



Centro Universitário de Brasília

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA – UnICEUB
FACULDADE DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO E SAÚDE
CURSO DE NUTRIÇÃO

**O QUE TEM NA MERENDA? - UMA ANÁLISE QUALITATIVA DO
CARDÁPIO DA ALIMENTAÇÃO OFERECIDA EM UM COLÉGIO
PÚBLICO EM TAGUATINGA - DF**

Jussara Aparecida Alves de Jesus
Maína Ribeiro Pereira Castro

Brasília, 2018

RESUMO

A escola possui papel fundamental para auxiliar crianças/adolescentes que vivem ou presenciam o cenário de insegurança alimentar, fornecendo lanches e abordando educação alimentar e nutricional com os alunos para que haja formação de bons hábitos. A merenda escolar é uma ação do Ministério da Educação (MEC), o qual o Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE) assegura a transferência de recursos financeiros que contribuem com a alimentação escolar de alunos matriculados em escolas públicas e filantrópicas. Para que ocorra uma efetividade de Segurança Alimentar e Nutricional dos estudantes, os princípios do Guia Alimentar para a população brasileira devem ser implementados nas instituições. É importante que se sirva, aos estudantes, refeições saudáveis; evitando a oferta de alimentos ultraprocessados, mantendo um cardápio sem desrespeitar a realidade cultural e as necessidades da escola. A pesquisa possui como objetivo primário, analisar a adequação do cardápio da merenda oferecida na escola às normas de ofertas de alimentos do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE). Foi realizado um estudo de base documental, qualitativa de análise descritiva. Para a seleção da amostra, foi feita uma análise detalhada do cardápio fixado na cantina de uma instituição em Taguatinga (DF) em um período de quatro semanas, resultando 19 dias de análise, o instrumento foi baseado na Avaliação Qualitativa Das Preparações do Cardápio Escolar, no qual aborda elementos da Resolução nº 38/2009 e recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira. As frutas in-natura, leguminosas, carnes e ovos estiveram presentes em 95% dos dias; produtos com presença de açúcar ou que houve uma adição em sua preparação estiveram presentes em 63% dos dias; os alimentos industrializados (processados/ultraprocessados) foram ofertados em 89% dos dias; as bebidas de baixo valor nutricional estiveram presentes 21% de dias analisados. Pode-se concluir que a instituição fornece em quantidades satisfatórias de alimentos in-natura e minimamente processados, estando presentes mais de três vezes na semana. No entanto, os produtos processados e ultraprocessados são fornecidos com uma frequência impertinente, englobando biscoitos prontos e bebidas açucaradas, no qual são produtos extremamente ricos em sódio, açúcar, gordura e vários aditivos utilizados pelas indústrias alimentícias, cujo consumo pode acarretar riscos à saúde dos adolescentes.

Palavras-chave: Guia Alimentar; Merenda Escolar; Segurança Alimentar; Saúde Coletiva; Alimentação.

INTRODUÇÃO

Com a transição nutricional vivida em nosso país, a insegurança alimentar ainda é um dos fatores sociais a serem problematizados. Segundo uma pesquisa feita pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), em 2013, 40% dos brasileiros se encontravam em insegurança alimentar (leve, moderada ou elevada). A escola possui papel fundamental para auxiliar as crianças e adolescentes que presenciam esse cenário, fornecendo lanches durante o período escolar, além de poder abordar o tema de educação alimentar e nutricional com os alunos para a formação de bons hábitos (SBP, 2012; FERNANDES et al., 2009).

Assim, a merenda escolar é uma ação do Ministério da Educação (MEC), o qual o Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE) assegura a transferência de recursos financeiros que contribuem com a alimentação escolar de alunos matriculados em escolas públicas e filantrópicas (BRASIL, 2013). Para complementar essa ação do MEC, em 31 de março 1955 foi criado o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), o qual institui o repasse de verbas aos Estados e aos Municípios para custear as refeições oferecidas durante os 200 dias letivos, sendo que 30% desse repasse deve ser investido na agricultura familiar (BRASIL, 2013).

Observa-se que aproximadamente 45 milhões de crianças e adolescentes são beneficiados pelo PNAE, o qual tem o objetivo de oferecer segurança alimentar aos alunos, auxiliar a economia local e contribuir para o bom rendimento escolar. Desse modo, segundo o Conselho Federal de Nutrição (CFN), um aluno bem alimentado dispõe de um equilíbrio para seu desenvolvimento físico e psíquico (BRASIL. CFN, 2017). O FNDE sancionou a Resolução nº26/2013 na qual aborda decisões a serem cumpridas pelo programa, como por exemplo: oferecer alimentos variados; oferecer no mínimo três porções de frutas por semana; proibir/evitar a utilização de alimentos enlatados, embutidos, doces, semiprontos, bebidas de baixo valor nutricional; entre outras orientações (BRASIL, 2013).

Dessa maneira, em 2014 foi lançada a segunda edição do Guia Alimentar para a População Brasileira, que é uma ferramenta que busca desenvolver bons

hábitos e alimentação saudável. O Guia expõe diretrizes, princípios e dicas a serem seguidas para, assim, evitar que possíveis Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT's) surjam futuramente; almejando, desta forma, a saúde da população, além de respeitar a diversidade cultural e os costumes de todas as regiões do Brasil. O documento enfatiza ainda, segundo o Ministério da Saúde, que deve haver prevalência de alimentos in-natura e minimamente processados e o distanciamento de alimentos ultraprocessados na alimentação dos indivíduos (BRASIL, 2014).

Desse modo, para que haja efetividade na Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) dos estudantes, as recomendações descritas no Guia Alimentar para a População Brasileira devem ser implementadas. Assim, seguindo a exposição do MEC e de outros órgãos oficiais, é importante que se sirva aos estudantes refeições saudáveis, evitando a oferta de alimentos ultraprocessados, mantendo um cardápio variado e dando preferência aos alimentos cultivados pela agricultura familiar sem desrespeitar a realidade cultural e as necessidades da escola.

