

**Pró-Reitoria de Graduação
Curso de Nutrição
Trabalho de Conclusão de Curso**

**COMPARAÇÃO DE CARDÁPIO DE UMA UNIDADE DE
ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO (UAN) EM BRASÍLIA- DF COM
AS RECOMENDAÇÕES DO PROGRAMA DE ALIMENTAÇÃO
DO TRABALHADOR (PAT)**

**Autor: Geyse Denise Barbosa
Orientador: Prof. MSc. Antônio José de Rezende**

**Brasília - DF
2014**

GEYSE DENISE BARBOSA

**COMPARAÇÃO DE CARDÁPIO DE UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E
NUTRIÇÃO (UAN) EM BRASÍLIA- DF COM AS RECOMENDAÇÕES DO
PROGRAMA DE ALIMENTAÇÃO DO TRABALHADOR (PAT)**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao curso de Nutrição,
Universidade Católica de Brasília, como
requisito parcial à obtenção do grau de
Bacharel em Nutrição.

Orientador: Prof. MSc. Antônio José de Rezende

BRASÍLIA

2014



Trabalho de Conclusão de Curso de autoria de Geyse Denise Barbosa, intitulada “COMPARAÇÃO DE CARDÁPIO DE UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO (UAN) EM BRASÍLIA- DF COM AS RECOMENDAÇÕES DO PROGRAMA DE ALIMENTAÇÃO DO TRABALHADOR (PAT)”, apresentada como requisito parcial para obtenção do grau de Bacharel em Nutrição da Universidade Católica de Brasília, 21 de novembro de 2014, defendida e aprovada pela banca examinadora abaixo assinada:

Prof. MSc. Antônio José de Rezende
Orientador
Nutrição - UCB

Prof. MSc. Marcus Vinícius Vasconcelos Cerqueira
Examinador
Nutrição - UCB

Brasília - DF
2014

RESUMO

Este estudo teve como objetivo verificar a adequação de macro e micronutrientes de acordo com as recomendações do PAT em uma UAN terceirizada e conveniada com um órgão público em Brasília – DF. Para a realização desse estudo foram coletadas informações dos registros de controle de estoque das saídas de todos os ingredientes e produtos crus diariamente no período de 03 a 06 de novembro de 2014. Depois foram descontados 5% referente à média de sobras e resto-ingestão. Posteriormente foi dividido por 550 que é o valor referente a média de quantidade de comensais que fizeram a refeição no local durante esse período e dessa forma, obteve-se o valor da *per capita*. Com o auxílio de tabelas de composição nutricional dos alimentos foi possível obter o valor calórico e de macro e micronutriente dos ingredientes, permitindo assim as comparações dos valores encontrados com as diretrizes que estabelecem os valores de referência do Programa de Alimentação do Trabalhador. Em comparação com as diretrizes do PAT, verificou-se que os comensais apresentaram consumo superior de calorias em todos os dias e consumo inadequado de carboidratos (estando todos os dias abaixo do recomendado pelo PAT), consumo baixo de lipídeos, consumo elevado de proteínas e do percentual proteico - calórico (NdPCAL), como também de sódio e de fibras. Apenas o percentual de gorduras saturadas é que estavam de acordo com as recomendações do PAT. Portanto pode-se concluir que há uma grande necessidade do nutricionista promover medidas educativas e de conscientização aos comensais em relação ao quanto e o que devem comer, como também é imprescindível que haja diminuição de sódio na elaboração dos alimentos. Para que essas medidas sejam alcançadas é fundamental que haja uma fiscalização por parte do PAT para inspecionar se os meios necessários estão sendo cumpridos para que seus objetivos sejam alcançados.

Palavras – chave: adequação, UAN, PAT.

INTRODUÇÃO

As Unidades de Alimentação e Nutrição (UANs) podem ser compreendidas, conforme o Conselho Federal de Nutrição na Resolução nº 380/2005, artigo 2º e inciso I, como empresas fornecedoras de serviços de alimentação voltadas para atender a coletividade, estando dentro deste contexto os restaurantes comerciais ou similares.

