

Análise qualitativa das preparações do cardápio de uma instituição de apoio a pessoas com deficiência

Qualitative analysis of the menu preparations of an institution supporting people with disabilities

Análisis cualitativo de la elaboración de menús de una institución de apoyo a personas con discapacidad

Recebido: 05/04/2022 | Revisado: 16/04/2022 | Aceito: 22/04/2022 | Publicado: 26/04/2022

Francisca Viviane de Brito Sousa

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8095-0185>

Centro Universitário Santo Agostinho, Brasil

E-mail: fvivianebrito@gmail.com

Clarice de Souza Lima

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1380-3067>

Centro Universitário Santo Agostinho, Brasil

E-mail: clariceclima@gmail.com

Keila Cristiane Batista Bezerra Lopes

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0425-3596>

Centro Universitário Santo Agostinho, Brasil

E-mail: keilhanut@gmail.com

Mônica dos Santos Feitosa

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1228-6195>

Universidade Federal do Piauí, Brasil

E-mail: monicafeitosa47@gmail.com

Resumo

Objetivo: O escopo deste estudo é o de avaliar qualitativamente os cardápios de uma refeição ofertada aos alunos de uma instituição de apoio a pessoas com deficiência no município de Teresina, Piauí. **Metodologia:** Trata-se de um estudo de campo, de caráter descritivo, qualitativo e de delineamento transversal, o qual avaliou o cardápio do almoço de cinco semanas de uma instituição de apoio a pessoas com deficiência. Os cardápios foram avaliados por meio do método AQPC adaptado. Os aspectos: i) positivos e ii) negativos, foram classificados em “ótimo”, “bom”, “regular”, “ruim” e “péssimo”. **Resultados:** i) foi classificado como “bom” para a ausência de ultraprocessados (84%) e utilização de alimentos in natura (84%); “ruim” para folhosos (40%) e “péssimo” para frutas (0%). ii) foi classificado como “ótimo” para variedade de cores nas preparações (0%), doces industrializados (0%) e métodos de cocção (0%); “bom” para embutidos (16%); “regular” para frituras (32%) e para enxofre (32%) e “péssimo” para produtos com açúcar ou adicionado (80%). **Conclusão:** Os resultados da avaliação do cardápio indicam oferta significativa de alimentos in natura, variedade de cores das refeições e baixa oferta de embutidos nas preparações servidas na instituição para os alunos diariamente, considerando-se um ponto positivo. Em contrapartida, a regularidade de frituras, a frequência de alimentos contendo enxofre e produtos com açúcar adicionado apontam a necessidade de ajustes no cardápio para melhorar os aspectos nutricionais e sensoriais das preparações oferecidas aos comensais.

Palavras-chave: Avaliação qualitativa das preparações do cardápio; Planejamento de cardápio; Alimentação saudável; Ensino; Criança.

Abstract

Objective: The scope of this study is to qualitatively evaluate the menu of a meal offered to students of na institution supporting people with disabilities in the city of Teresina, Piauí. **Methodology:** This is a field study, with a descriptive, qualitative and cross-sectional design, which evaluated the five-week lunch menu of an institution supporting people with disabilities. The menus were evaluated using the adapted AQPC method. The aspects: i) positive and ii) negative, were classified as “excellent”, “good”, “regular”, “bad” and “very bad”. **Results:** i) it was classified as “good” for the absence of ultra-processed foods (84%) and the use of in natura foods (84%); “bad” for hardwoods (40%) and “terrible” for fruits (0%). ii) it was classified as “great” for the variety of colors in the preparations (0%), industrialized sweets (0%) and cooking methods (0%); “good” for sausages (16%); “regular” for frying (32%) and for sulfur (32%) and “poor” for products with sugar or added (80%). **Conclusion:** The results of the evaluation of the menu indicate a significant supply of fresh food, a variety of colors in the meals and a low supply of sausages in the preparations served at the institution for students on a daily basis, which is considered a positive point. On the other hand, the regularity of fried foods, the frequency of foods containing sulfur and products with added

sugar point to the need for adjustments in the menu to improve the nutritional and sensory aspects of the preparations offered to diners.

Keywords: Qualitative assessment of menu preparations; Menu planning; Healthy eating; Teaching; Child.

