

Avaliação qualitativa das preparações do cardápio de funcionários de uma Unidade de Alimentação e Nutrição segundo o método AQPC

Quantitative evaluation of the menu preparations of employees of a Food and Nutrition Unit according to the AQPC method

Matheus Lopes Coelho de OLIVEIRA¹, Naylanne Lima de SOUSA¹, Geovana Carolina de Oliveira MAGALHÃES¹, Livia Muritiba Pereira de Lima COIMBRA¹.

(1) Curso de Nutrição da Universidade CEUMA, São Luís – MA, Brasil.

Autor correspondente:

Naylanne Lima de Sousa

E-mail: naylannelima@gmail.com

Rua Josué Montello, Nº 1, Renascença II

São Luís – MA. CEP: 65075-120. Brasil.

Conflitos de interesses: Os autores deste artigo declaram que não possuem conflito de interesse de ordem financeira, pessoal, política, acadêmica e comercial.

Recebido: 19/05/2020

Revisado: 07/08/2020

Aceito: 19/08/2020

Editor de Seção:

Dr. Sérgio Gomes da Silva

Afiliação do Editor:

Centro Universitário

UNIFAMINAS e Hospital

do Câncer de Muriaé –

Fundação Cristiano Varella.

Resumo

Na elaboração do cardápio dos funcionários é necessário analisar a composição das preparações ofertadas, levando em consideração vários aspectos, com destaque para aspectos sensoriais e qualitativos. Neste contexto, o objetivo deste estudo foi avaliar qualitativamente as preparações dos cardápios servidos aos funcionários de uma Maternidade Pública em uma Unidade de Alimentação e Nutrição. Realizou-se um estudo descritivo, utilizando o método de Avaliação Qualitativa das Preparações de Cardápio (AQPC) do almoço ofertado aos funcionários nos meses de junho, julho e agosto do ano de 2018, totalizando 60 dias. Foi verificada presença de salada crua em 81% dos dias avaliados e a utilização de alimentos ricos em enxofre esteve presente em 85%. A fritura esteve presente em 15% dos dias analisados, já os doces estiveram presentes em 53%, sendo que em 11% dos dias o cardápio apresentava frituras associadas aos doces. Houve utilização de conserva em 40% dos dias e em seguida a oferta de fruta em 48%. Observou-se baixa monotonia das cores das preparações (15%), a oferta de carne gordurosa em 20%, a repetição da mesma técnica de cocção para os pratos proteicos (26%) e a repetição da proteína em 23%. Foi considerada adequada a oferta de salada crua, harmonia de cores e fritura. Em contrapartida, foi inadequada a oferta de alimentos ricos em enxofre, doce industrializado e utilização de conserva. Nesse estudo notou-se a importância do planejamento de um cardápio que contemple as exigências nutricionais e custo estimado, garantindo a satisfação da clientela.

Palavras-chave: Planejamento de cardápio; Qualidade; Alimentação coletiva; Análise de Alimentos.

Abstract

In preparing the employee menu, it is necessary to analyze the composition of the preparations offered, taking into account several aspects, with emphasis on sensory and qualitative aspects. In this context, the objective of this study was to qualitatively assess how service menu preparations for employees of a Public Maternity Hospital in a Food and Nutrition Unit. It was conducted a descriptive study, using the Qualitative Assessment Method of Card Preparations (AQPC), lunch offered to employees in the months of June, July and August 2018, totaling 60 days. The presence of raw salad was verified in 81% of the days and the use of foods rich in sulfur was present in 85%. Frying was present in 15% of the analyzed days, since sweets are present in 53%, in which 11% of the days the menu had fried foods associated with sweets. Canned food was used in 40% of the days and then fruit was offered in 48%. Observe the low monotony of the preparation cores (15%), a fatty meat offer in 20%, a repetition of the same cooking technique for protein dishes (26%) and a repetition of protein in 23%. An offer of raw salad, harmony of cores and frying was considered adequate. On the other hand, the offer of sulfur-rich foods, industrialized sweets and the use of preserves was inadequate. In this study, we noticed the importance of planning a card that addresses nutritional needs and estimated costs, allowing customer satisfaction.