As UANs possuem como objetivo não somente fornecer alimentação à coletividade, mas também garantir que esta alimentação seja segura dentro dos aspectos microbiológicos e nutricionais. Fazendo assim promoção da saúde, mantendo-a ou recuperando-a em seus comensais (FONSECA & SANTANA, 2012). Uma alimentação balanceada e a aquisição de hábitos alimentares saudáveis diminuem os riscos de doenças crônicas não transmissíveis, proporcionando melhor qualidade de vida para as pessoas (FONSECA & SANTANA, 2011).

O Programa de Alimentação do Trabalhador (PAT), que é governamental, de adesão voluntária por parte dos empregadores foi criado pela Lei nº 6.321, de 14 de abril de 1976, regulamentado pelo Decreto nº 5, de 14 de janeiro de 1991, com instruções complementares sobre a sua execução na Portaria SIT/DSST nº 3, de 1º de março de 2002. É destinado prioritariamente aos trabalhadores de baixa renda com ganhos de até cinco salários mínimos. Veio ressaltar, ampliar e enfatizar os objetivos das UANs para os trabalhadores, com o intuito de promover a saúde deles, aumentar a resistência física e diminuir o número de caso de doenças, menor número de faltas, aumento da produtividade e na qualidade dos serviços, dentre outros benefícios (BRASIL, 2014).

A Portaria nº 193 de 05 de dezembro de 2006 publicada no DOU (Diário Oficial da União) em 07 de dezembro de 2006, no artigo 5º, parágrafo 2º, afirma que as pessoas jurídicas que aderirem ao PAT deverão por meio de serviços próprios ou de terceiros assegurar a qualidade e quantidade da alimentação fornecida aos trabalhadores. Em relação à quantidade e à qualidade da alimentação, esta portaria estabelece no parágrafo 3º, deste mesmo artigo, os parâmetros nutricionais que devem ser calculados com base nos seguintes valores diários de referência dos

macro e micronutrientes: valor energético de 2000 Kcal, carboidrato entre 55 e 75%, proteína entre 10 e 15%, gordura total entre 10 e 15%, gordura saturada menor que 10%, fibra superior a 25g e sódio menor ou igual a 2400mg.

O inciso I deste parágrafo especifica que as refeições principais (almoço, jantar e ceia), devem conter de 600 a 800 calorias, podendo ser acrescentados 20% (400 calorias) em relação ao Valor Energético Total (VET) de 2000 Kcal por dia, que corresponde a faixa de 30 a 40% do VET diário. No inciso III do mesmo parágrafo afirma que as refeições principais devem conter: 60% de carboidratos, 15% de proteínas, 25% de gorduras totais, quantidade menor que 10% de gorduras saturadas, 7 a 10g de fibras e sódio entre 720 e 960mg. No inciso IV está definido que o percentual proteico – calórico (NdPCal) das refeições sejam no mínimo 6% e no máximo 10%.

Tendo em vista a importância desse programa para os trabalhadores, suas exigências nutricionais e objetivos, esta pesquisa teve a finalidade de verificar a adequação de macro e micronutrientes de acordo com as recomendações do PAT em uma UAN terceirizada e conveniada com um órgão público em Brasília – DF.

METODOLOGIA

A Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) escolhida para o desenvolvimento desta pesquisa é um restaurante situado em um órgão público localizado em Brasília – DF, que atende 500 a 600 comensais diariamente na refeição do almoço. O serviço é do tipo *self service* e o cardápio fornecido possui as seguintes características: nível médio com preparações fáceis, ingredientes de maior valor, sua elaboração semanalmente pela nutricionista do local, composto de saladas, pratos principais, guarnições, acompanhamentos e sobremesas.

