

Teresa Sancho\*  
 Ana Candeias\*\*  
 Célia Mendes\*\*\*  
 Laura Silvestre\*\*\*\*  
 Lisa Cartaxo\*\*\*\*\*  
 Sara Andrade\*\*\*\*\*

# PROMOÇÃO DA QUALIDADE NUTRICIONAL DAS REFEIÇÕES em Estabelecimentos de Educação do Algarve – análise comparativa 2004/2005 – 2006/2007

## Resumo

O Programa de Promoção da Qualidade Nutricional das Refeições em Estabelecimentos de Educação tem como principal objectivo melhorar a qualidade nutricional das refeições em todas as escolas da rede pública do ensino Pré-escolar, Básico e Secundário da região do Algarve, entre os anos lectivos 2004 e 2010. A metodologia consiste basicamente em analisar a qualidade de ementas escolares e implementar as respectivas medidas correctivas. Os dados apresentados reportam-se à comparação entre os resultados da primeira avaliação (ano lectivo 2004/2005), e os resultados da segunda avaliação (ano lectivo 2006/2007). Considerando que nesta comparação de resultados se verificou que a taxa de cumprimento total das ementas sofreu uma variação positiva de 32%, conclui-se que a intervenção nutricional a nível das refeições escolares se revestiu de uma importância indubitável. **Palavras chave:** ementas, refeitórios escolares, análise da qualidade nutricional.

## Introdução

A infância e a adolescência são períodos cruciais para a saúde, em que a alimentação é extraordinariamente importante, dadas as necessidades nutricionais específicas destes grupos etários. A educação alimentar precoce contribui para reverter a prevalência de doenças crónicas, nomeadamente a obesidade infantil, e garante a preferência por comportamentos alimentares que perduram na vida adulta.<sup>1</sup>

A família e a escola são os factores que mais influências exercem no padrão alimentar das crianças e adolescentes, exigindo intervenção prioritária. No contexto familiar, avós, pais e crianças devem ser estimulados a melhorar o seu comportamento alimentar conjuntamente.<sup>2</sup> A escola deve assumir um papel relevante na educação alimentar e promoção da saúde, contribuir para a sedimentação de hábitos alimentares saudáveis e ser o paradigma da alimentação saudável, nomeadamente através dos bufetes e refeitórios escolares.<sup>1</sup>

Considerando que as escolas são *settings* favoráveis à adopção de estilos de vida saudável para a promoção da saúde,<sup>3</sup> e que o fornecimento de uma alimentação nutricionalmente equilibrada deve integrar os objectivos educacionais,<sup>4</sup> os refeitórios escolares devem funcionar de acordo com determinadas metas. O próprio Ministério da Educação atribui ao refeitório escolar uma importância fundamental no quotidiano dos alunos, dado que muitos destes passam grande parte do seu dia na escola, tomando aí a refeição do almoço.<sup>5,6</sup> Desta forma, cabe à escola a responsabilidade acrescida de oferecer refeições saudáveis, equilibradas e seguras, que ajudem a preencher as necessidades nutricionais dos alunos.<sup>6</sup>

O Programa de Promoção da Qualidade Nutricional das Refeições em Estabelecimentos de Educação visa operacionalizar, entre os anos lectivos 2004/2005 e 2009/2010, a promoção da qualidade nutricional das refeições fornecidas em todos os estabelecimentos de educação da rede pública da região do Algarve, no ensino Pré-Escolar, Básico e Secundário, com a diversificação do leque de alimentos a fornecer, o

incremento do consumo de alimentos saudáveis, a limitação da frequência de consumo de alimentos menos saudáveis, a prática de uma culinária saudável e a adequação das capitações fornecidas às necessidades nutricionais dos destinatários. As instituições envolvidas são a Administração Regional de Saúde do Algarve, IP, entidade promotora e coordenadora do programa, todas as Autarquias da região do Algarve e a Direcção Regional de Educação do Algarve.

