



ISSN Eletrônico: **2525-5908**

www.revistafarol.com.br

Avaliação alimentar em uma instituição filantrópica de um município da Zona da Mata

Meyre Cristiane Peres

Avaliação alimentar em uma instituição filantrópica de um município da Zona da Mata

Meyre Cristiane Peres ¹

Deborah Leilliany Alves Gonçalves ²

Cássia da Silva Faria ³

RESUMO: INTRODUÇÃO: A alimentação escolar deve fornecer aporte energético e nutricional aos escolares, e com a implantação do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), a Instituição em questão é filantrópica e sobrevive por meio de doações por este motivo, não tem condições de seguir um cardápio padronizado, bem como não dispõe de um Nutricionista, tal como recomenda o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE).

OBJETIVO: Avaliar comparativamente a qualidade nutricional de refeições ofertadas em uma Instituição filantrópica, a qual atende 43 crianças (matriculadas) diversas idades em uma cidade da região da Amazônia Legal.

METODOLOGIA: Trata-se de um estudo de delineamento transversal, de caráter qualitativo. Os dados analisados foram: proteína, carboidrato, lipídios, cálcio, ferro e vitamina C. Foram pesadas as porções das refeições servidas, de cinco pratos, em cinco dias consecutivos, e calculada a média das porções. Posteriormente calculou-se a composição nutricional e realizou-se a comparação com as recomendações, foram utilizadas tabelas de composição química de alimentos. (TACCO 4ª edição Campinas SP 2011).

Palavras-chave: Alimentação Escolar; Hábitos Alimentares; Segurança Alimentar e Nutricional.

Food evaluation in a philanthropic institution of a city from Zona da Mata

ABSTRACT: Objective: To identify the perceptions of daily food.

Methods: This was a descriptive study, with a qualitative approach, developed in the municipality of Rolim de Moura through observation in the Pastoral do Menor, classified as mean age.

Results: Macronutrient levels were not observed, fruits and vegetables were not served, vitamin C was low, vitamin A was higher than Calcium and iron, zinc, magnesium and copper. the micronutrients of greater inadequacy when compared to ordinance nº26, of the PNAE.

Conclusions: The relationship between food in this Institution and the formation of eating habits is not an issue usually discussed among the professionals that make up the administrative staff, given that food happens through donations. The implementation of promoting policies regarding philanthropy makes it possible for these children to have feeding for five days a week, a feeding of precarious parameters.

Keywords: School Feeding; Eating Habits; Food and Nutrition security

¹ Acadêmica do Curso de Nutrição da Faculdade de Rolim de Moura - FAROL.

² Prof. Esp. Orientadora e docente da Instituição de Ensino Superior Faculdade de Rolim de Moura - FAROL.

³ Prof. Me. Co-orientadora e docente da Instituição de Ensino Superior Faculdade de Rolim de Moura - FAROL.

INTRODUÇÃO

As Instituições filantrópicas contemplam princípios da participação social e da equidade que são o alicerce que garantem o compromisso em proporcionar ao próximo, oportunidades melhores para que possa se manter e ter novas perspectivas de vida, tais como as oficinas oferecidas, que abrangem artesanatos, costuras e outras atividades, além da oferta da alimentação ali distribuída. Vem de encontro a Lei 9.732/98, que passou a vigorar que as entidades beneficentes de assistência social devem promover de forma gratuita e com exclusividade ao assistencialismo às pessoas carentes, sendo crianças, adolescentes, idosos e portadores de deficiência, segundo a lei em questão.

Foi mediante a Lei 9790/99 que as Organizações Não Governamentais (ONGs) tiveram maior importância e começaram a ser consideradas como parte integrante do terceiro setor econômico do país, promovendo atividades com o objetivo filantrópico.

Por meio de doações a maioria das Instituições filantrópicas se mantém e muitas das que ofertam alimentos aos seus, não tem condições de seguir um cardápio padronizado, bem como não dispõe de um Nutricionista, tal como recomenda o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE). Nessa premissa, o PNAE, preconiza padrões a serem seguidos quanto à alimentação distribuída em escolas, que pode ser estendida para as entidades filantrópicas que acabam por ter o mesmo direcionamento de ensino, como é o caso das Instituições de educação padrão mantidas financeiramente pelos municípios, governo e União.

