



Modalidade do trabalho: Relatório técnico-científico
Evento: 2011 SIC - XIX Seminário de Iniciação Científica

ANÁLISE NUTRICIONAL DE CARDÁPIOS OFERTADOS EM UAN DA REGIÃO NOROESTE DO RIO GRANDE DO SUL¹

Taize Andréia Rodrigues², Tânia Regina Lucchese Bellé³, Vanderléa Michael Shimanoski³; Charles José Tonelli Boff, Suelen Neuberger

¹ Trabalho resultante do estágio de Alimentação Institucional em UAN do curso de Nutrição da Unijuí

² Estudante do Curso de Nutrição do Departamento de Ciências da Vida; E-mail: taizeandrea@gmail.com.

³ Professoras do Departamento de Ciências da Vida; E-mail: tlb@unijui.edu.br; vanders@unijui.edu.br

Resumo:

A alimentação com qualidade garante aos trabalhadores promoção a saúde e produtividade, que é obtida seguindo as recomendações atuais do PAT. O objetivo deste trabalho foi avaliar a qualidade da alimentação do trabalhador em determinadas UAN da região Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul, onde se avaliou os cardápios/almoço servidos em cinco UAN comparando aos parâmetros do PAT. Neste os percentuais de adequação tiveram uma variação de calorias, carboidratos, proteínas, gordura total, fibras, sódio e percentual protéico-calórico de 63%, 75%, 6%, 63%, 6%, 12% e 18%, respectivamente. Observou-se inadequação, sendo necessário assim um melhor planejamento na elaboração dos cardápios, além de implantação programas, ações de educação continuada e avaliação nutricional para conformidade com diretrizes do programa.

Palavras-chave: Alimentação, programas de nutrição, adequação, avaliação

Introdução

O alimento fornece energia e nutrientes para sobrevivência do ser humano. Uma alimentação adequada atende às necessidades fisiológicas de nutrientes de cada indivíduo, implicando no adequado estado nutricional (BRASIL, 2005).

Entende-se por alimentação saudável, o direito humano a um padrão alimentar adequado às necessidades biológicas e sociais dos indivíduos, respeitando os princípios da variedade, da moderação e do equilíbrio, dando-se ênfase aos alimentos regionais e respeito ao seu significado socioeconômico e cultural, no contexto da Segurança Alimentar e Nutricional (BRASIL, 2006b).

As políticas de alimentação para o trabalhador se baseiam que um estado nutricional adequado leva ao aumento de produtividade, redução de acidentes e absenteísmo no trabalho (VELOSO e SANTANA, 2002).

Nesse sentido, e ainda com o objetivo de melhorar as condições nutricionais, surge no Brasil o Programa de Alimentação do Trabalhador (PAT), criado pela Lei nº. 6.321, de 14 de abril de 1976. Com execução regulamentada pela Portaria nº. 03 de 1º de março de 2002, que estabelece parâmetros nutricionais mínimos, sendo eles: energia, carboidratos, proteína,





Modalidade do trabalho: Relatório técnico-científico

Evento: 2011 SIC - XIX Seminário de Iniciação Científica

gordura total, gordura saturada, fibra, sódio e percentual protéico-calórico (NdPCal) (BRASIL, 2002). E com transição nutricional ocorrido nas últimas décadas, a Portaria Interministerial nº. 66, de 25 de agosto de 2006, alteraram os parâmetros nutricionais para adequação ao contexto atual baseando-se nas propostas de promoção do Guia Alimentar para a População Brasileira, (BRASIL, 2005; 2006a).

Considerando ainda, as mudanças do perfil nutricional dos trabalhadores, das transformações no processo produtivo e da evolução tecnológica, redução nos níveis de atividade ocupacional o objetivo deste trabalho foi avaliar a qualidade nutricional da alimentação do trabalhador em determinadas Unidades de Alimentação e Nutrição (UAN) da região Noroeste do estado do Rio Grande do Sul (RS).

Metodologia

Estudo do tipo quantitativo, realizado em cinco UAN institucionais localizadas na região Noroeste do RS, avaliados 16 (dezesesseis) cardápios/almoço no período de outubro e novembro do ano de 2010.

Coleta de dados: para a determinação da quantidade de alimento produzido diariamente, aplicou-se o indicador de parte comestível e o índice de cocção. Para determinação do consumo per capita, considerou-se o volume de alimento distribuído descontando sobras limpas e o número total de refeições servidas. Após os dados foram computados no software Virtual Nutri® versão 1.5 e Diet Pro® versão 5i e o tratamento dos mesmos realizados no software Microsoft Excel® versão 2007 com comparação as recomendações do PAT.

Resultados e Discussões

As UAN institucionais que tiveram os cardápios analisados prestavam serviço a empresas de diferentes atividades/setores comerciais: setor metal mecânico, indústria de laticínios e cooperativa agrícola. O número de refeições produzidas diariamente variou entre 220 e 2200.

Nas calorias ocorreu a maior adequação, com 63% adequados, porém 37% estão excedendo o valor calórico recomendado (1200 kcal). Isso devido a elevada oferta calórica nas refeições, observados também em estudos de Sousa et al. (2009) que o almoço do tipo self-service induz o comensal a optar por preparações de valor energético acima do que necessita, tornando o cardápio inadequado nutricionalmente.

Os valores de carboidratos no presente estudo apresentaram melhor percentual de adequação (75%), embora algumas amostras estejam abaixo das recomendações. Resultados estes que contrariam estudos realizados por Sousa et al. (2009) e Geraldo et al. (2008), quais apresentaram elevados percentual de inadequação.

