

AValiação DE RECEITUÁRIOS DE PREPARAÇÃO E ANÁLISE DA COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL DE CARDÁPIOS UTILIZADOS EM UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO HOSPITALAR

KAREN DE SOUSA DA SILVA¹; FABIANA BARBOSA PACHECO²; GRAZIELE
GUIMARÃES GRANADA³

¹Universidade Federal de Pelotas – karennutricao@gmail.com

²Hospital Miguel Piltcher - fabpan@gmail.com

³Universidade Federal de Pelotas – grazigran@ibest.com.br

1 INTRODUÇÃO

A padronização do processo de produção de refeições beneficia o trabalho do profissional nutricionista, facilitando o treinamento dos funcionários e o planejamento do trabalho diário, assim é necessário que haja planejamento e controle das etapas de trabalho, a fim de estabelecer meios de padronização e maior qualidade no processo de produção (AKUTSU, 2005). Grande parte dos problemas encontrados em uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) se dá por funcionários que trabalham em turnos diferentes, acarretando em variabilidade no processo de produção (CAMPOS, 1992).

Como parte dos objetivos de uma UAN, está à garantia de uma alimentação equilibrada nutricionalmente e balanceada de modo a fornecer os nutrientes e energia necessários a sua clientela. Para isso, um fator extremamente importante em uma unidade é a avaliação da composição nutricional dos cardápios, para adequação à clientela (PROENÇA, 1999; AKUTSU, 2005).

Dentro de uma unidade hospitalar devemos considerar como clientela, desde os pacientes, o corpo clínico e funcionários em geral. Desta forma é interessante utilizar alguma referência de orientação para a composição dos cardápios, tais como o Programa de Alimentação do Trabalhador (PAT) que foi criado para servir de apoio e supervisão em relação à alimentação do trabalhador (BRASIL, 1976).

Com isto, o objetivo deste trabalho é avaliar os receituários de preparação dos seis cardápios existentes na UAN de um Hospital Particular na cidade de Pelotas/RS e realizar a avaliação da composição nutricional destes cardápios.

2 METODOLOGIA

A fim de sensibilizar a equipe da importância dos receituários e da análise nutricional dos cardápios, o projeto foi apresentado à equipe de funcionários e desta forma foi garantido que todos os ingredientes foram minuciosamente registrados em uma planilha montada anteriormente. A coleta dos dados foi efetuada nos meses de agosto e setembro de 2013.

Foram anotados os ingredientes e o modo de preparo, sempre auxiliada de uma cozinheira e após foram analisados todas as receitas das preparações dos seis cardápios ofertados pela UAN, os quais davam início a cada Terça-feira e eram finalizados a cada Segunda-feira.

Diariamente era fornecida uma planilha para serem anotados os ingredientes utilizados em cada preparação. Em seguida todos os detalhes foram conferidos de modo a representar o mais próximo possível da realidade. A planilha era recolhida na manhã seguinte e em seguida eram analisadas o seu conteúdo. As planilhas utilizadas no final de semana foram coletadas e checadas na Segunda-feira subsequente e também em seguida eram analisadas quanto ao seu conteúdo.

A análise nutricional foi realizada a partir dos valores per capita, obtendo o valor calórico total por refeição e a análise dos macronutrientes presentes, carboidratos, proteínas e lipídeos, com o apoio do programa ADS Nutri.

Ao finalizar cada um dos seis cardápios, os receituários foram digitados, calculados os rendimentos e os valores per capita dos principais ingredientes.

As receitas foram analisadas e agrupadas, de acordo com seus grupos alimentícios e Lanche dos funcionários, os quais foram compostos por: Preparações de Base, Sopas, Saladas, Guarnições e Sobremesas.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

No grupo das Preparações de Base, dentro das leguminosas, o Feijão Preto foi o mais frequente entre os cardápios, seguido do Feijão Carioca. O Feijão Vermelho e a Lentilha não estiveram presentes em todos os cardápios, e quando estiveram, foram ofertados uma vez na semana. O Guia Alimentar para a população Brasileira (2005) recomenda o uso de uma leguminosa diariamente, não especificando sua variabilidade, portanto é possível entender que o Feijão preto, sendo a leguminosa de maior preferência no Rio Grande do Sul, tenha sido a leguminosa mais frequente dentre as refeições (BRASIL, 2005).

Os grupos em geral, apresentaram grandes quantidades de receitas, com isso é possível uma variabilidade de boa qualidade entre os cardápios, evitando monotonia e recusa entre os pacientes e funcionários (PROENÇA, 2005).

O Lanche dos funcionários, não se encaixa a um único grupo alimentício, por conter preparações de diferentes variedades. Este grupo apresentou uma variedade de receitas (n=13), mais um acompanhamento líquido.

Podemos observar no gráfico da Figura 1 o número de receitas presentes nestes grupos.

