

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE CAMPINA GRANDE
CENTRO DE EDUCAÇÃO E SAÚDE
UNIDADE ACADÊMICA DE SAÚDE
CURSO BACHARELADO EM NUTRIÇÃO**

RAYANNA DE ALMEIDA HONÓRIO

**ANÁLISE DO CARDÁPIO DE UMA UNIDADE DE
ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO PELO MÉTODO AVALIAÇÃO
QUALITATIVA DAS PREPARAÇÕES DO CARDÁPIO (AQPC)
EM JOÃO PESSOA - PB**

Cuité/PB

2016

RAYANNA DE ALMEIDA HONÓRIO

**ANÁLISE DO CARDÁPIO DE UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO
PELO MÉTODO AVALIAÇÃO QUALITATIVA DAS PREPARAÇÕES DO
CARDÁPIO (AQPC) EM JOÃO PESSOA - PB**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado a Unidade Acadêmica de Saúde da Universidade Federal de Campina Grande, como requisito obrigatório para obtenção de título de Bacharel em Nutrição, com linha específica em alimentação coletiva.

Orientadora: Prof^a. Msc. Michelly Pires Queiroz
Co-orientadora: Prof^a. Msc. Celina de Castro Querino
Dias

Cuité/PB
2016

FICHA CATALOGRÁFICA ELABORADA NA FONTE
Responsabilidade Msc Jesiel Ferreira Gomes – CRB 15 – 256

H774a Honório, Rayanna de Almeida.

Análise do cardápio de uma unidade de alimentação e nutrição pelo método avaliação qualitativa das preparações do cardápio (AQPC) em João Pessoa - PB. / Rayanna de Almeida Honório. – Cuité: CES, 2016.

30 fl.

Monografia (Curso de Graduação em Nutrição) – Centro de Educação e Saúde / UFCG, 2016.

Orientadora: Michelly Pires Queiroz.

1. Unidade de alimentação e nutrição. 2. Cardápios. 3. Avaliação qualitativa. I. Título.

Biblioteca do CES - UFCG

CDU 642.09

RAYANNA DE ALMEIDA HONÓRIO

ANÁLISE DO CARDÁPIO DE UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO
PELO MÉTODO AVALIAÇÃO QUALITATIVA DAS PREPARAÇÕES DO CARDÁPIO
(AQPC) EM JOÃO PESSOA - PB

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado a
Unidade Acadêmica de Saúde da Universidade
Federal de Campina Grande, como requisito
obrigatório para obtenção de título de Bacharel em
Nutrição, com linha específica em alimentação
coletiva.

Aprovado em _____ de _____ de _____.

BANCA EXAMINADORA

Prof^ª. Msc. Michelly Pires Queiroz

Universidade Federal de Campina Grande/Centro de Educação e Saúde
Orientadora

Prof^ª. Msc. Celina de Castro Querino Dias

Universidade Federal de Campina Grande/Centro de Educação e Saúde
Membro Interno

Prof^ª. Mikaelle Albuquerque de Sousa

Universidade Federal de Campina Grande/Centro de Educação e Saúde
Membro Interno

Cuité/PB

2016

Aos meus pais, dedico.

AGRADECIMENTOS

À Deus, por ser bondoso e guiar os meus passos, agradeço pela oportunidade concedida e pela sua proteção.

À minha mãe Raimunda e ao meu pai Decelio, pelo amor, força, incentivo e investimento. Por não terem medido esforços para que eu chegasse até aqui. A vocês meu amor e gratidão eternos.

Aos meus irmãos Regina, Ronycélio e Rebeca, que muito significam na minha caminhada, a vocês meu muito obrigada.

À minha família, por todo apoio e incentivo durante essa caminhada acadêmica.

Aos meus amigos, pelo carinho, apoio e compreensão.

À minha orientadora Michelly Pires Queiroz, por ter abraçado a construção desse trabalho, obrigada pela paciência e compreensão.

Às Profs^a. Mikaelle Albuquerque de Sousa e Celina de Castro Querino Dias por fazerem parte da banca examinadora desse trabalho.

A Coordenação de Nutrição do Hospital Napoleão Laureano por permitirem a coleta dos dados desse estudo.

A todas as pessoas que me auxiliaram e estimularam a concretizar este trabalho.

Meu muito obrigado!

"Que seu remédiao seja seu alimento, e que seu alimento seja seu remédiao."

Hipócrates

RESUMO

HONÓRIO, R. A. **ANÁLISE DO CARDÁPIO DE UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO PELO MÉTODO AVALIAÇÃO QUALITATIVA DAS PREPARAÇÕES DO CARDÁPIO (AQPC) EM JOÃO PESSOA – PB. 2016.** 30 folhas. TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO (GRADUAÇÃO EM NUTRIÇÃO) – UNIVERSIDADE FEDERAL DE CAMPINA GRANDE, CUITÉ, 2016.

