

Avaliação qualitativa das preparações do cardápio de uma unidade de alimentação e nutrição institucional de Leopoldina-MG

Qualitative evaluation of menu preparations in institutional food services of Leopoldina-MG, Brazil

Francine Rubim de Resende¹
Denise Félix Quintão¹

¹Faculdade de Minas-FAMINAS, Curso de Nutrição. Muriaé-MG, Brasil.

Correspondência / *Correspondence*
Francine Rubim de Resende
E-mail: francinerubimresende@gmail.com

Resumo

Trata-se de estudo de caso do tipo descritivo, realizado em uma Unidade de Alimentação e Nutrição de autogestão, de empresa privada do município de Leopoldina-MG. Teve como objetivo avaliar o cardápio oferecido a seus trabalhadores através do método de Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio. Verificou-se satisfatória oferta de frutas e folhosos em 78,68% e 86,53% dos dias avaliados, respectivamente. Os cardápios estudados apresentaram monotonia de cores e a presença de alimentos ricos em enxofre em 15,38% e 23,08% dos dias analisados, respectivamente. Observou-se elevada oferta de carne gordurosa (28,85%) e de frituras (44,23%) e baixa oferta de doce (19,24%). Houve baixa oferta de doces e frituras em um mesmo dia (6,73%). O cardápio da UAN analisada apresentou-se adequado em relação à oferta de frutas, folhosos, doces e a harmonia de cores. Em contrapartida, a oferta de frituras, carnes gordurosas e de alimentos ricos em enxofre foi considerada inadequada.

Palavras-chave: Planejamento de Cardápio; Serviços de Alimentação; Qualidade dos Alimentos.

Abstract

This is a descriptive case study conducted in a food and nutrition unit of self-management of a private company in the city of Leopoldina, Minas Gerais state, Brazil. It aimed to assess the menu offered to their employees through the method of qualitative assessment of preparation on the menu. There was satisfactory provision of fruits and leafy vegetables in 78.68% and 86.53% of days assessed, respectively. The menus studied presented monotony of color and the presence of sulphur rich foods in 15.38% and 23.08% of the days analyzed, respectively. It was observed a high supply of fatty meat (28.85%) and fried foods (44.33%) and low (19.24%) offer. There was low supply of sweets and fried foods in a same day (6.73%). The menu of the food and nutrition unit analyzed was appropriate in relation to the supply of fruit, leafy vegetables, sweet and color harmony. On the other hand, the supply of fried foods, fatty meats and foods rich in sulfur was considered inadequate.

Key words: Menu Planning; Food Services; Food Quality.

INTRODUÇÃO

As Unidades de Alimentação e Nutrição (UAN) pertencem ao setor de alimentação coletiva e têm por finalidade administrar o desenvolvimento de técnicas para a produção e distribuição de refeições nutricionalmente equilibradas, sob supervisão técnica de um nutricionista. As refeições devem garantir segurança alimentar para consumo fora do lar, com o intuito de contribuir para manter ou recuperar a saúde de coletividades.^{1,2}

As UANs atendem a clientela definida, podendo estar situadas em empresas, escolas, universidades, hospitais, asilos, orfanatos, dentre outras instituições. As refeições devem ser adequadas a cada grupo ao qual são destinadas. Grande parcela dessas unidades são direcionadas a produção e distribuição de refeições para o Programa de Alimentação do Trabalhador (PAT), com a finalidade de melhorar o estado nutricional dos funcionários e, conseqüentemente, o desempenho dos mesmos.³

Com o elevado crescimento do mercado de produção de refeições, o consumidor passou a exigir mais desses estabelecimentos. O comportamento alimentar de um indivíduo não envolve somente a ingestão de alimentos para atingir suas necessidades fisiológicas; envolve também necessidades sociais, psicológicas, cognitivas, afetivas e culturais. As percepções sensoriais influenciam diretamente na degustação e na apreciação dos alimentos. O consumidor busca alimentos com

sabores distintos, texturas, formas de preparo e forma de apresentação diferenciada, além de alimentos que inspirem confiança.^{4,5}

O cardápio consiste na descrição de alimentos e preparações que compõem as refeições diárias ou de determinado período. Para atender às necessidades fisiológicas e sensoriais dos comensais, o cardápio deve respeitar as características dos clientes e as leis da nutrição: quantidade, qualidade, variedade e harmonia, além de conter alimentos de todos os grupos, texturas equilibradas, alimentos de acordo com a sazonalidade e costume da região, adequação ao mercado de abastecimento e à capacidade de produção, e que seja seguro do ponto de vista higiênico-sanitário, obedecendo às legislações vigentes.^{6,7}

