

# Estudantes orientam população

M. Germano/JP

**F**ornecer informações sobre alimentos naturais e industrializados, além de divulgar a importância de uma perfeita higiene durante seu manuseio. Esses foram alguns dos objetivos da 6ª Feira de Ciências dos Alimentos, que aconteceu ontem, das 9h às 15h, na praça José Bonifácio.

Estudantes do curso de ciência dos alimentos da Esalq (Escola Superior de Agricultura Luiz de Queiroz), promotor do evento, ficaram em cinco estandes prestando orientações e tirando dúvidas do público. “Essa feira existe desde 2002 e creio que já virou uma tradição. O que nós queremos é transmitir, de forma clara e direta, um pouco do que aprendemos. É pouco o que chega até eles e creio que isso seja de vital importância”, conta uma das organizadoras, a aluna do segundo ano Maira Oliveira Silva, 23.

Outro organizador, o estudante do quarto ano Thiago Alberto Vilhena, 24, destaca que existem vários mitos a respeito dos produtos industrializados, tema de uma das barracas. Para ele, foi coloca-

do o rótulo de “vilões” de forma exagerada nestes produtos. “Não adianta dizer que você não deve consumir produto industrializado. Primeiro que é quase impossível. Depois, tudo depende da forma como você faça esse consumo. Em excesso tudo é prejudicial, até água. Se você tomar água demais terá problema. Basta ter bom senso. E depois, há o fato de que a industrialização ajuda. Leite, por exemplo, a maioria vem de Minas Gerais e outros Estados. Se não fosse a industrialização, como a gente teria acesso?”, questiona o estudante.

Outros estandes da feira traziam informações a respeito de produtos naturais e da importância do consumo. Como soja (reduz o risco de desenvolver alguns tipos de câncer como de mama, colo de útero e de próstata), tomate (reduz danos oxidativos e estimula a função do sistema imunológico) e peixes (fontes de ácido graxo ômega 3, eficientes na redução de doenças como aterosclerose e hipertensão).

Questões que não pareciam



*Feira de Ciências dos Alimentos foi realizada ontem na praça*

misteriosas para a dona-de-casa Janete Gonçalves Fernandes, 52, desde sempre uma adepta dos chás naturais. Na barraca sobre o tema, ela apontava um tipo de chá e logo dizia para qual doença era indicado. “Chá verde é bom para emagrecer, de camomila alivia o estresse, de folha da pitangueira é boa para hipertensão e de hortelã combate a insônia”, conta.

Já o vendedor João Cardoso,

68, estava preocupado porque, por causa da profissão, é sempre obrigado a comer fora. “Eu procuro sempre tomar cuidado, mas como vou saber de que forma comida de restaurante é preparada? Tem coisas que eu evito, como pimenta. Peixe e verdura tenho medo por não saber se foram bem levadas. Então, sei que fazem bem, mas como pouco”, conta. **(Ronaldo Victoria)**