Cardápio consiste na sequência de preparações culinárias que compõem as refeições diárias ou de determinado período. Um método que pode ser utilizado para o planejamento de cardápios é a avaliação qualitativa das preparações do cardápio. O objetivo deste trabalho foi avaliar a qualidade das preparações dos cardápios servidos aos funcionários pelo método Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio (AQPC) da Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) em um hospital de João Pessoa – PB. Trata-se de um estudo de caso de caráter qualitativo. Foram utilizados para análise os cardápios de julho e agosto de 2016, de uma UAN que recebe serviço prestado de uma empresa privada terceirizada do município de João Pessoa – PB. Os doces foram ofertados em 100%, folhosos foram ofertados em 40% dos dias, fritura em 27,5%, doce e fritura em um mesmo dia corresponderam a 17,5%, as frutas em apenas 7,5 dos dias, e carne gordurosa em 5%. Os fatores positivos foram a baixa oferta de carnes gordurosas, baixa oferta de fritura, e de fritura e doce no mesmo dia. Os fatores negativos foram a baixa oferta de folhosos, alta oferta de doces e baixas ofertas de frutas como sobremesa. As técnicas de cocção do prato principal apresentaram a mesma quantidade de oferta para assado e cozido. É necessário atentar-se para a alta oferta de doce e baixa oferta de frutas, assim como buscar aumentar a oferta de folhosos. Promovendo uma adaptação dos comensais um para hábito alimentar mais saudável.

Palavras-chaves: Unidade de Alimentação e Nutrição, cardápios, avaliação qualitativa.

ABSTRACT

HONÓRIO, R. A. **ANALYSIS OF THE MENU OF A POWER UNIT AND NUTRITION IN JOÃO PESSOA – PB THE METHOD QUALITATIVE ASSESSMENT OF MENU PREPARATIONS 2016.** 30 folhas.. COMPLETION OF COURSE WORK (DEGREE IN NUTRITION) – FEDERAL UNIVERSITY OF CAMPINA GRANDE. CUITÉ, 2016.

A menu consists in a sequence of culinary preparations that compose the daily meals or specific period. A method that can be used for planning menus is the qualitative evaluation of menu components. The aim of this paper was evaluate the quality of the menus preparations according to the Qualitative Evaluation of Menu Components (QEMC) from Unity of Food and Nutrition (UFN) in a hospital in João Pessoa – PB. This is a qualitative study. In the analysis were used the menus of July and August of 2016, in a UFN that receives service provided by an outsourced private company in the city of João Pessoa – PB. The leafy were offered in 40% of the days, the fruits just in 7,5% of the days, fatty meats in 5%, frying 17,5%, candies were offered in 100% of the days, and candies and frying in the same day correspond to 17,5%. The positive factors were the low supply of fatty meats, low supply of frying, and frying and sweet on the same day. The negative factors were the low supply of leafy, high supply of candies and low supply of fruits as dessert. The techniques of cooking the main dish present the same supply to roast and baked. It is necessary to pay attention to high supply of candies and low supply of fruit, as well as seek to increase the supply of leafy.

Key-words: Unity of Food and Nutrition, menus, qualitative evaluation.

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	9
2	OBJETIVOS	11
2.1	OBJETIVO GERAL.....	11
2.2	OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	11
3	REFERENCIAL TEÓRICO	12
3.1	NUTRIÇÃO E SAÚDE.....	12
3.2	UNIDADES DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO.....	13
3.3	ATUAÇÃO DO NUTRICIONISTA.....	13
3.4	IMPORTÂNCIA DOS CARDÁPIOS E O MÉTODO AQPC.....	14
4	MATERIAIS E MÉTODOS	16
4.1	CARACTERIZAÇÃO DA PESQUISA.....	16
4.2	APLICAÇÃO DO MÉTODO.....	16
4.3	ANÁLISE ESTATÍSTICA.....	17
5	RESULTADOS E DISCUSSÃO	18
6	CONCLUSÃO	23
	REFERÊNCIAS	24
	ANEXOS	27

1 INTRODUÇÃO

A alimentação e a nutrição são a base para a promoção e a proteção da saúde, possibilitando o crescimento e desenvolvimento humano, com qualidade de vida e cidadania (PINHEIRO, 2005).

Sabemos que para uma alimentação adequada é necessário um cardápio adequado. O cardápio consiste na sequência de preparações culinárias que compõem as refeições diárias ou de um período. É necessário que contenha alimentos dos diversos grupos alimentares, que possua alimentos da região, que seja seguro e atenda às necessidades financeiras.

Portanto, as Unidades de Alimentação e Nutrição (UAN) são unidades produtoras de refeições responsáveis por ofertar cardápios com padrões higiênico-sanitários adequados e nutricionalmente balanceados, contribuindo para manutenção ou recuperação da saúde e auxiliando ainda, no desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis (ABREU et al; 2009).

O planejamento dos cardápios de uma UAN deve ser realizado por nutricionistas com a finalidade de elaborar refeições que atendam os hábitos alimentares e características nutricionais dos comensais, qualidade higiênico-sanitária, adequação ao estoque disponível e à capacidade de produção da UAN (ABREU et al., 2009; PROENÇA et al., 2005;).

Um método que pode ser utilizado pelo nutricionista na atividade de planejamento de cardápios é Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio (AQPC), este método visa a avaliação de cores, técnicas de preparo, repetições, combinações, oferta de folhosos, frutas, tipo de carnes, fritura, doces, além do teor de enxofre dos alimentos (VEIROS, 2002; PROENÇA, 2003). O AQPC auxilia o profissional a elaborar cardápios mais adequados do ponto de vista nutricional e sensorial (VEIROS, 2002).

É importante que sejam feitas avaliações qualitativas periódicas dos cardápios, para que se mantenham de acordo com as necessidades do público alvo a que se destina, para assim evitar desequilíbrios nutricionais.

