



AVALIAÇÃO DO RESTO-INGESTA EM REFEITÓRIO DE UMA UNIDADE HOSPITALAR

ANA BEATRIZ PEIXOTO NUNES; ELLEN CRISTINA SILVA; ADAILZA FRANCISCA DA SILVA PINTO; HELENI AIRES CLEMENTE

RESUMO

Introdução: O estudo foca na avaliação da quantidade de comida consumida durante o almoço. **Objetivo:** O presente trabalho tem como objetivo avaliar o desperdício de alimentos por meio do restos-ingesta em um refeitório de uma unidade hospitalar. **Metodologia:** O método consiste em um estudo de natureza observacional, com uma abordagem quantitativa e analítica, sendo as informações coletadas em uma unidade hospitalar, localizada no município de Natal, Rio Grande do Norte. **Resultados:** Os resultados da avaliação podem orientar estratégias para reduzir o desperdício de alimentos e aperfeiçoar a gestão de recursos no refeitório hospitalar, promovendo práticas alimentares mais sustentáveis e eficientes. **Conclusão:** Por fim, como foco principal, ações de conscientização com os comensais são de extrema relevância, a fim de se discutir a importância de atitudes mais críticas quanto à alimentação, desperdício e sustentabilidade.

Palavras-chave: Nutrição; coletividade; alimentação; saúde; conscientização

1 INTRODUÇÃO

Nas Unidades de Alimentação e Nutrição (UAN) é indispensável a atuação de nutricionistas, entre as responsabilidades desse profissional, o trabalho técnico, administrativo e gerenciamento dessas unidades. O objetivo é oferecer aos clientes uma alimentação adequada nutricionalmente, seguindo os conceitos de controle higiênico-sanitário, métodos de higienização do ambiente e priorizando hábitos alimentares dos comensais. (Rocha *et al.*, 2017).

Dessa forma, os profissionais nutricionistas na área de alimentação coletiva são capazes de contribuir diretamente com a promoção da saúde e com a segurança alimentar e nutricional, pois ao planejar e oferecer uma refeição saudável e adequada estará dificultando o crescimento de doenças crônicas não transmissíveis, atingindo necessidades nutricionais e energéticas dos indivíduos, bem como assumindo o papel de facilitador ao acesso de uma alimentação adequada (Fonseca; Santana, 2011).

Assim, reconhecendo a importância e competências gerais do nutricionista dentro da UAN, a fim de que o fluxo de trabalho seja ameno e organizado, é fundamental que haja, sobretudo, uma forma estratégica de pensar e estar aberto a novas sugestões vindas dos clientes e de seus colaboradores de trabalho (Pereira, 2019).

Por isso, como uma característica fundamental para o profissional que atua nessa área tem-se a liderança, visto que o trabalho com a alimentação coletiva exige competências de gestão e de liderança de grupos, pois, o nutricionista será o principal responsável técnico e por conduzir o funcionamento de toda a unidade, garantindo que os trabalhos sejam realizados com excelência e dentro de todos os padrões de qualidade (Dariva; OH, 2013).

Em relação às características da UAN, Pohren *et al* (2014) pontuam que a estrutura física, assim como o seu processo de produção de alimentos, deve seguir um "fluxo higiênico" adequado e ininterrupto. O planejamento físico de uma UAN é relevante tanto na questão econômica, como na funcionalidade da cozinha, pois dificulta cruzamentos desnecessários de gêneros alimentícios e funcionários; má utilização de equipamentos, ou sua falta, limitando o cardápio; localização desapropriada e falta de ventilação.

Com isso, levando em consideração as especificidades e características da atuação do profissional nutricionista na área de gestão e alimentação coletiva, a logística de funcionamento de uma UAN e as contribuições aos indivíduos, o objetivo do presente trabalho é avaliar quantidade de comida que está sendo consumida no almoço pelos comensais da unidade e o desperdício através do resto-ingesta.

2 MATERIAL E MÉTODOS

Trata-se de um estudo de natureza observacional, com uma abordagem quantitativa e analítica, sendo as informações coletadas em unidade hospitalar, localizadas no município de Natal, Rio Grande do Norte. A unidade produz em média 2500 refeições por dia, sendo tanto para pacientes e acompanhantes, como para funcionários do local. A refeição dos funcionários é servida no refeitório do hospital, onde foi desenvolvido o presente trabalho. Para esses comensais é servido o café da manhã, o almoço, o jantar e a ceia, sendo considerado para desenvolver todas as ações e análises do estudo apenas o almoço.