O cardápio, quando bem estruturado, pode ser utilizado como ferramenta de educação nutricional. A partir das preparações, os comensais têm como exemplo os alimentos que contribuem para a alimentação saudável e equilibrada. Por isso se faz necessário que o nutricionista faça constantes avaliações nos cardápios, a fim de que estes mantenham as preparações adequadas à saúde dos comensais.⁸

Com a finalidade de ajudar o nutricionista na elaboração e avaliação de um cardápio adequado do ponto de vista nutricional e sensorial, o método de Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio (AQPC) analisa as preparações que o compõem em relação à oferta de frituras, doces, carnes gorduras, frutas, vegetais folhosos, alimentos ricos em enxofre, e em relação a sua composição de acordo com as cores, proporcionando uma visão global do mesmo.⁶

O presente estudo teve como objetivo avaliar o cardápio de uma UAN de uma empresa privada do município de Leopoldina-MG oferecido a seus trabalhadores através do método de AQPC.

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo de caso do tipo descritivo, realizado em maio de 2015 em uma UAN de autogestão, de uma empresa privada do município de Leopoldina, estado de Minas Gerais. O diretor da empresa autorizou a pesquisa através da assinatura do Termo de Autorização Institucional.

Foram avaliados os cardápios de quatro meses, de setembro a dezembro de 2014, de segunda-feira a sábado, e algumas vezes domingo, quando há produção extra na empresa, totalizando 104 dias. A UAN fornece em média 230 refeições diárias de almoço, com cardápio de padrão popular, distribuídas sob a forma de *self-service*, em balcões climatizados, com porcionamento apenas do prato proteico e da sobremesa. O cardápio servido na unidade é composto por: arroz, feijão, uma guarnição, um prato proteico, com opção de dois ovos, frito ou cozido, de acordo com a escolha de cada consumidor, duas saladas e uma sobremesa (doce ou fruta).

Os cardápios foram avaliados através do método de AQPC proposto por Proença et al.,⁶ que analisa os seguintes itens: aparecimento de frituras, sendo considerados todos os alimentos com técnica de preparo de frituras e batata palha, de maneira isolada ou associada a doces ofertados em um mesmo dia; presença de frutas e de hortaliças; monotonia das preparações e dos alimentos do cardápio (sendo considerado monótono, quando duas ou mais preparações possuíam cores iguais); a presença de dois ou mais alimentos ricos em enxofre (com exceção do feijão diário).

Foi classificado como cardápio rico em enxofre quando havia duas ou mais preparações fonte deste mineral diariamente, avaliando a presença dos seguintes alimentos sulfurados: acelga, batata-doce, brócolis, couve-flor, ervilha, feijão, goiaba, maçã, melancia, melão, milho, mostarda, ovo e repolho.⁹ Os cardápios foram classificados como adequados em relação às hortaliças quando apresentassem pelo menos duas opções de verduras ou legumes.

Avaliaram-se os cardápios diários, semanais e, posteriormente, os mensais, considerando-se, dessa forma, os cardápios da UAN em quatro meses. Os dados obtidos da análise foram tabulados em percentuais em relação ao número total de dias dos cardápios investigados.

A presente pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética e Pesquisa da faculdade sob protocolo nº11/05/201500:13:25.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados da análise dos cardápios pelo método AQPC encontram-se na tabela 1.

Tabela 1. Análise dos cardápios de quatro meses de uma Unidade de Alimentação e Nutrição de Leopoldina, Leopoldina-MG, 2014.

Meses	Dias de cardápio	Frutas	Folhosos	Cores iguais	Ricos em enxofre	Carne gordurosa	Doce	Frituras	Doce + fritura
Set.	26	18	18	2	7	10	7	9	2
Out.	27	26	22	3	4	7	2	9	2
Nov.	24	19	23	9	5	6	5	10	0
Dez.	27	19	27	2	8	7	6	18	3
Total de dias	104	82	90	16	24	30	20	46	7
% de ocorrência	100%	78,86%	86,53%	15,38%	23,08%	28,85%	19,24%	44,23%	6,73%

A UAN ofertou folhosos em 86,53% dos dias, sendo alface (26,66%) e acelga (24,44%) os mais prevalentes. As frutas foram ofertadas em 78,86%, com maior frequência para maçã (28,57%), laranja (27,38%) e banana (22,61%), oferecidas exclusivamente como sobremesa. Ou seja, oferta frequente de folhosos e de frutas. Em estudo realizado por Said et al.¹⁰ em um restaurante universitário de Belém do Pará, foram observadas alta oferta de frutas como sobremesas (100%), mas baixa oferta de vegetais folhosos (8,69%). Já em pesquisa realizada em uma UAN de um colégio de regime internato em Guarapuava-PR, Christmann¹¹ observou que os folhosos foram ofertados em 100% dos dias, mas as frutas em apenas 4%.