Diante do exposto, é importante que as recomendações do Guia Alimentar sejam empregadas pelo PNAE. Tal fato pode colaborar com o rendimento dos escolares, além de corroborar com a Segurança Alimentar e Nutricional destes. Por isso, este trabalho busca analisar a adequação do cardápio da merenda oferecida na escola às normas de ofertas de alimentos do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) em uma escola pública de Taguatinga – DF, a fim de elucidar o nível da alimentação oferecida aos estudantes pela escola.

OBJETIVOS

Primário:

O objetivo deste trabalho foi analisar a adequação do cardápio da merenda oferecida na escola às normas de ofertas de alimentos do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE).

Secundário:

- Coletar os cardápios semanais disponíveis na escola;
- Analisar qualitativamente a merenda oferecida na escola de acordo com as normas para refeições do PNAE sendo abordadas no cardápio semanal oferecido;
- Identificar a frequência da oferta de alimentos in natura, minimamente processados, processados e ultraprocessados, segundo a classificação do Guia Alimentar para a População Brasileira, na merenda oferecida na escola.

METODOLOGIA

Tipo de estudo:

Na presente pesquisa foi realizado um estudo de base documental e qualitativa, com o objetivo de analisar a adequação do cardápio da merenda oferecida na escola às normas de ofertas de alimentos do Programa Nacional de Alimentação Escolar e identificar a frequência da oferta de alimentos in natura, minimamente processados, processados e ultraprocessados, segundo a classificação do Guia Alimentar para a População Brasileira, na merenda oferecida em uma escola de Taguatinga - DF. Tais objetos foram empregados em análise descritiva das merendas oferecidas pelo colégio selecionado para estudo.

Amostra:

O estudo foi realizado em uma instituição de ensino médio da rede pública de Taguatinga. Para a seleção da instituição foram levados em consideração dois aspectos: a qualidade da escola, logo a instituição escolhida é considerada modelo, pois em vários anos se mantém em destaque no ranking das notas obtidas pelo Exame Nacional do Ensino Médio (ENEM), além de possuir cadastro no Censo Escolar, portanto possui também benefícios do PNAE. Por conseguinte, foram excluídas durante o processo de escolha da instituição a ser analisada aquelas que não possuíam cadastro no Censo Escolar e aquelas que tinham baixo reconhecimento por sua qualidade de ensino.

Coleta de dados:

No aspecto estrutural, a instituição é ampla, aloca todos os estudantes com uma variação de idade que vai de 14 a 18 anos nos turnos matutino e vespertino. Possui uma lanchonete na qual comercializa salgados assados, bolos, sanduíche natural, salada de frutas, chocolate, bebidas açucaradas e balas. Também possui uma cantina que oferece merendas para todos os alunos matriculados na instituição além de dispor de um refeitório que acomoda aproximadamente 72 estudantes.

Semanalmente é fixado um cartaz na cantina expondo o que será oferecido no decorrer da semana, uma forma de deixar os alunos cientes em relação ao lanche.

Para a seleção da amostra, foi realizada uma análise detalhada do cartaz fixado na cantina da instituição em um período de 04 semanas referente ao mês de agosto e setembro de 2018 (APÊNDICE 2). Analisou-se a qualidade dos alimentos oferecidos e a qualidade dos ingredientes necessários para a preparação relacionando-os às recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira (BRASIL, 2014). Uma vez por semana, durante o período de análise, a instituição foi visitada para observar a distribuição das refeições e a utilização do refeitório.

O instrumento para análise dos dados foi baseado, na Avaliação Qualitativa Das Preparações do Cardápio Escolar (AQPC Escola) o qual foi desenvolvido para aplicação de um estudo por Veiros e Martinell no ano de 2012, em que engloba elementos da Resolução nº 38/2009 (ANEXO 1 e 2) e recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira (VEIROS e MARTINELLI, 2012). A Resolução nº 38/2009 foi reformulada e os artigos do 25 ao 32 foram alterados, desta maneira entra em vigor a Resolução nº26/2013, a qual dita o PNAE. Assim, tal resolução define na Seção II, que os cardápios escolares devem oferecer no mínimo três porções de frutas e hortaliças por semana; os doces ou preparações doces ficam limitados a duas vezes por semana; os produtos embutidos, semiprontos, prontos ou concentrados em pó devem ser oferecidos de forma restrita e as bebidas de baixo valor nutricional são proibidas dentro do cardápio escolar (BRASIL, 2013).

O AQPC Escola é uma ferramenta em que é possível identificar se a merenda, dentro da instituição, está sendo um fator de promoção de saúde e alimentação saudável, na qual se pode avaliar quais alimentos são ofertados em maior escala para os estudantes: se são os alimentos priorizados, segundo o Guia Alimentar, ou os que devem ser evitados (VEIROS e MARTINELLI, 2012).

O instrumento abordou dois grandes grupos no qual contabilizou a frequência ofertada por cada item. Os grupos eram: 1- Presença de alimentos/produtos recomendados: Frutas in-natura; saladas; vegetais não amiláceos; cereais, pães, massas e vegetais amiláceos; alimentos integrais; carnes e ovos; leguminosas; leite

e derivados. 2- Presença de produtos que devem ser controlados/proibidos: preparações com açúcar adicionado e produtos com açúcar; Embutidos ou produtos cárneos industrializados; Alimentos industrializados semiprontos ou prontos; Enlatados e conservas; Alimentos concentrados em pó ou desidratados; cereais matinais, bolos e biscoitos; Alimentos flatulentos e de difícil digestão; Bebidas com baixo teor nutricional; Preparação com cor similar na mesma refeição; Frituras, carnes gordurosas e molhos gordurosos. Tais grupos foram divididos segundo as normas da Resolução nº26/2013.

