

Presença de alimentos regionais e avaliação qualitativa do cardápio planejado em um restaurante universitário da região nordeste do Brasil**Presence of regional foods and qualitative evaluation of the planned menu in a university restaurant in northeastern Brazil**

DOI:10.34117/bjdv5n11-105

Recebimento dos originais: 07/10/2019

Aceitação para publicação: 11/11/2019

Milene de Abreu Souza

Mestra em Ciência da Nutrição pela Universidade Federal de Sergipe

Instituição: Universidade Federal de Sergipe

Endereço: Av. Marechal Rondon, s/n - Jardim Rosa Elze, São Cristóvão - SE, 49100-000

E-mail: mileneabreunutri@gmail.com

Dayane Franciely Conceição Santos

Mestranda em Ciência da Nutrição pela Universidade Federal de Sergipe

Instituição: Universidade Federal de Sergipe

Endereço: Av. Marechal Rondon, s/n - Jardim Rosa Elze, São Cristóvão - SE, 49100-000

E-mail: day_franciely@hotmail.com

Bárbara Rafaela Santos da Rocha

Nutricionista do Restaurante Universitário da Universidade Federal de Sergipe

Instituição: Universidade Federal de Sergipe

Endereço: Av. Marechal Rondon, s/n - Jardim Rosa Elze, São Cristóvão - SE, 49100-000

E-mail: br.santosrocha@gmail.com

Izabela Maria Montezano de Carvalho

Docente no Programa de Pós-Graduação em Ciência da Nutrição da Universidade Federal de Sergipe

Instituição: Universidade Federal de Sergipe

Endereço: Av. Marechal Rondon, s/n - Jardim Rosa Elze, São Cristóvão - SE, 49100-000

E-mail: i.montezano.c@gmail.com

RESUMO

O objetivo foi avaliar a qualidade e a presença de alimentos regionais do cardápio de um restaurante universitário localizado no município de São Cristóvão – SE. O estudo tem caráter transversal, sendo analisado o cardápio do almoço do mês de setembro de 2017 do referido restaurante, por meio da Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio (AQPC) e presença de alimentos regionais por meio da publicação “Alimentos Regionais Brasileiros”. Os dados foram tabulados através do Microsoft Excel e realizada análise estatística descritiva, estimando-se os valores médios e desvio padrão. Quanto aos resultados, a partir do método AQPC encontrou-se baixo consumo de frituras, doces e carnes gordurosas e elevada oferta de frutas e folhosos, em contrapartida, a presença de alimentos ricos em enxofre obteve alta ocorrência. Dos alimentos elencados como regionais do Nordeste, 39% estavam presentes nas preparações planejadas no cardápio avaliado. Concluiu-se que as refeições ofertadas estão adequadas qualitativamente e a oferta de alimentos regionais é considerada regular.

Palavras-chave: Serviços de Alimentação, planejamento de cardápio, universidades.

ABSTRACT

The objective was to evaluate the quality and the presence of regional foods of the menu of a university restaurant located in the city of São Cristóvão - SE. The study has a cross-sectional character, being analyzed the menu of the lunch of the month of September 2017 of the referred restaurant, through the Qualitative Evaluation of the Preparations of the Menu (AQPC) and presence of regional foods through the publication "Regional Brazilian Foods". Data were tabulated using Microsoft Excel and descriptive statistical analysis was performed, estimating the mean values and standard deviation. Regarding the results, from the AQPC method it was found low consumption of fried foods, sweets and fatty meats and high supply of fruits and leafy, in contrast, the presence of foods rich in sulfur was high. Of the foods listed as regional in the Northeast, 39% were present in the planned preparations in the evaluated menu. It was concluded that the meals offered are qualitatively adequate and the regional food supply is considered regular.

Key words: Food services, menu planning, universities.

1 INTRODUÇÃO

Os estudantes universitários são indivíduos que tradicionalmente realizam suas refeições fora de casa, uma vez que o ingresso acadêmico ocasiona muitas transformações no estilo de vida, o que pode influenciar diretamente o comportamento alimentar.

