



•NOVA•
UCSAL

**UNIVERSIDADE CATÓLICA DO SALVADOR
CURSO DE BACHARELADO EM NUTRIÇÃO**

JOSIANE LEAL DE JESUS

**AVALIAÇÃO QUALITATIVA DAS PREPARAÇÕES DE
CARDÁPIOS OFERECIDOS EM UMA UNIDADE DE
ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO EM SALVADOR-BA**

**Salvador
2018**

JOSIANE LEAL DE JESUS

**AVALIAÇÃO QUALITATIVA DAS PREPARAÇÕES DE
CARDÁPIOS OFERECIDOS EM UMA UNIDADE DE
ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO EM SALVADOR-BA**

**Trabalho de Conclusão de Curso,
apresentado para obtenção do grau de
Bacharel em Nutrição, no curso de
Bacharelado em Nutrição da
Universidade Católica do Salvador.**

**Orientador: Prof^ª. Msc. Catarina Lima
Leite**

**Salvador
2018**

JOSIANE LEAL DE JESUS

**AVALIAÇÃO QUALITATIVA DAS PREPARAÇÕES DE
CARDÁPIOS OFERECIDOS EM UMA UNIDADE DE
ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO EM SALVADOR-BA**

**Trabalho de Conclusão de Curso
aprovado pela Banca Examinadora para
obtenção do Grau de Bacharel em
Nutrição no curso de Bacharelado em
Nutrição da Universidade Católica do
Salvador.**

Salvador, ----- de -----ano

BANCA EXAMINADORA

**Prof^a. MSc. Catarina Lima Leite, Mestra em Ciência de Alimentos, Docente da
Universidade Católica do Salvador- UCSAL- Orientadora**

**Prof^a. Lilian Ferreira Penna, Especialista em Inspeção e Segurança de Alimentos,
Docente da Universidade Católica do Salvador - UCSAL**

Prof^a. Mariluze de Pinho Bahia, especialista em vigilância sanitária

AVALIAÇÃO QUALITATIVA DAS PREPARAÇÕES DE CARDÁPIOS OFERECIDOS EM UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO EM SALVADOR-BA

QUALITATIVE EVALUATION OF THE PREPARATIONS OF CARDS PROVIDED IN A FOOD AND NUTRITION UNIT IN SALVADOR-BA

Josiane Leal de Jesus ¹

Catarina Lima Leite ²

¹ Autora; discente do Curso de Bacharelado em Nutrição da Universidade Católica do Salvador – UCSAL. E-mail Josiane.jesus@ucsal.edu.br

² Orientadora e Docente do Curso de Bacharelado em Nutrição da Universidade Católica do Salvador – UCSAL; Nutricionista Graduada pela Universidade federal da Bahia–UFBA. E-mail: catarina.leite@pro.ucsal.br

RESUMO

Objetivo: Avaliar qualitativamente os cardápios, através do método de Avaliação Qualitativa de Preparações do Cardápio (APQC), oferecidos em uma Unidade de Alimentação e Nutrição localizada no município de Salvador – BA. **Métodos:** trata-se de um estudo do tipo descritivo, de caráter qualitativo, realizado em uma UAN localizado em Salvador –BA, aplicou-se o método de avaliação qualitativa das preparações de cardápios (APQC) oferecidos em 56 dias. **Resultados:** ao realizar a análise do cardápio, verificou-se a presença de folhosos em 95% dos dias avaliados. As preparações servidas indicaram variedades de cores bem harmoniosas e sem monotonia, apresentando 5% de cores iguais. Em 78,57% dos dias avaliados, o cardápio apresentou mais de um alimento rico em enxofres causadores de flatulência. Das carnes Gordurosas mais frequentes destaca-se linguças toscana com 12,50% dos dias avaliados. As frituras estiveram presentes em 3,57% dos dias avaliados. **Conclusões:** Foi possível concluir que a presença do nutricionista na montagem dos cardápios é essencial para se oferecer alimentação saudável e balanceada.

