822/lei-3643-99>. Acesso em: 28 fev. 2025

BRASIL. Lei nº 10.097, de 19 de dezembro de 2000. **Altera dispositivos da Consolidação das Leis do Trabalho – CLT, relativos à contratação de aprendizes.** Diário Oficial da União, Brasília, DF, 20 dez. 2000. Disponível em:
https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/L10097.htm. Acesso em: 10 jun. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA). **Resolução RDC no 216, de 15 de setembro de 2004. Regulamento Técnico de Boas Práticas para Serviços de Alimentação.** Brasília, DF, set. 2004a. Disponível em:
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/anvisa/2004/res0216_15_09_2004.html. Acesso em: 28 fev. 2025.

BRASIL. Agência Nacional De Vigilância Sanitária (ANVISA). **Cartilha sobre Boas Práticas para Serviços de Alimentação.** Brasília, DF, set. 2004b. 43 p. Disponível em:
<https://www.gov.br/anvisa/pt-br/centraisdeconteudo/publicacoes/alimentos/manuais-guias-e-orientacoes/cartilha-boas-praticas-para-servicos-de-alimentacao.pdf>. Acesso em: 23 abr. 2025.

BRASIL. Conselho Nacional de Justiça (CNJ). **Sistema Nacional de Adoção e Acolhimento: crianças e adolescentes acolhidos.** Brasília, DF: CNJ, [s.d.]. Disponível em:
<https://paineisanalytics.cnj.jus.br/single/?appid=ccd72056-8999-4434-b913-f74b5b5b31a2&sheet=e78bd80b-d486-4c4e-ad8a-736269930c6b&lang=pt-BR&opt=currsel&select=clearall>. Acesso em: 22 jun. 2025.

BRASIL. Decreto nº 5.598, de 1º de dezembro de 2005. **Regulamenta a contratação de aprendizes e dá outras providências.** Diário Oficial da União, Brasília, DF, 2 dez. 2005. Disponível em:
https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2004-2006/2005/decreto/d5598.htm. Acesso em: 10 jun. 2025.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. **Orientações técnicas: serviços de acolhimento para crianças e adolescentes.** 2. ed. Brasília, DF: MDS, 2009. 92 p. Disponível em:
https://www.mds.gov.br/webarquivos/publicacao/assistencia_social/Cadernos/orientacoes-tecnicas-servicos-de-acolhimento.pdf. Acesso em: 22 out. 2024.

BRASIL. Decreto nº 9.579, de 22 de novembro de 2018. **Consolida atos normativos editados pelo Poder Executivo federal que dispõem sobre a temática da criança e do adolescente.** Diário Oficial da União, Brasília, DF, 23 nov. 2018. Disponível em:
https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2018/decreto/D9579.htm. Acesso em: 10 jun. 2025.

BRASIL. Município de Campo Grande. **Decreto 15.305, de 6 de Julho de 2022 -** Estabelece normas e procedimentos para a capacitação de trabalhadores que manipulam alimentos. Disponível em:
<https://aacpdappls.net.ms.gov.br/appls/legislacao/serc/legato.nsf/fd8600de8a55c7fc04256b210079ce25/e7758bdbd44e9630042588780048ee7f?OpenDocument#:~:text=Decreto%20>

N%C2%BA%2015.990%2C%20DE%206,23%20de%20junho%20de%202022. Acesso em: 28 fev. 2025

COUTO, R. M. B. do; RIZZINI, I. Acolhimento institucional para crianças e adolescentes em situação de rua: pesquisa e políticas públicas. **Textos & Contextos** (Porto Alegre), Porto Alegre, v. 20, n. 1, jul. 2021. DOI: 10.15448/1677-9509.2021.1.39173. Disponível em: <https://revistaseletronicas.pucrs.br/fass/article/view/39173>. Acesso em: 11 nov. 2024.

GULASSA, Maria Lucia Carr Ribeiro. **Imaginar para encontrar a realidade: reflexões e propostas para trabalho com jovens nos abrigos**. 1. ed. São Paulo: Associação Fazendo História; NECA – Associação dos Pesquisadores de Núcleos de Estudos e Pesquisas sobre a Criança e o Adolescente, 2010. ISBN 978-85-63512-03-1. Disponível em: <https://www.neca.org.br/wp-content/uploads/Livro3.pdf>. Acesso em: 31 jan. 2025.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). **Pesquisa de orçamentos familiares 2017-2018: primeiros resultados**. Coordenação de Trabalho e Rendimento. Rio de Janeiro: IBGE, 2019. 69 p. ISBN 978-85-240-4505-9. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv101670.pdf>. Acesso em: 31 jan. 2025.