Resumen

Objetivo: El objetivo de este estudio es evaluar cualitativamente el menú de una comida ofrecida a estudiantes de una institución de apoyo a personas con discapacidad en la ciudad de Teresina, Piauí. **Metodología:** Se trata de un estudio de campo descriptivo, cualitativo y transversal, que evaluó el menú del almuerzo de cinco semanas de una institución de apoyo a personas con discapacidad. Los menús se evaluaron mediante el método AQPC adaptado. Los aspectos: i) positivo y ii) negativo, fueron clasificados como “excelente”, “bueno”, “regular”, “malo” y “muy malo”. **Resultados:** i) fue clasificado como “bueno” por la ausencia de alimentos ultraprocesados (84%) y el uso de alimentos in natura (84%); “malo” para maderas duras (40%) y “terrible” para frutas (0%). ii) fue clasificado como “bueno” por la variedad de colores en las preparaciones (0%), dulces industrializados (0%) y métodos de cocción (0%); “bueno” para salchichas (16%); “regulares” para frituras (32%) y para azufre (32%) y “pobres” para productos con azúcar o añadidos (80%). **Conclusão:** Los resultados de la evaluación del menú indican una importante oferta de alimentos frescos, variedad de colores en las comidas y una baja oferta de embutidos en las preparaciones que se sirven diariamente en la institución a los estudiantes, lo que se considera un punto positivo. Por otro lado, la regularidad de las frituras, la frecuencia de alimentos con azufre y productos con azúcar añadido apuntan a la necesidad de ajustes en el menú para mejorar los aspectos nutricionales y sensoriales de las preparaciones que se ofrecen a los comensales.

Palabras clave: Evaluación cualitativa de la preparación de menús; Planificación de menús; Alimentación saludable; Enseñanza; Niño.

1. Introdução

A carência ou o excesso de nutrientes podem gerar distúrbios nutricionais graves. Dessa forma, a qualidade nutricional de uma refeição é o principal fator na promoção de um crescimento e desenvolvimento adequado, além de ser importante na prevenção de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) (Fonseca *et.al.*, 2022; Bartolazze *et.al.*, 2019).

Em se tratando de pessoas com deficiência física e/ou mental, problemas relacionados com a alimentação são comuns, implicando, desta forma, nos aspectos nutricionais. Pesquisadores relatam que existe uma maior prevalência de sobrepeso entre crianças e adolescentes com síndrome de down, deficiência visual, déficit de atenção hiperatividade (TDAH) e autismo (Monteiro *et.al.*, 2018). Em contrapartida, problemas de saúde relacionados à desnutrição são comumente relatados em crianças com paralisia cerebral, devido às condições como disfunção motora oral, vômitos e refluxo gastroesofágico (Molina, 2021; Cintra *et.al.*, 2018).

Por essa razão, conduzir uma alimentação de forma apropriada exige cuidados das instituições. Estes cuidados, estão relacionados aos aspectos sensoriais, a forma de preparo dos alimentos, às porções adequadas e o ambiente onde são realizadas as refeições. E fornecer uma alimentação equilibrada, geralmente, não é suficiente para gerar um atrativo que desperte o interesse das pessoas, principalmente das crianças, em consumi-la (Balestrin *et.al.*, 2019; Almeida *et.al.*, 2022).

Nesse sentido, o Programa Nacional de Alimentação Escolar- PNAE reúne elementos que contribuem para o crescimento, desenvolvimento e formação de hábitos alimentares nutricionais de alunos com deficiência e com necessidades específicas garantindo a oferta de refeições que cubram as suas necessidades nutricionais (Brasil, 2009; Rosa *et.al.*, 2019).

E as instituições podem e devem assumir uma posição de incentivo à adoção de hábitos alimentares saudáveis ao garantir uma alimentação nutricionalmente adequada com novas possibilidades de combinações de alimentos, preparados de diferentes maneiras, ajustando texturas, cores e formas, para incentivar os seus assistidos a consumirem uma refeição mais diversificada e com uma variedade maior de alimentos (Conceição *et.al.*, 2022).

