

AVALIAÇÃO QUALITATIVA DAS PREPARAÇÕES DO CARDÁPIO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DA ZONA RURAL DO MUNICÍPIO DE PIÇARRA- PA

Leidian Coelho de Freitas¹; Lázara Amorim Carvalho²; Ana Cleide Silva de Sousa²; Alderuth da Silva Carvalho¹

¹Especialização, ²Graduação
Instituto Federal do Pará (IFPA)

Introdução: A alimentação escolar tem como objetivo atender as necessidades nutricionais dos educandos durante o período, que estes permanecem na escola, atuando no desenvolvimento, na aprendizagem, no crescimento e no rendimento escolar, além de promover a formação de hábitos alimentares saudáveis. Esta é desenvolvida através do programa nacional de alimentação escolar (PNAE)¹. O PNAE é uma das políticas públicas fundamentadas no direito dos escolares à alimentação saudável e adequada em consonância com a discussão da sustentabilidade na Nutrição e com os princípios da Política Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (PNSAN)¹. Dentre as diretrizes da PNSAN, destacam-se a conservação da biodiversidade, a utilização sustentável dos recursos na produção de alimentos, a promoção da agricultura familiar e das práticas de Agroecologia, além da garantia da qualidade biológica, sanitária, nutricional e tecnológica dos alimentos. **Objetivos:** Avaliar qualitativamente o cardápio de um mês da alimentação escolar da zona rural do município de Piçarra – PA. **Métodos:** Trata-se de um estudo de caso, descritivo e de caráter qualitativo, realizado na alimentação escolar da zona rural do município de Piçarra, Pará. A coleta de dados ocorreu na forma de pesquisa de campo. O cardápio analisado de um mês da alimentação escolar da zona rural do município de Piçarra. Este foi analisado pelo método de Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio (AQPC), proposto por Veiros & Proença² com adaptações que auxiliam a percepção do equilíbrio do cardápio, objetivando avaliar a composição das preparações, suas cores, as técnicas de preparo empregadas, as repetições do cardápio, as combinações, os tipos, os percentuais de ofertas (frutas, folhosos, frituras, tipos de carnes) e as características dos alimentos. Após a análise do cardápio foi gerado um percentual da distribuição dos aspectos positivos e negativos do cardápio³. **Resultados e Discussão:** O cardápio é do tipo padrão simples, distribuição autosserviço, atendendo 560 educandos. Para avaliação do cardápio, foi destacado os alimentos protetores, ou seja, com propriedades benéficas à saúde (frutas e folhosos). A monotonia de cores, presença de cores iguais foi avaliado, análise visual do cardápio pelo educandos. Os itens que compõem o cardápio e devem ser vigiados (alimentos ricos em enxofre, doce, fritura, carne gordurosa, doce + fritura e industrializados), também foram avaliados, pois são alimentos que predispõem a doenças. A oferta de frutas (incluindo sucos feitos da polpa da fruta natural), está adequada, ou seja, todo o dia tem a presença deste item no cardápio. Quanto às cores das preparações, percebeu-se que, 81,82% apresentavam semelhança de cores, ou seja, há uma grande monotonia no cardápio oferecido. Esta característica poderá influenciar os educandos na aceitação do cardápio, o quesito visual é um atrativo para aguçar o desejo de degustar o prato. Quanto aos alimentos que devem ser evitados, observou-se que o percentual de doces (22,73%) isolados ou conjugados com fritura (4,55%) não foi alto, podendo ser considerado como aceitável, haja vista que eles foram oferecidos com pouca frequência. Os industrializados também estavam presentes em grande quantidade no cardápio da semana, pois 100% das preparações continham este tipo de alimento. De acordo com a classificação dos itens quanto ao seu percentual de adequação. Frutas: 100% - Ótimo; Folhosos: 81,82 – Bom; Cores iguais: 77,27% - Péssimo; Dois ou mais alimentos com enxofre: 40,91% - Ruim; Fritura:18,18% - Bom;