Devido às atividades acadêmicas, estes estudantes passam muito tempo dentro das universidades e acabam dando preferência a uma alimentação rápida e prática, que quando não realizada de maneira adequada, pode contribuir para o aumento da incidência de doenças e agravos crônicos não transmissíveis (DACNT), como obesidade¹, diabetes², doenças cardiovasculares³, câncer⁴ e doenças respiratórias crônicas⁵.

Assim, os restaurantes universitários figuram como as Unidades de Alimentação e Nutrição (UAN) responsáveis por garantir uma importante parcela da alimentação diária deste público. Essas UAN institucionais normalmente fornecem o café da manhã, almoço e jantar durante o período em que o aluno permanece nas universidades, que geralmente varia entre 4 a 6 anos.

No Brasil, estes restaurantes são um exemplo de UAN que possuem nutricionistas responsáveis técnicos, que além de outras tarefas, planejam seus cardápios a fim de atender às necessidades de sua clientela e ofertar uma variedade de gêneros alimentícios, visando fornecer refeições adequadas sob os aspectos nutricionais e econômicos^{6,7}.

Uma estratégia viável para garantir a oferta e consumo de alimentos nesta perspectiva é a introdução de frutas e hortaliças nas preparações dos cardápios, em especial os gêneros de origem regional. A inserção de alimentos regionais nos cardápios pode melhorar a aceitação das preparações, visto que a clientela já está habituada ao seu consumo.

Considerando que muitos acadêmicos fazem uso dos restaurantes universitários diariamente, o presente estudo teve como objetivo avaliar o cardápio do almoço por meio da Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio (AQPC), assim como a presença de alimentos regionais, ofertado em um restaurante universitário localizado no município de São Cristóvão, no estado de Sergipe (SE), Brasil.

2 MÉTODOS

Caracterização da Unidade de Alimentação e Nutrição

O presente estudo tem caráter transversal e analisou o cardápio do restaurante universitário localizado na Cidade Universitária Professor José Aloísio de Campos da Universidade Federal de Sergipe (UFS), situada no município de São Cristóvão, estado de Sergipe (SE), Brasil. A UAN em questão é caracterizada como de grande porte⁸, contando com serviço terceirizado, sendo que a modalidade de alimentação é transportada para os acompanhamentos (arroz e feijão), opções de prato principal (para onívoros e vegetarianos) e guarnição. A salada crua, refresco de fruta e sobremesa são preparados na própria unidade.

O cardápio da Unidade é mensal e classificado como padrão médio. Para as análises foi utilizado o cardápio planejado para o mês de setembro de 2017, escolhido por conveniência.

Parâmetros utilizados para análise do cardápio

O cardápio foi analisado segundo os seguintes parâmetros: Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio (AQPC)⁹ e presença de alimentos regionais¹⁰. Não foi preciso submeter o projeto ao Comitê de Ética em Pesquisa, pois foram analisados apenas os cardápios/preparações.

Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio

A avaliação dos cardápios em termos de qualidade foi realizada com auxílio do método de Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio, proposto por Veiros e Proença⁹, para o qual foram considerados os seguintes aspectos: técnicas de cocção empregadas, com enfoque para a monotonia e repetição; existência de frituras sozinhas ou em associação aos doces; uso de carnes gordurosas associadas aos doces como sobremesa; repetição de cores das preparações e/ou alimentos; alimentos ricos em enxofre; uso de folhosos; uso de frutas como sobremesa; e o emprego de conservas nos cardápios⁹.

Em relação às cores, foi considerado como monotonia quando duas ou mais preparações de cores semelhantes apareceram na mesma refeição como, por exemplo, purê de cenoura e mamão ou, arroz branco e couve-flor.