## Metodologia

O Programa de Promoção da Qualidade Nutricional das Refeições em Estabelecimentos de Educação tem tido um desenvolvimento faseado, com base na aplicação de um conjunto de 10 critérios, definidos a partir dos respectivos objectivos específicos.

### 1.ª Fase: Diagnóstico da situação (2005 – 2006)

**Tabela 1** Critérios de avaliação qualitativa das ementas

C1	Pelo menos 90% das sopas com produtos hortícolas e/ou leguminosas
C2	Pelo menos 60% das sopas com hortaliça
C3	Pelo menos 20% das sopas com leguminosas
C4	100% dos 2ºs pratos com produtos hortícolas e/ou leguminosas
C5	Pelo menos 20% dos 2ºs pratos com leguminosas
C6	Percentagem de 2ºs pratos de pescado igual ou superior aos de carne
C7	5 a 10% dos 2ºs pratos com ovo
C8	Pelo menos 60% das confeções com pouca gordura de adição
C9	Percentagem de fritos inferior ou igual a 20
C10	Pelo menos 90% das sobremesas de fruta fresca

Teve início com a recolha, através das Equipas de Saúde Escolar dos Centros de Saúde, de um total de 11103 ementas de 230 escolas da rede pública do ensino Pré-escolar, Básico e Secundário, referentes ao 2º período do ano lectivo 2004/2005. Foi efectuada a análise qualitativa das ementas recolhidas por aplicação dos critérios apresentados na **Tabela 1**. Elaboraram-se relatórios de análise qualitativa de ementas quer por escola quer por concelho, nos quais foram sugeridas medidas correctivas.

### 2ª Fase: Intervenção comunitária (2006 – 2007)

O diagnóstico da situação foi apresentado através de reuniões com elementos dos Centros de Saúde, Escolas e Autarquias, em cada concelho. Elaboraram-se fichas técnicas de ementas (sopas, pratos de carne, pratos de peixe e pratos de ovo) para os diferentes graus de ensino, promovendo-se a sua implementação gradual nas escolas, com vista à adequação nutricional das capitações a fornecer. Realizaram-se acções formativas destinadas a todos os intervenientes na planificação e elaboração das ementas escolares da região.

\* Assistente Principal de Nutrição – Administração Regional de Saúde do Algarve, IP [nutricao@arsalgarve.min-saude.pt] \*\* Assistente de Nutrição – Centro de Saúde de Olhão

\*\*\* Assistente de Nutrição – Centro de Saúde de Albufeira \*\*\*\* Dietista – Centro de Saúde de Faro \*\*\*\*\* Dietista – Centro de Saúde de Loulé \*\*\*\*\* Nutricionista – Centro de Saúde de Lagos

### 3ª Fase: Monitorização da situação (2007 – 2008)

Recorrendo à metodologia da 1ª fase, realizou-se a reapreciação qualitativa das ementas de todas as escolas da região do Algarve, referentes ao 2.º período do ano lectivo 2006/2007, tendo sido avaliadas 14862 ementas, provenientes de 276 escolas. Considerando que o Ministério da Educação tem tentado aumentar progressivamente o número de Escolas EB1 a fornecer almoços, verificou-se um acréscimo de 34% no n.º de ementas analisadas, e de 20% no n.º de escolas envolvidas no programa (Tabela 2).

**Tabela 2** Escolas envolvidas e ementas analisadas

	2004/2005	2006/2007	Varição
	nº	nº	%
Escolas	230	276	↑ 20
Ementas	11103	14862	↑ 34