Doce: 22,73% - Bom; Doce + Fritura: 4,55% - Ótimo; Industrializados: 100% - Péssimo; Carne gordurosa: 31,82% - Ruim. Observou-se que 5 itens apresentaram uma classificação positiva, em contrapartida 4 apresentaram uma classificação negativa. Este resultado pode ser justificado pela localização da instituição de ensino, uma região carente; muitas escolas possuem um sistema de energia elétrica precário, por isso torna-se difícil a conservação dos alimentos perecíveis, motivo pelo qual há a presença de alimentos industrializados em todas as preparações, alimentos estes pobres em nutrientes e ricos em açúcares e sódio. Entretanto, esta alimentação é necessário para educandos que veem na alimentação escolar uma forma de suprir as refeições que muitas vezes faltam em casa. A alimentação está diretamente relacionada ao aprendizado, pois uma pessoa bem nutrida tem maior facilidade para aprender, melhor desempenho em suas atividades, maior concentração e desenvolvimento adequado⁴. A escola constitui-se num ambiente valioso para o desenvolvimento de ações educativas na área da nutrição e saúde, e também, por dispor de recurso, como é o caso, na rede pública de ensino, do programa de alimentação escolar que possibilita aos alunos a oportunidade de acesso a alimentos saudáveis⁴. “A infância corresponde ao período de formação dos hábitos nutricionais da vida adulta. É nessa fase que se fundamentam as bases para uma alimentação balanceada e saudável”⁴. Constatamos que os pais, os professores, o nutricionista e a escola têm grande importância em relação à construção da cultura alimentar dos educandos, promovendo uma mediação de modo que auxilie a criança nas suas escolhas entre o que é gostoso e não saudável e entre o que é bom e saudável. Durante a visita de campo, foi observado que é elaborado um cardápio planejado pela nutricionista. Vimos também que dentro das próprias aulas os professores trabalham instruindo sobre uma alimentação saudável para ensinar aos educandos a comer adequadamente, usufruir dos legumes, frutas, verduras que podem ser produzidas na própria comunidade. A reeducação alimentar é favorecida na escola, isto é possível através de disciplinas que abordam a saúde alimentar, e sobretudo oferecendo aos educandos uma alimentação equilibrada e saudável. Durante a visita de campo, foi possível perceber que é utilizado no preparo das refeições alguns alimentos saudáveis, como verduras e legumes plantados na horta da própria escola, apesar de consumirem poucas variedades de frutas. Um fator negativo, observado foi o consumo de alimentos industrializados como, biscoitos e massas de sopas prontas. Percebeu-se que poucas escolas possuem horta, ou apresentam uma alimentação escolar fornecida pela agricultura familiar. **Conclusão:** Os alimentos industrializados estão presentes na alimentação escolar, estes são pobres em nutrientes e ricos em açúcares e sódio, altamente prejudiciais para nossa saúde. A alimentação oferecida pela escola para ser mais saudável deve incluir leguminosas, mais folhosos, diminuir a utilização de alimentos industrializados e diversificar a combinação de cores do cardápio valorizando mais o bem estar nutricional, trabalhando em sala de aula em diversas disciplinas, a importância de se alimentar corretamente. Dessa forma, é necessário que a gestão da escola busque outros meios de propor uma alimentação saudável, então, cabe à escola promover hábitos alimentares que sacie a fome e contribua com o desenvolvimento nutricional, de modo que promova e aperfeiçoe resultados educacionais na saúde dos educando. Outra maneira de melhorar a qualidade nutricional da alimentação escolar dos educandos, refere-se a introdução de alimentos fornecidos pela agricultura familiar através do PNAE.

Referências:

1. BRASIL. Lei nº 11.947, de 16/06/2009: Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar e do Programa Dinheiro Direto na Escola aos alunos da educação básica.

[atualizada em 2009 Jun 16; acesso em 2016 Ago 28]. Disponível em: <http://www.educacao.sp.gov.br/a2sitebox/arquivos/documentos/952.pdf>

2. VEIROS, MB; PROENÇA, RPC. Avaliação qualitativa do cardápio em unidade de alimentação e nutrição – Método AQPC. Nutr. em Pauta 2003 Set/Out.
3. PRADO, BGP; NICOLETTI, AL; FARIA, CS. Avaliação Qualitativa das Preparações de Cardápio em uma Unidade de Alimentação e Nutrição de Cuiabá - MT. UNOPAR Cient. Ciênc. Biol. Saúde. 2013;15(3):219-23.
4. CAVALCANTI, LA. Efeitos de uma intervenção em escolares do ensino fundamental I, para a promoção de hábitos alimentares saudáveis. Tese de Mestrado, 2009, Brasília (DF).