A baixa ingestão de carboidratos sugere um maior consumo de gorduras e proteínas, resultando num desequilíbrio na ingestão diária recomendada de macronutrientes, prejudicial à saúde humana. Já o excesso predispõe o trabalhador a algumas patologias como a obesidade, hipertrigliceridemia e DM.

O maior percentual de inadequação coube às proteínas (94%), acima do recomendado, responsáveis também pelo excessivo consumo de calorias. Logo os valores de proteína líquida ou NdPCal também teve excessivo consumo. O que também foi observado por Sousa et al.



Modalidade do trabalho: Relatório técnico-científico

Evento: 2011 SIC - XIX Seminário de Iniciação Científica

(2009). Enfatizado por Geraldo et al. (2008), resultados do tipo condizem com a mudança do padrão alimentar no Brasil, evidenciando o maior consumo de carnes, leite e derivados ricos em gorduras o que pode causar aumento de riscos de desenvolvimento de problemas renais e osteoporose.

Em relação às gorduras totais, os resultados obtidos neste estudo demonstram que a adequação ficou em 63%. Embora gordura total tenha alcançado pouca adequação, a gordura saturada obteve resultado inverso, visto que em 100% dos cardápios corresponderam a menos de 10% do VCT, tal como preconizado pelo PAT.

Igualmente a este estudo no estudo de Sousa et al. (2009), observou-se um consumo excessivo de lipídeos, o que pode ocasionar elevação dos níveis de lipídios séricos importantes fatores de risco para o surgimento de doenças cardiovasculares e mortalidade.

Embora o percentual de gordura total tenha apresentado inadequações, o valor oferecido de gordura saturada ficou dentro dos parâmetros estabelecidos pelo PAT, no entanto, questiona-se a fidedignidade das tabelas brasileiras de composição química e a ausência de tais valores para alguns alimentos nelas contidos.

Já as Fibras apresentaram somente 6% de adequação, com oferta superior ao recomendado pelo PAT na maioria dos almoços analisados. Porém esta inadequação não é prejudicial à saúde, desde que, a ingestão hídrica esteja adequada. Pois estas possuem efeito benéfico sobre a função intestinal, por estimular os movimentos peristálticos intestinais, prevenindo a constipação e doenças do cólon. Além de que seus efeitos podem também reduzir o risco de outras doenças crônicas (BRASIL, 2006).

A oferta de sódio ficou inadequada em 88% dos cardápios analisados, sendo superiores às recomendações do PAT. Sabendo que em excesso é uma causa importante da hipertensão arterial, de acidente vascular cerebral e de câncer de estômago (BRASIL, 2006a). Assim deve-se estimular o não uso de sal na mesa e redução nas preparações.

Conclusões

Devido à transição nutricional e as transformações no processo produtivo, houve uma redução nos níveis de esforço físico realizado pelos trabalhadores e, conseqüentemente, uma menor necessidade energética diária. Acompanhando tais modificações o PAT alterou suas recomendações e parâmetros nutricionais.

No entanto no estudo o objetivo do PAT não está sendo atingido, pois a qualidade nutricional das refeições oferecidas aliado a falta de informações para os trabalhadores, levam a uma inadequação nutricional nos cardápios/almoço ofertados nas UAN, em relação às recomendações do PAT.

Fato esse, que reforça a importância da elaboração de um cardápio variado, com a maior oferta de frutas e hortaliças, educando o trabalhador na escola dos alimentos para melhorar a qualidade, reduzindo assim a densidade energética da refeição. Dessa forma, aliado ao fornecimento de uma alimentação saudável deve ser realizados programas de educação nutricional, avaliação nutricional dos trabalhadores, e repasse de informações sobre o PAT aos trabalhadores.

Além disso, sugere-se uma participação mais efetiva da Comissão Tripartite na fiscalização do atendimento ao PAT, visto que, vários estudos já mencionados demonstraram



Modalidade do trabalho: Relatório técnico-científico

Evento: 2011 SIC - XIX Seminário de Iniciação Científica

um alto percentual de inconformidades na alimentação oferecida para os trabalhadores, que contrapõe as diretrizes do programa.

Agradecimentos

Agradecemos aos locais de estágios, as nutricionistas responsáveis pelas UAN, aos colegas e aos professores sem as quais o presente trabalho teria sido impossível

Referências

BRASIL. Lei n.º 6.321, de 14 de Abril de 1976. Disponível em: <<http://www010.dataprev.gov.br/sislex/paginas/42/1976/6321.htm>> Acesso em 20/10/2010.

BRASIL. Portaria n.º 03, de 1º de Março de 2002. Disponível em: <http://www.mte.gov.br/legislacao/portarias/2002/p_20020301_03.pdf> Acesso em 21/10/2010.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Guia alimentar para a população brasileira: promovendo a alimentação saudável. Brasília: Ministério da Saúde, 2005.

BRASIL. Portaria Interministerial nº 66, de 25 de Agosto de 2006. Disponível em: <<http://www.mte.gov.br/Empregador/PAT/Legislacao/Conteudo/port66.pdf>> Acesso em 20/10/2010.

GERALDO A.P.G.; BANDONI, D.H.; JAIME, P.C. Aspectos dietéticos das refeições oferecidas por empresas participantes do Programa de Alimentação do Trabalhador na cidade de São Paulo, Brasil. Rev Panam Salud Publica. 2008;23(1):19–25.

SOUSA, F. A.; SILVA, R.C.O.; FERNANDES, C.E. Avaliação nutricional de cardápios em Unidades de Alimentação e Nutrição: adequação ao Programa de Alimentação do Trabalhador. Revista Eletrônica de Ciências; v 2, nº1 e 2; 2009.

Projeto: Análise nutricional de cardápios ofertados em UAN da Região Noroeste do Rio Grande do Sul