Sabe-se que para a alimentação saudável é necessário preservar o valor nutritivo e os aspectos sensoriais dos alimentos, esses aspectos devem ser

qualitativamente e quantitativamente adequados ao hábito alimentar e capazes de promover uma vida saudável, prevenindo o aparecimento de doenças provenientes de hábitos alimentares inadequados (PHILIPPI, 2000). A alimentação ofertada pela UAN é uma maneira de intervenção alimentar que pode causar influência positiva na saúde dos comensais. Sabendo disso, é fundamental a atuação do profissional nutricionista em instituições que ofereçam alimentação tanto para público enfermo como sadio, pois a preocupação com a alimentação dos comensais e o reflexo que a alimentação pode causar em sua saúde é atribuição do profissional nutricionista (MATOS; PROENÇA, 2003).

Sendo assim, este estudo possui como objetivo analisar qualitativamente a composição de cardápios, considerando as preparações que o compõem quanto a oferta de folhosos, frutas, doces e frituras, além da técnica de cocção dos pratos principais, buscando colaborar para a elaboração de um cardápio que contemple as exigências nutricionais, agrade os comensais, permaneça dentro do custo estimado e possa ser utilizado para modificação dos hábitos alimentares e promoção da saúde.

2 OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GERAL

Este estudo tem como objetivo analisar qualitativamente as preparações dos cardápios servidos aos funcionários do Hospital Napoleão Laureano na cidade de João Pessoa-PB.

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Aplicar o método AQPC nos cardápios dos funcionários;
- Analisar a frequência da oferta de folhosos, frutas, doces, frituras, frituras e doces ao mesmo dia;
- Analisar a frequência da técnica de cocção dos pratos principais dos cardápios.

3 REFERENCIAL TEÓRICO

3.1 NUTRIÇÃO E SAÚDE

No Brasil, a ocorrência do desenvolvimento da obesidade e das doenças associadas à obesidade está aumentando com o passar do tempo. Baseando-se nisso, as atividades de prevenção devem ser o ponto principal, pois além de prevenir as doenças, essas atividades proporcionam uma melhor qualidade de vida. A prevenção é a solução, pois é visto que as medidas de tratamento para a obesidade têm obtido resultados pouco significativos em nível de população. A prevenção deve se basear no conhecimento dos processos biológicos e nas intervenções para mudanças de hábitos (COCHRANE, 1995).

A prevenção tanto da obesidade quanto das doenças crônicas, como infarto do miocárdio, diabetes, cânceres, hipertensão, deve levar em consideração as associações das doenças entre si. Pois há uma rede de relações entre as doenças e dos fatores de risco a elas associados, e para o tratamento dessas doenças crônicas são levadas em consideração as associações das doenças entre si, o que também deve acontecer no caso de prevenção (NESTLE 1996,).

Assim, não há um nutriente específico que seja responsável pela diminuição da incidência das doenças e mesmo que em alguns casos haja a considerável influência de apenas um nutriente para este fim, a forma mais efetiva para a prevenção, é a abordagem coletiva das doenças crônicas não transmissíveis, sendo a forma mais indicada. Logo, uma proposta de alimentação saudável, para prevenção das doenças crônicas não transmissíveis, há de propor dietas que estejam de fácil acesso, e que causem uma influência positiva sobre os fatores relacionados às várias doenças. Estimular o consumo de arroz e feijão e aumentar o consumo de frutas e verduras são exemplos de proposições que atendem estes requisitos (MAHAM, 2013).

Na alimentação coletiva a quantificação de energia e de macronutrientes não são suficientes para verificar a adequação do cardápio. Apesar de a composição química ser importante para a verificação da adequação nutricional, os comensais também se alimentam de acordo com a atratividade do cardápio. Com isso, destaca-

se o desafio do nutricionista na elaboração de cardápios, que deve associar os aspectos quantitativos dos nutrientes, os aspectos higiênico-sanitários dos alimentos e os aspectos de técnicas de preparo para a qualidade geral cardápio (TEXEIRA, 2007).

3.2 UNIDADES DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO

A alimentação coletiva está atribuída aos estabelecimentos que trabalham com produção e distribuição de alimentos para coletividades, que atualmente recebem o nome de UAN. Também podendo ser chamadas de cozinhas industriais, estas possuem um conjunto de áreas com objetivo de operacionalizar o provimento nutricional de coletividades. As UANs consistem de um serviço organizado, com uma sequência e sucessão de atos destinados a fornecer refeições balanceadas dentro dos padrões dietéticos e higiênicos, para assim atender as necessidades nutricionais de seus comensais, de maneira que não ultrapasse os seus limites financeiros (ABREU et al., 2009).

Uma definição mais abrangente é a de que as UANs são unidades de trabalho que desempenham atividades relacionadas à alimentação e nutrição, independentemente da situação que ocupa na escala hierárquica da entidade, seja no nível de divisão, seção, ou setor. Neste sentido, vê-se a importância das Unidades de Alimentação e Nutrição (UAN), que são unidades de trabalho e órgãos que tem por finalidade desempenhar atividades relacionadas à alimentação e nutrição, podendo contribuir para a produção de refeições de forma adequada (TEXEIRA, 2007).