Para pesagem do resto-ingesta (RI) do refeitório foi utilizada uma balança do tipo eletrônica da marca Ramuza, modelo DP-300 cm capacidade para pesar até 300Kg e foi descontado o valor do balde de lixo para obtenção do RI. A fim de calcular o RI, segundo Vaz (2006) utilizou-se a equação: $\text{per capita do resto ingesta (Kg)} = \text{peso do resto} / \text{número de refeições servidas}$. Além do mais, para calcular o resto ingesta em porcentagem usamos as seguintes fórmulas, conforme Abreu *et al.* (2007): $\text{valor do resto (kg)/peso da refeição distribuída (kg)} \times 100$. Já para saber o resto-ingesta per capita utiliza-se: $\text{peso da refeição rejeitada no prato (g)} / \text{Número de comensais}$. Por fim, somamos os três resultados em porcentagem e dividimos por três para saber a média.

Segue organizado no quadro 1 e 2: Quadro 1: Fórmula referente a % de Sobras

$$\% \text{ de Sobras} = \text{total produzido} - \text{quantidade servida} \times 100 / \text{total produzido.}$$

Fonte: Abreu *et al.* (2007).

Quadro 2: Fórmula referente ao resto-ingesta.

$$\text{Resto-Ingesta} = \text{peso do resto} \times 100 / \text{peso da refeição distribuída.}$$

Fonte: Abreu *et al.* (2007).

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Quadro 3- Avaliação da quantidade consumida pelos comensais.

PRIMEIRO DIA			
QUANTIDADE DE COMENSAIS	DE	MÉDIA DE CONSUMO	CARDÁPIO DO DIA

80	542,7 g	Jerimum gratinado Guisado de carne Arroz refogado com cenoura Feijão preto
SEGUNDO DIA		
250	521,1 g	Macaxeira cozida Paçoca de carne de sol com charque Arroz de leite Feijão preto
TERCEIRO DIA		
100	516,5 g	Salada cozida Lombo ao molho Arroz refogado Feijão preto

Os comensais têm a liberdade de pedir um porcionamento de acordo com as suas vontades, isso permite a esses indivíduos uma garantia do aporte energético e nutricional, como traz a Portaria nº66 de 2006 que altera os parâmetros nutricionais do Programa de Alimentação do Trabalhador - PAT, onde pontua que as principais refeições, como almoço, jantar e ceia, devem apresentar de 600 a 800 kcal do VET diário, uma vez que são recomendados se trabalhar com percentuais entre 30-40%.

No entanto, cabe sempre trabalhar questões de conscientização e sustentabilidade relacionada à alimentação, tanto com comensais como também com os colaboradores, pois essa liberdade na montagem dos pratos pode ser diretamente proporcional a um maior desperdício de alimentos (Aranha e Gustavo, 2018).

Silva, Carneiro e Cardoso (2022) trazem que, diferente do presente hospital, optar por porções padronizadas favorece um menor desperdício dos alimentos, uma vez que não se oferece alimentos em excesso que vão para o lixo, bem como poupa energia e água que são usadas para produzir as refeições.

O quadro 4 representa a quantidade de alimentos desperdiçados nos três dias analisados, a partir do resto-ingesta

Quadro 4- Avaliação do desperdício através do resto-ingesta

DIAS DE AVALIAÇÃO	QUANTIDADE DE REFEIÇÕES SERVIDAS NO REFEITÓRIO	RESTO-INGESTA (KG)	RESTO-INGESTA (%)	RESTO-INGESTA PER CAPITA
Dia 1	373	32,17	8,6%	402,1g
Dia 2	430	39,53	9,1%	158,1g
Dia 3	387	25,83	6,6%	258,3g

Observa-se que nos três dias uma quantidade significativa de comida foi para o lixo, o que reforça a necessidade de ações mais efetivas contra o desperdício de alimentos com os comensais, para que, no momento do porcionamento, possa colocar de forma crítica apenas o que vai ser consumido, evitando exageros.

De acordo com Castro (2003), quando os valores estão entre 10% e 15% são considerados regulares, quando este resultado apresenta-se acima de 10% em coletividades sadias, pressupõe-se que os cardápios estão inadequados, por serem mal planejados ou mal executados. Dessa forma, a média do cardápio acima é definida em 8,1% que segundo o autor não está inadequado. Assim, olhando isoladamente, o dia 2 foi o que apresentou uma porcentagem maior de desperdício.

O estudo de Rabelo e Alves (2016) identificou uma quantidade de desperdício, no horário do almoço, semelhante, sendo de 25,06 kg, em uma UAN institucional de uma cooperativa agrícola de produtores de cana de açúcar no Mato Grosso, um valor muito acima do considerado “bom” pela literatura. O estudo de Chaves, Machado e Abreu (2019) também avaliou o resto-ingesta de uma unidade hospitalar e notaram uma diferença no desperdício de alimentos antes e depois de ações de conscientização com os comensais, houve uma redução da média do índice de resto ingestão de 7,76% para 6,80%.