Visando uma alimentação de qualidade, os cardápios escolares devem ser elaborados pelo responsável técnico, respeitando-se as referências nutricionais da população atendida, os hábitos alimentares, a cultura e tradição alimentar da localidade, pautando-se na sustentabilidade e diversificação agrícola da região, na alimentação saudável e adequada. (MACEDO, 2010).

Em consoância a isso, avaliar qualitativamente as preparações do cardápio, distribuído a uma entidade filantrópica de uma cidade da Amazônia Legal.

2. METODO

2.1 Delineamento da pesquisa

Tratou-se de um estudo de delineamento transversal, realizado no período de março de 2019, onde verificou-se as refeições distribuídas em uma Instituição filantrópica, e analisou a qualidade nutricional dessas refeições.

A Instituição filantrópica investigada atende 43 crianças (matriculadas) diversas idades em uma cidade da região da Amazônia Legal. Na Instituição são realizados diversos cursos, e ao longo das atividades são ofertados refeições. São ofertadas o total de quatro refeições diárias, preparadas a partir de alimentos recebidos por doações. Desse modo, a Instituição não possui um cardápio a ser seguido diariamente, pois conta com a demanda das doações, a partir das quais se define o que será produzido na refeição do dia.

Para a realização da investigação, a pesquisadora principal esteve na Instituição e após o reconhecimento do funcionamento da mesma, definiu um horário específico de refeição que seria mais representativa em questão de variedade e completude, para então realizar a coleta por cinco dias que foram oferecidas na refeição pré estabelecida. A partir da coleta desses dados, realizou-se a análise da composição química das refeições servidas para então verificar a qualidade da alimentação e comparar com as recomendações definidas pelo PNAE. Para a avaliação da composição química, foram realizados cálculos e definida a quantidade de macro e micro nutrientes na refeição produzida. Para os cálculos, foram utilizadas tabelas de composição química de alimentos. (TACCO 4ª edição campinas SP 2011).

Para realizar a avaliação qualitativa do cardápio, foi registrado a partir da observação de todas as refeições distribuídas ad longo de cinco dias.

RESULTADOS

Foi observado que o porcionamento é realizado de forma diferente para as crianças, conforme a faixa etária é servido uma quantidade maior de arroz, feijão e carne, tendo o direito a aceitar ou não as preparações que lhe são ofertadas. Durante o porcionamento da refeições, foi possível notar que algumas crianças não tem hábito de comer salada crua.

	1º dia	2º dia	3º dia	4º dia	5º dia
Lanche	Pão Frances com margarina, doce de abóbora cobitia e vitamina de banana	Pão Frances com margarina, doce de abóbora cobitia e vitamina de banana	Pão Frances com margarina, doce de abóbora cobitia e vitamina de banana	Pão Frances com margarina, doce de abóbora cobitia e vitamina de banana	Pão Frances com margarina, doce de abóbora cobitia e vitamina de banana
Jantar	Arroz, feijão, carne moída com abóbora, salada de repolho e tomate	Arroz, feijão, carne de boi cozida com molho, polenta, salada de tomate e pepino	Arroz, feijão, fígado de boi, salada de repolho e tomate	Arroz, feijão, carne moída com mandioca, salada de repolho e tomate	Arroz, feijão, carne cozida, salada de tomate e repolho

No que se refere a análise dos itens inseridos ao cardápio escolar no que tange seus aspectos nutricionais e sensoriais, o método AQPC, o mesmo vem para nortear na elaboração e construção de um cardápio calcado em uma linha de saúde cientificamente preconizados. (VEIROS; PROENÇA, 2003).

O método AQPC é uma ferramenta criada para auxiliar o nutricionista na análise da qualidade das refeições, tendo em vista que a criança além de consumir os nutrientes ela visualiza os atrativos que se reporta a alimentação em questão baseado nos fundamentados nas leis da alimentação (VEIROS; PROENÇA, 2003).

Cardápios sem o atendimento das quantidades de macronutrientes, não foi atendida a oferta de frutas e verduras, baixa quantidade de vitamina C, vitamina A além de Cálcio e ferro, zinco, magnésio e cobre no que preconizam as faixas etárias, porém foram os micronutrientes de maior inadequação quando comparadas a portaria nº26, do PNAE. , a vitamina C é fundamental visto que aumenta a biodisponibilidade do ferro da dieta,

principalmente o não-heme, constituindo-se um fator importante na prevenção da anemia ferropriva, considerada carência nutricional endêmica, contribuindo com o desenvolvimento tecidual a vitamina A em conjunto com o ferro favorece a eritropoiese, que nestas faixas etárias a anemia faz-se presente e com esse conjunto vitamina A e ferro dificulta o aparecimento da mesma. (KRAUSE, 2013).