### 4ª Fase: Conclusão do programa (2008 – 2010)

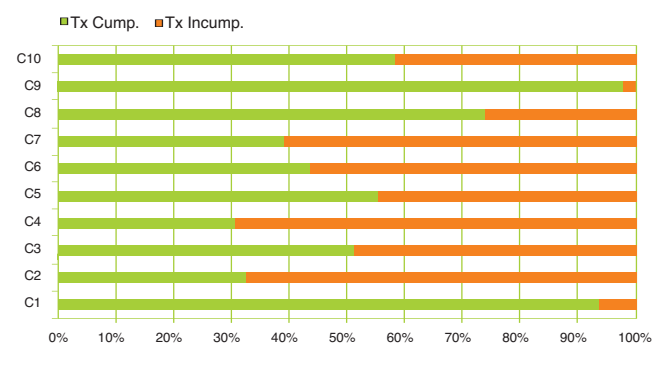
Reforço do apoio técnico prestado às Escolas e Autarquias, e realização de uma análise comparativa final, entre as ementas do 2º período dos anos lectivos 2004/2005 e 2009/2010.

#### Resultados e discussão

No que diz respeito à taxa de cumprimento por critério no ano lectivo 2006/2007 (Figura 1), verifica-se que o C1 (Pelo menos 90% das sopas com produtos hortícolas e/ou leguminosas) e o C9 (Percentagem de fritos inferior ou igual a 20) continuam a apresentar as taxas de cumprimento mais elevadas. Considerando que, em 2004/2005, apenas dois dos dez critérios ultrapassavam a taxa de 50% de cumprimento e que em 2006/2007 são já seis os critérios que ultrapassam este valor, podemos concluir que as intervenções realizadas tiveram um efeito positivo na melhoria da qualidade das ementas escolares.

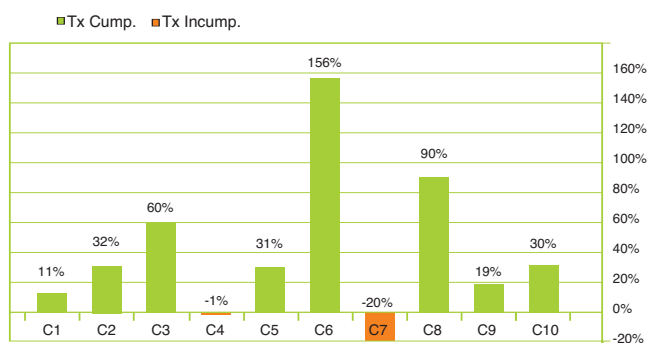
Relativamente às taxas de cumprimento mais baixas, continuamos a verificar que o C2 (Pelo menos 60% das sopas com hortaliça) é um dos menos cumpridos, tendo o C6 (Percentagem de 2ºs pratos de pescado igual ou superior aos de carne) sofrido uma manifesta melhoria, para dar lugar ao C4 (100% dos 2ºs pratos com produtos hortícolas e/ou leguminosas), como um dos dois critérios menos cumpridos. Tal facto deve-se ao incremento da frequência de fornecimento de pratos de pescado, enquanto continuam a existir escolas em que nem sempre os 2.ºs pratos são guarnecidos com produtos hortícolas e/ou leguminosas.

