

27 A 29 DE OUTUBRO DE 2020



ON LINE

7º Simpósio de
Segurança Alimentar

Inovação com sustentabilidade

AValiação Qualitativa das Preparações do Cardápio de uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN)

A.C.S. Gonçalves¹, S.R. Souza¹, K.J. Berleze¹, M. Artifon¹, L.B. Medeiros¹

1- Curso de Nutrição - Centro Universitário CNEC de Bento Gonçalves - CEP: 95700-000 - Bento Gonçalves- RS- Brasil, Telefone: (54) 991940612 - e-mail: (suzirsouza0201@gmail.com)

RESUMO: este estudo teve como objetivo avaliar a qualidade do cardápio em uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) localizada no município de Bento Gonçalves (RS). Aplicou-se o método de avaliação qualitativa das preparações de cardápios (AQPC) oferecidos em 30 dias. Ao realizar a análise do cardápio, verificou-se a presença de folhosos variáveis. As preparações servidas indicaram monotonia de cores, e alimentos ricos em substâncias causadoras de flatulência. Dos dias avaliados, foram aplicadas as várias técnicas de cocção para os pratos proteicos. Os doces estiveram presentes em quatro dias da semana totalizando dezesseis dias no mês. A conserva, quando presente, foi utilizada em pequenas quantidades em preparações servidas como guarnição. Os resultados da avaliação do cardápio indicam alta oferta de hortaliças na UAN. Entretanto, a alta oferta de alimentos ricos em enxofre, doces, indica a necessidade de ajuste dos cardápios, para melhorar os aspectos nutricionais das preparações oferecidas aos colaboradores.

ABSTRACT: This study aimed to assess the quality of the menu in a Food and Nutrition Unit (UAN) located in the city of Bento Gonçalves (RS). The method of qualitative assessment of menu preparations (AQPC) offered in 30 days was applied. When performing the menu analysis, the presence of variable leaves was found. The preparations served indicated monotony of colors, and foods rich in substances that cause flatulence. From the evaluated days, the various cooking techniques were applied to protein dishes. The sweets were present four days a week, totaling sixteen days in the month. Preserves, when present, were used in small quantities in preparations served as garnish. The results of the evaluation of the menu indicate a high supply of vegetables in the UAN. However, the high supply of sulfur-rich foods, sweets, indicates the need to adjust the menus to improve the nutritional aspects of the preparations offered to employees.

PALAVRAS-CHAVE: Unidade Produtora de Refeição, restaurante, cardápio, Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio – AQPC.

KEYWORDS: catering, restaurant, menu, Qualitative Evaluation of Menu Components – QEMP.

1. INTRODUÇÃO

Com o objetivo de melhorar as condições nutricionais dos trabalhadores, prioritariamente os de baixa renda, visando: repercussões positivas na qualidade de vida, redução de acidentes de trabalho, aumento da produtividade, assim como à prevenção de doenças profissionais, as empresas com o número de funcionários consideráveis, adotou a realizações das refeições na empresa mesmo, buscando assim as opções de contratação de empresas especializadas em refeições coletivas.

As Unidades de Alimentação e Nutrição (UANs) têm como objetivo fornecer uma refeição nutricionalmente equilibrada, apresentando bom nível de sanidade e que mantenha e/ou recupere a saúde daqueles que a consomem. Além disso, visam auxiliar o desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis, sendo atribuição do nutricionista da UPR trabalhar com a prevenção de doenças e a promoção da saúde (PROENÇA, 2005; VEIROS; PROENÇA, 2003).

Segundo a Associação Brasileira de Refeições Coletivas (ABERC), o mercado de refeições coletivas fornece 11,7 milhões de refeições/ dia, movimentando uma cifra de 16,6 bilhões de reais por ano, oferece 195 mil empregos diretos e representa para os governos uma receita de um bilhão de reais anuais entre impostos e

REALIZAÇÃO



ORGANIZAÇÃO



www.officeeventos.com.br

27 A 29 DE OUTUBRO DE 2020



ON LINE

7º Simpósio de
Segurança Alimentar

Inovação com sustentabilidade

contribuições (ABERC, 2019). O mercado da alimentação é desmembrado em alimentação comercial e alimentação coletiva, sendo que o estabelecimento que trabalha com produção e distribuição de alimentos para coletividades recebe o nome de UAN.