Em seguida, cada alimento ou preparação presente no cardápio foi enquadrada em cada item do AQPC Escola, além de ser englobada nas recomendações do Guia, como o seu processamento (in-natura, minimamente processado, processado ou ultraprocessado), presença de gordura saturada e a qualidade dos ingredientes culinários que foram utilizados nas preparações.

Análise de dados

Os dados obtidos foram explorados através de análise descritiva expressa em frequências absolutas e relativas, em seguida, transcritos para o programa Microsoft Office Excel e os resultados foram expostos em forma de tabelas e gráficos.

Aspectos Éticos

Os procedimentos metodológicos do presente trabalho foram preparados dentro dos procedimentos éticos e científicos fundamentais, como disposto na Resolução N.º 466, de 12 de dezembro de 2012 do Conselho Nacional de Saúde do Ministério da Saúde.

Antes da submissão do projeto ao Comitê de Ética em Pesquisa (CEP), foi solicitada à instituição participante a assinatura no Termo de Aceite Institucional (APÊNDICE A). A coleta de dados foi iniciada apenas após a aprovação do referido comitê (CAAE: 97206718.0.0000.0023) e assinatura dos participantes do T.A.I. (APÊNDICE A). Na execução e na divulgação dos resultados foram garantidos o total sigilo da identidade dos participantes e a não discriminação ou estigmatização dos sujeitos da pesquisa, além da conscientização dos sujeitos quanto à publicação de seus dados.

RESULTADOS

Nas tabelas 1 e 2 estão expostos os resultados encontrados durante as quatro semanas analisadas, contabilizando um total de 19 dias letivos. Na tabela 01 são apresentados os alimentos recomendados pelo PNAE, enquadrando os in-natura e minimamente processados que devem ser à base da alimentação da população, assim como dita o Guia Alimentar. Na tabela 02 refere-se à presença de alimentos/preparações que devem ser ofertadas de maneira controlada e/ou proibida de acordo com a Resolução nº26/2013 do PNAE além de englobar produtos processados e ultraprocessados, que devem ser evitados, de acordo com as recomendações do Guia.

Análise semanal:

Na primeira semana de análise houve cinco dias letivos. Foram ofertados em quatro dias (80%) frutas in-natura como mamão, laranja, mexerica. As hortaliças (tuberosas, herbáceas e fruto) estiveram presentes por três dias (60%). Entretanto, houve oferta de bebidas de baixo valor nutricional (60%), como cappuccino e suco em pó, além de vitamina acrescida de açúcar. Os alimentos ultraprocessados, estando no item “industrializados” da tabela, estiveram presentes todos os dias ao longo da semana (100%), como: sequilhos, bebidas prontas/semiprontas, água e sal, biscoito maisena. Os enlatados e em conservas estiveram presentes três dias da semana (60%), utilizados para preparação de molhos. Durante a primeira semana houve a realização da festa “agostina” na escola, no qual mudou a rotina da merenda escolar e foram oferecidas comidas típicas da época festiva, como cachorro quente, galinhada, canjica, pipoca e maçã do amor.

Na segunda semana de análise foram contabilizados cinco dias letivos. A oferta de frutas, saladas e hortaliças foi em quantidade satisfatória, estando presente todos os dias no cardápio (100%). Entretanto houve oferta de preparações acrescidas de açúcar em três dias da semana (60%), como o suco de abacaxi feito da fruta e a vitamina de banana. Os alimentos industrializados foram ofertados quatro dias na semana (80%), estando presente pão com manteiga, pão com patê, batata palha, peta, macarrão e creme de leite, se enquadrando como ultraprocessados. As carnes

gordurosas e molhos calóricos estiveram presentes em três dias da semana (60%), sendo oferecidos coxa de frango, fricassê e estrogonofe.

Na terceira semana de análise as ofertas de frutas, de saladas e de hortaliças permaneceram em quantidade aceitável, estando presente em todos os dias (100%). Foram ofertadas preparações com adição de açúcar em três dias da semana (60%), estando presente a vitamina, o leite caramelizado e o cappuccino, este sendo uma bebida de baixo valor nutricional (20%). Os produtos industrializados apareceram no período de quatro dias (80%), como: macarrão; creme de leite; cappuccino; sequilhos; água e sal; peta e biscoito tipo rosquinha, classificados como ultraprocessados. Carnes gordurosas e molhos calóricos foram oferecidos em três dias (60%) ao longo da semana, como estrogonofe, coxa de frango e carne suína.

Na quarta semana de análise houve o feriado de comemoração da Independência do Brasil, logo foram contabilizados quatro dias letivos. A oferta de alimentos in-natura, como frutas, hortaliças e as saladas, estiveram presente todos os dias da semana (100%). Porém, nessa mesma semana, foram ofertados em grande quantidade os produtos industrializados e prontos para consumo, como por exemplo: sequilhos, biscoito água e sal, biscoito maizena, creme de leite e extrato de tomate (100%). O fornecimento de preparações gordurosas e molhos calóricos estiveram presente por três dias (75%), como frango frito, coxa de frango e molhos à base de creme de leite.

Análise mensal:

Durante o período da pesquisa foram analisados os cardápios de quatro semanas, contabilizando 19 dias letivos. As frutas in-natura, leguminosas, carnes e ovos estiveram presentes em 18 dias de análise (95%), se enquadrando em in-natura e minimamente processados. Os cereais, os pães e os vegetais amiláceos permaneceram em 17 dias (89%) e os vegetais não amiláceos em 14 dias (74%). As saladas foram ofertadas em 15 dias (79%), estando presentes folhagens, tomate e outros vegetais crus. Os leites e derivados estiveram presentes em 12 dias de análise (63%). Os alimentos integrais não foram ofertados em nenhum dia durante a análise.