Quanto aos alimentos ricos em enxofre, foram considerados: abacate, acelga, aipo, alho, batata-doce, brócolis, cebola, couve-de-bruxelas, couve-flor, ervilha, gengibre, goiaba, jaca, lentilha,

maçã, melancia, melão, milho, mostarda, nabo, ovo, rabanete e repolho^{11,12}. Quando a refeição continha dois ou mais desses alimentos, a mesma foi considerada rica em enxofre. O feijão não foi incluído por fazer parte da alimentação habitual e diária do brasileiro.

Os resultados foram classificados de acordo com critérios positivos e negativos. Como positivos, considerou-se a presença de frutas e folhosos, seguindo a classificação: Ótimo ($\geq 90\%$), Bom (75 a 89%), Regular (50 a 74%), Ruim (25 a 49%) e Péssimo ($< 25\%$)¹⁸ e em relação aos negativos, a repetição de cores, presença de alimentos em conserva e ricos em enxofre, conforme a classificação: Ótimo ($\leq 10\%$), Bom (11 a 25%), Regular (26 a 50%), Ruim (51 a 75%) e Péssimo ($> 75\%$)¹³.

Análise da presença de alimentos regionais

A inserção de alimentos regionais no planejamento do cardápio foi avaliada considerando a publicação “Alimentos Regionais Brasileiros”, do Ministério da Saúde¹⁰. Assim, em relação às frutas, pesquisou-se a presença de acerola, banana-nanica, banana-da-terra, cacau, cajá, cajarana, caju, ciriguela, coco, dendê, fruta-pão, graviola, juá, mamão, maracujá, pitomba, sapoti, tamarindo e umbu, e em relação às hortaliças: abóbora, agrião, jurubeba, major-gomes, maxixe, palma, quiabo e vinagreira. Quanto às leguminosas, observou-se ocorrência de: algaroba, feijão, feijão-de-corda, feijão-verde e feijão guandu. Em relação aos tubérculos, raízes e cereais, foram considerados regionais: araruta, gergelim, inhame, junça, mandioca e sorgo; farinha de tapioca (derivada da mandioca). Além destes alimentos, foi avaliada a ocorrência de ervas, condimentos e temperos utilizados habitualmente na culinária nordestina, como a cebolinha e o coentro.

Análise estatística

Todos os dados coletados foram tabulados através do *Microsoft Excel* (2013), onde foram organizados em planilhas e gerados tabelas. Foi realizada análise estatística descritiva, estimando os valores médios e desvio padrão. Além disso, foram calculadas as frequências relativas.

3 RESULTADOS

Caracterização da Unidade de Alimentação e Nutrição

O cardápio fornecido atende alunos e servidores da instituição, sendo produzidas diariamente 5000 refeições, em média 3000 almoços e 2000 jantares, distribuídos no período das 10:45h às 13:45h e 17:00h às 19:00h, respectivamente.

As refeições planejadas para o almoço são compostas por acompanhamento (arroz e feijão), duas opções de prato principal (para vegetarianos e onívoros), salada crua, guarnição, refresco de fruta e sobremesa (Tabela 1). A distribuição é realizada na forma de porcionamento livre pelo usuário, com exceção do prato principal (opção vegetariana ou não).

Tabela 1 – Planejamento *per capita* das preparações de almoço do Restaurante Universitário (RESUN) da Universidade Federal de Sergipe - Cidade Universitária Professor José Aloísio de Campos, São Cristóvão – SE, 2017.

Componentes	Quantidade
Acompanhamento (Arroz e Feijão)	150g
Salada Crua	80g
Guarnição	80 a 150g
Prato principal	200g (sem osso) 280 a 350g (com osso)
Opção vegetariana para prato principal	150g
Refresco de Fruta	350 ml
Sobremesa (fruta)	97g*

*média das diferentes porções de frutas.

Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio (AQPC)

No cardápio mensal analisado, foram planejados os almoços para 20 dias, os quais foram considerados na aplicação do método AQPC⁹. Em relação às técnicas de preparo, somente um dia apresentou fritura (mandioca frita), sendo nos demais as preparações cozidas ou assadas. O consumo de doces também ficou restrito a apenas um dia durante no período avaliado, sendo ofertados aos usuários picolé de fruta. No que diz respeito às carnes gordurosas, não foi observada a oferta das mesmas, visto que as preparações utilizam carnes com baixo teor de gordura (alcatra, coxão mole e patinho). Além desses itens, também foram analisadas a repetição de cores, presença de alimentos ricos em enxofre e a presença de frutas, folhosos e conservas, conforme parâmetros descritos anteriormente e demonstrado na Tabela 2.

Tabela 2 – Análise das preparações de almoço do Restaurante Universitário (RESUN) da Universidade Federal de Sergipe - Cidade Universitária Professor José Aloísio de Campos, São Cristóvão – SE (2017), segundo o método AQPC.

	Repetição de cores	Presença de alimentos ricos em enxofre	Presença de frutas	Presença de folhosos	Presença de alimentos em conserva
Dias (n)	9	17	19	20	10
% de ocorrência	45	85	95	100	50

De acordo com a tabela 2, pode-se observar que os comensais ingerem uma quantidade elevada de alimentos *in natura* (frutas e folhosos), sendo classificados como “Ótimo”. Já a repetição

de cores e a presença de alimentos em conserva, foram classificados como “Regular” e a presença de alimentos ricos em enxofre, “Péssimo”.

Alimentos regionais brasileiros

Verificou-se que do total de alimentos elencados como regionais para o Nordeste, 39% estavam presentes nas preparações planejadas no cardápio avaliado. A tabela 3 demonstra os alimentos que foram utilizados no período analisado, suas principais preparações de ocorrência.

Tabela 3 - Alimentos regionais presentes no cardápio de almoço do Restaurante Universitário (RESUN) da Universidade Federal de Sergipe - Cidade Universitária Professor José Aloísio de Campos, São Cristóvão – SE, 2017.

Grupos	Alimentos	Principais preparações
Frutas	Acerola, banana da terra, cajá, caju, coco, dendê, mamão, maracujá, umbu	Sucos, sobremesa, peixada e moqueca
Hortaliças	Abóbora, quiabo	Abóbora com alho e lentilha com legumes
Leguminosas	Feijão	Feijão carioca, preto e fradinho
Tubérculos, raízes e cereais	Gergelim, mandioca	Hómus árabe e macaxeira frita
Ervas, condimentos e temperos	Cebolinha e coentro	Proteínas

4 DISCUSSÃO

A Unidade de Alimentação e Nutrição estudada tem como objetivo fornecer ao comensal um serviço básico de alimentação de qualidade, colaborando para que os mesmos tenham um melhor desempenho e uma formação integral, reduzindo a evasão acadêmica. Além disso, o local permite a integração dos membros da comunidade universitária, defendendo assim, o que consta no Guia Alimentar para a população brasileira¹⁴, que destaca a importância de se escolher refeições saudáveis, além de realiza-las em companhia.

Os cardápios do restaurante universitário avaliados no presente trabalho são elaborados por nutricionistas e têm como referência o atendimento das necessidades nutricionais de uma população adulta saudável, mas também são levadas em consideração situações alimentares específicas como,

vegetarianos (ovolactovegetarianos e vegetarianos estritos), diabéticos e hipertensos, além de um cardápio diferenciado para aqueles que têm restrição a algum nutriente.

Na elaboração dos cardápios, os alimentos regionais devem ser constantemente incorporados ao cotidiano para melhorar o padrão alimentar e nutricional da população¹⁰. A pouca ocorrência desses alimentos inseridos nos cardápios estudados, pode se justificar pelo fato de terem sido selecionados todos aqueles que estavam descritos como típicos da região Nordeste do País, segundo a publicação “Alimentos Regionais Brasileiros”, do Ministério da Saúde¹⁰ e não especificamente do estado de Sergipe.