3.3 ATUAÇÃO DO NUTRICIONISTA

No Brasil, a profissão do nutricionista é regulamentada pela Lei nº 5.276, de 24 de abril de 1967 (BRASIL, 1967), onde em 1972 houve a criação de um programa de alimentação por nome de Programa Nacional de Alimentação e Nutrição. Este programa impulsionou a criação dos cursos de Nutrição no país e conseqüentemente o mercado de trabalho para os nutricionistas. Logo, a profissão que era praticamente restrita aos hospitais e Serviços de Alimentação da

Previdência Social (SAPS), se expandiu assumindo as escolas, os restaurantes de trabalhadores, a indústria, a docência, o marketing, nutrição em esportes, saúde suplementar, e os núcleos de assistência à saúde da família. Essa expansão de áreas para atuação se mantém constante até os dias de hoje (VASCONCELOS, 2011).

Na área de atuação em Unidades de Alimentação Coletiva, o nutricionista desempenha além do papel de profissional da saúde, o papel de líder da sua equipe de trabalho e de administrador da UAN. Pois em UAN, geralmente o nutricionista é contratado como gerente de nutrição ou gerente de unidade. Assim, conciliando os papéis de atuação de profissional da saúde exercendo atividades administrativas e de gerência (NÓBREGA, 2012).

Vale ressaltar que capacidade de liderança é essencial nas diversas profissões inclusive na profissão de nutricionista, principalmente em UAN, pois o nutricionista deve saber liderar sua equipe para conseguir que sua equipe tenha um bom desempenho nas atividades, com respeito e comprometimento no trabalho. Portanto, cabe ao nutricionista o papel de liderar, a fim de assegurar um resultado excelente, garantindo uma alimentação, segura, saudável, nutricionalmente equilibrada, saborosa, atrativa e de qualidade (RODRIGUEZ, 2006).

3.4 IMPORTÂNCIA DOS CARDÁPIOS E O MÉTODO AQPC

O cardápio é um instrumento fundamental, talvez o mais importante do trabalho do nutricionista. Com ele são feitas articulações e adequação da oferta e ingestão de alimentos e nutrientes, favorecendo os processos de utilização dos aspectos ergonômicos, dimensionamento físico, equipamentos, escalas de trabalho, composição do quadro de funcionários, frequência de pedido e recebimento dos gêneros, além do custo operacional. O cardápio então deve ser bem planejado, para permitir alternativas de composição para os funcionários e para os comensais (ABREU, 2009).

No planejamento desses cardápios além das fontes alimentares de nutrientes e necessidades nutricionais, devem ser levadas em consideração as características de gestão de cardápio (FONSECA, 2012). Sendo o planejamento dos cardápios da UAN realizado por nutricionista habilitado, com o objetivo de programar refeições

atendendo os princípios de hábitos alimentares saudáveis, qualidade higiênico-sanitária, e adequação à capacidade de produção (VEIROS 2002).

O método para analisar qualitativamente os cardápios, mais utilizado na literatura é o proposto por Veiros e Proença (2003), estabelecido como o método de Avaliação Qualitativa das Preparações de Cardápios (AQPC). Este método objetiva colaborar para elaboração de um cardápio mais adequado do ponto de vista nutricional e dos aspectos sensoriais dentro dos parâmetros de saúde (PROENÇA 2005). Esse método permite a avaliação de cores, técnicas de preparo, repetições, combinações, oferta de folhosos, frutas, tipos de carnes e teor de enxofre dos alimentos (VEIROS 2002; PROENÇA 2005).

4 MATERIAIS E MÉTODOS

4.1 CARACTERIZAÇÃO DA PESQUISA

O presente estudo é um estudo de caso do tipo descritivo e de caráter qualitativo, onde foram analisados cardápios servidos aos funcionários da Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) do Hospital Napoleão Laureano localizado em João Pessoa- PB. A UAN do hospital recebe serviço prestado por uma empresa privada terceirizada, a qual também serve algumas preparações elaboradas a partir de gêneros alimentícios disponibilizados pelo hospital no qual está inserida, muitos desses gêneros são adquiridos por meio de doações. Foram analisados os cardápios do almoço ofertado aos funcionários do hospital de segunda-feira à sexta-feira, durante os meses de julho e agosto de 2016 no total de 43 dias de cardápios analisados. Os cardápios utilizados podem ser visualizados nas imagens de 1 a 4 presentes em anexos nesse trabalho.

A modalidade de distribuição de refeições da UAN estudada é de autosserviço, sendo os cardápios de padrão popular, servindo aproximadamente 180 refeições de almoço diárias de acordo com a contagem feita pela nutricionista responsável.

4.2 APLICAÇÃO DO MÉTODO

A metodologia aplicada foi uma adaptação do método AQPC estabelecido por Veiros (2003). O método original analisa as variáveis de avaliação de cores, técnicas de preparo, repetições, combinações, oferta de folhosos, frutas, tipo de carnes, fritura, doces, fritura e doce ao mesmo tempo, além do teor de enxofre dos alimentos. Entretanto, nesse estudo, foram analisadas as variáveis: oferta de folhosos, a oferta de frutas, a oferta de carne gordurosa, frituras, doces e doce e fritura no mesmo dia, além da técnica de preparo. As demais variáveis foram descartadas pela dificuldade de serem analisadas nos cardápios servidos pela UAN.

Vale ressaltar que para a análise dos cardápios só foram consideradas porções de frutas in natura, desconsiderando doce de frutas e suco de polpa. As etapas foram agrupar as variações diárias por quinzena e posteriormente reunir em uma avaliação geral.