Os produtos com açúcar ou que contaram com adição desta em sua preparação estiveram presentes em 12 dias (63%). Os alimentos industrializados (processados/ultraprocessados) foram ofertados em 17 dias (89%), estando presentes em grande quantidade os biscoitos prontos, os quais foram ofertados em 10 dias de análise (53%). As carnes gordurosas e os molhos calóricos estiveram presentes 11 dias (58%), sendo ofertado em maior quantidade o molho à base de creme de leite e a coxa de frango. Produtos embutidos estiveram presentes ao longo de 2 dias (11%) e as bebidas com baixo valor nutricional estiveram presente em 4 dias de análise (21%), estando presentes cappuccino e suco em pó.

Tabela 1: Frequência de alimentos que são recomendados pelo PNAE e se enquadrando em in-natura/minimamente processados os quais foram ofertados na instituição.

		RECOMENDADO (Presença)															
Semanas do cardápio	Nº dias	Frutas <i>in natura</i>		Saladas		Vegetais não amiláceos		Cereais, pães, massas e vegetais amiláceos		Alimentos integrais		Carnes e ovos		Leguminosas		Leite e derivados	
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Semana 1	5	4	80%	3	60%	3	60%	3	60%	0	0%	4	80%	4	80%	4	80%
Semana 2	5	5	100%	4	80%	3	60%	5	100%	0	0%	5	100%	5	100%	3	60%
Semana 3	5	5	100%	4	80%	4	80%	5	100%	0	0%	5	100%	5	100%	3	60%
Semana 4	4	4	100%	4	100%	4	100%	4	100%	0	0%	4	100%	4	100%	2	50%
Total mensal	19	18	95%	15	79%	14	74%	17	89%	0	0%	18	95%	18	95%	12	63%

Tabela 2: Frequência de alimentos evitados/proibidos pelo PNAE e se enquadrando em processados/ultraprocessados os quais foram ofertados na instituição.

CONTROLADO/PROIBIDOS (Presença)																					
Semanas do cardápio	Nº dias	Preparações com açúcar adicionado e produtos com açúcar		Embutidos ou produtos cárneos industrializados		Alimentos industrializados semiprontos ou prontos		Enlatados e conservas		Alimentos concentrados, em pó ou desidratados		Cereais matinais, bolos e biscoitos		Alimentos flatulentos e de difícil digestão		Bebidas com baixo teor nutricional		Preparação com cor similar na mesma refeição		Frituras, carnes gordurosas e molhos gordurosos	
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Semana 1	5	4	80%	1	20%	5	100%	3	60%	2	40%	4	80%	5	100%	3	60%	2	40%	2	40%
Semana 2	5	3	60%	0	0%	4	80%	1	20%	1	20%	1	20%	5	100%	0	0%	3	60%	3	60%
Semana 3	5	3	60%	1	20%	4	80%	3	60%	0	0%	3	60%	5	100%	1	20%	1	20%	3	60%
Semana 4	4	2	50%	0	0%	4	100%	3	75%	0	0%	2	50%	4	100%	0	0%	2	50%	3	75%
Total mensal	19	12	63%	2	11%	17	89%	10	53%	3	16%	10	53%	19	100%	4	21%	8	42%	11	58%

DISCUSSÃO

A segunda edição do Guia Alimentar foi lançada em 2014 com o intuito de reverter ou ao menos estabilizar o quadro epidemiológico relacionado às doenças crônicas não transmissíveis (DCNT's). Ele aborda recomendações para que a população desenvolva bons hábitos alimentares, enfatizando que o consumo de produtos processados seja limitado e que se evite os ultraprocessados. Também se recomenda a ingestão em pequenas quantidades de gorduras saturadas e a utilização reduzida de óleo, de açúcar e de sal, pois são grandes responsáveis por desencadear doenças cardiovasculares (BRASIL, 2014).

No presente estudo, foram ofertadas em grandes quantidades as carnes gordurosas e os molhos calóricos, estando presente em 95% dos dias. Esse fato indica um alerta para a qualidade da merenda e a Segurança Alimentar e Nutricional dos alunos. Desse modo, outra recomendação enfatizada pelo Guia é o consumo de alimentos in-natura e minimamente processados sendo a base da alimentação, pois são fontes de fibras, de vitaminas, de minerais e livres de qualquer aditivo utilizado pela indústria alimentícia. Tais nutrientes auxiliam na saúde intestinal, fortalecem o sistema imunológico, controlam a glicemia e ajudam a regular o quadro de dislipidemia (ABESO, 2018).

A realização da festa “agostina” na instituição, não alterou de forma impactante a qualidade da merenda ofertada, considerando que o evento ocorreu em apenas um dia durante as quatro semanas de análise. Entretanto, nesta pesquisa foi possível identificar a oferta em grande escala de produtos processados e ultraprocessados na merenda escolar, tais processamentos se enquadram na tabela 2, a qual expõe os produtos que devem ser ofertados de maneira controlada ou são proibidos de acordo com as normas do PNAE. Em destaque encontram-se: biscoito água e sal; biscoito maizena; suco em pó; bebidas em pó e o creme de leite utilizado para preparação de molhos tipo estrogonofe.

Desse modo, o alto consumo de alimentos ultraprocessados dentro da escola é um exemplo de ações que demonstram o não cumprimento da resolução que dita o PNAE, além de não haver a aplicação de algumas diretrizes do guia, qual

é um documento público em que deve ser seguido como uma direção para se obter bons hábitos alimentares. Nesse mesmo sentido, Vidal; Vieiros e Sousa (2015); em uma pesquisa realizada em uma escola no Estado de Santa Catarina; perceberam que os alimentos utilizados no cardápio escolar eram, em sua maioria, ultraprocessados; como por exemplo, o leite com achocolatado e biscoitos.