Dessa forma, o planejamento de cardápios se faz necessário, podendo motivar e fornecer estímulos que permitam aos comensais despertarem vontades positivas com relação a alimentação, estimulando o consumo de pratos adequados, a recuperação e manutenção da saúde e a qualidade de vida (Cavaler *et.al.*, 2018; Santos *et.al.*, 2022).

Pois, através desse instrumento é possível fornecer uma refeição saudável, ou seja, um prato colorido e variado, rico em vitaminas e minerais e quando bem estruturado, o cardápio pode ser utilizado como ferramenta de educação nutricional (Barbosa *et.al.*, 2021).

Portanto, o nutricionista precisa estar atento ao planejamento e construção do cardápio e realizar constantes avaliações para que este mantenha as preparações adequadas à saúde dos comensais. E esta avaliação pode ser realizada através do método de Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio (AQPC) (Soares *et.al.*, 2021).

Este método permite analisar qualitativamente a composição de diferentes tipos de cardápios, além disso tem a finalidade de ajudar o nutricionista na elaboração e avaliação de um cardápio adequado do ponto de vista nutricional e sensorial (Melo *et.al.*, 2018).

Com base nessas constatações, o objetivo do presente trabalho é o de avaliar qualitativamente os cardápios de uma refeição ofertada aos alunos de uma instituição de apoio a pessoas com deficiência no município de Teresina, Piauí.

2. Metodologia

A presente pesquisa trata-se de um estudo de campo, de caráter descritivo, qualitativo e de delineamento transversal, (Pereira *et.al.*, 2018) cujo o instrumento de pesquisa foi o cardápio de cinco semanas do almoço ofertado aos alunos de uma instituição de apoio a pessoas com deficiência física e mental no município de Teresina, Piauí.

A instituição é uma entidade filantrópica que presta assistência gratuita a pessoas com deficiência intelectual e múltipla da áudio comunicação, de todas as faixas etárias e fornece por dia refeições como lanche da manhã, almoço e lanche da tarde para seus assistidos.

A coleta de dados foi realizada na instituição, por um período de cinco semanas, totalizando vinte e cinco dias, de segunda a sexta-feira, entre os meses de fevereiro a março de 2022 e tabulados em uma planilha no Excel 2019 em ordem cronológica.

Para a análise dos dados, as pesquisadoras desenvolveram uma tabela adaptada obedecendo os critérios estabelecidos pelo método Avaliação Qualitativa das Preparações dos Cardápios – AQPC. Este método consiste em avaliar as conformidades e não conformidades das preparações, analisando itens como folhosos, carnes gordurosas e magras, alimentos com enxofre, doces, cores iguais e frituras, ou seja, consiste em avaliar a composição e qualidade dos cardápios (Proença & Veiros, 2003).

Posteriormente foi realizada a avaliação das preparações do cardápio da instituição por meio da tabela AQPC adaptada, o qual apresenta os seguintes critérios: fruta in natura como sobremesa; saladas com folhosos; ausência de ingredientes ultraprocessados; cardápio baseado em alimentos in natura e minimamente processados; preparações/ingredientes com cores semelhantes entre as guarnições, entrada, sobremesa e bebida; repetição de sulfurados(alimentos flatulentos ou de difícil digestão); preparações com açúcar adicionado e produtos com açúcar; frituras; embutidos ou produtos cárneos industrializados; doces industrializados ou preparados; repetição dos métodos de cocção.

Em seguida, foi contabilizada a frequência semanal de cada critério e posteriormente os dados foram tabulados em frequência relativa conforme o número total de dias do cardápio. Com isso, a partir da frequência semanal do cardápio, os itens analisados das preparações foram classificados em categorias segundo a metodologia proposta por (Prado *et.al.*, 2013) em “ÓTIMO”, “BOM”, “REGULAR”, “RUIM” e “PÉSSIMO” como mostra a Tabela 1.

Tabela 1 - Critérios de classificação dos aspectos positivos e negativos do cardápio segundo o método AQPC, 2022.

AVALIAÇÃO ASPECTO POSITIVO		AVALIAÇÃO ASPECTO NEGATIVO
ÓTIMO	≥ 90 %	≤10%
BOM	75 a 89%	11 a 25%
REGULAR	50 a 74%	26 a 50%
RUIM	25 a 49%	51 a 75 %
PÉSSIMO	≤ 25 %	≥75%

Fonte: Prado *et.al.* (2013).