Keywords: Menu planning; Quality; Collective feeding; Food Analysis.

1 Introdução

Em meio às modificações populacionais historicamente descritas ao longo dos anos, a alimentação e o estado nutricional dos indivíduos vêm sofrendo um processo de transição constante, refletindo em mudanças de hábitos, de estilo de vida e até mesmo de saúde da população (COUTINHO, 2017).

O ser humano, através desse processo de transição nutricional, passou a adotar maus hábitos alimentares, optando por produtos industrializados. Além disso, deixou de realizar suas refeições em casa e passou a consumi-las em espaços destinados à alimentação de forma coletiva, como as redes de *fast-food*, bares e restaurantes, que tem por finalidade ofertar refeições prontas, ou em formato de *self-service*, onde o próprio cliente pode se servir (IBGE, 2010).

A procura por espaços especializados nesse tipo de serviço aumentou nos últimos anos e desta forma, surgiu a necessidade de criar as Unidades de Alimentação e Nutrição (UAN), que tem como propósito o planejamento de cardápios elaborados pelo profissional nutricionista, buscando ofertar refeições que garantam preparações quantitativa e qualitativamente adequadas aos hábitos alimentares de seus clientes, com condições higiênico-sanitárias favoráveis (BENVINDO et al., 2017).

Nesse processo de transição nutricional e a necessidade de ofertar uma alimentação de maneira coletiva e saudável dentro das UAN's, o profissional nutricionista deve ser criativo e ousado, para atender às necessidades nutricionais e percepção sensorial de cada indivíduo (PRADO et al., 2015). Além disso, deve controlar os custos durante a execução, e manter a sofisticação gastronômica quanto à apresentação das preparações (SANTOS, 2016).

Para avaliar a qualidade nutricional das preparações, métodos globais como a Avaliação da Qualidade das Preparações dos Cardápios (AQPC) (VEIROS; PROENÇA, 2003) podem ser utilizados. A AQPC tem como finalidade detalhar as características sensoriais, a qualidade nutricional e as técnicas de cocção e/ou processamento das preparações, sendo aplicável de acordo com a realidade de cada UAN (VIEIRA et al., 2016).

Esse método pode ser de grande valia na análise dos cardápios diários e semanais ofertados aos funcionários durante o almoço. Além disso, auxilia os profissionais na escolha dos alimentos e direciona-os a elaborarem uma alimentação qualitativamente completa e adequada em nutrientes,

quantitativamente capaz de suprir as necessidades energéticas de cada indivíduo, sendo harmoniosamente equilibrada (MOTA, 2003).

Diante do exposto, o objetivo desse estudo foi avaliar qualitativamente as preparações dos cardápios servidos aos funcionários de uma Maternidade Pública em uma UAN, segundo o método AQPC.

2 Métodos

Tratou-se de um estudo descritivo, realizado durante o período de junho a agosto de 2018, envolvendo avaliação qualitativa e de caráter observacional do almoço oferecido em uma UAN, para os funcionários de uma Maternidade Pública localizada na cidade de São Luís, Maranhão.

A UAN funciona através de empresa terceirizada ao hospital e atua por concessão no Serviço de Nutrição e Dietética (SND), fornece um total de 400 refeições por dia, durante os sete dias da semana, distribuídas em café da manhã, almoço e jantar.

São servidas, aproximadamente, 120 refeições diárias no almoço. A unidade possui um cardápio pré-definido por contrato, o qual é considerado padrão médio e é executado diariamente. No almoço dos funcionários é ofertada uma refeição base (arroz e feijão), acompanhada de uma ou duas opções de proteína, salada, uma sobremesa (fruta ou doce industrializado) e sucos de polpa de sabores diversos.

O sistema empregado durante o almoço é de formato misto, no qual os clientes podem se servir livremente e somente a proteína é ofertada pelos funcionários da UAN, a partir de um porcionamento pré-definido.