Ademais, Silva et al. (2013), realizaram em escolas de Minas Gerais, uma avaliação da opinião dos estudantes com relação aos cardápios oferecidos a eles e encontraram resultados semelhantes aos achados na escola de Santa Catarina em 2015. Apesar de aquele estudo ter tido foco na opinião dos estudantes, os autores evidenciaram que os alimentos mais servidos eram: macarrão; pão; biscoitos e leite, tais quais os resultados obtidos na pesquisa de Vidal; Vieiros e Sousa (2015).

Adiante, em uma pesquisa realizada por Castro et al. (2014); em escolas que atendem indígenas; com a intenção de averiguar a qualidade dos alimentos oferecidos pelas instituições, os autores identificaram que os alimentos -em sua maioria- eram embutidos e enlatados, além de haver pouca utilização de verduras, legumes e frutas na preparação. Este estudo citado apontou que as escolas acabavam por infringir o Direito Humano de uma Alimentação Adequada (DHAA) - proposto pelo Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional (CONSEA) - aos estudantes, no qual o Estado infringe a obrigação de proteger a população, evitando que terceiros deixem de cumprir ou atrapalhem o cumprimento do DHAA, além de infringir a obrigação de promover condições efetivas de alimentação saudável e segura, disponibilizando recursos humanos e materiais para auxiliar na aplicação do DHAA (PLANALTO, 2017).

Um estudo realizado em 2017 na cidade de Codó, Maranhão, avaliou o cardápio da merenda escolar de 26 escolas. Como resultado, houve apenas uma escola na qual se ofertava a combinação de arroz e feijão em todos os dias da semana. As frutas e os legumes estiveram presentes em apenas dois dias e os produtos ultraprocessados estiveram em excesso, como: achocolatado, bolos e iogurte (COSTA, et al., 2017).

Os produtos processados e ultraprocessados são de baixo valor nutricional, com excesso de sódio, de gorduras, de açúcares, de conservantes e possuem

quantidades mínimas ou nulas de fibras, de vitaminas e de minerais. São produtos extremamente calóricos e ao serem consumidos de maneira abundante, podem ser gatilhos para o desenvolvimento de obesidade e outras DCNT's, pois afetam, de forma negativa, a capacidade do organismo em manter o controle do balanço energético (LOUZADA, et al., 2015; ROLLS, 2009).

Dessarte, nesse estudo e nos expostos, a presença de alimentos ultraprocessados é considerável. Sendo utilizados como ingredientes em uma receita culinária, como creme de leite para compor o estrogonofe, extrato de tomate para preparar um macarrão, ou utilizados como composição de um lanche oferecido nas instituições - biscoito pronto para consumo, sucos em pó, bebidas com açúcar adicionado, bolos prontos/semiprontos, achocolatados, cappuccino, pães.

Também são ofertadas carnes gordurosas em mais de 50% dos dias (11 dias), o que vai contra as recomendações do Guia Alimentar, o qual preconiza evitar o consumo de gorduras saturadas, que estão em maior quantidade nos produtos de origem animal (BRASIL, 214). A bebida açucarada e de baixo valor nutricional, segundo a Resolução nº26/2013, é proibida em escolas, o que se torna ilusório na prática (BRASIL, 2013).

Dessa maneira, devido a tais irregularidades se faz necessária a atuação do Conselho de Alimentação Escolar (CAE), órgão responsável por fiscalizar o cumprimento das diretrizes do PNAE e a qualidade das merendas oferecidas nas instituições, além de examinar a aplicação dos repasses financeiros. Logo, é preciso que aconteçam reuniões frequentes para que se debatam ações e melhorias na aplicação das diretrizes. Além disso, poderiam ser feitas visitas nas escolas para realizar o controle e evitar falhas no programa de alimentação, assim como traz nas normas da Resolução nº26/2013. (BANDEIRA, et al., 2013; BRASIL, 2009).

Apesar de alimentos não recomendados terem sido servidos, a oferta de alimentos in-natura e minimamente processados estiveram presentes em quantidade satisfatória, assim como recomendado pelo Guia Alimentar e pela Resolução nº26/2013. Estando exposto no cardápio frutas cinco vezes na semana, além da presença de verduras, de leguminosas e de hortaliças nas refeições mais de três vezes, como preconizado pelo PNAE.

A presença dos alimentos in-natura, compondo uma merenda nutritiva e saudável é fator primordial para que haja um bom desempenho, em razão de que estudante bem nutrido possui maior rendimento escolar. Logo, ao fornecer alimentos in-natura, estará oferecendo nutrientes essenciais para manter o aluno fisiologicamente saudável, conseguindo se concentrar nas aulas e realizar as atividades propostas (FROTA, et al., 2009).

Estudos relatam que os adolescentes brasileiros permanecem cerca de 5 a 6 horas por dia nas escolas e realizam entre 1 a 2 refeições junto aos amigos e, o que pode ser um fator influenciador em suas escolhas alimentares, estando enquadrado como um determinante sócio cultural no comportamento alimentar, em que o indivíduo é motivado a escolher determinados alimentos por convívio familiar, amigos, ambiente escolar entre outros, o que pode gerar sérios prejuízos na idade adulta, afinal, os ultraprocessados são os mais adquiridos entre os estudantes (LEME; PHILIPPI; TOASSA, 2013; DANELON; FONSECA; SILVA, 2008).

Segundo o Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN), 26,9% dos adolescentes estão com sobrepeso e 12,9% encontram-se em obesidade na região de Taguatinga – DF (BRASIL, 2018). Fator em que se tornam relevantes as ações para melhorar o perfil nutricional destes jovens, conscientizando-os da importância de uma alimentação saudável e do desenvolvimento de bons hábitos alimentares; logo, a escola, ao oferecer uma merenda de qualidade, disponibilizando alimentos nutritivos e saudáveis, como por exemplo, os alimentos in natura, pode ser uma grande responsável na formação de hábitos alimentares adequados e saudáveis entre os estudantes (BATISTA; MONDINI; JAIME, 2017; SILVA; SANTOS; SOARES, 2018).