Para elaboração dos cardápios, deve-se garantir a oferta de todos os nutrientes imprescindíveis para uma vida saudável e moderação nos que podem afetar nossa saúde dos colaboradores, ofertando-se todos os alimentos, porém alguns em baixa quantidade, ou em preparações mais saudáveis, devido à sua composição nutricional, onde se deve observar a proporção, conforme os grupos a que pertencem (TEICHMANN, 2009). O planejamento dos cardápios da unidade deve ser realizado por nutricionista habilitado, tendo como a finalidade programar refeições que atendam aos requisitos como hábitos alimentares dos clientes, qualidade higiênico-sanitária, adequação ao mercado de abastecimento e à capacidade de produção (VEIROS, 2002).

Dentre os métodos utilizados para avaliação de cardápios, o método de Avaliação Qualitativa das Preparações de Cardápios (AQPC) tem sido o mais recomendado (VEIROS; PROENÇA, 2003). Este visa auxiliar o profissional na elaboração de um cardápio mais adequado do ponto de vista nutricional e de alguns aspectos sensoriais dentro dos parâmetros de saúde cientificamente preconizados (PROENÇA et al., 2005). O AQPC é um método que tem como finalidade a avaliação de cores, técnicas de preparo, repetições, combinações, oferta de folhosos, frutas, tipos de carnes e teor de enxofre dos alimentos (VEIROS; PROENÇA, 2003). É realizada a análise do cardápio diário, que implica avaliação mensal, reunindo dados semanais tabulados em relação ao número total de dias averiguados.

Nesse contexto, o objetivo do presente estudo foi avaliar a qualidade das preparações do cardápio de uma UAN localizada na cidade de Bento Gonçalves (RS).

2. MATERIAL E MÉTODOS

Este estudo foi realizado durante um estágio curricular de Curso de Graduação em Nutrição, em setembro de 2019, numa UAN localizada na cidade de Bento Gonçalves (RS), do tipo autogestão, que oferece diariamente as refeições de café da manhã, almoço, janta e ceia. A refeição analisada foi o almoço, cuja distribuição é feita por meio de autosserviço.

Após levantamento bibliográfico e observação do funcionamento do local, foram utilizados os formulários propostos em Proença et al. (2005) para aplicação do método AQPC-bufê no almoço servido na UAN. A aplicação do método deu-se no cardápio planejado oferecido no bufê. A análise foi realizada durante 30 dias do mês.

Avaliaram-se técnicas de cocção, aparecimento de frituras isoladas e associadas aos dias com oferta de doces, a cor das preparações e os alimentos empregados no cardápio, presença de alimentos ricos em enxofre (sendo observado também o fornecimento de alimentos ricos em rafinose), o aparecimento de frutas e folhosos e a presença de carne gordurosa nos dias em que não há preparo de fritura, assim como repetições de pratos principais.

Os cardápios que ofereceram dois ou mais dos alimentos citados anteriormente foram considerados com alto teor de enxofre. Quanto à cor, os cardápios foram considerados monótonos quando apresentavam preparações com cores similares no mesmo dia. Consideraram-se como carnes gordurosas ou preparações gordurosas aquelas em que seu modo de cocção for sobre fritura por imersão.

Foram contabilizadas nos dias avaliados, a oferta de frutas, doces, frituras, folhosos, doces associados a frituras, conservas, e repetição da técnica de preparo dos pratos proteicos. A unidade estudada foi previamente contatada e o responsável técnico autorizou a realização do trabalho. A avaliação do cardápio foi realizada a partir da observação do percentual de ocorrência diária dos alimentos ou preparações relativos a cada critério. Em seguida, foi contabilizado, por semana e por mês, o número de dias em que houve a ocorrência de cada critério analisado e, por fim, calculou-se a porcentagem, considerando o AQPC.