O fornecimento de frutas e hortaliças diariamente é de extrema importância, pois são de baixa densidade calórica e ricos em vitaminas, minerais, fibras, têm efeitos significativo na saúde dos comensais e contribuem para prevenir obesidade e doenças crônicas associadas a esta condição, como diabetes mellitus tipo 2, hipercolesterolemia, doenças cardiovasculares e alguns tipos de câncer.^{12,13} A oferta destes alimentos pela UAN se faz importante, pois a Pesquisa de Orçamento Familiar (POF) 2008/2009 constatou que a disponibilidade de frutas e hortaliças nos domicílios brasileiros era insuficiente, o que sugere um baixo consumo das mesmas.¹⁴

Segundo a análise de combinação das cores, os cardápios estudados apresentaram o resultado de monotonia de cores em 15,38% dos dias analisados, sendo mais comuns as cores amarelas (62,50%), verde (25,00%) e laranja (12,50%). A monotonia de cores com prevalência das cores amarela e laranja também foram observada por José¹⁵ em estudo realizado em uma UAN institucional em Vitória-ES, sendo esta observada em 50,98% das preparações oferecidas. Em estudo realizado em uma UAN institucional de Brasília, Distrito Federal, Passos¹⁶ observou combinação não adequada de cores em 58,6% dos dias do cardápio analisado. A monotonia de cores também ocorreu nos cardápios analisados por Veiros & Proença,¹⁷ em estudo realizado em uma UAN institucional de Santa Catarina, em 65% dos dias.

Segundo Ornellas,¹⁸ um cardápio adequado deve apresentar dois princípios básicos: variedade e harmonia. A variedade consiste na variação da oferta dos ingredientes, de texturas, formas, temperatura, cores e sabores, o que o torna mais atraente ao comensal. A harmonia é visualizada pela associação de cores, consistência e sabores, o que exige o sentido estético e artístico. A combinação e diversificação das cores são essenciais, pois garantem a ingestão de diferentes grupos de alimentos, consequentemente diferentes nutrientes, além de atrair o comensal, que fica mais estimulado e disposto a consumir os diferentes alimentos, tornando a refeição mais prazerosa e promovendo a saúde do consumidor.¹⁶

A presença de alimentos sulfurados ocorreu em 37,50% dos dias analisados, sendo acelga (56,41%) e couve-flor (15,38%) os mais prevalentes. Ramos et al.,⁷ em pesquisa realizada em uma UAN de uma empresa de Belo Horizonte-MG, observaram prevalência superior, sendo esses alimentos ofertados em 76,2% dos dias analisados. Já Brito & Bezerra,¹⁹ em pesquisa realizada em uma UAN hospitalar, observaram a presença de alimentos ricos em enxofre em apenas 9,7% dias,

dados que contrariam os achados do presente estudo. Estes alimentos, se ofertados em grande quantidade, podem causar sensação de mal-estar pelo desconforto gástrico gerado.²⁰

Ao avaliar a quantidade de carne gordurosa presente nos cardápios estudados, verificou-se um resultado de 28,85%. As carnes consideradas gordurosas foram pernil, filezinho, costelinha e bisteca suína, bem como linguiça e bacon. Em relação à presença de frituras, os dados foram preocupantes, pois observou-se que foi ofertada tanto como técnica de preparo do prato principal ou da guarnição em 44,23% dos dias analisados. Pode-se verificar que no mês de dezembro houve elevada oferta de frituras (66,67%), que se explica pela falta de forno, pois o equipamento estava enguiçado, impossibilitando a variação das técnicas de preparo.