Para o desenvolvimento desta pesquisa não houve necessidade de submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa, por se tratar de uma análise das preparações de um cardápio.

3. Resultados e Discussão

A unidade de alimentação da instituição estudada serve em média \pm 46 refeições diárias no almoço, de segunda a sexta-feira, aos seus alunos. Os cardápios são elaborados semanalmente pela nutricionista e o sistema de distribuição das refeições é do tipo centralizado na qual, as refeições são produzidas, porcionadas e distribuídas aos comensais no refeitório da instituição.

Os cardápios do almoço da instituição são estruturados com entrada, prato principal, guarnição e sobremesa, conforme apresentado no quadro 1. Durante a semana, geralmente são ofertadas como opções de entrada, salada crua, salada cozida e/ou cremes de vegetais; quanto ao prato principal, sempre que possível as preparações são alternadas com opções que levam carne bovina, carne suína, frango e sardinha; enquanto o acompanhamento opções como arroz, feijão e macarrão são mais frequentes e como opção de sobremesa, suco.

No Quadro 1, estão apresentados os cardápios de cinco semanas do almoço ofertado pela instituição aos comensais no período de fevereiro a março de 2022.

Quadro 1 - Cardápios de cinco semanas do almoço ofertado aos alunos de uma instituição de apoio a pessoas com deficiência no município de Teresina-PI, 2022.

1º semana	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Entrada	Salada crua	Salada crua	Salada cozida	Salada cozida	Salada cozida
Prato Principal	Frango frito	Carne bovina frita	Isca de frango	Almôndegas	Torta de frango
Acompanhamento	Arroz cozido Feijão de caldo	Arroz cozido Feijão de caldo	Arroz cozido Feijão de caldo	Baião	Arroz cozido Feijão de caldo
Guarnição	-	-	-	Purê de batata	-
Sobremesa	Suco	Suco	Suco	Suco	Suco
2º semana	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Entrada	Salada crua	Salada crua	Salada crua	Salada crua	Salada crua
Prato Principal	Frango cozido	Macarrão com sardinha	Assado de panela	Frango ao molho	Feijão com linguiça e carne
Acompanhamento	Arroz cozido e Feijão de caldo	Baião de dois	Arroz cozido Feijão de caldo	Arroz cozido Feijão de caldo	Arroz cozido
Guarnição	-	-	-	-	-
Sobremesa	Suco	Suco	Suco	Suco	Suco
3º semana	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Entrada	Salada cozida	Salada cozida	Salada cozida	Salada crua	Creme de repolho
Prato Principal	Maria Isabel de frango	Frito de calabresa e ovo	Frango Frito	Carne bovina cozida	Carne de porco assada
Acompanhamento	Feijão com verdura	Baião de dois	Arroz cozido Feijão de caldo	Baião de dois	Arroz cozido Feijão de caldo
Guarnição	-	-	-	-	-
Sobremesa	Suco	Suco	Suco	Suco	Suco
4º semana	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Entrada	Salada crua	Salada crua	Salada crua	Salada cozida	Salada de batata doce com abacaxi
Prato Principal	Frango assado com maionese	Assado de Panela	Frango ao molho	Maria Isabel de carne	Assado de panela
Acompanhamento	Arroz cozido Feijão de caldo	Arroz cozido Feijão de caldo com legumes	Arroz cozido Feijão com carne e legumes	Feijão tropeiro	Baião de dois
Guarnição	-	-	-	-	-
Sobremesa	Suco	Suco	Suco	Suco	Suco
5º semana	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Entrada	Salada crua	Salada crua	Salada cozida	Salada crua	Salada crua
Prato Principal	Frango frito	Torta de carne com legumes e macarrão	Maria Isabel de frango	Assado de panela	Frango Xadrez
Acompanhamento	Arroz cozido Feijão de caldo	Arroz cozido Feijão de caldo	Feijão de caldo	Baião de dois	Arroz cozido Feijão de caldo
Guarnição	-	-	-	-	-
Sobremesa	Suco	Suco	Suco	Suco	Suco

Fonte: Dados da pesquisa (2022).