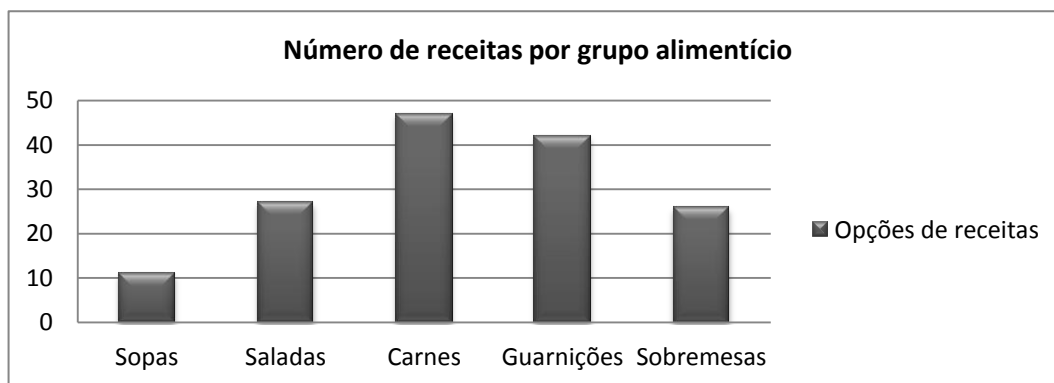


Figura 1: Receitas existentes de acordo com o grupo alimentício na UAN de um Hospital Particular na cidade de Pelotas/RS

As médias entre os seis cardápios referentes ao Almoço, Jantar, Lanche dos Funcionários, Valor Calórico Total (VCT) dos Funcionários e VCT dos pacientes podem ser observadas na Figura 2, sendo considerados Almoço e Lanche dos Funcionários para cálculo do VCT dos Funcionários e Almoço e jantar para o VCT dos pacientes.

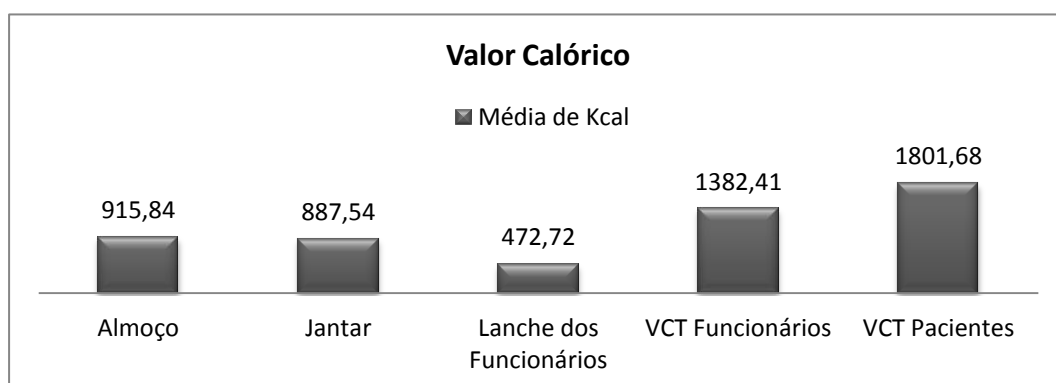


Figura 2: Valor calórico médio de seis cardápios da UAN de um Hospital particular na cidade de Pelotas/RS

O PAT recomenda que as refeições grandes como Almoço e Jantar apresentem de 600-800 Kcal com uma margem de 20% acima da média de calorias diária referentes a 2000 Kcal, ou seja, uma margem de 400 Kcal. Com isso é possível observar que tanto no Almoço, Jantar e Lanche dos funcionários (que representa o jantar para os funcionários), o valor calórico das refeições encontram-se um pouco elevados, porém não ultrapassam a margem de 20% acima do valor recomendado (BRASIL, 1976). Em relação ao VCT, para funcionários o valor recomendado de acordo com o PAT, é de 2000 Kcal, porém os funcionários não realizam todas as refeições dentro do hospital sendo inviável obter este dado, porém o valor se mostrou adequado dentro dos parâmetros de grandes refeições (BRASIL, 1976).

O VCT dos Pacientes como observado na Figura 2, foi obtida uma média de 1801,68 Kcal. Ressalta-se que o VCT médio utilizado para dietas livres no hospital é de 2278,00 Kcal, portanto o valor encontrado corresponde a 79,09% do VCT, onde devemos considerar que se distribui em média 40% no Almoço e 40% no Jantar, e o restante terá de ser distribuído entre as demais refeições consumidas pelos pacientes durante o dia (café da manhã e café da tarde).

4 CONCLUSÃO

A partir deste trabalho, as receitas serão melhores expostas a equipe de colaboradores e com o modo de preparo igualmente realizado, indiferente de quem as faça. Também foi possível observar que os valores calóricos mesmo elevados estão dentro da legislação que os contemplam. A partir disto, será possível variar preparações entre os cardápios, realizar trocas e produzir refeições mais harmoniosas, pensando sempre na saúde de quem as consome.

5 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AKUTSU, R.C. , BOTELHO, L.A., CAMARGO, E.B., SÁVIO, K.E.O., ARAÚJO, W.C. A ficha técnica de preparação como instrumento de qualidade na produção de refeições. **Revista de Nutrição**. Campinas, v.18, n.2, p 277- 279, Mar./Apr. 2005.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Coordenação-Geral da política de Alimentação e Nutrição. **Guia Alimentar para a população Brasileira: Promovendo a Alimentação Saudável**. Edição especial. Brasília, 2005.

BRASIL. Ministério de Trabalho e Emprego. **Programa de Alimentação do Trabalhador**, 1976. – PAT. Disponível em: <http://www.mte.gov.br/PAT/> Acessado em 12 de Setembro de 2013.

CAMPOS V.F. **Padronização de empresas**. Belo Horizonte: Fundação Cristiano Ottoni; 1992. 6.ed.

PROENÇA, R.P.C. Inovações tecnológicas na produção de refeições: conceitos e aplicações básicas. **Higiene Alimentar**. São Paulo v.13, n.63, p 24-30, Jul./Ago. 1999.

PROENÇA, R.P.C., Qualidade nutricional e sensorial na produção de refeições. **Revista Nutrição em Pauta**. São Paulo, v. 8, n. 75, p 4-16, Nov./Dez. 2005.