A AQPC foi realizada segundo o método proposto por Veiros e Proença (2003), sendo analisados os cardápios oferecidos no almoço, totalizando 60 dias de estudo. Os cardápios mensais pré-elaborados foram analisados e executados diariamente de segunda a sexta-feira, sendo excluídos os cardápios ofertados aos fins de semana (sábado e domingo) e feriados. Foram realizadas as etapas descritas a seguir:

1. Preparações avaliadas diariamente:
 - a) número de preparações com alimentos ricos em enxofre;
 - b) combinação de cores de todas as preparações do cardápio (repetição de duas cores no cardápio do mesmo dia);
 - c) oferta de salada crua;
 - d) presença de frutas como sobremesa.

2. Preparações avaliadas mensalmente:
 - a) técnicas de cocção (aparecimento do mesmo modo de preparo na mesma semana);
 - b) presença de frituras no cardápio;
 - c) presença de frutas como sobremesa;
 - d) presença de doces industrializados ou preparados como, por exemplo, pudim ou gelatina;
 - e) oferta de doces (sobremesa) e frituras no mesmo dia;
 - f) repetições da proteína na semana (aparecimento da mesma proteína durante a semana);
 - g) oferta de carne gordurosa.

Ao avaliar as preparações ricas em enxofre, foram considerados e contabilizados como alimentos flatulentos sulfurados: abacate, acelga, batata-doce, brócolis, cebola, couve-flor, ervilha, gengibre, lentilha, maçã, milho, ovo, repolho e uva. Os dias que foram oferecidos dois ou mais dos alimentos citados anteriormente, foram considerados com alto teor de enxofre, desconsiderando-se o feijão, oferecido diariamente (VILLELA; ROCHA, 2008).

Os cardápios foram considerados monótonos quanto à cor, quando apresentavam preparações com cores similares no mesmo dia. Por exemplo, arroz de cenoura e farofa marroquina, mamão como sobremesa e suco de manga, com exceção das carnes e do feijão.

As análises das hortaliças foram realizadas quando eram oferecidas mais de uma opção de folhosos por dia. Quando foi ofertada carne gordurosa, observou-se, inicialmente, se a UAN apresentava variedade no tipo de proteína ofertada (bovina, suína, aves e peixes), e foram levados em consideração aquelas em que o teor de gordura ultrapassava 50% do valor energético total.

A avaliação do cardápio foi realizada após análise criteriosa na ocorrência do percentual diário dos alimentos e preparações. Posteriormente, a análise foi realizada ao se pontuar a frequência com que cada item foi ofertado no cardápio e calculou-se o percentual mensal de acordo com o número de dias analisados.

Os dados foram organizados com o auxílio do Programa Microsoft Excel® (2010), para posterior análise estatística descritiva, utilizando-se as variáveis categóricas descritas por meio de suas frequências absolutas (n) e relativas (%). A coleta de dados foi realizada após autorização da gerente regional da empresa e não envolveu contato direto ou indireto com seres humanos.

3 Resultados e discussão

A compilação dos resultados da aplicação do método AQPC de três meses consecutivos da UAN estudada encontra-se na tabela 1.

Tabela 1. Análise dos cardápios ofertados para os funcionários de uma Maternidade Pública em São Luís – MA.

Meses	Junho	Julho	Agosto	Total (dias)	Ocorrência (%)
Dias Avaliados	20	20	20	60	-
Fritura	2	3	4	9	15%
Doce	11	10	11	32	53%
Fruta	10	10	9	29	48%
Salada crua	16	17	16	49	81%
Ricos em enxofre	18	16	17	51	85%
Utilização de conserva	4	8	12	24	40%
Doce + Fritura	2	3	2	7	11%
Cores iguais	3	4	2	9	15%
Carne gordurosa	5	4	3	12	20%
Cocção igual	8	6	2	16	26%
Repetição da proteína	8	2	4	14	23%

Através da análise qualitativa do cardápio oferecido, verificou-se que o mesmo apresentou ocorrência de fritura em 15% dos dias analisados. Este é um aspecto positivo, que pode ser justificado pela UAN possuir chapa e forno industrial. Observou-se ainda na avaliação, incidência de 11% da oferta de fritura e de doces no mesmo dia.

A técnica de preparo de frituras é rápida, e geralmente é selecionada pela agilidade ao preparo dos alimentos. A baixa oferta de preparações que necessitam dessa técnica é consideravelmente positiva para a saúde dos comensais, pois o alto consumo de gordura é fator de risco para doenças cardiovasculares e aumento do colesterol plasmático (LIMA et al., 2000).