Fazem parte do cardápio: 12 opções de saladas, 3 opções de molhos de saladas, 6 opções de pratos principais (sendo 2 opções de grelhado: frango e carne bovina, 1 preparação com peixe, 2 opções de carne com preparo mais elaborado, 1 opção ovolactovegetariana - geralmente a base de soja ou proteína de soja), 4 opções de guarnição (incluindo vegetais cozidos e preparações mais elaboradas), 8 opções de acompanhamentos (feijão carioca, outra opção de feijão, arroz branco, arroz integral, arroz mais elaborado sendo geralmente risoto, 1 opção de farofa, 2 opções de massas) e 7 opções de sobremesas (sendo 2 opções de doces em calda, 2 opções diet: gelatina diet e torta diet, 3 opções de outros tipos de preparações doces). Também são oferecidas as seguintes opções: 4 tipos de frutas, 4 tipos de sucos, sendo 1 tipo misto com um vegetal.

No período de 03 a 06 de novembro de 2014 foram coletadas as informações para o cálculo do consumo *per capita*. O valor encontrado foi obtido conforme esses procedimentos: primeiramente foram colhidas informações dos registros de controle de estoque das saídas dos ingredientes e produtos crus. Deste valor foram descontados 5% referente à média de sobras e resto-ingestão. Este valor está dentro dos parâmetros considerados aceitáveis (VAZ, 2006). O valor obtido foi dividido por 550, valor médio do número de comensais deste período.

Utilizou-se a tabela de composição dos alimentos para cálculo do valor nutricional *per capita* consumida em quatro dias da semana, com exceção da sexta-feira, por ser um dia atípico, no qual é servida feijoada, e posteriormente foi feita a comparação com os parâmetros nutricionais estabelecidos pelo PAT.

Não foram considerados para efeito de cálculo: as sobremesas, sucos e frutas por serem de consumos variados e insignificantes pelos comensais. Também não foi considerado o sal de adição e nem outros temperos acrescentados de forma opcional pelos clientes como azeite, vinagre, pimenta.

Para a base literária foram escolhidos artigos em português a partir do ano de 2004, do *Google Acadêmico* e *SciELO*, e as legislações vigentes do PAT.

DISCUSSÃO E RESULTADOS

Os dados da Tabela 1 mostram que o consumo médio do Valor Energético Total (VET) da ingestão alimentar da refeição do almoço pelos comensais durante os dias analisados foi entre 1007,75 Kcal a 1219,69 Kcal, estando esses valores de calorias acima do que foi preconizado pelo PAT que é de 600 a 800 Kcal.

Tabela 1 – Composição média do consumo de calorias e nutrientes ingeridos pelos comensais no período da pesquisa

NUTRIENTE	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA
Calorias (Kcal)	1080,60	1007,75	1219,69	1039,70
Carboidrato (g)	117,02	112,68	130,87	109,17
Fibra (g)	12,03	14,13	12,63	12,67
Proteína (g)	61,33	67,80	69,68	65,26
NdPCal (%)	14,73	17,76	14,89	19,88
Lipídeo (g)	40,80	31,76	46,39	38,00
Lipídeo saturado (g)	12,43	9,87	14,90	10,90
Sódio (mg)	1709,60	4084,86	3793,47	1562,67

Em relação a quantidade de nutrientes ofertados nesses dias analisados, conforme está na Tabela 2, o valor médio encontrado de carboidrato foi abaixo das recomendações do PAT, sendo 43,21%, como também foi baixo o valor de lipídeo correspondente a 14,43 %, o valor de gordura saturada foi o único dentro da faixa determinada pelo PAT sendo igual a 4,42 %, e os demais valores estão acima dos valores definidos pelo PAT que são o sódio apresentando valor de 2787,65 mg, proteína com o percentual de 24,29 % e conforme o PAT deveria ser de 15%, o NdPCal que deveria ser entre 6 e 10% foi 16,81 % e fibras sendo de 12,86 g.

Tabela 2 – Comparação dos valores médios encontrados e recomendação máxima e mínima preconizada pelo PAT.

