



XXVIII Seminário de Iniciação Científica

## **APROVEITAMENTO INTEGRAL DE ALIMENTOS EM UM RESTAURANTE COMERCIAL DE IJUÍ-RS <sup>1</sup>**

### **FULL USE OF FOOD IN A COMMERCIAL RESTAURANT IN IJUÍ-RS <sup>1</sup>**

**Estéfani Caroline Petry Lauxen<sup>2</sup>, Laura Neckel da Cruz<sup>3</sup>, Vitor Buss<sup>4</sup>, Eilamaria  
Libardoni Vieira<sup>5</sup>**

<sup>1</sup>Relato de experiência de um estágio curricular em Unidade de Alimentação e Nutrição II, disciplina que constitui o 9º semestre da graduação em Nutrição.

<sup>2</sup>Discente do Curso de Nutrição- UNIJUI. [estefani.lauxen@sou.unijui.edu.br](mailto:estefani.lauxen@sou.unijui.edu.br)

<sup>3</sup>Discente do Curso de Nutrição- UNIJUI. [laura.cruz@sou.unijui.edu.br](mailto:laura.cruz@sou.unijui.edu.br)

<sup>4</sup>Vitor Buss, Nutricionista, Mestre em Gerontologia pela Universidade Federal de Santa Maria, UFSM. [vitor.buss@hotmail.com](mailto:vitor.buss@hotmail.com)

<sup>5</sup>Nutricionista, Mestre e Docente do curso de Nutrição na Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul, UNIJUI. Orientadora. [eilamaria.vieira@unijui.edu.br](mailto:eilamaria.vieira@unijui.edu.br)

### **RESUMO**

O presente estudo teve por objetivo sistematizar informações acerca do aproveitamento integral de alimentos e relacionar com a vivência de um estágio curricular realizado em um restaurante comercial de Ijuí-RS, abordando a importância e os benefícios do não desperdício de alimentos e o aproveitamento adequado dos alimentos. Durante o estágio realizado no restaurante comercial observou-se a forte mobilização dos gestores e da equipe em promover o aproveitamento de todas as partes dos alimentos, sendo possível criar preparações saborosas, atrativas e nutritivas com o aproveitamento integral dos alimentos. Esta iniciativa possibilita estabelecer mudanças no cotidiano que beneficiam a saúde dos comensais e a economia da Unidade de Alimentação e Nutrição.

**Palavras-chave:** Aproveitamento integral dos alimentos. Desperdício de Alimentos. Serviços de Alimentação.

### **INTRODUÇÃO**

O desperdício de alimentos é um problema mundial e a quantidade de resíduos gerados diariamente por residências e empresas causa preocupação quando pensado no destino deste lixo. Segundo o Instituto Brasileiro de Geografia (IBGE) (2015), a quantidade diária coletada de resíduos sólidos dos domicílios no Rio Grande do Sul chegou a 2.355 toneladas (GONÇALVES et al., 2018). Quando se analisa que estes números se multiplicam em Unidades de Alimentação e Nutrição (UAN), os efeitos podem ser ainda maiores se



os resíduos forem encaminhados para destinos indevidos (CÔRREA et al., 2011). O Programa das Nações Unidas para o Meio Ambiente divulgou o relatório Índice de Desperdício de Alimentos, que aponta que 931 milhões de toneladas de alimentos vendidos para residências, varejistas, restaurantes e outros serviços alimentícios foram para o lixo em 2019 (UNEP, 2021).

Neste cenário, o Brasil enfrenta duas grandes dificuldades: a fome e o desperdício de alimentos, gerando assim um dos paradoxos do País, do qual é considerado um dos maiores exportadores de alimentos, no entanto, campeão em desperdício (SILVA et al., 2018).

Na gestão de uma UAN, o desperdício é fator primordial e de grande interesse, visto que este desperdício na cadeia alimentar tem causas econômicas, políticas, culturais e tecnológicas, que abrangem as principais etapas da cadeia de movimentação: produção, transporte, comercialização, sistema de embalagem e armazenamento (SILVA et al., 2020).

A forma mais comum de desperdício caseiro é no uso do alimento. Talos, folhas e cascas são, muitas vezes, mais nutritivos do que a parte dos alimentos a que estamos habituados a comer, porém, um quarto de toda produção nacional de frutas, verduras e legumes não são aproveitados (BADAWI, 2016). O desperdício das cascas, talos e folhas ocorre devido ao desconhecimento das propriedades neles existentes, preconceito social e falhas nas técnicas de pré-preparo e preparo dos alimentos (MELO et al., 2018).

Neste contexto, o presente estudo teve por objetivo sistematizar informações acerca do aproveitamento integral de alimentos e relacionar com a vivência de um estágio curricular realizado em um restaurante comercial de Ijuí- Rio Grande do Sul, abordando a importância e os benefícios do não desperdício de alimentos e o aproveitamento adequado dos alimentos.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de um estudo a partir da experiência vivenciada em um estágio curricular da disciplina de Estágio em Unidade de Alimentação e Nutrição II realizado em um restaurante comercial localizado na cidade de Ijuí-RS.