**Figura 1** Taxa de cumprimento por critério (2006/2007)



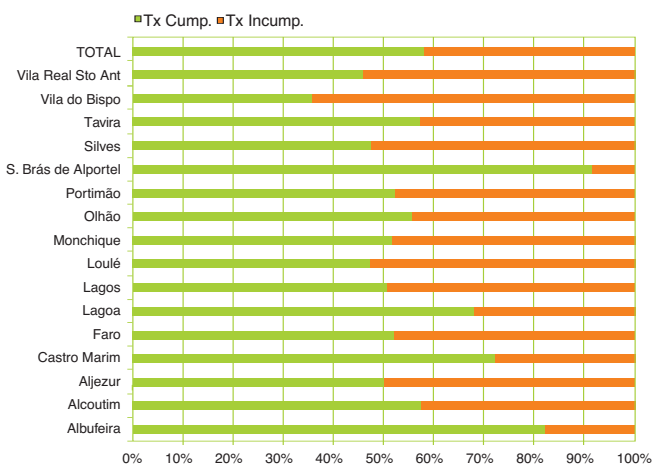
Ao efectuar a análise comparativa entre os anos lectivos 2004/2005 e 2006/2007 no que diz respeito à variação da taxa de cumprimento por critério (Figura 2), verificamos que os critérios que apresentam a maior variação positiva na taxa de cumprimento são o C6 (Percentagem de 2ºs pratos de pescado igual ou superior aos de carne) e o C8 (pelo menos 60% das confecções com pouca gordura de adição), em 156% e 90%, respectivamente. Apesar de se ter verificado uma evolução positiva na variação das taxas de cumprimento para a maior parte dos critérios, dois apresentam uma variação negativa na taxa de cumprimento, o C4 (100% dos 2ºs pratos com produtos hortícolas e/ou leguminosas) e o C7 (5 a 10% dos 2ºs pratos com ovo), em -1% e -20%, respectivamente. No que diz respeito ao C7, tal facto deve-se, à dificuldade que as escolas dizem ter em fornecer pratos com ovo, compatíveis com os requisitos obrigatórios em termos de higiene e segurança alimentar. Esta situação poderá ser revertida com uma divulgação mais sistematizada das fichas técnicas de ementas.

**Figura 2** Variação da taxa de cumprimento por critério (2004/2005 – 2006/2007)



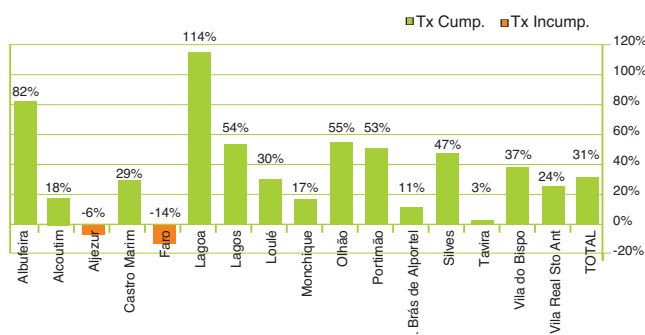
No que concerne aos resultados por concelho no ano lectivo 2006/2007 (Figura 3), verifica-se que a maioria dos concelhos (12 dos 16 da região do Algarve) apresenta uma taxa de cumprimento superior a 50%, enquanto na análise anterior apenas em 5 concelhos tal se verificava. A discrepância encontrada entre os diversos concelhos pode dever-se à falta de apoio nutricional especializado em todos eles de forma equitativa e ao reduzido n.º de escolas nalguns concelhos, o que em termos estatísticos leva a que o peso de cada uma delas seja mais significativo. Estes resultados demonstram que as intervenções comunitárias efectuadas a nível das Escolas e Autarquias se revelaram bastante positivas.

**Figura 3** Taxa de cumprimento por concelho (2006/2007)



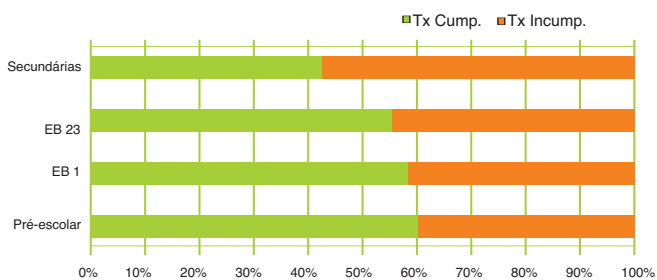
Ao efectuar a análise comparativa entre os anos lectivos 2004/2005 e 2006/2007 no que respeita a taxa de cumprimento por concelho (Figura 4), verificamos uma variação positiva na taxa de cumprimento em 14 concelhos, tendo atingido uma variação máxima de 114%. As diferentes variações nas taxas de cumprimento por concelho dependem, quer dos valores de partida, nalguns casos elevados, quer de evoluções menos significativas. As variações negativas encontradas devem-se, presumivelmente, a dificuldades na realização das acções formativas da 2ª fase (Aljezur) e a problemas em algumas escolas, sobretudo secundárias, as quais reduziram a sua taxa de cumprimento relativamente à frequência de fornecimento de produtos hortícolas e leguminosas (Faro).