Segundo análise realizada nos cardápios de uma UAN institucional de Santa Catarina, Veiros e Proença¹⁷ observaram a presença de carne gordurosa e de frituras em 15,6% e 49,5% dos dias analisados, respectivamente. Já os dados obtidos por Prado et al.,²⁰ em pesquisa realizada em uma UAN institucional de Cuiabá-MT, apontaram a oferta de carne gordurosa em 25% dos cardápios e de apenas 15% de frituras. Já no estudo realizado em uma UAN institucional em Vitória-ES, José¹⁵ obteve resultado superior ao do presente estudo, observando a presença de 70,58% de carne gordurosa e de 50,98% de frituras nos cardápios.

Diante dos dados apresentados em relação à oferta de gordura, recomenda-se o consumo de carnes magras, como peixes e frango, ou sem pele ou gordura aparente, e a substituição do modo de preparo destes alimentos fritos por refogados, assados, grelhados ou cozidos. As carnes gordurosas podem ser substituídas por cortes magros.^{3,21}

O quesito “presença de doce”, ofertado exclusivamente como sobremesa, foi observado em 19,24% dos dias, geralmente uma vez ao longo da semana, e nos cardápios de domingo. Ramos et al.⁷ verificaram índices muito maiores, contrários ao do presente estudo, em que a oferta de doces foi de 100%. Said et al.¹⁰ verificaram a ausência de doces fornecidos nos cardápios analisados, dados que diferem dos encontrados no presente estudo.

Foi averiguada a frequência da combinação de doce e fritura no cardápio fornecido em um mesmo dia, e observou-se uma baixa oferta desses alimentos associados em 6,73%. A presença de doces e frituras não foi observada em nenhum dia em estudo realizado por Prado et al.,²⁰ e em 12,5% nos cardápios analisados por Passos.¹⁶

A baixa oferta de doces associados com frituras observada no presente estudo é vista como um fator favorável à alimentação dos trabalhadores, pois estas preparações possuem elevado valor calórico, e sua ingestão excessiva e dietas ricas em gorduras predis põem o organismo ao aumento de peso e acúmulo de gordura corporal, podendo favorecer o desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis.⁵ Esses produtos são nutricionalmente desequilibrados e restritos a poucos nutrientes. Além disso, o elevado consumo de açúcares e gorduras é prejudicial à saúde, e ambos possuem recomendação de consumo moderado.¹³

Segundo Proença,⁶ uma UAN deve se preocupar com a saúde do comensal como um todo, buscando, através do cardápio ofertado, melhorar a saúde da sua clientela. O consumo de alimentos saudáveis está associado à redução de doenças crônicas não transmissíveis.²⁰

O rendimento do trabalhador está diretamente relacionado com seu estado nutricional. Funcionários bem alimentados e nutridos terão menores chances de desenvolver patologias, e terão melhor qualidade de vida - portanto, terão maior produtividade.²²

CONCLUSÃO

O cardápio da UAN analisada apresentou-se adequado em relação à oferta de frutas, folhosos, doces e harmonia de cores. Em contrapartida, a oferta de frituras, carnes gordurosas e alimentos ricos em enxofre foi considerada inadequada. Sugere-se que a nutricionista deva replanejar o cardápio desta UAN, reduzindo a oferta de frituras, de carne gordurosa e de alimentos ricos em enxofre.

Os funcionários da referida empresa se alimentam todos os dias naquele local, e o fornecimento de um cardápio nutricionalmente adequado favorece a criação de hábitos alimentares saudáveis, através de refeições seguras sob o ponto de vista higiênico-sanitário, criando conceitos de alimentação saudável e contribuindo para a promoção da saúde de seus usuários.

REFERÊNCIAS

1. Colares LGT, Freitas CM. Processo de trabalho e saúde de trabalhadores de uma unidade de alimentação e nutrição: entre a prescrição e o real do trabalho. *Cad. Saúde Pública* 2007; 23(12):3011-3020.
2. Pereira SMSR. Antropologia da alimentação: cultura e unidade de alimentação e nutrição. In: Balchiunas D. *Gestão de UAN. Um resgate ao binômio: alimentação e nutrição*. São Paulo: Roca; 2014. p. 01-19.
3. Mendonça RT. UANs. In: Mendonça RT. *Nutrição: um guia de alimentação, práticas de higiene, cardápios, doenças, dietas, gestão*. São Paulo: Rideel; 2010. p. 313-319.
4. Tenser CMR, Araújo WMC, Collaço JHL. Química e alimentos. In: Araújo WMC, Montebello NP, Botelho RBA, Borgo LA, organizadores. *Alquimia dos alimentos*. 2 ed. Brasília: Editora Senac; 2013. p. 47-57.
5. Castro AGP, Bandoni DH, Jaime PC. Promoção da saúde no ambiente de trabalho. In: Balchiunas D. *Gestão de UAN. Um resgate ao binômio: alimentação e nutrição*. São Paulo: Roca; 2014. p. 19-26.
6. Proença RPC, Sousa AA, Veiros MB, Hering, B. Qualidade nutricional e sensorial na produção de refeições. Florianópolis: Editora da UFSC; 2005. p. 55-118.
7. Ramos AS, Souza FFR, Fernandes GCB, Xavier SKP. Avaliação de cardápio e pesquisa de satisfação em uma Unidade de Alimentação e Nutrição. *Alim. Nutr.* 2013; 24(1):29-35.