Através da observação e troca de saberes com o chefe de cozinha e demais colaboradores da UAN, buscou-se sistematizar o aproveitamento integral dos alimentos relacionando a observação prática com achados da literatura. Para isso, foi realizada uma busca em artigos científicos nas bases de dados Scielo, PubMed e Google Acadêmico, na qual



foram escolhidos 5 artigos na língua portuguesa publicados entre os anos de 2016 e 2020 com os descritores: aproveitamento integral dos alimentos, desperdício de alimentos, serviço de alimentação.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Durante o estágio realizado no restaurante comercial observou-se a forte mobilização dos gestores e da equipe em promover o aproveitamento de todas as partes dos alimentos. Para isso, cartazes são dispostos no espaço de produção como lembrete para que talos e cascas de legumes, como cenoura, salsão, tomate, cebola, tempero verde e couve sejam utilizados, por exemplo, no preparo de caldos e molho de tomate.

Em um estudo realizado em São Paulo por Pospishek et al(2014) foi observado que 62,5% dos restaurantes realizam o aproveitamento integral dos alimentos, neste estudo os autores reforçam que uma boa opção é a utilização de receitas que não necessitem descasque ou utilizem cascas e talos.

A fim de evitar o desperdício visando, também, a economia, no porcionamento das peças inteiras de salmão (pescado) as partes menos nobres também são utilizadas em preparações como croquetes e/ou bolinhos de salmão, na qual são feitos com o salmão triturado ou moído. Nesta mesma perspectiva, as partes menos nobres de carnes bovinas são utilizadas no preparo de molho madeira, risotos, caldos, recheios de lasanha, croquetes, dentre outras.

O arroz e o feijão formam a dupla protagonista das refeições brasileiras e, consequentemente, a mais produzida nas UAN's. Dessa forma, possivelmente também seja as preparações mais sujeitas a serem sobras limpas, ou seja, preparações que não foram servidas no buffet ao público. Os tradicionais bolinho de arroz e bolinho de feijão são opções de preparo para aproveitar a sobra desses alimentos.

Algumas opções de pratos oferecidos no cardápio, como sopas e saladas, são acompanhadas de Croûtons de pão, que nada mais são que pedaços de pães crocantes fritos ou assados na frigideira ou no forno com azeite de oliva e temperos. Portanto, os pães amanhecidos também tem seu destino: incrementar e dar o toque final a pratos deliciosos.

Em um estudo sobre sustentabilidade ambiental realizado em restaurantes da Zona Central de Pelotas-RS foi constatado que, em relação ao controle de perdas durante o



pré-preparo dos alimentos, 61,90% não realizam este controle, fato relevante uma vez que este processo e seu aprimoramento são partes de modelos de gestão, norteiam as organizações e servem como referência aos gestores nos processos de planejamento, tomada de decisões e controle (GONÇALVES et al., 2018).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente trabalho demonstrou que é possível criar preparações saborosas, atrativas e nutritivas com o aproveitamento integral dos alimentos. Esta iniciativa possibilita estabelecer mudanças no cotidiano que beneficiam a saúde dos comensais e a economia da Unidade de Alimentação e Nutrição.

Conclui-se, também, que o consumo sustentável colabora para a diminuição do desperdício e a fome do País, pois utilizar o alimento em sua totalidade significa mais do que economia, significa usar os recursos disponíveis respeitando a natureza e alimentando-se bem com prazer e dignidade.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CORRÊA, M. S.; LANGE, L. C. Gestão de resíduos sólidos no setor de refeição coletiva. **Revista Pretexto**, v. 12, n. 1, art. 2, p. 29-54, 2011.

GONÇALVES, Luiza Carril et.al. Sustentabilidade Ambiental em Restaurantes Comerciais da Zona Central de Pelotas-RS. **Revista Gestão e Sustentabilidade Ambiental**, Florianópolis, 2018, v. 7, n. 2, p. 525-539.

MELO, Tarcísio César Bandeira et.al. Os benefícios do aproveitamento integral dos alimentos em uma Unidade de Alimentação e Nutrição. **Nutrição Brasil**, Paraíba, 2018, 114-21.

POSPISCHEK, Verena Saccochi; SPINELLI, Mônica Glória Neumann; MATIAS, Andrea Carvalheiro Guerra. Avaliação das Ações de Sustentabilidade Ambiental em Restaurantes Comerciais no Município de São Paulo. **Demetra- Alimentação, Nutrição e Saúde**, São Paulo, 2014, 9(2); 595-611.



SILVA, Beatriz Oliveira; TRINDADE, Bruna de Castro; MOLINA, Viviane Bressane Claus. Resto ingesta em unidades de alimentação e nutrição (UAN): Revisão de literatura. **Revista Multidisciplinar da Saúde**, São Paulo, 2020, v. 2, n.04, p. 13-24.

SILVA, Camila Pacheco et.al. A importância do uso e aproveitamento integral dos alimentos: uma Revisão Bibliográfica. **International Journal of Nutrology**, Rio de Janeiro, 2018. 11(S 01).

UNEP- United Nations Environment Programme. **Food Waste Index Report 2021**. Disponível em: <<https://www.unep.org/resources/report/unep-food-waste-index-report-2021>> Acesso em: 12 jul. 2021.