Palavras chave: Planejamento de cardápios; Qualidade dos alimentos; Serviços de alimentação; Método APQC

ABSTRACT

Objective: To evaluate qualitatively the menus, through the method of Qualitative Assessment of Menu Preparations (APQC), offered in a Food and Nutrition Unit located in the city of Salvador - Bahia. **Methods:** This is a descriptive, qualitative study carried out at a UAN located in Salvador -BA. The method of qualitative evaluation of the menu preparations (APQC) offered in 56 days was applied. **Results:** in the analysis of the menu, the presence of leafy leaves was verified in 95% of the evaluated days. The preparations served indicated very harmonious varieties of colors and without monotony, presenting 5% of equal colors. In 78.57% of the evaluated days, the menu presented more of a food rich in sulfur causing flatulence. Of the most frequent fatty meats, it is worth mentioning Tuscan sausages with 12.50% of the evaluated days. Frying was present in 3.57% of the evaluated days. **Conclusions:** It was possible to conclude that the presence of the nutritionist in the setup of the menus is essential to offer healthy and balanced nutrition.

Key words: Planning of menus; Food quality; Food services; APQC Method

SUMÁRIO

| | |
|--------------------------------|----|
| 1- INTRDUÇÃO..... | 7 |
| 2- MATERIAL E METODOS..... | 9 |
| 3- RESULTADOS E DISCUSSÃO..... | 10 |
| 4- CONCLUSÃO..... | 13 |
| REFERÊNCIAS..... | 14 |

1 INTRODUÇÃO

As Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) são órgãos de estrutura administrativa simples, porém de funcionamento complexo, visto que, em geral, neles são desenvolvidas atividades que enquadram nas funções técnicas, administrativas, comerciais, financeira contábil e de segurança¹. Funções estas, imprescindíveis a qualquer, empresa, independentemente de seu tamanho ou personalidade jurídica ¹.

O objetivo de uma (UAN), ou simplesmente Unidade de alimentação é fornecer refeições equilibradas nutricionalmente, com bom nível de sanidade, adequadas ao comensal (consumidor em alimentação coletiva). Esta adequação deve procurar manter a saúde dos clientes, além de buscar desenvolver hábitos alimentares saudáveis. Ela está longe de ser entendida apenas como o local apropriado para que se obtenha a manipulação adequada de alimentos. A UAN envolve um complexo sistema operacional, com procedimento que devem ser tão padronizados, claros e precisos de maneira tal, que todos os operadores (aqui considerado funcionários ou manipuladores) possam executá-los com presteza. O principal objetivo da Unidade é fornecer uma alimentação segura, que possa garantir os principais nutrientes necessários para manter, ou recuperar a saúde de todos aqueles que usufruem do seu serviço^{1,2}.

O nutricionista pode verificar as necessidades de seu cliente, hábitos alimentares, tipo de trabalho executado, perfil nutricional, doenças apresentadas, para que possa ser fortalecida a reeducação dos hábitos alimentares, se necessário, ajudando, dessa forma, assegurar saúde, segurança e produtividade com refeição fornecida³. Essas informações servirão de guia para analisar a realidade e as necessidades locais, propondo estratégias específicas, podendo ser aplicadas com questionário para avaliação. indiretas e coleta de dados^{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}.

A Análise Qualitativa das Preparações de Cardápios (APQC) foi uma ferramenta desenvolvida por Veiros² para auxiliar o nutricionista na elaboração de cardápios mais adequados, objetivando maior harmonização dos nutrientes⁸. Este instrumento visa analisar as técnicas de cocção empregadas nas preparações, atentando-se para monotonia e a repetição: aparecimento de frituras, de maneira isolada ou associadas aos doces; aparecimento de carnes gordurosas juntamente com

a oferta de doces como sobremesa; cor das preparações e dos alimentos do cardápio⁶. Atualmente grande parcela da população realiza suas principais refeições em uma UAN, torna-se necessário avaliar a qualidade dos cardápios e a satisfação dos clientes para realizar possíveis adequações⁷. Assim sendo este trabalho teve como objetivo avaliar qualitativamente, através do método APQC, os cardápios oferecidos em uma UAN em Salvador- BA.