Após a análise das cinco semanas (n=25) dos cardápios do almoço da instituição, os resultados dos aspectos positivos e negativos foram encontrados por meio do método AQPC adaptado e estão apresentados nas tabelas a seguir. Na Tabela 2 estão apresentados os dados da avaliação dos aspectos positivos dos cardápios do almoço das cinco semanas analisadas de fevereiro a março de 2022.

Tabela 2 - Classificação dos aspectos positivos analisados das preparações de uma refeição de cinco semanas pelo método AQPC adaptado de uma instituição de apoio a pessoas com deficiência , 2022.

Semanas	Dias	Frutas n (%)	Folhosos n (%)	Ausência de Ingredientes ultra processados n (%)	Alimentos in natura ou minimamente processados n (%)
1º	5	0	2 (40%)	5 (100%)	5 (100%)
2º	5	0	3 (60%)	3 (60%)	3 (60%)
3º	5	0	2 (40%)	4 (80%)	4 (80%)
4º	5	0	3 (60%)	4 (80%)	4 (80%)
5º	5	0	0 (0%)	5 (100%)	5 (100%)
Total(n)	25	0	10	21	21
Ocorrência %	100%	0%	40%	84%	84%
Classificação	-	PÉSSIMO	RUIM	BOM	BOM

Fonte: Dados da pesquisa (2022).

Dentre os aspectos positivos analisados pelo método AQPC adaptado nos cardápios da instituição, observa-se que o aspecto relacionado as frutas apresentam uma ocorrência de 0% (n=0), ou seja, as frutas não foram ofertadas como opção de sobremesa em nenhum dos cardápios analisados durante as cinco semanas, sendo classificado pelo método como “PÉSSIMO”.

Este fator é preocupante pois, segundo a Resolução CD/FNDE n.06 de 2020 com recomendações do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), a oferta de frutas deve ser no mínimo de 2 porções por semana (280g/aluno/semana), correspondente a 140 g/aluno/dia, sendo que as bebidas à base de frutas não substituem a obrigatoriedade da oferta de frutas in natura.

Desse modo, acredita-se que esta condição se deve a pouca oferta de frutas vindas dos programas conveniados a instituição, pois a mesma depende de programas e doações de gêneros alimentícios não perecíveis e hortifruti. Além da pouca oferta, não existe uma ampla variedade de frutas, sendo as mais comuns a banana, o abacaxi, o abacate e a melancia. Devido a esta condição, as frutas acabam sendo utilizadas em algumas preparações como, vitaminas e saladas pois, são preparações com maior rendimento.

Quanto ao item folhosos, foi observado que a oferta variou entre 2 a 3 dias por semana, totalizando em cinco semanas uma média de 10 dias o que corresponde a 40% (n=10), sendo considerado pelo método com uma classificação “RUIM”. Dentro desse período, a instituição ofertou folhosos como alface crespa e repolho verde.

Além dos folhosos, são incluídos na alimentação dos comensais com ordem de maior frequência respectivamente, alguns legumes como: a batata inglesa, a beterraba, a batata doce, a cenoura, a abóbora, o quiabo e o brócolis. Estes, são usados em preparações como saladas cozidas e cruas, feijão e tortas.

Portanto, é evidente que existe pouca oferta de folhosos na alimentação dos comensais, sendo necessário ser analisado com cautela para que não haja a falta destes itens no prato dos mesmos pois, os folhosos tem grande importância na alimentação fornecendo vitaminas, minerais e fibras ajudando em diversas funções do organismo.

Seguindo a ordem de análise dos aspectos positivos pelo método AQPC adaptado, dois critérios foram classificados como “BOM”, o critério de ausência de ingredientes ultraprocessados e o critério de alimentos in natura ou minimamente processados. Dos 25 dias analisados, apenas 16% (n= 4) foram utilizados alimentos ultraprocessados nas preparações ofertadas no almoço dentre eles, embutidos como linguiça calabresa e sardinha em lata na qual, foram utilizadas em preparações como feijão e tortas.

Nos demais dias, observou-se que os cardápios analisados apresentaram em sua maioria alimentos in natura e minimamente processados. Alimentos estes, que segundo o Guia Alimentar para a População Brasileira (2014) são a base ideal

para uma alimentação nutricionalmente balanceada e saborosa além de contribuir para uma alimentação equilibrada e mais saudável.