Segundo a Lei Nº 11.947/2009, implementar Educação Alimentar e Nutricional (EAN) é uma das normas estabelecidas pelo PNAE, porém na prática torna-se falha (BRASIL, 2009). As instituições de ensino podem desenvolver atividades interdisciplinares, havendo uma capacitação dos educandos sobre o assunto abordado, com o intuito de fortalecer a importância de se obter uma alimentação saudável, por meio de atividades lúdicas, participativas e troca de experiências, podendo desenvolver o senso crítico dos adolescentes, além de fornecer e incentivar o consumo de alimentos saudáveis e in-natura na merenda

escolar, favorecendo a segurança alimentar e nutricional entre os estudantes (RAMOS; SANTOS; REIS, 2013).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O desenvolvimento do presente estudo possibilitou a análise da adequação do cardápio da merenda oferecida na escola às normas de ofertas de alimentos segundo o PNAE e a identificação da frequência da oferta de alimentos in natura, minimamente processados, processados e ultraprocessados, segundo a classificação do Guia Alimentar para a População Brasileira, na merenda oferecida em uma escola de Taguatinga - DF. Pode-se concluir que a instituição fornece em quantidades satisfatórias de alimentos in-natura e minimamente processados, estando presentes mais de três vezes na semana. No entanto, os alimentos processados e ultraprocessados são fornecidos com uma frequência impertinente, englobando biscoitos prontos e bebidas açucaradas, os quais são produtos ricos em sódio, açúcar, gordura e vários aditivos utilizados pelas indústrias alimentícias.

A escola tem papel importante no desenvolvimento de bons hábitos alimentares entre os estudantes. Com o crescimento do perfil nutricional desfavorável dos jovens alocados em Taguatinga, é importante que as instituições escolares coloquem em prática ações de educação alimentar e nutricional para que os estudantes possam obter hábitos saudáveis e desenvolvam o senso crítico em relação à alimentação. Além disso, a escola poderia fornecer em maior quantidade os alimentos in-natura, que são ricos em fibras, vitaminas e minerais, o que auxiliaria no bom desempenho escolar; adiante, redução da oferta de alimentos ultraprocessados contribuiria com tal reeducação, já que esses são desencadeadores de DCNT's.

Logo, tais resultados podem ser um alerta para que o CAE faça fiscalizações nas instituições que possuem cadastro no Censo Escolar, para identificar a atuação das normas estabelecidas pela Resolução nº 38/2009, a qual pronuncia o PNAE. Além de ser muito importante que haja um nutricionista disponível nas escolas para identificar alunos com necessidades nutricionais específicas é fundamental que ele possa planejar, elaborar, acompanhar o cardápio oferecido na escola e desenvolver atividades de EAN aos estudantes e aos colaboradores, envolvendo a segurança

alimentar e nutricional, a sustentabilidade e a importância de adquirir uma alimentação saudável e adequada. (BRASIL, 2013; BRASIL 2010).

Dada à importância do assunto, é interessante que novos estudos sejam feitos para identificar a efetividade do PNAE em outras instituições, relacionando as recomendações do Guia Alimentar e o seu conhecimento entre os alunos. Considerando que a merenda é um fator primordial para o bom desempenho escolar e para o desenvolvimento de bons hábitos alimentares, ela ainda auxilia no bom estado nutricional dos estudantes. Também é relevante estudos que busquem analisar as lanchonetes alocadas nas escolas, averiguando se estão de acordo com as normas da Lei Nº 5.146/13 que aborda diretrizes a serem seguidas pelas lanchonetes alocadas dentro das escolas afim de promover uma alimentação saudável, caso contrário, pode ser um desafio para se obter e estabelecer uma segurança alimentar dentro das instituições.

REFERÊNCIAS

ABESO. **Verduras, frutas e legumes na alimentação**. Disponível em: <<http://www.abeso.org.br/dica/verduras-frutas-e-legumes-na-alimentacao>>. Acesso em: 30 de outubro de 2018.

BANDEIRA, L. M., et al.. Análise dos pareceres conclusivos dos conselhos de alimentação escolar sobre a execução do Programa Nacional de Alimentação Escolar. **Revista Nutrição**, Campinas, v. 26, n.3, p. 343-351, 2013.

BATISTA, M.S.A.; MONDINI, L.; JAIME, P.C.. Ações do programa saúde na escola e da alimentação escolar na prevenção do excesso de peso infantil: experiência no município de Itapevi, São Paulo, Brasil. **Epidemiol. Serv. Saúde**, Brasília. v.26, n.3, p. 569-578, jul./set. 2017.

BRASIL. **Atendimento da alimentação escolar e do Programa Dinheiro Direto na Escola aos alunos da educação básica** (Lei nº 11.947, de 16 de junho de 2009). Brasília, DF, jun. 2009. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2009/lei/l11947.htm?utm_source=blog&utm_campaign=rc_blogpost>. Acesso em: 10 de novembro de 2018.

BRASIL. Conselho Federal de Nutricionistas. **Aprendizado começa na mesa: alimentação adequada determina sucesso em sala de aula**. Brasil, 2017. Disponível em: <<http://www.cfn.org.br/index.php/aprendizado-comeca-na-mesa-alimentacao-adequada-determina-sucesso-em-sala-de-aula/>> Acesso: em: 17 mar. 2018.

BRASIL. Conselho Federal de Nutricionistas. **RESOLUÇÃO CFN Nº 465, DE 23 DE AGOSTO DE 2010. Atuação do nutricionista no âmbito do Programa de Alimentação Escolar (PAE) e outras providências**. Brasília, DF: CFN, 2010. Disponível em: <http://www.cfn.org.br/wp-content/uploads/resolucoes/Res_465_2010.htm>. Acesso em: 10 de novembro de 2018.

BRASIL. **Direito Humano à Alimentação Adequada**. Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, 2017. Disponível em: <<http://www4.planalto.gov.br/consea/acesso-a-informacao/institucional/conceitos/direito-humano-a-alimentacao-adequada>>. Acesso em: 31 de outubro de 2018.