1 MATERIAL E MÉTODO

Durante o período de maio a julho de 2018 foi realizado um estudo de caso do tipo descritivo, de caráter qualitativo, em uma UAN localizada na cidade de Salvador, estado da Bahia. A UAN estudada é uma empresa terceirizada privada de médio porte que fornece almoço de segunda a sábado e distribui em média 150 refeições diárias, seu tipo de serviço é *self service* com preço fixo, sendo que a proteína é porcionada pelos funcionários da unidade. A UAN possui modalidade de distribuição de autosserviço e com cardápio médio, composto por três tipos de salada dois tipos de prato proteico uma opção de ovo cozido, um tipo de guarnição, com dois acompanhamentos (arroz, feijão), opção com dois tipos de massas com dois tipos de molhos e três opções de sobremesas (gelatina, doce ou uma fruta da época) e um suco. A Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio (AQPC) foi realizada segundo o método proposto por Veiros e Proença sendo analisados os cardápios oferecidos no almoço, totalizando 56 dias de estudo. Avaliaram-se técnicas de cocção, aparecimento de frituras isoladas, cor das preparações e alimentos empregados no cardápio, presença de alimentos ricos em enxofre (sendo observando também o fornecimento de alimentos ricos em rafinose, estaquiose e verbascose), o aparecimento de folhosos e repetições de pratos principais. Para realizar as análises das preparações ricas em enxofre, foram considerados e contabilizados com alimentos flatulentos sulfurados: acelga, brócolis, ervilha, lentilha, milho, nabo, rabanete e repolho. Os cardápios que ofereceram dois ou mais dos alimentos citados anteriormente foram considerados com alto teor de enxofre. O feijão e o ovo presentes diariamente nas refeições, não foram considerados nesta análise. Quanto a cor, os cardápios foram considerados variados quando apresentavam preparações com cores variadas no dia. Foram contabilizados nos dias avaliados a oferta de frituras, conservas e repetições da técnica de preparo dos pratos proteicos. A unidade estudada foi previamente contada e o responsável técnico que autorizou, mediante a entrega de um documento solicitado o desenvolvimento da pesquisa na referida UAN, a realização do trabalho. A avaliação do cardápio foi realizada a partir da observação do percentual de ocorrência diária dos alimentos ou preparações relativas a cada critério. Em seguida, foi contabilizado, por semana e por mês, o número de dias em que houve a ocorrência de cada critério analisado e, por fim, calculou-se a porcentagem, considerando todos os dias de estudo. Todos os dados foram tabulados e analisados no programa Microsoft Excel 2010.

2 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os cardápios oferecidos pela Unidade de Alimentação e Nutrição foram analisados durante três meses contabilizando 56 dias de cardápios, pois nos feriados e finais de semana a instituição não tinha funcionamento. Na abaixo, Tabela 1, pode-se verificar os resultados desta pesquisa.

Tabela 1. Análise dos cardápios, pelo método APQC, fornecidos em UAN localizada em Salvador- Bahia, 2018.

| | Maio | Junho | Julho | Total (dias) | |
|-----------------------|------|-------|-------|---------------|--------|
| Ocorrência (%) | | | | | |
| Dias de cardápio | 22 | 15 | 19 | 56 | 100% |
| Folhosos | 19 | 15 | 19 | 53 | 95% |
| Cores iguais | 0 | 2 | 3 | 5 | 5% |
| Ricos em enxofre | 17 | 10 | 10 | 44 | 78,57% |
| Carnes gordurosas | 3 | 2 | 2 | 7 | 12,50% |
| Frituras | 2 | 0 | 0 | 0 | 3,57% |
| Frutas | 22 | 15 | 19 | 56 | 100% |

A presença de folhosos foi identificada nos cardápios oferecidos pela UAN durante 53 dias (95%). A oferta de hortaliças verificada na presente pesquisa foi similar à do estudo realizado por José⁹, no qual foi avaliado a qualidade das preparações do cardápio de uma Unidade de Alimentação e Nutrição em Vitória -ES obteve-se 96,08 % da oferta de folhosos durante 8 semanas. Passos¹⁰ encontrou uma oferta de 94,2% de folhosos no cardápio de uma UAN institucional em Brasília. Dessa forma, o cardápio da instituição avaliada indica um bom aporte de fibras é oferecido aos clientes.

A oferta diária de folhosos é um fator favorável uma vez que esses alimentos são importantes não só por conter diferentes micronutrientes, mas por serem fontes de fibras alimentares. Além disso, a ingestão de frutas, legumes e verduras é um fator protetor contra o desenvolvimento da obesidade, devido à menor densidade energética desses alimentos e à sua capacidade de gerar sensação de saciedade, em decorrência da atuação das fibras alimentares. As fibras também têm ação hipocolesterolêmica e, quando associadas ao consumo de água, previnem a constipação¹¹.

Um outro fator que deve ser analisado na elaboração do cardápio é a presença das cores para evitar monotonia. A diversidade de cores em um cardápio além de favorecer a oferta de diferentes nutrientes e promover a saúde torna a refeição mais atrativa. A presença de cores variadas apareceu em 95% dos cardápios analisados enquanto apenas 5% apresentou monotonia de cores sendo prevalentes amarela e laranja nas preparações oferecidas. Veiros⁵ e Proença²

observaram 65,1% de preparações com semelhança de cores, Jose⁹ 50,98%, Passos¹⁰ 58,6% e Vidal¹¹ não encontrou nenhuma preparação com monotonia cores.