Benvindo, Pinto e Bandoni¹⁵ analisaram os cardápios de restaurantes universitários de vários estados do Brasil e concluíram que na região Nordeste apenas a banana-nanica e o mamão apareceram nos cardápios universitários. As regiões Norte e Nordeste, produzem grande variedade de alimentos tropicais, nativos e exóticos. Isso se deve, principalmente, por suas condições climáticas. O Nordeste é caracterizado pela insolação durante o ano todo, e solos de ótimo potencial para a irrigação^{16,17}.

A avaliação da qualidade do cardápio segundo o método AQPC possibilitou analisar que o cardápio oferta, na maioria das vezes, preparações cozidas ou assadas e o consumo de doces e carnes gordurosas é restrito. Esses resultados têm relação direta com o contrato estabelecido para o restaurante, visto que no mesmo são apresentadas essas exigências. A repetição de cores mostrada faz com que o comensal, muitas vezes, não consuma determinados alimentos, podendo comprometer a aceitabilidade dos cardápios e a oferta variada de micronutrientes. Destaca-se a elevada oferta de alimentos ricos em enxofre, uma vez que a ingestão destes em excesso pode causar sensação de mal-estar devido ao desconforto gástrico gerado durante a sua digestão¹². O consumo de alimentos em conserva deve ser reduzido, visto que sua composição é rica em sódio¹⁴. A oferta de frutas e folhosos ocorre em abundância, garantindo a oferta diária de micronutrientes e fibras.

Outros estudos têm utilizado o método AQPC para avaliar seus cardápios. Prado, Nicoletti e Faria¹³ avaliaram cardápios da UAN de uma empresa privada de médio porte por quatro semanas e obtiveram como resultados 100% de ocorrência na oferta de folhosos, 65% para frutas, 10% em monotonia de cores, 40% para alimentos ricos em enxofre, 25% no quesito carnes gordurosas, 15% para frituras e 35% de ocorrência de doces, sendo que e não houve oferta de fritura e doce no mesmo dia.

São José¹⁸ analisou por 51 dias os cardápios de uma UAN institucional e verificou que a presença de frutas e folhosos ficou em 96,08%, monotonia de cores em 50,98%, presença de alimentos ricos em enxofre em 70,58 %, 23,53% das mesmas técnicas de cocção, 88,23% de doces, sendo que em 50,98% também eram ofertados frituras.

Embora seja um estudo relacionado à análise de cardápios, uma limitação encontrada foi em relação aos alimentos apresentados na publicação do Ministério da Saúde¹⁰, que pertencem a todos os estados da região Nordeste do Brasil. Em virtude da extensa área geográfica desta região, muitos alimentos consumidos habitualmente em alguns estados não o são em outros.

Como aspectos positivos deste estudo, pode-se ressaltar que o cardápio ofertado para o público que frequenta o restaurante universitário, possui uma grande variedade de preparações, as quais estão qualitativamente adequadas e utilizam uma quantidade razoável de alimentos regionais.

5 CONCLUSÃO

Com base nos resultados apresentados, pode-se verificar que as refeições ofertadas no restaurante universitário estudado, estão adequadas qualitativamente, a oferta de alimentos regionais é considerada regular, apesar de reduzida comparada à variedade de alimentos da região.

Devem ser realizados outros estudos que avaliem diretamente a ingestão efetiva dos indivíduos que frequentam o restaurante, incluindo as demais refeições realizadas ao longo do dia.

FONTES DE FINANCIAMENTO

A pesquisa recebeu apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) e da Fundação de Apoio à Pesquisa e a Inovação Tecnológica do Estado de Sergipe (FAPITEC).

CONFLITO DE INTERESSES

Não há nenhum conflito com o presente artigo.

COLABORADORES

M. A. Souza, D. F. C. Santos, I. M. M. Carvalho e B. R. S. Rocha colaboraram na concepção e projeto, análise e interpretação dos dados, redação do artigo, revisão crítica do conteúdo intelectual e aprovação final da versão a ser publicada.

REFERÊNCIAS

1. Rech DC, Borfe, L, Emmanouilidis A, Garcia, EL, Krug SBF. As políticas públicas e o enfrentamento da obesidade no Brasil: uma revisão reflexiva. *Rev Epidemiol Control Infect.* 2016; 6:192-202.