4.3 ANÁLISE ESTATÍSTICA

A análise foi do tipo descritiva, utilizando o programa Excel Office. Os dados foram tabulados em relação ao cardápio total a ser analisado. Realizando análise quinzenal, e em seguida o agrupamento geral.

5 RESULTADOS E DISCUSSÃO

O cardápio oferecido na UAN é composto de uma salada, variando entre crua e cozido, dois acompanhamentos, uma guarnição, dois pratos principais, fruta e/ou doce como sobremesa e suco de polpa de fruta. A análise estatística permitiu a visualização percentual e numérica dos resultados que mostraram a qualidade nutricional do cardápio levando em relação às variáveis do método AQPC. Os resultados podem ser visualizados nas tabelas 1 e 2 a seguir.

Cardápio Geral	Folhosos	Fruta	Carne Gordurosa	Fritura	Doce	Doce + Fritura
Julho 1° quinzena	5	3	0	4	11	3
Julho 2° quinzena	6	0	2	4	11	4
Agosto 1° quinzena	2	0	0	3	11	0
Agosto 2° quinzena	3	0	0	0	11	0
Total	16	3	2	11	44	7
%	40,00%	7,5%	5%	27,5%	100%	17,5%

Tabela 1. Análise geral do cardápio pelo método AQPC.

Técnica de preparo	Assado	Frito	Guisado
Julho 1° quinzena	3	2	5
Julho 2° quinzena	5	3	2
Total Julho	8	5	7
Agosto 1° quinzena	3	3	4
Agosto 2° quinzena	4	2	4
Total Agosto	7	5	8

Total	15	10	15
--------------	-----------	-----------	-----------

Tabela 2. Análise da técnica de preparo dos cardápios pelo método AQPC.

Em relação à oferta de folhosos, os resultados mostraram que no cardápio há uma baixa oferta destes alimentos 40% (n=16). Pode-se decorrer do fato das hortaliças não serem entregues pré-processadas, o que pode ter influenciado em outras escolhas no cardápio, diminuindo assim a oferta de folhosos. No estudo de Passos (2008), a oferta de folhosos foi alta de 94,2% (n=98). Assim como no estudo de Vieiros (2002), no qual a oferta de folhosos também foi alta, 82,6% (n=90), sendo que no estudo de Vieiros os folhosos eram pré-processado, o que segundo ele favorecia ainda mais sua frequência no cardápio. Na UAN estudada por Christmann (2011), a presença de folhosos ocorreu em todos os dias de avaliação, sendo assim um fator positivo por serem fontes de vitaminas, minerais e fibras. Segundo o autor, essa alta prevalência se dá pelo fato da UAN possuir uma horta orgânica, o que facilitaria essa oferta por não depender de fornecedores.

Uma oferta de folhosos de 4 a 5 porções por dia seria importante por serem fontes de fibras que desempenham papel fundamental na dieta. Estudos apontam que a ingestão adequada de fibras pode ser um fator importante na prevenção do risco de câncer de cólon e reto, e também é fundamental para a regulação normal do intestino (RAMOS, 2002). A fibra dos folhosos na dieta também é importante, pois sua alta ingestão está associada à redução dos lipídios sanguíneos. Uma ingestão elevada de fibras reduz o risco de problemas cardiovasculares, alguns tipos de câncer, controla a pressão sanguínea, a glicemia, reduz o colesterol e obesidade (LAMPE, 1999).

Em relação às frutas, a oferta foi de 7,5% (n=3) dos dias, sendo considerada uma baixa oferta. Uma explicação para tal fato seria a falta de espaços para armazenamento de itens perecíveis na UAN. A única opção de oferta de fruta no cardápio se deu através de salada de fruta presente no cardápio da primeira quinzena do mês de julho. Sendo esse resultado não adequado, pois segundo o Guia Alimentar para população Brasileira (2014), é recomendado uma ingestão diária de alimentos in natura incluindo as frutas. No estudo de Christmann (2011), a oferta de frutas também foi baixa, presente em apenas um dia, correspondendo a 4%. De acordo com a autora, o baixo consumo se deu, possivelmente pelo pouca verba disponível para compras destinadas a este fim, já que se trata de um colégio estadual, como também pela ausência de um nutricionista responsável para fazer

um planejamento adequado do cardápio. Já o estudo de Passos (2008), mostra um resultado contrário, onde foi observada uma boa oferta de frutas com 54,8% nos dias analisados.

Em relação ao resultado de oferta de carne gordurosa, o percentual foi de 5% (n=2), sendo considerado muito baixo, quando comparado com o resultado obtido no estudo de Vieiros (2002), que apresentou 17,5% (n=17). Abaixo também do encontrado por Passos (2011), onde a oferta foi de 37,5% nos dias analisados. No presente estudo, o tipo de carne considerada gordurosa, dentre as opções do cardápio, foi apenas o lombo de porco. Para esse estudo as carnes foram definidas como magra ou gorda pela observação, ou seja, se a carne apresentava gorduras visíveis, como também pela Tabela Brasileira de Composição de Alimentos (2011).

A oferta de frituras nos cardápios analisados foi de 27,5% (n=11). Consumo considerado baixo se comparado a Vieiros (2002), onde essa oferta foi de 49,5%. Segundo o autor, uma maior disponibilidade de fritadeiras em relação aos outros equipamentos pode ter influenciado nos resultados. Já no estudo de Christman (2011), não foi observada a presença isoladamente da fritura em nenhum dia das análises, o autor afirma que possa ter sido pela falta do equipamento fritadeira elétrica.