Também foi analisado no cardápio a presença de alimentos ricos em enxofre, foi excluindo o feijão, pois este alimento faz parte da alimentação diária do brasileiro. Deve-se atentar para o importante papel das leguminosas na nutrição humana, não apenas por serem fontes de vários nutrientes, mas também por estarem frequentemente presentes nas refeições. O feijão é um a preparação típica da do cardápio do brasileiro o que torna indispensável a sua oferta diária. Também se destaca a combinação de arroz e feijão, que é bastante adequada em nível de aminoácidos, porém o feijão é rico em oligossacarídeos que são indigeríveis como: a rafinose e estaquiose que causam desconforto abdominal e excesso de flatos.¹¹

Foi classificado como cardápio rico em enxofre quando havia a presença com duas ou mais preparações com fonte deste mineral diariamente. O enxofre em excesso causa desconforto abdominal nos comensais pela presença de compostos sulfurados. Ressalta-se que em alguns dias houve associação de alimentos ricos em enxofre com outros ricos em rafinose, como grão-de-bico, que geralmente foi servido como salada. A associação de alimentos ricos em enxofre e aqueles que possuem grande quantidade de rafinose podem dificultar o processo digestivo. Dos 56 dias avaliados destacam -se a presença de alimentos ricos em enxofre geralmente era servida como salada, assim contabilizando 78,57% (44 dias). No estudo analisado por Prado¹², foram observados 40% de preparações com dois ou mais alimentos ricos em enxofre e José⁹, 70,58%. Os alimentos ricos em enxofre podem causar desconforto gástrico, por isso deve-se evitar a presença de dois ou mais alimentos ricos neste mineral.

Observou-se neste estudo que 12,50% dos dias avaliados apresentaram preparações com carnes gordurosas que estavam presentes no cardápio. Em estudos realizados em UANs, institucionais Passos¹⁰ (2008) e José⁹ (2014) encontraram percentual superior a este item avaliado, sendo estes iguais a 70,58% e 37,5%, respectivamente. ideal seria não consumir tal alimento, devido ao tipo de gordura encontrada, como as saturadas e colesterol, substituindo-as por carnes magras.¹ O consumo excessivo de gordura saturada e colesterol pode levar à obesidade, dislipidemias, doenças, relacionadas como cânceres e doenças cardiovasculares Cabe ao profissional de nutrição supervisionar esta oferta e evitar a combinação de alimentos poucos saudáveis, como carnes gordurosas e doces^{13, 14}.

Deve-se destacar a presença de frituras no cardápio da UAN nos dias avaliados. Como esta técnica de preparo é rápida, geralmente ela é escolhida para dinamizar o preparo de alguns alimentos. Durante a análise de cardápios foi verificado que 7,% (10 dias) utilizaram a técnica de preparo de imersão em óleo (frituras). Este valor é baixo quando comparado com o estudo realizado por Prado¹² onde foi avaliado o cardápio em uma Unidade de Alimentação e Nutrição em Cuiabá/MT

e mostrou a oferta de fritura em 15% dos dias. O percentual na presente pesquisa quando comparados ao estudo de José⁹ que também analisou a frequência de frituras em uma Unidade de Alimentação e Nutrição em Vitória/ES, obtendo frequência de 50,98%. O próprio autor menciona que a técnica de preparo por imersão é rápida e comumente é adotada para dinamizar o preparo de alguns alimentos¹³. No entanto, o mesmo autor relata que a moderada incidência de preparações que utilizam esta técnica de preparo é um destaque positivo para promoção da saúde, uma vez que é conhecido que o consumo exacerbado de frituras é um fator de risco para doenças cardiovasculares^{15,16}.

Quanto ao tipo de sobremesa, na maioria dos dias estudados, a UAN disponibilizava diariamente em seu cardápio fruta como, por exemplo, uma maçã pequena, doce de frutas e gelatina, sendo que o comensal fazia a escolha de acordo com sua preferência. Observou-se que nos dias de avaliação, houve preferência pelos comensais pela fruta como sobremesa.

Os resultados apresentados pela aplicação do método APQC indicam que a necessidade de melhoria no cardápio, no sentido de reduzir alimentos ricos em enxofre. Uma alimentação saudável é fundamental para garantir saúde e bem-estar para o indivíduo, assim contribuem para o aumento de produtividade assim reduzindo acidentes de trabalho⁹.