Quanto ao tipo de sobremesa ofertada, os dados demonstraram oferta de frutas como sobremesa no cardápio, com frequência de 48%. Em contrapartida, a oferta de doces industrializados apareceu em 53% dos dias.

As sobremesas industrializadas possuem alto valor calórico, são mais utilizadas pela facilidade de distribuição e preparo, pois já se encontram prontas para o consumo em comparação às frutas, as quais ainda precisam ser selecionadas, higienizadas e em alguns casos manipuladas, além de apresentarem maior custo para a UAN (VEIROS; PROENÇA, 2003).

Além do menor custo para a empresa, as sobremesas industrializadas possuem prazo maior de validade, em razão dos estabilizantes, antioxidantes e conservantes que são adicionados, o que faz seu armazenamento ser mais fácil (GOMES, 2014).

Apesar da menor oferta de frutas, em comparação aos doces, houve destaque para a presença de salada crua no cardápio (81%), que foi ofertada quase todos os dias. Este é um ponto positivo já que esses alimentos são fontes de vitaminas, minerais, fibras e contribuem significativamente para promoção da saúde (MELLO; LAAKSONEN, 2009).

O consumo diário de frutas recomendado pelo Guia Alimentar para a População Brasileira é de 3 porções/dia, por serem ricas em fibras alimentares e possuírem diferentes tipos de vitaminas. Além disso, o consumo equilibrado pode interferir, indiretamente, na prevenção de doenças crônicas não transmissíveis, como doenças cardíacas e diabetes e auxiliar na prevenção e controle da obesidade (BRASIL, 2014).

Quando analisados os alimentos sulfurados, notou-se um valor aproximado da oferta de salada crua e de alimentos ricos em enxofre (85%). No estudo de Ramos et al. (2013), ao avaliarem 42 cardápios de uma UAN que atende comensais do

setor administrativo e operacional de uma empresa de veículos e peças da cidade de Belo Horizonte (Minas Gerais), encontraram resultados inferiores (76,58%) em relação às preparações contendo enxofre.

O consumo de alimentos ricos em enxofre em quantidades elevadas, pode ocasionar desconforto gastrointestinal, levando a formação de gases (SILVA et al., 2012). Além disso, a associação destes alimentos com outros ricos em rafinose dificulta o processo digestivo (PROENÇA, 2005).

Em relação à oferta diária de alimentos em conserva, a incidência foi de 40%. Foi observada a presença de até dois tipos de conservas no mesmo dia, utilizadas principalmente como ingredientes em outras preparações servidas como guarnição. Por exemplo, a preparação “macarronese” era composta de macarrão parafuso, maionese, cenoura, milho, ervilha e azeitona. Outra preparação chamada de “salada imperial”, continha ervilha, milho, azeitona e alimentos ricos em enxofre, como repolho verde e couve flor. Esses alimentos contêm grande quantidade de sódio e seu consumo excessivo pode levar ao desenvolvimento de doenças crônicas, como câncer gástrico e hipertensão arterial (WHO, 2016).

A apresentação dos pratos faz parte das recomendações nutricionais do Guia Alimentar para a População Brasileira, que visa uma composição mais colorida e garantindo também a oferta de micronutrientes (BRASIL, 2014). Para a ingestão adequada dos principais nutrientes (proteínas, carboidratos, lipídios, vitaminas e minerais), deve haver uma diversificação nas cores dos alimentos, estimulando os comensais a sentirem vontade de consumir uma variedade maior de alimentos, tornando assim sua alimentação mais prazerosa (VEIROS; PROENÇA, 2003).

Na análise da monotonia dos pratos, foi observado repetição de cores em 15% dos cardápios da UAN, o que pode ser justificado pela grande variedade das refeições, principalmente pela variedade de saladas ofertadas, sendo a principal monotonia nas refeições: “arroz com cenoura”, “espaguete ao alho e óleo” e “farofa marroquina” como guarnições e “frango assado” como prato principal.

