

AValiação Qualitativa do Cardápio de um Restaurante Universitário de Belém do Pará

Nariman Muzaffar Said¹; Gislene Balbino Carneiro dos Santos¹; Maria do Socorro Paredes Santos²; Elenilma Barros da Silva³

¹Acadêmica de Nutrição; ²Especialista em Alimentação Coletiva pela Asbran; ³Mestre em Saúde Sociedade e Endemias na Amazônia

nariman_said9@hotmail.com

Universidade da Amazônia (UNAMA)

Introdução: O cardápio é a relação de alimentos ou preparações que vão ser consumidas em uma ou mais refeições por certo tempo, dessa forma vê-se a relevância do planejamento e da estrutura do mesmo para obtenção de sua finalidade que esta relacionada com a qualidade nutricional e como aceitação do seu público (PROENÇA, et al., 2008). Nesse contexto, vários instrumentos vêm sendo utilizados para avaliar os cardápios de uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN), entre eles se tem os métodos qualitativos, como a Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio – AQPC que é uma ferramenta que tem como objetivo ajudar o profissional na criação de um cardápio apropriado tanto nutricional quanto sensorialmente, visando uma harmonia nesses quesitos, deixando-os mais convidativos para o público alvo (VIEIROS; PROENÇA, 2003). **Objetivos:** Avaliar qualitativamente o cardápio de uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN). **Métodos:** tipo de estudo, transversal, descritivo e analítico; realizado no período de 26 de agosto a 05 de setembro de 2014. Para a verificação do cardápio foi utilizado o método de Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio (AQPC), proposto por Veiros e Proença (2003). Os critérios definidos como os itens de avaliação desse método são os seguintes: técnicas de cocção; frequência de frituras, de forma isolada ou juntamente com oferta de doces; cor das preparações; presença de alimentos ricos em enxofre; presença de frutas, folhosos, embutidos; carne gordurosa e repetição de preparações. Foi realizada análise do cardápio mensal da unidade. Para definir os critérios de classificação os itens verificados foram divididos em dois grupos, os de aspecto positivo do cardápio e os de aspecto negativo. A oferta de frutas e folhosos foi definida como aspecto positivo e a partir do percentual foram classificadas da seguinte forma: ótimo, $\geq 90\%$; bom, 75 a 89%; regular, de 50 a 74%; ruim, de 25 a 49%; péssimo, $<25\%$. Já a presença de duas ou mais preparações ricas em enxofre, carne gordurosa, preparação de cores iguais, fritura, doce, oferta de doce e fritura juntos, embutidos, foram definidos como aspectos negativos e a partir do percentual foram classificadas da seguinte maneira: ótimo, $\leq 10\%$; bom, de 11 a 25%; regular, de 26 a 50%; ruim, de 51 a 75%; e péssimo, $>75\%$, critérios esses utilizados por PRADO; NICOLETTI; FARIA, 2013. Os dados foram tabulados em bases de dados da excel. **Resultados/Discussão:** O cardápio apresentou incidência muito baixa de frituras (8,69%), sendo avaliado como ótimo visto estar $\leq 10\%$. Não há a presença de doces e nem desses associados a gordura, sendo encontrado também na categoria ótimo. Contudo os embutidos encontram-se em uma alta frequência de 100%, classificando-se assim como péssimo. Esses gêneros alimentícios são utilizados em preparações comuns como o feijão aumentando o teor calórico da preparação, além de serem alimentos ricos em sódio e o consumo elevado pode acarretar em problemas cardiovasculares (MENDONÇA, 2010). Quanto a sobremesa, a análise dos dados mostra uma grande oferta de frutas, com alta incidência (100%), considerado ótimo. Resultado esse inverso ao trabalho de Vieiros e Proença (2003), realizado em uma UAN institucional, que apresentou uma maior oferta de doces como sobremesa, do que frutas. Dessa forma é feito o incentivo ao consumo de fibras que é relevante na dieta. As frutas são excelentes fontes de fibra e nutrientes, e possuem baixa densidade energética, e estão associados à práticas alimentares saudáveis (VIEIROS; PROENÇA, 2003). Em relação aos vegetais folhosos, pode-se observar a baixa oferta desses alimentos encontrando-se em