Com isso, os alimentos in natura e minimamente processados utilizados com maior frequência na instituição foram legumes como: batata doce e inglesa, abóbora, quiabo, beterraba, tomate; as verduras/hortaliças: cebola, tomate, cheiro verde, coentro, alface americana, brócolis e repolho verde; as frutas: abacaxi, banana, melancia e abacate; grãos: feijão; cereais: arroz, macarrão; condimentos: alho, vinagre, colorau, sal e vinagre.

Reforça-se ainda que, a Resolução CD/FNDE n.06 de 2020 do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) recomenda que o cardápio da alimentação escolar deve ter como base a utilização de alimentos in natura ou minimamente processados, de modo a respeitar as necessidades nutricionais, os hábitos alimentares, a cultura alimentar da localidade e pautar-se na sustentabilidade, sazonalidade e diversificação agrícola da região e na promoção da alimentação adequada e saudável.

Na Tabela 3 estão apresentados os dados dos aspectos negativos do cardápio do almoço das cinco semanas analisadas de fevereiro a março de 2022.

Tabela 3 - Classificação dos aspectos negativos analisados das preparações de uma refeição de cinco semanas pelo método AQPC adaptado de uma instituição de apoio a pessoas com deficiência, 2022.

Semanas	Dias	Preparações Ingredientes com cores semelhantes n (%)	Repetição de sulfurados n (%)	Açúcar adicionado/ produtos c/ açúcar n (%)	Frituras n (%)	Embutidos n (%)	Doces industrializ ados n (%)	Repetição de métodos de cocção n (%)
1º	5	0 (0%)	2 (40%)	5 (100%)	4 (80%)	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)
2º	5	0 (0%)	0 (0%)	5 (100%)	0 (0%)	2 (40%)	0 (0%)	0 (0%)
3º	5	0 (0%)	2 (40%)	2 (40%)	2 (40%)	1 (20%)	0 (0%)	0 (0%)
4º	5	0 (0%)	0 (0%)	3 (60%)	0 (0%)	1 (20%)	0 (0%)	0 (0%)
5º	5	0 (0%)	4 (80%)	5 (100%)	2 (40%)	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)
Total (n)	25	0	8	20	8	4	0	0
Ocorrência (%)	100%	0%	32%	80%	32%	16%	0%	0%
Classificação	-	ÓTIMO	REGULAR	PÉSSIMO	REGULAR	BOM	ÓTIMO	ÓTIMO

Fonte: Dados da pesquisa (2022).

Por meio da análise dos aspectos negativos, observa-se que houve variações de cores nas preparações do cardápio, sendo assim classificado pelo método como “ÓTIMO” apresentando 0% (n= 0) de ocorrência de preparações e ingredientes com cores semelhantes. Quanto a este critério existe uma preocupação em montar uma refeição colorida e atrativa pois, uma parcela dos comensais é formada por crianças, sendo um critério fundamental na montagem de uma refeição, a atratividade do prato por meio das cores.

Em relação a alimentos ricos em enxofre, excluindo o feijão, pois é um prato típico e diário no cardápio do brasileiro observou-se uma ocorrência de 32% (n=8), significativo para um resultado “REGULAR”. Foi classificado como um cardápio rico em alimentos em enxofre, quando havia duas ou mais preparações como fonte deste mineral diariamente. Os alimentos como o alho, brócolis e repolho foram encontrados em preparações como saladas, feijões, carnes e arroz. O enxofre em excesso causa desconforto abdominal nos comensais pela presença de compostos sulfurados que produzem gases (Casaril *et al.*, 2019).

Sobre a presença de açúcar ou açúcar adicionado nos alimentos a análise apontou uma ocorrência de 80% (n= 20) apresentando uma classificação como “PÉSSIMO” e isso se deve a oferta frequente de sucos adoçados como opção de sobremesa e que algumas vezes não houve variação de sabor.

Observa-se também que existe uma frequência de frituras nas preparações com ocorrência de 32%(n=8), variando de 4 a 2 dias nas cinco semanas, sendo classificado pelo método como “REGULAR”. Geralmente este tipo de preparação é usualmente utilizada no preparo do prato principal em carnes como, capa de coxão mole, músculo, acém, coxão duro, bisteca suína, frango.