Além disso, um treinamento para padronização na hora do preparo das refeições, considerando que são equipes diferentes por dia, é uma alternativa viável para se reduzir a quantidade de comida que vai para o lixo. Ademais, as ações de conscientização com os comensais são de grande valia para controlar o índice de desperdício na unidade. Assim, cabe ao nutricionista responsável pelo local estar sempre atento, fazendo campanhas contínuas, interagindo com os comensais, respeitando a cultura e preferência dos mesmos a fim de garantir a redução de alimentos desprezados (Chaves, Machado, Abreu, 2019).

4 CONCLUSÃO

Ao avaliar o desperdício através do resto-ingesta, destaca-se a importância de ações urgentes para reduzir o número significativo de alimentos que vão para o lixo, tendo em vista que representa um prejuízo para a unidade, e traz impactos negativos para o meio ambiente.

Como alternativas para esse controle, tem-se a padronização do porcionamento, capacitação aos colaboradores quanto às porções corretas, melhorias no planejamento de cardápio e avaliação constante de satisfação da clientela. Além disso, como foco principal, ações de conscientização com os comensais são de extrema relevância, a fim de se discutir a importância de atitudes mais críticas quanto à alimentação, desperdício e sustentabilidade.

REFERÊNCIAS

ABREU, E. S. et al. Avaliação do desperdício alimentar na produção e distribuição de refeições de um hospital de São Paulo. *Revista Simbio-Logias*, v. 5, n. 7, p. 42-50, 2012.

ARANHA, Flávia Queiroga; GUSTAVO, Ana Flora Silva. **Avaliação do desperdício de alimentos em uma unidade de alimentação e nutrição na cidade de Botucatu, SP.** *Higiene Alimentar*. v. 32. no. 266/267. 2018.

ARAUJO, Gustavo Baroni et al. Relação entre sobrepeso e obesidade e o desenvolvimento ou agravamento de doenças crônicas não transmissíveis em adultos. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 2, p. e50311225917-e50311225917, 2022.

CASTRO, MHCA. **Resto-Ingesta e aceitação de refeições em uma unidade de Alimentação e Nutrição.** *Rev Hig Alimentar*, v.17, n.114/115, p.24-28, 2003.

DARIVA, Rafaela; ALBERTO, O. H. Atuação do nutricionista líder em unidade de alimentação e nutrição no segmento de refeições transportadas para penitenciárias em Curitiba-PR e Região Metropolitana. **Administração de Empresas em Revista**, v. 1, n. 8, p. 72-93, 2013.

FONSECA, Karina Zanoti *et al.* Gestão de recursos humanos. In: FONSECA, Karina Zanoti; SANTANA, Gizane Ribeiro de. **Guia prático para gerenciamento de unidades de alimentação e nutrição.** Cruz das Almas – Ba: Ufrb, 2012. Cap. 3. p. 1-92.

MACHADO, Carla Carolina Batista; CHAVES, Vinicius Sousa; DE SOUZA ABREU, Valéria. Índice de resto ingestão antes e após campanha de conscientização de comensais. **Revista EVS-Revista de Ciências Ambientais e Saúde**, v. 46, n. 1, p. 1-7, 2019.

PEREIRA, Maria da Conceição Silva. **A importância do treinamento continuado em uma Unidade de Alimentação e Nutrição**. 2019. 38 f. TCC (Bacharelado) - Curso de Economia Doméstica, Universidade Federal Rural de Pernambuco, Recife, 2019.

POHREN, Noeli Fatima *et al.* Avaliação da estrutura física de uma unidade de alimentação e nutrição. **Revista Univap**, São José dos Campos-SP, v. 20, ed. 36, p. 17-23, 2014.

RABELO, N. M. L.; ALVES, T. C. U. Avaliação do percentual de resto-ingestão e sobra alimentar em uma Unidade de Alimentação e Nutrição Institucional. *Revista Brasileira de Tecnologia Agroindustrial*, v. 10, n. 1, p. 1-14, 2016.

ROCHA, Gracielle Gesteira *et al.* Caracterização de nutricionistas de unidades de alimentação e nutrição terceirizadas: dados demográficos, perfil de atuação e percepção de bem estar. **Rev. Simbio-Logias**, [s. l.], v. 9, ed. 12, p. 53-64, 2017.

SANTANA, Keila Luiza; FERNANDES, Carolina Estevam. Análise de resto-ingesta e sobre suja em uma UAN hospitalar de Recife-PE. **RBONE-Revista Brasileira De Obesidade, Nutrição E Emagrecimento**, v. 13, n. 81, p. 845-851, 2019.

SILVA, Katrina Skolove; CARNEIRO, Angélica Cotta Lobo Leite; CARDOSO, Leandro de Moraes. Práticas ambientalmente sustentáveis em unidades de alimentação e nutrição hospitalares. **Brazilian Journal of Food Technology**, v. 25, 2022.