BRASIL. Ministério da Educação. **Resolução CFN nº 26, de 17 de junho de 2013. Atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE**. Brasília, DF: MEC, 2013. Disponível em: <<https://www.fnnde.gov.br/fndelegis/>>. Acesso em: 18 de abril de 2018.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2. ed., Brasília; M.S, 2014.

BRASIL. Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional. **Relatório do Estado Nutricional dos indivíduos acompanhados por período, fase do ciclo da vida e índice**. Brasília, DF: SISVAN, 2018. Disponível em: <http://dabsistemas.saude.gov.br/sistemas/sisvan/relatorios_publicos/relatorio-acomp-nutri.view.php>. Acesso em: 06 de novembro de 2018.

CASTRO, T.G., et al.. Características de gestão, funcionamento e cardápios do Programa Nacional de Alimentação Escolar em escolas Kaingang do Rio Grande do Sul, Brasil. **Caderno Saúde Pública**, Rio de Janeiro v. 30, n.11, p. 2401-2412, nov. 2014.

COSTA, C.N., et al.. Disponibilidade de alimentos na alimentação escolar de estudantes do ensino fundamental no âmbito do PNAE, na cidade de Codó, Maranhão. **Caderno de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 25, n. 3, p.348-354, set. 2017..

DANELON, M.S.; FONSECA, M.C.P.; SILVA, M.V.. Preferências alimentares no ambiente escolar. **Segurança Alimentar e Nutricional**, Campinas - SP, v. 15, n. 2, p. 66-84, jul. 2008.

FERNANDES, O.S., et al.. Evaluating the effect of nutritional education on the prevalence of overweight/obesity and on foods eaten at primary schools. **Jornal de Pediatria**, Rio de Janeiro, v. 85, n.4, p.315-321, ago. 2009.

FROTA, M.A., et al.. Má alimentação: fator que influencia na aprendizagem de crianças de uma escola pública. **Revista. APS**, Juíz de Fora - MG, v. 12, n.3, p. 278-284, jul./set. 2009.

LEME A.C.B.L.; PHILIPPI S.T.; TOASSA E.C.. O que os adolescentes preferem: os alimentos da escola ou os alimentos competitivos? **Saúde social**, São Paulo, v. 22, n. 2, p. 456-467, dez. 2012.

LOUZADA, M.L.C., et al. Alimentos ultraprocessados e perfil nutricional da dieta no Brasil. **Revista Saúde Pública**, São Paulo, v. 49, n. 38, 2015. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?pid=s0034-89102015000100227&script=sci_arttext&tlng=pt> Acesso em: 01 de novembro de 2018.

ROLLS, B.J..The relationship between dietary energy density and energy intake. **Physiology Behavior.**, v. 97, n. 5, p. 609-615, mar. 2009. Disponível em: <<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S003193840900122X>>. Acesso em: 01 de novembro de 2018.

SILVA, C.A.M., et al. O Programa Nacional de Alimentação Escolar sob a ótica dos alunos da rede estadual de ensino de Minas Gerais, Brasil. **Ciência & Saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 18. n 4, p. 963-969, dez. 2013.

SILVA, E.O.; SANTOS, L.A.; SOARES, M.D.. Alimentação escolar e constituição de identidade dos escolares: da merenda para pobres ao direito à alimentação. **Caderno de saúde pública**, Bahia, v.34, n.4, e00142617, 2018.

SBP. Sociedade Brasileira de Pediatria. **Lanche Saudável - Manual de orientação**. Brasília, DF, 2012.

VIDAL, G.M.; VEIROS, M.B.; SOUSA, A.A.. School menus in Santa Catarina: Evaluation with respect to the National School Food Program regulations. **Revista de Nutrição**, Campinas – SP, v. 28, n. 3, mai/jun. 2015.

VEIROS, M.B.; MARTINELLI, S.S.. Avaliação qualitativa das preparações do cardápio escolar: AQPC Escola. **Nutrição em Pauta**, v.20, n. 112, maio/junho. 2012. Disponível em: < <http://nuppre.ufsc.br/files/2014/04/2012-Veiros-e-Martinelli.pdf> >. Acesso em: 29 de maio de 2018.

APÊNDICE A e B

Apêndice A: Termo de Aceite Institucional.

Ao/À



Nome do responsável institucional Centro Universitário de Brasília

Cargo

Eu, _____ responsável pela pesquisa “ _____”, junto com o(s) aluno(s) _____ solicitamos autorização para desenvolvê-la nesta instituição, no período de _____ à _____. O estudo tem como objetivo(s) _____; será realizado por meio dos seguintes procedimentos _____ e terá _____ participantes (identificar o número e o perfil dos participantes).

Declaro que a pesquisa ocorrerá em consonância com a Resolução nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde e suas complementares, que regulamentam as diretrizes éticas para as pesquisas que envolvem a participação de seres humanos, ressaltando que a coleta de dados e/ou informações somente será iniciada após a aprovação da pesquisa por parte do Comitê de Ética em Pesquisa do UnICEUB (CEP-UnICEUB) e da Comissão Nacional de Ética em Pesquisa (CONEP), se também houver necessidade.

Pesquisador responsável

Pesquisador assistente

O/A _____ (chefe, coordenador/a, diretor/a) do/a (escola, academia, serviço, clínica, centro de saúde, hospital), (Dr.^o. Prof.^o. Diretor/a Nome do responsável) vem por meio desta informar que está ciente e de acordo com a realização da pesquisa nesta instituição, em conformidade com o exposto pelos pesquisadores.

Brasília-DF, _____ de _____ de _____.

Nome e carimbo com o cargo do representante da instituição onde será realizado o projeto

Apêndice B: Imagens dos cardápios expostos na instituição.