Gramas	1º dia	2º dia	3º dia	4º dia	5º dia	PNAE
Carboidratos	76,17	73,30	73,37	85,32	72,27	162,5
Proteínas	25,55	26,44	23,79	22,22	25,26	31,2
Lipídios	14,34	13,67	13,14	14,09	36,64	25,0
Fibras	9,92	9,39	8,39	9,19	8,39	18,7
Vitamina C	9,9	7,4	6,15	11,70	6,16	26
Cálcio	167,3	156,65	160,34	169,9	160,4	735
Ferro	2,99	2,70	4,84	1,99	2,89	6,3

Fonte: Tabela Brasileira de Composição de Alimentos TACCO, 4ª edição Campinas SP 2011. Programa Nacional de Alimentação Escolar PNAE.

Gramas	1º dia	2º dia	3º dia	4º dia	5º dia	PNAE
Carboidratos	92,18	89,8	89,01	99,86	88,81	243,8
Proteínas	38,33	45,34	41,19	38	44,19	46,9
Lipídios	20	18,55	18,15	19,77	18,25	37,5
Fibras	12,63	12,38	11,38	12,18	11,38	21,1
Vitamina C	9,9	7,4	6,15	11,7	6,15	42
Cálcio	173,15	167,4	175,15	178,95	173,15	910
Ferro	3,74	4,3	8,4	4,45	4,5	7,5

Fonte: Tabela Brasileira de Composição de Alimentos TACCO, 4ª edição Campinas SP 2011. Programa Nacional de Alimentação Escolar PNAE.

Dado exposto o magnésio para nutrição se dá através do seu papel na absorção de outros nutrientes, minerais como sódio, cálcio, potássio e fósforo atua, sobretudo como cofator de enzimas responsáveis tanto por diversas atividades metabólicas como na resposta imune inata e adquirida, em de encontro na maturação dos tecidos e células linfoides. Sua deficiência acarreta neutropenia e linfopenia, comprometendo a imunocompetência. (GIBNEY; MACDONALD, 2006).

De grande relevância verificar que a inadequação do cálcio, no período do estirão de crescimento pode comprometer este fator é importante assegurar a ingestão adequada de cálcio para o crescimento e maturação dos ossos e assim evitar o raquitismo (BERENSON, 1998).

No que se refere aos micronutrientes ofertados nos cardápios desta Instituição foram inadequadas, uma alimentação neste contexto é repetitivo, sem

cores e variedades de sabores, no entanto a aceitabilidade dos cardápios entre os alunos não é uma opção e sim uma necessidade, um ponto positivo é que não há desperdícios. (CHEMIN; MURA, 2011)

CONCLUSÃO

Pode-se concluir que há inadequações nutricionais encontradas nos cardápios e não serem adequados aos parâmetros do PNAE. O que torna uma alimentação primordial para crianças nesta faixa etária é aquela equilibrada, alimentos de alto valor nutricional tanto quantitativamente suficiente quanto qualitativamente completa e acima de tudo harmoniosa, adequada para um desenvolvimento físico da criança e uma melhora em seu crescimento, tecido muscular, ossos e rendimento intelectual, segundo a Sociedade Brasileira de Pediatria.

Na ausência de sinergia entre as ações sociais, as contribuições ficam sem cronograma e torna-se um desafio definir uma estratégia integrada a cardápios. A relação entre a alimentação nesta Instituição e a formação de hábitos alimentares não é um tema usualmente discutido entre os profissionais que compõe o quadro administrativo. Porém, a execução de políticas promotoras no que se refere à filantropia torna-se possível que essas crianças tenham alimentação durante cinco dias na semana, uma alimentação de parâmetros precários, mas bem vinda por aqueles que necessitam.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Brasil - Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. Resolução FNDE/ CD nº 32, de 10 de agosto de 2006. Estabelece as normas para a execução do **Programa Nacional de Alimentação Escolar PNAE**. Acesso 10 de abril de 2019.

BERENSON GS. **A nutritional disease of childhood**. Am J Cardiol.1.998

CHEMIN,S.M.S.S.;MURA,J.D.P.**Tratado de alimentação, nutrição e dietoterapia**. 2ªed.São Paulo:Roca,2011.

GIBNEY,M.J.(Ed.);MACDONALD,I.A.(Ed.); Roche, Helen M. **Nutrição & metabolismo**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006.351p.