Resultado inferior foi encontrado por Prado et al. (2015), ao analisarem as preparações de uma UAN em Cuiabá (Mato Grosso), no qual foi possível observar repetição de cores em apenas dois dias analisados (10%), enquanto Ramirez et al. (2016), durante a análise de cardápios de um restaurante popular

em Araraquara (São Paulo), encontraram resultado superior (41,4%) aos estudos supracitados.

O percentual foi baixo (20%) para a presença de carnes gordurosas nos cardápios, podendo ser justificada pela frequente substituição dessas por carnes magras, que possuíam o mesmo valor de compra e modo de cocção. Resultado diferente (70,58%) foi encontrado por São José (2014), fato que foi justificado pelo aumento do valor calórico do cardápio, através da coincidente combinação de alimentos fritos e doces na mesma refeição.

Proença e Veiros (2005) consideram carnes gordurosas quando a quantidade de gorduras ultrapassa 50% das calorias totais do prato. Estes alimentos apresentam quantidade elevada de colesterol e ácidos graxos saturados, que estão diretamente associados ao risco de desenvolvimento de doenças cardiovasculares (SCHNEIDER, 2010). Sendo assim, a baixa frequência da oferta das carnes gordurosas é um ponto positivo na promoção à saúde.

Ainda no estudo do cardápio, raramente era ofertado peixe como prato principal, possivelmente pelo elevado custo. A oferta de peixes é uma ótima opção proteica, por serem ricos em ácidos graxos essenciais e vitamina B12 (BOAVENTURA et al., 2013). Porém, no cardápio era ofertado principalmente carnes magras, como patinho, alcatra, lagarto e variados cortes de frangos, como peito, coxa e sobrecoxa.

As técnicas de cocção das preparações proteicas foram avaliadas pela presença de carnes cozidas, fritas ou grelhadas. Em três meses de avaliação, houve uma incidência de 26% da mesma técnica de preparação para os pratos proteicos. Ramos et al. (2013) encontraram resultado superior (28,6%) e observaram a importância da aplicação de métodos diferentes

5 Referências

BENVINDO, J. L. S.; PINTO, M. A. S.; BANDONI, D. H. Qualidade nutricional de cardápios planejados para restaurantes universitários de universidades federais do Brasil. **DEMETRA**. v. 12, n. 2, p. 447-64, 2017.

BOAVENTURA, P. S. et al. Avaliação qualitativa de cardápios oferecidos em escolas de educação infantil da grande São Paulo. **DEMETRA**. v. 8, n. 3, p. 397-409, 2013.

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Pesquisa de orçamentos familiares 2008-2009: despesas, rendimentos e**

em cada refeição, garantindo melhor aparência e aceitação da clientela.

Apesar de possuir um cardápio com uma variada oferta de proteínas, sendo oferecido carnes bovinas, suínas, aves e peixes, no geral, o mais ofertado era frango, oferecido até 3 (três) vezes na semana, variando apenas o modo de preparo. Em seguida, a carne bovina foi a segunda mais ofertada. Vale destacar ainda, os dias em que havia oferta de uma segunda opção proteica, nesse caso, era ofertado quando o prato principal era feijoada, mocotó ou carne suína. Durante análise dos cardápios, foi encontrada uma pequena incidência de repetição das proteínas (23%).

Nos resultados obtidos pela aplicação do método AQPC, foi possível observar que existe um planejamento, junto com o profissional nutricionista, para montar o cardápio da UAN, que é influenciado pelo custo e pelas preferências alimentares da clientela.

4 Conclusão

Os cardápios analisados foram considerados adequados quanto à oferta de salada crua, harmonia de cores e fritura. Em contrapartida, estavam inadequadas em relação à oferta de alimentos ricos em enxofre, doce industrializado e utilização de conserva.

Neste estudo, foi possível verificar a importância da utilização do método AQPC na elaboração de cardápios de uma UAN, possibilitando a observação de falhas, para que possam ser definidas soluções. Considerando que o cardápio é um aliado do nutricionista, essa avaliação qualitativa visa promover uma valorização da alimentação, mostrando opções melhores, mais saudáveis, e interferindo diretamente na promoção de saúde e qualidade de vida dos funcionários.

condições de vida. 2010. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv45130.pdf>. Acesso em: set. 2019.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira.** 2 ed. 2014. Disponível em: http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira.pdf. Acesso em: set. 2019.