uma frequência muito baixa (8,69%), classificando-se como péssimo, valor esse diferente do achado no estudo de Vieiros e Proença (2003), que mostra uma oferta de folhosos de 82,6%. Contudo observa-se que o consumo de fibras, minerais e vitaminas está sendo incentivado na referida UAN, visto a oferta quase diária de saladas variadas e frutas, entretanto há a possibilidade de maior inserção dos vegetais folhosos, melhorando o cardápio de maneira qualitativa (MENDONÇA, 2010). Já em relação à presença de alimentos ricos em enxofre pode-se observar uma oferta de 43,70%, caracterizado como regular, como por exemplo a associação de feijão, com repolho e ovo, o que pode acarretar em desconforto gástrico dos comensais devido ao acúmulo de gases. Esses alimentos são importantes na dieta, contudo deve-se atentar para não coincidir a oferta em um único dia. No estudo realizado por Passo (2008), também encontrou uma alta quantidade de alimentos sulfurados (57,7%), sendo o que mais contribui é a salada (repolho, couve, pepino, entre outros) (PASSOS, 2008). Outro item analisado é em relação a oferta de carne gordurosa, o qual pode-se verificar uma baixa oferta de 13,04%, sendo classificado como bom, mesmo resultado encontrado no estudo de Prado; Nicoletti; Farias (2013). O mais recomendado seria que esses alimentos não fossem ofertados, pelo tipo de gordura que apresentam, como por exemplo, o colesterol e a gordura saturada, o melhor seria a substituição por carnes magras, pois o consumo excessivo desse tipo de alimento pode acarretar em obesidade, doenças cardiovasculares, entre outras (PRADO; NICOLETTI; FARIA, 2013). Na maioria dos dias observados pode-se notar que não há uma monotonia nas cores, o que é tido como ótimo, isso é um ponto importante visto a apresentação visual do prato contar de forma positiva para a aceitação dos comensais. Resultado esse inverso também ao analisado no estudo de Vieiros e Proença (2003), mostrando que a monotonia era encontrada em um percentual alto de 65% do cardápio analisado (PROENÇA, et al., 2008). **Considerações finais:** Ao analisarmos os cardápios da unidade estudada podemos observar o quanto um bom planejamento e organização das etapas são de suma importância para o êxito final, mesmo sendo um cardápio do tipo básico. Para tal função, diversos fatores estão relacionados com o planejamento dos cardápios, dentre eles a sazonalidade dos gêneros, o número de equipamentos, manipuladores em quantidade e capacitados, para assegurar a produção adequada da refeição. Além disso, devem-se respeitar os quesitos estabelecidos pela licitação na aquisição dos gêneros, uma vez que se trata de uma instituição do governo Federal. Ressalta-se assim a relevância dos métodos qualitativos por serem de baixo custo, de mais fácil aplicação, como complementares na avaliação do cardápio. Servindo como uma ferramenta imprescindível para o trabalho do nutricionista. Visto que o cardápio é um instrumento que ajuda na educação alimentar, buscando a promoção da saúde. Assim o método qualitativo vem a ser mais uma ferramenta para o nutricionista que busca administrar uma UAN ofertando um cardápio mais saudável e convidativo.

Referências:

MENDONÇA, R. T. **Nutrição:** um guia completo de alimentação, práticas de higiene, cardápios, doenças, dietas e gestão. São Paulo: Rideel, 2010.

PASSOS, A. L. A. **Análise do Cardápio de uma Unidade de Alimentação e Nutrição Institucional em Brasília – DF Segundo o Método “Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio”.** Monografia de especialização. Centro de Excelência em Turismo, Universidade de Brasília. Brasília/DF, 2008.

PRADO, B. G; NICOLETTI, A. L; FARIAS, C. S. Avaliação Qualitativa das Preparações de Cardápio em uma Unidade de Alimentação e Nutrição de Cuiabá- MT. UNOPAR. **Cient Ciênc Biol Saúde**, 2013.

PROENÇA, R. P. C, et al. **Qualidade Nutricional e Sensorial na Produção de Refeições**. Florianópolis: Da UFSC, 2008.

VIEIROS, M. B; PROENÇA, R. P. C. Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio em uma Unidade de Alimentação e Nutrição - Método AQPC. **Nutrição em Pauta**. Ed set/out, 2003.