NUTRIENTE	MÉDIA SEMANAL	VALORES MÍNIMOS PAT	VALORES MÁXIMOS PAT
Calorias	1086,93 Kcal	600 Kcal	800 Kcal
Carboidrato	43,21 %	60 %	60%
Fibra	12,86 g	7 g	10 g
Proteína	24,29 %	15 %	15 %
NdPCal	16,81 %	6 %	10 %
Lipídeo	14,43 %	25 %	25 %
Gordura Saturada	4,42 %	0 %	10 %
Sódio	2787,65 mg	720 mg	960 mg

Estudo realizado por Carneiro et al. (2013) em uma UAN localizada no Estado do Goiás durante seis dias constatou o Valor Energético Total (VET) da refeição do almoço variou entre 874,39 Kcal a 1541,17 Kcal, obtendo uma média de 1293,47 Kcal. Também foi verificado o percentual médio dos seguintes nutrientes: carboidrato 50,53%, proteína 17,81%, NdPCal 11,64%, lipídio 28,45%, gordura saturada 9,15% e sódio 2088,47mg. Em comparação com as recomendações do PAT observa-se que o valor energético também foi acima do recomendado pelo PAT em todos os dias analisados, o valor de carboidratos foi abaixo do que é recomendado pelo PAT, e tanto proteína, como NdPCal, lipídio e sódio estão acima do que é estabelecido pelo PAT.

Vanin et al. (2007) realizou uma pesquisa em uma UAN localizada em Guarapuava – PR durante 15 dias na refeição do almoço e observou inadequações quanto ao que é estabelecido pelo PAT, pois o VET foi entre 900 Kcal a 1300 Kcal, e valores médios de consumo de 63,31% de carboidratos, 20,59% de proteína, 16,09% de lipídeo, fibra alimentar 5,24g e não foi verificado o consumo de sódio nem o NdPCal. Os valores de carboidrato e de proteína estão acima dos valores de referência do PAT, já lipídeo e fibra estão abaixo dos valores de referência estabelecidos pelo PAT.

Mattos (2008) analisou durante cinco dias os cardápios fornecidos numa UAN localizada no Estado do Rio de Janeiro a qual também foi constatada inadequações quanto ao que é determinado pelo PAT. O percentual médio dos dias analisados de carboidrato foi baixo em comparação com o PAT (45,5%), de proteína já se demonstrou acima (18,34%), lipídeo também foi acima (35,98%) e o NdPCal encontrava-se acima sendo 11,58%.

CONCLUSÃO

Conforme os dados analisados nesta pesquisa como em comparação a outros estudos realizados por outros autores, mostram que os parâmetros definidos nas diretrizes do PAT não estão sendo obedecidos, pois foi verificado que os trabalhadores consomem mais calorias que o necessário para a sua saúde, e ainda há desequilíbrio no consumo de nutrientes, podendo, dessa maneira, frustrar os objetivos estabelecidos pelo PAT de uma alimentação adequada, comprometendo a saúde do trabalhador.

Diante dessa situação torna-se necessário aplicar medidas educativas como restrição de sódio no preparo dos alimentos e desenvolver projetos elaborados pelo nutricionista da UAN que conscientizem os trabalhadores sobre alimentação saudável, além disso, seria interessante o nutricionista acompanhar os comensais na refeição do almoço dando sugestões sobre as porções e a variedade do que eles devem se alimentar.

O nutricionista mesmo de uma UAN é também um educador que além de garantir a segurança alimentar também precisa orientar os comensais em relação aos aspectos quantitativos e qualitativos esclarecendo a eles quanto e o que devem comer para que assim possa as Unidades de Alimentação e Nutrição (UANs) atingir seus objetivos de promoção da saúde e segurança nutricional.

Mas para que isso seja efetivamente realizado seria imprescindível haver fiscalização do PAT para inspecionar as medidas que sejam necessárias para o alcance dos objetivos estabelecidos pelo PAT, pois uma UAN que age de forma contrária aos objetivos do PAT e a seus objetivos, além de causar problemas à saúde do trabalhador também terá como consequência os impactos negativos na saúde pública.