3. RESULTADOS E DISCUSSÕES

Os resultados da aplicação do método AQPC nos cardápios da UAN deste estudo mostraram, que a presença de frutas como sobremesa, foram ofertadas, apenas uma vez na semana, totalizando quatro vezes no mês,

REALIZAÇÃO



ORGANIZAÇÃO



www.officeeventos.com.br

27 A 29 DE OUTUBRO DE 2020



ON LINE

7º Simpósio de
Segurança Alimentar

Inovação com sustentabilidade

foram oferecidos mais vezes sobremesas doces, do que frutas in natura. Segundo o Ministério da Saúde, por meio do Guia Alimentar para a População Brasileira preconiza que o setor produtivo de alimentos deve assegurar a presença de frutas, verduras e legumes para a alimentação da população. Além disso, destaca o papel desses alimentos na proteção à saúde e na diminuição do risco de ocorrência de várias doenças, tais como as cardiovasculares (BRASIL, 2006).

Todos os dias foram apresentados vegetais folhosos. A monotonia de cores foi observada apenas uma vez na semana nas saladas, de todo o mês. A diversidade de cores contribuiu para uma maior variedade de vitaminas, uma vez que estas guardam relação direta entre si (SANTOS; LANZILLOTTI, 2008). Além disso, a pluralidade de cores contribuiu para a apresentação do cardápio, que interfere na escolha dos alimentos e na satisfação do comensal (VEIROS et al., 2006).

Verificou-se a presença de preparações que utilizam como técnica de preparo a imersão em óleo (frituras), em apenas uma vez na semana totalizando quatro vezes mês, as carnes servidas foram variadas e suas formas de preparo também. A Estratégia Global para Alimentação Saudável e Atividade Física da Organização Mundial da Saúde (WHO, 2004) aponta, como uma das ações para o bom estado de saúde, a ingestão limitada de energia proveniente de gorduras, além da substituição da gordura saturada por gorduras insaturadas e a eliminação dos ácidos trans.

Ressalta-se que em alguns dias houve associação de alimentos ricos em enxofre com outros ricos em rafinose. A associação de alimentos ricos em enxofre e aqueles que possuem grande quantidade de rafinose podem dificultar o processo digestivo. Os alimentos ricos em enxofre contemplados são acelga, aipo, batata-doce, brócolis, couve-de-bruxelas, couve-flor, ervilha, lentilha, nabo, ovo, rabanete e repolho (REIS, 2003). Em estudo realizado por Machado et al. (2013), identificou-se que em 43% dos dias foram oferecidos alimentos ricos em enxofre. O consumo excessivo dos mesmos em uma mesma refeição pode causar desconforto abdominal e produção excessiva de gases (TEO; BALDISSERA; RECH, 2011).

Quanto ao tipo de sobremesa, na maioria dos dias estudados, a UAN disponibilizava diariamente em seu cardápio doces prontos industrializados como paçoquinha, bolos e pudins. Em nenhum dos dias avaliados foi verificada a presença de conservas servidas como saladas. Quando presente, a conserva foi utilizada em pequenas quantidades como ingrediente de preparações servidas como guarnição. A ingestão de açúcares em excesso está relacionada com o sobrepeso, que representa um fator de risco para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares (GAMA; CARVALHO; CHAVES, 2007).

Farofa, arroz, macarrão, foram as preparações de guarnição que apresentaram maior percentual de ocorrência no cardápio da unidade. Nos demais os cardápios estavam adequados. É importante lembrar que o cardápio é ajustado conforme preferências dos clientes, onde muitas vezes tem preferências por mais doces e frituras na semana, fugindo assim um pouco da adequação nutricional, porém o mesmo mostrou adequado, em quantidades de variações de saladas, sem monotonia, buscando assim maior aceitabilidade da mesma.

O cardápio é o ponto de partida para o planejamento de compras, satisfação dos clientes e composição dos custos na UAN. A harmonia dos mesmos contribuiu para a associação adequada de cores, consistência e de sabores, o que exige sentido estético e artístico, deve-se considerar a adequação nutricional do cardápio oferecido, o que por sua vez torna desafiador o trabalho do nutricionista.