8. Costa SEP, Mendonça KAN. Avaliação qualitativa de cardápios oferecidos para pré-escolares de creches do Distrito Federal. *Revista Ciências da Saúde* 2012; 10(1):33-40.
9. Boaventura OS, Oliveira AC, Costa JJ, Moreira PVP, Matias ACG, Spinelli MGN et al. Avaliação qualitativa de cardápios oferecidos em escolas de educação infantil da grande São Paulo. *Demetra: Alimentação, Nutrição & Saúde* 2013; 8(3):397-409.
10. Said NM, Santos GBC, Santos MSP, Silva EB. Avaliação qualitativa do cardápio de um restaurante universitário de Belém do Pará. *Anais do III Congresso de Educação em Saúde da Amazônia*. Belém: Universidade Federal do Pará; 2014.
11. Christmann AC. Avaliação qualitativa das preparações do cardápio- Método AQPC- e resto- ingesta de um colégio em regime internato de Guarapuava-PR. [Bacharel]. [Guarapuava]: Universidade Estadual do Centro- Oeste; 2011.
12. Carvalho LC. Avaliação qualitativa das preparações do Festival Brasil Sabor Brasília: Festival Gastronômico de 2007. [Especialização]. [Brasília]. Universidade de Brasília, Centro de Excelência ao Turismo; 2008.
13. Brasil. Secretaria de Atenção à Saúde. Guia alimentar para a população brasileira. Brasília: Ministério da Saúde; 2014. 46 p.
14. Levy RB, Claro RM, Mondini L, Sichieri R, Monteiro CA. Distribuição regional e socioeconômica domiciliar de alimentos no Brasil em 2008-2009. *Revista de Saúde Pública* 2012; 46(1):6-15.
15. José JFBS. Avaliação qualitativa de cardápios em uma unidade de alimentação e nutrição localizada em Vitória-ES. *Demetra: Alimentação, Nutrição & Saúde* 2014; 9(4):975-984.
16. Passos ALA. Análise do cardápio de uma Unidade de Alimentação e Nutrição institucional de Brasília-DF segundo método “Avaliação qualitativa das preparações dos cardápios”. [Especialização]. [Brasília]: Universidade de Brasília, Centro de Excelência ao Turismo; 2008.
17. Veiros MB, Proença RPC. Avaliação qualitativa das preparações dos cardápios de uma Unidade de Alimentação e Nutrição: método AQPC. *Revista Nutrição em Pauta* 2003; 11(1):36-42.
18. Ornellas LH. Planejamento de cardápio. In: Ornellas LH. Técnica dietética: seleção e preparo dos alimentos. 8 ed. rev. ampl. São Paulo: Atheneu; 2007. p. 251-255.
19. Brito LF, Bezerra VM. Avaliação qualitativa das preparações do cardápio de UAM Unidade de Alimentação e Nutrição Hospitalar de Vitória da Conquista, Bahia. *Alim. Nutr.* 2013; 24(2):153-158.
20. Prado BG, Nicoletti AL, Faria CS. Avaliação qualitativa das preparações de cardápio em uma Unidade de Alimentação de Cuiabá-MT. *Revista UNOPAR Científica Ciências Biológicas e da Saúde* 2014; 15(3):219-223.
21. Veiros MB, Martinelli SS. Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio Escolar- AQPC Escola. *Revista Nutrição em Pauta* 2012; 20(114):2-12.
22. Oliveira CS, Alves FS. Educação nutricional em Unidade de Alimentação e Nutrição, direcionada para consumo de pratos proteicos: um estudo de caso. *Alim. Nutr.* 2008; 19(4):435-440.

Recebido: 22/7/2015

Revisado: 10/10/2015

Aceito: 09/12/2015