COUTINHO, F. C. S. A. **Estudo de caso da avaliação qualitativa das preparações do cardápio em uma unidade de alimentação e**

nutrição universitária – Método AQPC. 2017. 23p. Monografia (Especialização). Curso de Pós-graduação em Gestão da Produção de Refeições Saudáveis, Universidade de Brasília, Brasília, 2017.

GOMES, A. C. **Avaliação qualitativa de cardápios de creches e escolas privadas, para pré-escolares de Brasília.** 2014. 23p. Monografia (Graduação). Curso de Graduação em Nutrição, Universidade de Brasília, Brasília, 2014.

LIMA, F. E. L. et al. Ácidos graxos e doenças cardiovasculares: uma revisão. **Rev Nutr.** v. 13, n. 2, p. 73-80, 2000.

MELLO, V. D.; LAAKSONEN, D. E. Fibras na dieta: tendências atuais e benefícios à saúde na síndrome metabólica e no diabetes melito tipo 2. **Arq Bras Endocrinol Metab.** v. 53, n. 5, p. 509-18, 2009.

MOTA, T. M. **As Leis da Alimentação.** AEC Nutrição. Organização Mundial de Saúde. Diet, nutrition and prevention of chronic diseases. Geneva: OMS; 2003.

PRADO, B. G.; NICOLETTI, A. L.; FARIA, C. S. Avaliação qualitativa das preparações de cardápio em uma unidade de alimentação e nutrição de Cuiabá-MT. **Cient Ciênc Biol Saúde.** v. 15, n. 3, p. 219-23, 2015.

PROENÇA, R. P. C. et al. **Qualidade nutricional e sensorial na produção de refeições.** 3 ed. Florianópolis: Editora UFSC, 2005.

RAMIREZ, Y. P. G.; MOREIRA, R. R. D.; OLIVEIRA, J. R. S. Avaliação de cardápio e identificação de alimentos funcionais: estudo qualitativo de restaurante popular de Araraquara, São Paulo, Brasil. **Segur Alimento Nutr.** v. 23, n. 1, p. 859-867, 2016.

RAMOS, S. A. et al. Avaliação qualitativa do cardápio e pesquisa de satisfação em uma unidade de alimentação e nutrição. **Braz. J. Food Nutr.** v. 24, n. 1, p. 29-35, 2013.

SANTOS, I. C. **Avaliação qualitativa de cardápios de uma Unidade de Alimentação e Nutrição institucional localizada em São Luís – MA.** 2016. 23p. Monografia (Graduação). Curso de Graduação em Nutrição, Universidade Federal do Maranhão, São Luís, 2016.

SÃO JOSÉ, J. F. B. Avaliação qualitativa de cardápios em uma unidade de alimentação e nutrição localizada em Vitória – ES. **DEMETRA.** v. 9, n. 4, p. 975-984, 2014.

SCHNEIDER, B. C. **Consumo de carnes pela população adulta de Pelotas/RS: quem e como consome.** 2010. 113p. Dissertação (Mestrado). Curso de Pós-graduação em Epidemiologia, Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, 2010.

SILVA, D. E. **Restaurante Popular: uma forma de acesso à alimentação adequada.** 2012. 142p. Dissertação (Mestrado). Curso de Pós-graduação em Política Social, Universidade Católica de Pelotas, Pelotas, 2012.

VEIROS, M. B.; PROENÇA, R. P. C. Avaliação qualitativa das preparações do cardápio em uma unidade de alimentação e nutrição: método AQPC. **Nutr Pauta.** v. 11, n. 62, p. 36-42, 2003.

VIEIRA, R. M. et al. Avaliação qualitativa das preparações oferecidas em um serviço de nutrição e dietética hospitalar. **Revista Uniabeu.** v. 9, n. 23, p. 80-95, 2016.

VILLELA, N. B.; ROCH, R. **Manual básico para atendimento ambulatorial em nutrição.** 2 ed. Salvador: EDUFBA, 2008.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Forum on reducing salt intake in populations.** Reducing salt intake in populations: report of a WHO forum and technical meeting; 5-7 Oct. 2006, Paris, France. Geneva: WHO, 2006.