Posto isso, é evidente que existe a necessidade de diminuir a frequência destas preparações pois, alimentos submetidos a imersão em óleos perdem seus nutrientes. De acordo com o Guia Alimentar para a População Brasileira, óleos e gorduras são produtos alimentícios com alto teor calórico cujo consumo pode ser prejudicial à saúde levando ao desenvolvimento de algumas doenças como dislipidemias, obesidade, diabetes e doenças cardiovasculares, dentre outras (Brasil, 2014)

Quanto aos embutidos, apesar da sua inclusão no cardápio pode-se observar que a frequência por dias na semana é menor e variou entre 1 a 2 dias na semana, isso porque geralmente estes alimentos são utilizados apenas como incremento em alguma preparação. Com isso, este critério foi classificado pelo método como “BOM” apresentando uma ocorrência de 16% (n=4).

Enquanto aos critérios doces industrializados e repetição dos métodos de cocção a ocorrência encontrada foi de 0%, o que resulta pelo método uma classificação “ÓTIMO”. Estudos prévios sobre consumo de alimentos ultraprocessados e obesidade durante a infância e adolescência reforçam que os alimentos pertencentes a esse grupo podem contribuir para elevar a adiposidade corporal (Santos *et.al.*, 2020).

4. Conclusão

Os resultados da avaliação dos cardápios indicam uma oferta significativa de alimentos in natura, variedade de cores das refeições e baixa oferta de embutidos nas preparações servidas no almoço da instituição para os alunos diariamente, o que é considerado um ponto positivo. Em contrapartida, a regularidade de frituras, a baixa oferta de frutas, a frequência de alimentos contendo enxofre e produtos com açúcar adicionado apontam a necessidade de ajustes no cardápio.

Apesar dos aspectos analisados, a instituição local da pesquisa, oferece um bom serviço para seus assistidos contando com o setor da nutrição no fornecimento de uma refeição satisfatória dentro do possível, procurando sempre visar as características nutricionais e a qualidade higiênico sanitária dos alimentos. Portanto, é notório que o nutricionista é um profissional muito importante e necessário para administração, avaliação e no fornecimento de refeições saudáveis.

Conclui-se, portanto que para futuras pesquisas uma abordagem mais acurada sobre análise quantitativa das preparações se faz necessário, com foco nos macronutrientes e micronutrientes.

Referências

- Almeida, I. F. E., & Veloso, I. S. (2022). Oferta de alimentos ultraprocessados em restaurante de uma universidade pública. *Research, Society and Development*, 11(4), e31411427375, <https://doi.org/10.33448/rsd-v11i4.27375>.
- Balestrin, M., Bohrer, C. T., & Kirchner, R. M. (2019). Avaliação da qualidade do cardápio oferecido a uma unidade de alimentação e nutrição escolar: método AQPSC escolar. *Revista Vivências*, 15(29), 101-114. <https://doi.org/10.31512/vivencias.v15i29.63>.
- Barbosa, R., Ferreira, D. M., Fortuna, F. Z. P., Henriques, P., Soares, D. S. B., & Dias, P. C. (2021). Qualidade nutricional dos cardápios de instituições federais de educação. *Revista Saúde e Pesquisa*, 14(3), e7982.
- Bartolazze L. A., & Cazal M. M. (2019). Avaliação da composição nutricional e aceitabilidade da alimentação escolar. *Revista Ciência em Extensão*. 15(3), 7-17.

Brasil. (2014) Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia alimentar para a população brasileira. Disponível em: http://bvms.saude.gov.br/bvs/publicações/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf.

Brasil. (2020) Resolução nº 6, de 08 de maio de 2020. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE. Diário Oficial da União.

Cavaler, S. C., Heilmann, M. A., Santos, A. P. dos, Ferreira, H. C., & Fatel, E. C. S. (2018). Informações para planejamento e elaboração de cardápios contidos em editais de licitação de restaurantes universitários em universidades federais do Sul do Brasil. *Demeta: Alimentação, Nutrição & Saúde*, 13(3), 713-729.