4. CONCLUSÕES

O cardápio apresentou alta oferta de hortaliças com variações sem monotonia na UAN, o que é considerado um ponto positivo. Entretanto, a alta oferta de alimentos doces todos os dias e enxofre, apresentou um ponto negativo. Dentre as melhorias sugeridas, destaca-se a oferta de mais frutas como sobremesa e limitar as conservas, assim, a utilização do método AQPC é uma ferramenta útil na elaboração de cardápios e permite detectar falhas e definir soluções a serem implementadas na revisão e adequação dos cardápios, de forma a considerar as exigências nutricionais que garantam a manutenção da saúde dos indivíduos e a satisfatória oferta de nutrientes. Além do AQPC, sugere-se a utilização de outros métodos de avaliação, como a pesquisa de satisfação, no intuito de obter informações relevantes que possibilitem a melhoria no serviço oferecido. Ressalta-se a importância também de educação nutricional para colaboradores da empresa, para os mesmos entenderem o porquê é importante reduzir a ingestão de doces e alimentos fritos.

REALIZAÇÃO



ORGANIZAÇÃO



www.officeeventos.com.br



5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Associação Brasileira das Empresas de Refeições Coletivas. (2019). História, objetivos e mercado [Disponível em: <http://www.aberc.com.br/conteudo.asp?IDMenu=185>].
- Abreu, E.S., & Spinelli, M.G.N. (2009). A unidade de alimentação e nutrição. Gestão de unidades de alimentação e nutrição: um modo de fazer. 3. ed. São Paulo: Metha: p. 33-40.
- Brasil. Ministério da Saúde. (2006). Coordenação Geral da Política de Alimentação e Nutrição. Guia alimentar para a população brasileira: promovendo a alimentação saudável. Brasília: Ministério da Saúde.
- Gama, S.R., Carvalho, M.S., & Chaves, C.R.M.M. (2007). Prevalência em crianças de fatores de risco para as doenças cardiovasculares. *Cadernos de Saúde Pública*, 23(9):2239-2245.
- Machado, A.D., Olivon, E.V., Abreu, E.S., & Matia, A.C.G. (2013). Avaliação do almoço oferecido a pacientes oncológicos e transplantados pediátricos pelo método AQPC. *Revista Ciências Médicas Biológicas*, 12(3): 332-336.
- Proença, R.P.C, Sousa, A.A., Veiros, M.B., & Hering, B. (2005). Qualidade nutricional e sensorial na produção de refeições. 3 ed. Florianópolis: Editora UFSC. 221 p.
- Reis, N.T. (2003). Nutrição Clínica: Sistema Digestório. Rio de Janeiro: Rubio. 294p.
- Santos, J.M.P., & Lanzillotti, H.S. (2008). Aplicação do modelo Sistema Toyota de Produção em Unidades de Alimentação e Nutrição. *CERES: nutrição e Saúde*, 3(1):9-18.
- Teichmann, I.T.M. (2009). Cardápios: técnicas e criatividade. 7. ed. Caxias do Sul: EDUCS. 151p.
- Teo, C.R.P.A., Baldissera, L., & Rech, F.R.F. (2011). Adequação da alimentação ao perfil dos dependentes químicos em uma comunidade terapêutica: um estudo de caso. *Revista Eletrônica Saúde Mental*, 7(3):119-125.
- Veiros, M.B. (2002). Análise das condições de trabalho do nutricionista na atuação como promotor de saúde em uma unidade de alimentação e nutrição: um estudo de caso [dissertação]. Florianópolis: Universidade Federal de Santa Catarina.
- Veiros, M.B., & Proença, R.P.C. (2003). Avaliação qualitativa das preparações do cardápio em uma unidade de alimentação e nutrição - método AQPC. *Nutrição em Pauta*, 11(1):36-42.
- Veiros, M.B. et al. (2006). How to analyse and develop healthy menus in foodservice. *Journal of Foodservice*, 17(4):159-165.
- Who. World Health Organization. (2004). Estratégia global em alimentação saudável, atividade física e saúde. Assembléia Mundial da Saúde, 57. Disponível em: http://200.214.130.94/nutricao/documentos/eb_portugues.pdf.