Em relação aos resultados de oferta de doces, a oferta foi bastante alta, em 100% (n=43) dos dias, sendo oferecidos principalmente como doces caseiros, devido ao baixo custo, pois muitos ingredientes são obtidos por meio de doação e possuem boa aceitabilidade entre os comensais. No trabalho de Christmann (2011), o resultado da oferta de doces também foi alta, 76% dos dias, diferentemente da UAN do presente estudo onde são ofertados apenas doces caseiros, a UAN estudada pelo autor, oferecia predominantemente doces formulados. No estudo de Veiros (2003), o resultado da oferta de doces foi 66,1% dos dias. Já no trabalho de Passos (2008), a oferta de doces foi menor, 45,2%, onde a UAN estudada proporcionava três vezes na semana frutas de acordo com os seus custos.

É visto que a elevação do consumo de alimentos ricos em gorduras e carboidratos simples e conseqüentemente a diminuição do consumo de alimentos que são fontes de carboidratos complexos, vitaminas e minerais, causam preocupação, pois se sabe que esses alimentos quando consumidos em excesso e de forma contínua causam prejuízos à saúde, podendo causar sobrepeso e doenças crônicas não transmissíveis. Por esse motivo, é necessário maior atenção no

planejamento das refeições para evitar tais excessos buscando o equilíbrio nutricional (VASCONCELOS, 2007).

Em relação aos resultados de combinação de doce e fritura, a oferta foi, 17,5% (n=7), sendo considerada baixa. Corroborando com estudo de Vieiros (2002), onde foi encontrado 15,6%. No trabalho de Passos (2011), o resultado também foi baixo, 12,05%. Com esses resultados é possível perceber que existe uma preocupação do profissional em não ofertar no mesmo dia, dois alimentos calóricos em gordura e açúcar.

Em relação aos resultados de técnicas de preparo dos pratos principais, nos dois meses analisados julho e agosto houve o mesmo número de ofertas para assados e guisados, assados (n=15) e guisados (n=15). Conseqüentemente a técnica menos empregada foi fritar (n=5). Também pode ser observado que houve distribuição semelhante entre os métodos de cocção durante os dois meses. Nos resultados de Christmann (2011) o assado prevaleceu em 56% dos dias. No trabalho de Passos (2011) somando-se as técnicas de preparo o calor seco também prevaleceu em 58,6% dos dias, e o calor úmido 13,5%. Diferentemente do presente estudo que oferta duas opções de prato principal o cardápio analisado ofertava apenas uma opção de prato principal, onde foi relatado pela autora que a maior preferência dos comensais que pode ser analisada através de observação era pelos preparos de calor seco, o mesmo pode ser observado no presente estudo.

Os métodos de cocção foram divididos em calor seco representado pelo assado e frito, e calor úmido representado pelo guisado. O calor seco utiliza-se o ar ou óleo como meio de cocção. Neste método, os nutrientes e substâncias concentram-se no alimento, destacando o sabor e odor. No calor úmido utiliza-se o meio aquoso para hidratar o alimento e abrandar as fibras. Recomenda-se para evitar perdas de nutrientes que o alimento fique em quantidade mínima de água e em menor tempo de cocção. Nas carnes a cocção tem o objetivo de reduzir a presença de microrganismos, coagular as proteínas, abrandar o tecido conjuntivo para torna-las mais macias, saborosas e digeríveis (ARAÚJO et al, 2007).

Quando somadas as técnicas de preparo de assado e frito, o calor seco prevaleceu (n=25). A predominância de utilização do calor seco, no caso a soma de assado e frito se deve pela preferência observada dos comensais por essa técnica. Foi observado na maioria das vezes que as preparações nas quais eram utilizadas a técnica de preparo por meio de calor seco acabavam mais rapidamente do que as

utilizavam a técnica de preparo por meio do calor úmido, a guisada. Entre os preparos guisados, assados e fritos, os comensais optam pelos assados e fritos.

6 CONCLUSÃO

Os resultados da avaliação do cardápio da UAN, analisado por meio do método AQPC, permitem concluir que o cardápio fornecia alimentos com baixa quantidade de saladas cruas e baixa oferta de frutas como sobremesa, havendo a presença de doces em todos os dias de cardápios analisados. Em relação à oferta de alimentos ricos em gordura, o cardápio apresentou baixa quantidade carne gordurosas, frituras e baixa combinação de doces e frituras no mesmo dia. Em relação às técnicas de preparo dos pratos principais, o método de calor seco assar apresentou-se em mesmo número do método de calor úmido guisado.

Deve-se atentar para melhorar a distribuição dos métodos e evitar repetições em dias consecutivos. Entretanto em relação da oferta de doce deve ser revista pela nutricionista responsável para que haja um aumento na oferta de frutas e diminuição na oferta de doces como sobremesa, assim como o aumento na oferta de folhosos por meio de saladas cruas. Algumas sugestões de estratégias para tentar solucionar problemas encontrados, seria aquisição de câmaras frias com maior espaço para armazenamento de gêneros perecíveis, a aquisição de outros equipamentos para cocção de alimentos e um planejamento de cardápio mais equilibrado. Buscando, portanto, promover uma adaptação dos comensais um para hábito alimentar mais saudável.

REFERÊNCIAS

ABREU, E. S.; SPINELLI, M. G. N.; ZANARDI, A. M. P.; **Gestão de unidades de alimentação e nutrição: um modo de fazer.** São Paulo: Metha, 2009. 318 p.