KRAUSE, M. V. **Alimentos, nutrição e dietoterapia**. 7. ed. São Paulo: ROCA, 2013

MACEDO, Erika Michelle C. **Efeitos da deficiência de cobre, zinco e 30 magnésio sobre o sistema imune de crianças com desnutrição grave**. Rev Paul Pediatr. 28(3):329-36, 2010. Disponível em: < <http://www.scielo.br/pdf/rpp/v28n3/12.pdf>>. Acesso em: 10 de abril de 2019.

Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação **Carboidrato, Proteína e Lipídio** – (FAO), 2001.

Organização Mundial de Saúde; **Fibras, Vitaminas e Minerais** (OMS), 2003.

Sociedade Brasileira de Pediatria. Departamento de Nutrologia. Manual de orientação: **alimentação do lactente, alimentação do pré-escolar, alimentação do escolar, alimentação do adolescente, alimentação na escola**. São Paulo: Sociedade Brasileira de Pediatria. 2016.

Tabela Brasileira de Composição de Alimentos **TACCO**, 4ª edição campinas SP 2011.

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, São Paulo, v. 11, n. 62, p. 36-42, 2003.

ANEXOS

TABELA 1

ARROZ E FEIJÃO	ARROZ AGULHINHA COZIDO 50 GRAMAS	ARROZ AGULHINHA COZIDO 100 GRAMAS	FEIJÃO CARIOCA COZIDO 50 GRAMAS	FEIJÃO CARIOCA COZIDO 80 GRAMAS
KCAL	64	128	38	57
PROTEÍNA G.	1,25	2,5	2,4	3,6
LIPÍDEOS G.	0,1	0,2	0,25	0,39
COLESTEROL			NA	NA
CARBOIDRATO G.	14,05	28,1	6,80	10,26
FIBRA ALIMENTAR G.	0,80	1,6	4,25	6,39
CÁLCIO MG.	2	4	13,50	20,25
MAGNÉSIO MG.	1	2	21	31,5
FÓSFORO MG.	9	18	43,5	65,25
FERRO MG.	0,05	0,1	56,50	84,75
SÓDIO MG.	0,5	1	1	1,5
POTÁSSIO MG.	7,5	15	127,5	191,25
COBRE MG.	0,01	0,02	0,10	0,14
ZINCO MG.	0,5	0,25	0,3	0,5
RETINOL MG.	NA	NA	NA	NA
TIAMINA MG.	TR	TR	0,02	0,03
RIBOFLAVINA MG.	TR	TR	TR	TR
PIRIDOXINA MG.	TR	TR	TR	TR
NIACINA MG.	TR	TR	TR	TR
VITAMINA C MG.			TR	TR

TABELA 2

CARNES DE BOI	CARNE BOVINA ACEM MOÍDO REFOFADO 50 GRAMAS	CARNE BOVINA ACEM MOÍDO REFOFADO 100 GRAMAS	BIFE DE FÍGADO DE BOI GRELHADO 50 GRAMAS	BIFE DE FÍGADO DE BOI GRELHADO 100 GRAMAS
KCAL	106	212	112,5	225
PROTEÍNA G.	13,35	26,7	14,95	29,9
LIPÍDEOS G.	5,35	10,7	4,5	9
COLESTEROL	51,5	103	300,5	601
CARBOIDRATO G.	0,0	0,0	2,1	4,2
FIBRA ALIMENTAR G.	NA	NA	NA	NA
CÁLCIO MG.	0,4	0,8	3	6
MAGNÉSIO MG.	8,5	17	5	10
FÓSFORO MG.	82	164	210	420
FERRO MG.	108,5	217	2,9	5,8
SÓDIO MG.	26	52	41	82
POTÁSSIO MG.	128	256	154,5	309
COBRE MG.	0,03	0,06	6,29	12,58
ZINCO MG.	4,05	8,1	2,0	4,0
RETINOL MG.	TR	TR	72870	145474
TIAMINA MG.	TR	TR	0,11	0,21
RIBOFLAVINA MG.	0,16	0,32	1,35	2,69
PIRIDOXINA MG.	TR	TR	TR	TR
NIACINA MG.	0,88	1,76	*	*
VITAMINA C MG.				