4 CONCLUSÃO

O cardápio avaliado possui oferta diária de frutas e hortaliças, o que é considerado um ponto positivo. A UAN demonstra preocupação com as preparações servidas, fato observado pelo mínimo de preparações como carnes gordurosas e frituras. Apresenta variação de cores bem harmoniosas e sem monotonia, entretanto, a oferta de alimentos ricos em enxofre mostra que há alguns aspectos a serem melhorados. O cardápio é uma importante ferramenta de trabalho para o nutricionista que atua em Unidades de Alimentação e Nutrição (UAN) e, em seu planejamento, deve-se estar nutricionalmente apropriado, para então representar a base de uma alimentação saudável, com representação positiva para saúde e oferecer refeições equilibradas.

REFERÊNCIAS

1. Teixeira SMFG, Oliveira, ZMC, Rego JC, Biscontini TMB. Administração aplicada a unidades de alimentação e nutrição. São Paulo: Books; 2001.
2. Proença RPC. Desafios contemporâneos com relação à alimentação humana. Revista Nutrição em Pauta. São Paulo:2002
3. Proença R.P.C. Dutra, B.E, Fernandes, AC. Avaliação da qualidade nutricional e sensorial (AQNS) na produção de refeições: desenvolvimento complementar do sistema – critérios para arroz branco e feijão vermelho. Relatório (Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica - PIBIC/CNPq – BIP/UFSC 2004/2005), Florianópolis, 2005b.
4. Vasconcelos AB. O incentivo ao consumo de frutas, legumes e verduras: perspectivas Brasil, 2005. In: Anais do Workshop de Lisboa sobre a promoção de horto frutícolas nos países de expressão portuguesa. Relatório de um workshop conjunto. Lisboa; 2006.
5. Veiros MB, Proença RPC. Avaliação qualitativa das preparações do cardápio de uma Unidade de Alimentação e Nutrição – Método AQPC. Revista Nutrição em Pauta 2003;11(62):36-42.
6. Proença RPC, Sousa AA, Veiros MB, Hering B. Qualidade nutricional e sensorial na produção de refeições. 3 ed. Florianópolis: Editora UFSC; 2008. 221 p.
7. Ramos AS, Souza FFR, Fernandes GCB, Xavier SKP. Avaliação Qualitativa do Cardápio e Pesquisa de Satisfação em Uma Unidade de Alimentação e Nutrição. Braz. J. Food Nutr., Araraquara: 2003.
8. Rosa COB, Monteiro, MRP. Unidades Produtoras de Refeições: Uma Visão Prática. Editora Rubio LTDA. 2014. 211p.
9. José JFB. Avaliação qualitativa de cardápios em uma unidade de alimentação e nutrição localizada em Vitória- ES. Demetra: Alimentação, Nutrição e Saúde. 2014.falta volume e número do periódico.
10. Passos ALA. Análise do cardápio de uma unidade de alimentação e nutrição institucional em Brasília -DF segundo o método “Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio”. Monografia [Especialização e Nutrição] - Universidade de Brasília, 2008.
11. Vital GM, Baseggio AM, Silva AT, Muller J, Sousa AA. Avaliação do Cardápio de uma unidade de alimentação e Nutrição institucional de Florianópolis, Santa Catarina. In: Anais do Conbran. Florianópolis; 2012.
12. Prado BG, Nicoletti AL, Faria CS. Avaliação qualitativa das preparações de cardápio em uma Unidade de Alimentação e Nutrição de Cuiabá -MT, Unopar Científica Biologia da saúde, 2013.

13. 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 e Saúde*. 2013; 8(3):397-409. doi: 10.12957/demetra.2013.5649.
14. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Guia alimentar para a população brasileira: promovendo a alimentação saudável. Brasília: MS; 2006 [acesso 2008 jun 20]. Disponível em: http://dtr2004.saude.gov.br/nutricao/guia_conheca.php disponível em :http://drt2004.saude.gov.br/sas/legislacao/portaria1010_08_05_06.pdf.
15. Christmamm, A C. 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.
16. Menegazzo M, Fracalossi K, Fernandes AC, Medeiros NI. Avaliação qualitativa das preparações do cardápio de centros de educação infantil. *Rev. Nutr.* 2011; 24(2):243-51. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S1415-52732011000200005> 20. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Pesquisa