ARAÚJO, W.M.C.; MONTEBELLO, N.P.; BOTELHO, R.B.A.; BORGIO, L.A.; **Alquimia dos alimentos.** v.2, Brasília: Senac; 2007.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira.** Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – 2. ed., 1. reimpr. – Brasília : Ministério da Saúde, 2014

BRASIL, Brasília - DF. **Lei Lei nº 5.276, de 24 de Abril de 1967.**

COCHRANE, et al.; **Cancer prevention strategies for the future: Risk identification and preventive intervention.** Milbank Quarterly, 1995.

CHRISTMANN, A. C.; **Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio – Método AQPC – e Resto-ingestão de um colégio em regime internato de Guarapuava-PR.** Unicentro, 2011.

DIAS, D.H.S. et al.; Avaliação qualitativa da dieta de funcionários de uma rede de restaurantes de alimentação saudável no município de São Paulo. **Rev Nutrição em Pauta**, 2011.

FONSECA, K. Z.; **Guia prático para gerenciamento de unidade de alimentação e nutrição.** Cruz das Almas - BA : UFRB, 2012.

GONÇALVES M.H., et al.; **Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio (AQPC-Bufê) em uma Unidade Produtora de Refeições de Florianópolis – SC.** Rev Nutrição em Pauta 2011.

LAMPE, W.J.; Health effects of vegetables and fruit: assessing mechanisms of action in human experimental studies. **American Journal of Clinical Nutrition.** 1999. Vol. 70.

MAHAM, L. K.; ESCOTT-STUMP, S. **Krause: Alimentos, nutrição e dietoterapia.** 13ª edição. Rio de Janeiro: Guanaraba Koogan, 2013. 1227 p.

MATOS, C.H.; PROENÇA, R.P.C.; **Condições de trabalho e estado nutricional de operadores do setor de alimentação coletiva: um estudo de caso.** Revista Nutrição.16 (4), 493 – 502. 2003.

MINISTÉRIO DA SAÚDE (BR). Secretaria de Atenção à Saúde. Coordenação-Geral da Política de Alimentação e Nutrição. **Guia alimentar para a população brasileira: promovendo a alimentação saudável.** Brasília (DF); 2006.

NESTLE, M.; Fruits and vegetables: protective or just fellow travelers. **Nutr. Vet.**, 1996.

NÓBREGA, A. B. N.; Competências gerenciais do nutricionista gestor de unidades de alimentação terceirizada. **Revista Eletrônica do Mestrado em Administração da Universidade Potiguar**. Natal-RN, ano 4 n.2, 2012.

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] Brasília (DF): Centro de Excelência em Turismo, Universidade de Brasília; 2008.

PHILIPPI, S.T.; **Nutrição e técnica dietética**. 1ª. Ed. São Paulo: Manole; 2000.

PINHEIRO, A. R. O.; A alimentação saudável e a promoção da saúde no contexto da segurança alimentar e nutricional. **Saúde em Debate**, São Paulo, v. 29, n. 70, p. 125-139, 2005.

PROENÇA, R. P. C., et. Al; Qualidade nutricional e sensorial na produção de refeições. **Revista Nutrição em Pauta**, 2005.

RAMOS, S.C.; OLIVEIRA, M.N.G.; Constipação Intestinal do Idoso: A fibra como tratamento e prevenção. **Revista. Nutrição em Pauta**, São Paulo, 2002.

RODRIGUEZ, R. D.; A evolução do papel do nutricionista da unidade de alimentação e nutrição. **Revista CRN3 Notícias**. São Paulo, ed.83. 2006.

TABELA BRASILEIRA DE COMPOSIÇÃO DE ALIMENTOS. UNICAMP.- 4. ed. revista. e ampliada. Campinas, 2011.

TEIXEIRA, S.; MILET, Z.; CARVALHO, J.; BISCONTINI, T.M. **Administração Aplicada às Unidades de Alimentação e Nutrição**. São Paulo: Editora Atheneu, 2007.

VASCONCELOS, F.A.G.; Tendências históricas dos estudos dietéticos no Brasil. **Revista História ciência saúde**, 2007.

VASCONCELOS, F. A. G; CALADO, A. L. C.; Profissão nutricionista: 70 anos de história no Brasil. **Rev. Nutr.** vol.24. Campinas, 2011.

VEIROS, M. B.; **Análise das condições de trabalho do nutricionista na atuação como promotor de saúde em uma unidade de alimentação e nutrição: um estudo de caso**. 2002. 225 f. Dissertação (Mestrado em Engenharia de Produção) – Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2002.

VEIROS, M.B; PROENÇA, R. P.C.; Avaliação qualitativa das preparações do cardápio de uma Unidade de Alimentação e Nutrição – Método AQPC. **Revista Nutrição em Pauta**, 2003.