TABELA 3

	CARNE LAGARTO COZIDO AO MOLHO 50 GRAMAS	CARNE LAGARTO COZIDO AO MOLHO 100 GRAMAS	MANDIOCA 50 GRAMAS	POLENTA 50 GRAMAS
KCAL	111	222	62,5	51,5
PROTEÍNA G.	16,45	32,9	0,03	1,15
LIPÍDEOS G.	28	56	0,1	0,5
COLESTEROL	0,0	0,0	NA	NA
CARBOIDRATO G.	2	4	15,05	1,01
FIBRA ALIMENTAR G.	NA	NA	0,8	1,2
CÁLCIO MG.	2	4	9,5	0,5
MAGNÉSIO MG.	6,5	13	13,5	2
FÓSFORO MG.	83,5	167	11	8,5
FERRO MG.	0,95	1,9	0,05	TR
SÓDIO MG.	24	48	0,5	221
POTÁSSIO MG.	127	254	50	50
COBRE MG.	0,02	0,05	TR	0,02
ZINCO MG.	3,5	7,0		0,05
RETINOL MG.	1,5	3		NA
TIAMINA MG.	TR	TR	0,03	0,02
RIBOFLAVINA MG.	TR	TR	TR	TR
PIRIDOXINA MG.	TR	TR	TR	TR
NIACINA MG.	1,27	2,55	TR	TR
VITAMINA C MG.			5,55	TR

TABELA 4

LEGUMES E FOLHOSOS	ABÓBORA CABOTIA REFOGADA 50 GRAMAS	REPOLHO 25 GRAMAS	TOMATE 25 GRAMAS	PEPINO 25 GRAMAS
KCAL	24	4,25	5,25	2,5
PROTEÍNA G.	0,70	0,2	0,2	0,2
LIPÍDEOS G.	0,35	0,02	TR	TR
COLESTEROL	NA	NA	NA	NA
CARBOIDRATO G.	5,4	0,48	1,28	0,5
FIBRA ALIMENTAR G.	1,25	0,48	0,58	0,28
CÁLCIO MG.	4	8,75	1,75	2,5
MAGNÉSIO MG.	4,5	2,25	2,5	2,25
FÓSFORO MG.	16,5	3,5	5,75	3
FERRO MG.	0,15	0,2	0,7	0,01
SÓDIO MG.	0,5	1	1,25	TR
POTÁSSIO MG.	99,5	37,5	40,25	38,5
COBRE MG.	0,03	0,02	0,02	0,01
ZINCO MG.	0,15	0,1	0,05	0,01
RETINOL MG.	NA	NA	NA	NA
TIAMINA MG.	0,04	TR	0,01	TR
RIBOFLAVINA MG.	TR	0,07	0,01	0,01
PIRIDOXINA MG.	0,04	0,01	0,012	TR
NIACINA MG.	TR	*	TR	*
VITAMINA C MG.	3,75	*	3,2	1,25

TABELA 5

	LEITE DE VACA INTEGRAL 100 ML	MARGARI NA HIDRO GENADA COM SAL 10 GRAMAS	DOCE DE ABÓBORA MADURA 10 GRAMAS	PÃO FRANCÊS 50 GRAMAS	BANANA NANICA 50 GRAMAS
KCAL	*	59,6	19,9	150	46
PROTEÍNA G.	*	TR	0,09	4,0	0,70
LIPÍDEOS G.	*	6,74	0,02	1,55	0,05
COLESTE ROL	10	NA	NA	NA	NA
CARBOID RATO G.	*	TR	5,46	29,3	11,9
FIBRA ALIMENT AR G.	NA	NA	0,23	1,15	0,95
CÁLCIO MG.	123	0,6	1,3	8	1,5
MAGNÉSI O MG.	10	0,1	0,6	12,5	14
FÓSFORO MG.	82	0,7	1,4	47,5	13,5
FERRO MG.	TR	0,01	0,09	0,5	0,15
SÓDIO MG.	64	8,94	TR	324	TR
POTÁSSIO MG.	133	2,1	13,7	71	188
COBRE MG.	0,02	TR	TR	0,7	0,5
ZINCO MG.	0,4	TR	TR	0,4	0,1
RETINOL MG.	21	4,6	NA	1,5	NA
TIAMINA MG.	0,04	TR	TR	0,20	TR
RIBOFLAV INA MG.	0,24	TR	TR	0,33	0,01
PIRIDOXI NA MG.	TR	TR	TR	0,30	0,07
NIACINA MG.	1,52	TR	TR	1,17	TR
VITAMINA C MG.		TR	TR		

Recebido para publicação em julho de 2019

Aprovado para publicação em julho de 2019