2. Costa AF, Flor FS, Campos MR, Oliveira AF, Costa MFR, Silva RS, Lobato LCP, Schramm JMA. Carga do diabetes mellitus tipo 2 no Brasil. *Cad. Saúde Pública*. 2017; 33(2):1-14.
3. Teston EF, Cecilio HPM, Santos AL, Arruda GO, Radovanovic CAT, Marcon SS. Fatores associados às doenças cardiovasculares em adultos. *Medicina (Ribeirão Preto)*. 2016; 49(2):95-102.
4. Torre LA, Bray F, Siegel RL, Ferlay J, Lortet-Tieulent J, Jemal A. Global Cancer Statistics, 2012. *CA Cancer J Clin*. 2015; 65:87-108.
5. Farias GMS, Martins RML. Qualidade de vida da pessoa com doença pulmonar obstrutiva crônica. *Millenium*. 2013; 45:195-209.
6. Fausto MA, Ansaloni JA, Silva ME, Júnior JG, Dehn AA, César TB. Determinação do perfil dos usuários e da composição química e nutricional da alimentação oferecida no restaurante universitário da Universidade Estadual Paulista, Araraquara, Brasil. *Revista de Nutrição* 2001; 14(3):171-176.
7. Oliveira RB, Guaglianoni DG, Demonte A. Perfil do usuário, composição e adequação nutricional do cardápio oferecido em um restaurante universitário. *Alimentos e Nutrição Araraquara* 2005; 16(4):397-401.
8. Sant'Ana HMP. Planejamento Físico-Funcional de unidades de alimentação e Nutrição. Rio de Janeiro: Rubio; 2012.
9. Veiros MB, Proença RPC. Avaliação qualitativa das preparações do cardápio em uma unidade de alimentação e nutrição—método AQPC. *Nutrição em Pauta* 2003 11(62):36-42.
10. Departamento de Atenção Básica, Secretaria de Atenção à Saúde, Ministério da Saúde. *Alimentos regionais brasileiros*. 2ª Ed. Brasília: Ministério da Saúde; 2015.
11. Philippi ST. *Nutrição e Técnica Dietética*. 3ª edição. Barueri: Manole; 2016
12. Pereira JP, Bello PD, Locatelli NT, Pinto AMS, Bandoni DH. 2014. Qualidade das refeições oferecidas por empresas cadastradas pelo Programa de Alimentação do Trabalhador na cidade de Santos-SP. *O Mundo da Saúde* 2014; 38(3):325-333.
13. Prado B, Nicoletti AL, Faria CS. Avaliação qualitativa das preparações de cardápio em uma unidade de alimentação e nutrição de Cuiabá-MT. *UNOPAR Científica Ciências Biológicas e da Saúde* 2013; 15(3):219-223.
14. Departamento de Atenção Básica, Secretaria de Atenção à Saúde, Ministério da Saúde. *Guia alimentar para a população brasileira*. 2ª Ed. Brasília: Ministério da Saúde; 2014.
15. Benvindo JLS, Pinto MAS, Bandoni DH. Qualidade nutricional de cardápios planejados para restaurantes universitários de universidades federais do Brasil. *Demetra: Alimentação, Nutrição & Saúde* 2017; 12(2):447-464.

16. Melo EA, Andrade RAMS. Compostos bioativos e potencial antioxidante de frutos do umbuzeiro. *Alim. Nutr.*, Araraquara. 2010; 21(3):453-457.
17. Pereira ACS. Qualidade, compostos bioativos e atividade antioxidante total de frutas tropicais e cítricas produzidas no Ceará [Dissertação]. [Fortaleza]: Universidade Federal do Ceará; 2009. 122 p.
18. São José JFB. Avaliação qualitativa de cardápios em uma unidade de alimentação e nutrição localizada em Vitória - ES. *Demetra: Alimentação, Nutrição & Saúde* 2015; 9(4):975-984.