BIBLIOGRAFIA

BRASIL. Portal do Ministério do Trabalho e Emprego. Programa de Alimentação do Trabalhador (PAT) Responde. 2014. Disponível em: (<http://portal.mte.gov.br/data/files/8A7C816A3DCAE32F013DFABA689C0BFD/PAT%20RESPONDE%20-%20NOVA%20VERS%C3%83O.pdf>). Acesso em: 06 de novembro de 2014.

BRASIL. PORTARIA N° 193, DE 05 DE DEZEMBRO DE 2006. *Publicada no DOU de 07 de Dezembro de 2006.* Disponível em: (http://portal.mte.gov.br/data/files/FF8080812BCB2790012BD4AB165E3291/p_2006_1205_193.pdf). Acesso em: 06 de novembro de 2014.

BRASIL. RESOLUÇÃO CFN N°380/2005. Disponível em: (<http://www.cfn.org.br/novosite/pdf/res/2005/res380.pdf>). Acesso em: 06 de novembro de 2014.

CARNEIRO, N. S. et al. Avaliação do almoço servido em uma Unidade de Alimentação e Nutrição, segundo os critérios do Programa de Alimentação do Trabalhador. **Alim. Nutr. = Braz. J. Food Nutr.**, Araraquara, v.24, n.3, p. 361-365, jul./set. 2013. Disponível em: (<http://serv-bib.fcfar.unesp.br/seer/index.php/alimentos/article/viewFile/343/2193>). Acesso em: 06 de novembro de 2014.

FONSECA, K. Z; SANTANA, G. R. O nutricionista como promotor da saúde em Unidades de Alimentação e Nutrição: dificuldades e desafios do fazer. **Enciclopédia Biosfera**, Centro Científico Conhecer – Goiânia, vol.7, n.13, p. 1466, 2011. Disponível em: (<http://www.conhecer.org.br/enciclop/2011b/ciencias%20da%20saude/o%20nutricionista.pdf>). Acesso em: 11 de novembro de 2014.

FONSECA, K. Z; SANTANA, G. R. Guia prático para gerenciamento de Unidades de Alimentação e Nutrição. Editora UFRB, Cruz das Almas – Bahia, 2012. Disponível

em:

(<https://www.google.com.br/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&cad=rja&uact=8&ved=0CB0QFjAA&url=http%3A%2F%2Fwww2.ufrb.edu.br%2Feditora%2Fcomponent%2Fphocadownload%2Fcategory%2F2-e-books%3Fdownload%3D32%3Aguia-pratico-para-gerenciamento-de-unidades-de-alimentacao-e-nutricao&ei=cedpVKzDNoGqgwSu4IGgCQ&usq=AFQjCNGi8cV1mzIMFDPGHY5jIPNoPqiLQw&bvm=bv.79142246,d.eXY>). Acesso em: 11 de novembro de 2014.

MATTOS, P. F. Avaliação de adequação do almoço de uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) ao Programa de Alimentação do Trabalhador (PAT). **Cad. UniFOA**, Volta Redonda, v.3, n.7, p.54-59, 2008. Disponível em: (<http://web.unifoa.edu.br/cadernos/edicao/07/54.pdf>). Acesso em: 11 de novembro de 2014.

PHILIPPI, S. T. Tabela de composição de alimentos: suporte para decisão nutricional, 2ª ed. São Paulo: Manole, 2002.

TACO. Tabela de Composição de Alimentos. 4ª ed. Campinas – SP, 2011. Disponível em: (http://www.unicamp.br/nepa/taco/contar/taco_4_edicao_ampliada_e_revisada.pdf?arquivo=taco_4_versao_ampliada_e_revisada.pdf). Acesso em: 11 de novembro de 2014.

VANIN, M. et al. Adequação nutricional do almoço de uma Unidade de Alimentação e Nutrição de Guarapuava – PR. **Revista Salus**, Guarapuava-PR, v.1, n.1, p.31-38, 2007. Disponível em: (<http://revistas.unicentro.br/index.php/salus/article/viewFile/667/778>). Acesso em: 11 de novembro de 2014.

VAZ, C. S. Restaurantes – controlando custos e aumentando lucros. LGE Editora Ltda. Brasília, 2006. 196 p.