ANEXOS

Hospital Napoleão Laureano
O HOSPITAL DA VIDA

1

CARDÁPIO QUALITATIVO JULHO

Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
Batata Sauté Refogada c/ Salsa	Legumes Cozidos a Vapor e Refogado (brócolis, Couve flor e Repolho Roxo)	Sufê de Cenoura, Chuchu e Vagem	Cenoura Cozida Refogada em Tiras c/ Ervilha	Cozido de legumes
Lombo ao Molho Madeira + Peixe Assado	Isca de Carne + Frango a Passarinho	Bife Acebolado + Frango Xadrez	Isca de Carne Acebolada + Frango Caipira c/ Batata e Milho	Carne Cozida + Peixe Assado
Feijão Preto	Feijão Macassar	Feijão Carioca	Feijão Macassar c/ Farofa de Cuscuz	Feijão Preto
Arroz Refogado c/ Pimentão	Arroz Refogado c/ Cebolinha	Arroz Refogado c/ Brócolis	Arroz c/ Ervilha	Arroz refogado c/ Vagem
Espaguete ao Molho de Tomate	Espaguete ao Alho e Óleo	Espaguete ao Molho de Tomate	Espaguete a Bolonhesa	Espaguete ao Molho Tomate
Purê Jerimum	Doce de banana	Batata Doce Assada	Farofa de Cuscuz	Purê de Batatas
Doce de banana	Suco de Polpa	Salada de Frutas Doce de Goiaba Suco de Polpa	Doce de Caju	Doce de Goiaba
Suco de Polpa			Suco de Polpa	Suco de Polpa

Imagem 1. Cardápio da primeira quinzena de julho.

2

CARDÁPIO QUALITATIVO JULHO

Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
Salada de tomate e alface + Purê de Abóbora	Salada de Acelga, Pepino e Milho em Conserva	Beterraba Cozida	Salada de Alface Americana, Tomate e Pepino	Abóbora Cozida
Coxa e Sobrecoxa Assadas + Isca de Carne	Gratinado de Frango + Carne Assada	Bife Acebolado + Frango Agridoce	Lombo de Porco Assado + Filé de Frango Grelhado	Frango Assado + Carne de Sol
Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Macassar	Feijão Carioca	Feijão Preto
Arroz c/ Cenoura	Arroz c/ Vagem	Arroz Refogado com Cebolinha	Arroz c/ Cenoura	Arroz Refogado v/ Ervilha
Espaguete ao Molho de Tomate	Espaguete ao Molho de Tomate	Espaguete ao Molho de Tomate	Espaguete ao Alho e Óleo	Espaguete ao Alho Óleo
Berinjela recheada	Purê de Abóbora	Farofa Simples	Maxixada	Mandioca frita
Doce de Banana	Doce de goiaba	Doce de Caju	Doce de Banana	Doce de Banat
Suco de Polpa	Suco de Polpa	Suco de Polpa	Suco de Polpa	Suco de Polpa

Imagem 2. Cardápio da segunda quinzena de julho.

Hospital Napoleão Laureano
D. Hospital da Vida

CARDÁPIO QUALITATIVO AGOSTO

1

Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
Jardineira (Batatinha, Cenoura e Vagem em Cubinhos)	Cenoura Cozida em tiras	Salada de Cuchu c/ Vagem	Jerimum Cozido Refogado	Cozido de Legumes
Carne Assada + Bife Acebolado	Carne Guisada com Batatinha + Lombo ao Molho Madeira	Carne Acebolada + Almôndegas ao Molho de Tomate	Isca de Carne + Parqueca de Carne Moída	Coxido de Carne c/ Legumes + Frango Assado
Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Macassar na Farofa	Feijão Carioca + Farofa de Cuscuz	Feijão Macassar na Farofa de Cuscuz
Arroz Refogado c/ Pimentão	Arroz Refogado c/ Cebolinha	Arroz refogado c/ Cenoura	Arroz c/ Ervilha	Arroz Refogado c/ Vagem
Espaguete ao Molho de Tomate	Espaguete ao Molho de Tomate	Espaguete ao Molho de Tomate	Espaguete ao Molho de Tomate	Espaguete ao Molho de Tomate + Purê de Batatinha
Gelatina Doce de Coco	Banana Caramelizada	Doce de goiaba	Doce de Mamão	Doce de Banana
Suco de Polpa	Suco de Polpa	Suco de Polpa	Suco de Polpa	Suco de Polpa

Imagem 3. Cardápio da primeira quinzena de agosto.

Hospital Napoleão Laeteano

CARDÁPIO QUALITATIVO AGOSTO

2

Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
Arroz Cozido Refogado	Salada de Alface Americano, Pepino, Tomate	Salada de Grão de Bico e Vagem	Cenoura Cozida em Tira	Jarreteira (Batatinha, Cenoura e Vagem em Cubinhos)
Isca de Carne + Parqueca de Carne Moída	Frango Assado + Frango Cozido e Batata Doce e Milho Verde	Frango e Cenoura + Estrogonofe de Frango e Milho Verde	Isca de carne + Frango à Passarinha	Frango Cozido + Peixe Assado
Feijão Carioca	Feijão Carioca	Feijão Macassar na Farofa	Feijão Carioca	Feijão Carioca
Arroz e Ervilha	Arroz e Ervilha	Arroz Refogado e Cenoura	Arroz Refogado e Cebolinha	Arroz Refogado e Pimentão
Espaguete ao Molho de Tomate	Espaguete ao Molho de Tomate	Espaguete ao Molho de Tomate	Espaguete ao Molho de Tomate	Espaguete ao Molho de Tomate
Farofa de Cuscuz	Farofa de Cuscuz	Doce de leite	Banana Caramelizada	Gelatina
Doce de Mameio	Doce de Mameio	Suco de Polpa	Suco de Polpa	Doce de Coco Suco de Polpa

Imagem 4. Cardápio da segunda quinzena de agosto.