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
<p>NA CONTAGEM DOS PRATOS/CALHEIRES, VÍDOS QUE FALTAM MUITOS. EVITE PEIÃO EMPRESTADO, TRAGA O SEU</p> <p>Composto leite + fruta</p>	<p>Arroz, feijão, macarrão, salada com ovo + fruta</p>	<p>Arroz, feijão, macarrão, salada com ovo + fruta</p>	<p>Sueta Argentina</p>	<p>Vitamina Biscoito Sueta</p>
<p>Suco Cuscuta Sueta</p>	<p>Arroz, feijão, macarrão, salada com ovo + fruta</p>	<p>Arroz, feijão, macarrão, salada com ovo + fruta</p>	<p>• Cachorro quente • Galinhada • Pipoca • Banana</p>	
<p>Arroz, feijão, macarrão, salada com ovo + fruta</p>	<p>Arroz, feijão, macarrão, salada com ovo + fruta</p>	<p>Arroz, feijão, macarrão, salada com ovo + fruta</p>	<p>• Doces ...</p>	

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
<p>NA CONTAGEM DOS PRATOS/CALHEIRES, VÍDOS QUE FALTAM MUITOS. EVITE PEIÃO EMPRESTADO, TRAGA O SEU</p> <p>Suco de abacaxi Pão caseiro com patê</p>	<p>Arroz com carne e feijão + fruta</p>	<p>Suco, pão + fruta (30 anos são sempre bons, mas não são)</p>	<p>Vitamina de laranja, pão com manteiga + fruta</p>	<p>Composto, ovo mexido, pão + fruta</p>
<p>Suco de abacaxi Pão caseiro com patê</p>	<p>Arroz com carne e feijão + fruta</p>	<p>Suco, pão + fruta (30 anos são sempre bons, mas não são)</p>	<p>Suco capote Sueta (30 anos são sempre bons, mas não são)</p>	<p>Arroz, salada com batata, pão + fruta</p>
<p>Arroz, feijão, macarrão, salada com ovo + fruta</p>	<p>Arroz, feijão, macarrão, salada com ovo + fruta</p>	<p>Arroz, feijão, macarrão, salada com ovo + fruta</p>	<p>Arroz, feijão, macarrão, salada com ovo + fruta</p>	<p>Arroz, feijão, macarrão, salada com ovo + fruta</p>

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
<p>08/10</p> <p>CAFE DA MANHA</p> <p>ALMOÇO</p>	<p>09/10</p> <p>Composto Rita e biscoito de maizena</p> <p>Doces de leite e leite condensado</p> <p>Arroz, feijão, carne de frango com batata + quinoa cozida + maçã</p>	<p>10/10</p> <p>Galinhada + fruta</p> <p>Arroz, feijão, pizza com molho de tomate + batata</p>	<p>11/10</p> <p>Vitamina banana com cracker fruta</p> <p>Suco cozido + batata doce + fruta</p> <p>Arroz, feijão, bolo de leite com leite condensado + fruta</p>	<p>12/10</p> <p>NA CONTAGEM DOS FATOS/VALORES, VAMOS QUE FALTAM MUITOS. EVITE PETIZO EMPRESTADO, TRAGA O SEU</p> <p>Bolacha maisena com leite condensado</p> <p>Suco de abacaxi com leite condensado</p> <p>Arroz, feijão, bolo de leite com leite condensado + fruta</p>

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
<p>08/10</p> <p>CAFE DA MANHA</p> <p>ALMOÇO</p>	<p>09/10</p> <p>Vitamina de banana + suco cozido fruta</p> <p>Suco de leite condensado com leite condensado</p> <p>Arroz, feijão, bolo de leite com leite condensado + fruta</p>	<p>10/10</p> <p>Galinhada + fruta</p> <p>Arroz, feijão, pizza com molho de tomate + batata</p>	<p>11/10</p> <p>Suco cozido com cracker fruta</p> <p>Suco cozido com maçã e leite condensado</p> <p>Arroz, feijão, bolo de leite com leite condensado + fruta</p>	<p>12/10</p> <p>NA CONTAGEM DOS FATOS/VALORES, VAMOS QUE FALTAM MUITOS. EVITE PETIZO EMPRESTADO, TRAGA O SEU</p> <p>Bolacha maisena com leite condensado</p> <p>Suco de abacaxi com leite condensado</p> <p>Arroz, feijão, bolo de leite com leite condensado + fruta</p>

Anexo 2: Avaliação Qualitativa Das Preparações do Cardápio Escolar (AQPC Escola) – Análise mensal.

		RECOMENDADO (Presença)															
Semanas do cardápio	Nº dias	Frutas <i>in natura</i>		Saladas		Vegetais não amiláceos		Cereais, pães, massas e vegetais amiláceos		Alimentos integrais		Carnes e ovos		Leguminosas		Leite e derivados	
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Semana 1	0	0		0		0		0		0		0		0		0	
Semana 2	0	0		0		0		0		0		0		0		0	
Semana 3	0	0		0		0		0		0		0		0		0	
Semana 4	0	0		0		0		0		0		0		0		0	
Total mensal	0	0		0		0		0		0		0		0		0	

CONTROLADO (Presença)																			
Preparações com açúcar adicionado e produtos com açúcar		Embutidos ou produtos cárneos industrializados		Alimentos industrializados semiprontos ou prontos		Enlatados e conservas		Alimentos concentrados, em pó ou desidratados		Cereais matinais, bolos e biscoitos		Alimentos flatulentos e de difícil digestão		Bebidas com baixo teor nutricional		Preparação com cor similar na mesma refeição		Frituras, carnes gordurosas e molhos gordurosos	
n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
0		0		0		0		0		0		0		0		0		0	
0		0		0		0		0		0		0		0		0		0	
0		0		0		0		0		0		0		0		0		0	
0		0		0		0		0		0		0		0		0		0	
0		0		0		0		0		0		0		0		0		0	