Casari, K. B. P. B. (2020). Avaliação qualitativa das preparações do cardápio de uma unidade de alimentação e nutrição de Francisco Beltrão/PR. *Nutrição Brasil*, 19(1), 9-15. <https://doi.org/10.33233/nb.v19i1.1281>.

Cintra, R. M. G. C., & Camargo, K. F. (2018). Perfil nutricional de pessoas com deficiência e a alta prevalência de obesidade em Síndrome de Down e na população feminina. *Revista Ciência em Extensão*, 14(3), 9-21.

Conceição, E. M. S. M. da, Silva, J. P. da, Agripino, J. L. da S., Pflingstag, K. F. F., Ferreira, M. D., & Lima, R. K. da C. (2022). Hábitos alimentares saudáveis na educação infantil. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, 8(1), 1781–1800. 10.51891/rease.v8i1.4098.

Fonseca, A. D. G., Silva, P. L. N., Lopes, J. R., Pinho, L., Brito, M. F. S. F., & Silva, C. S. O. (2022). Fatores relacionados ao consumo alimentar saudável e não saudável entre adolescentes e escolares. *Revista Nursing*, 25(286), 7446–7457. <https://doi.org/10.36489/nursing.2022v25i286p7446-7457>.

Mello A. V., & Morimoto J. M. (2018). Avaliação qualitativa das preparações do cardápio de almoço dos funcionários de uma associação para deficientes em São Paulo. *Revista Univap*, 24(46), 84-93. <http://dx.doi.org/10.18066/revistaunivap.v24i46.345>.

Molina, C. S. (2021). Inclusão de alunos com deficiência intelectual em escolas de ensino regular. *Revista Científica Multidisciplinar*, 2(6), e26420.

Monteiro, L. L. L., & Neto, C. L. A. (2018). Estado nutricional e consumo alimentar de pessoas com deficiência intelectual. *Revista da Universidade do Vale do Rio Verde*, 16(2)1, e2236-5362.

Pereira, A. S., Shitsuka, D. M., & Parreira, F. J., & Shitsuka, R. (2018). Metodologia da pesquisa científica. UFSM.

Prado, B. G., Nicoletti, A. L., F& aria C. S. (2013). Avaliação qualitativa das preparações de cardápio em uma unidade de alimentação e nutrição de Cuiabá-MT. *UNOPAR Científica. Ciências Biológicas em Saúde*, 15(3), 219-23.

Rosa, M. S. F., Pavão, S. M. O., & Marquezan, L. I. P. (2019). Alimentação para alunos com necessidades de alimentação especial como preceito educacional exclusivo. *RPGE– Revista online de Política e Gestão Educacional*, 23(3), 656-664, e1519-9029.

Soares, D. S. B., Bittencourt, L. A. B., Souza, C. L. C. G., Barbosa, R. M. S., Ferreira, D. M., Dias, P. C., & Henriques, P. (2021). Análise da qualidade nutricional de cardápios escolares segundo diferentes métodos. *Saúde e Pesquisa*, 14(4), 1-14, e2176-9206.

Santos, L. F., & Caivano, S. A. (2022) Avaliação da qualidade dos cardápios da alimentação escolar no ensino público. *Revista Interfaces: Saúde, Humanas e Tecnologia*. 10(1). <https://doi.org/10.16891/2317-434X.v.10.e1.a2022.pp1182-1190>.

Santos, F. S., Dias, M. S., Mintem, G. C., Oliveira, I. O., & Gigante, D. P. (2020). Processamento de alimentos e fatores de risco cardiometabólicos: revisão sistemática. *Revista de Saúde Pública*. 54. <https://doi.org/10.11606/s1518-8787.2020054001704>.

Vadeboncoeur, C., Townsend, N., & Foster, C. (2015). Uma meta-análise do ganho de peso em estudantes universitários do primeiro ano: o calouro de 15 anos é um mito? *BMC Obesidade*, 2(22). <https://doi.org/10.1186/s40608-015-0051-7>.

Veiros M. B., & Proença R. P. C. P. (2003). Avaliação qualitativa das preparações do cardápio em uma unidade de alimentação e nutrição – método AQPC. *Nutrição em Pauta*, 11, 36-42.