Figura 4 Variação da taxa de cumprimento por concelho (2004/2005 - 2006/2007)



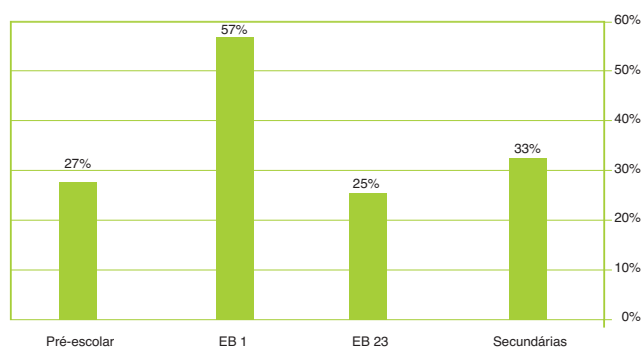
No que respeita aos resultados por grau de ensino no ano lectivo 2006/2007 (Figura 5), verifica-se que apenas as escolas do Ensino Secundário apresentam uma taxa de cumprimento inferior a 50%, enquanto na análise anterior nenhum grau de ensino atingia esta percentagem. Continuamos a verificar que quanto mais baixo o grau de ensino mais elevada é a taxa de cumprimento. Estes resultados confirmam a ideia de que a intervenção nos refeitórios escolares do ensino Pré-escolar e 1.º Ciclo não apresenta um nível tão elevado de dificuldade, face a um maior grau de aceitabilidade para alterações nas ementas, por parte dos alunos mais novos.

Figura 5 Taxa de cumprimento por grau de ensino (2006/2007)



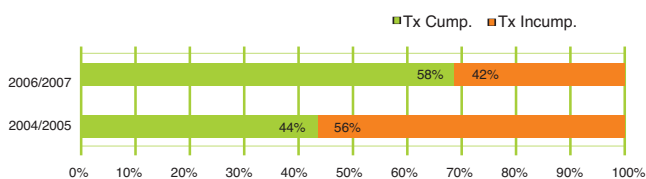
Ao efectuar a análise comparativa entre os anos lectivos 2004/2005 e 2006/2007 no que toca a taxa de variação por grau de ensino (Figura 6), verificamos a existência de uma variação positiva na taxa de cumprimento em todos os graus de ensino, sendo a maior no 1º ciclo (57%).

Figura 6 Variação da taxa de cumprimento por grau de ensino (2004/2005 - 2006/2007)



Na globalidade, verifica-se que a taxa de cumprimento total entre os anos lectivos de 2004/2005 e 2006/2007 (Figura 7) sofreu uma variação positiva de 32%, tendo passado de 44% para 58%, o que significa que a maioria das escolas da região passou a cumprir, em média, a maioria dos critérios.

Figura 7 Taxa de cumprimento total (2004/2005 - 2006/2007)



### Conclusões

A análise comparativa realizada revela que as intervenções sistematizadas e continuadas, geram mudanças positivas nos refeitórios escolares, os quais devem ser modelos de padrões alimentares saudáveis, adequados às faixas etárias respectivas.

A eficácia desta intervenção comunitária deve-se ao envolvimento de instituições locais e regionais, ao empenho colectivo e multidisciplinar e às acções complementares de educação alimentar com a comunidade escolar, alunos, pais, professores e funcionários de forma a fomentar a aceitação das medidas preconizadas.

A equipa técnica de nutricionistas e dietistas está ciente do papel primordial que tem desenvolvido em prol das alterações atingidas, as quais visam directamente a melhoria da qualidade nutricional das refeições nos estabelecimentos de educação, e indirectamente a melhoria do estado nutricional da comunidade escolar.

## BIBLIOGRAFIA

1. Food and Nutrition Policy for Schools: A Tool for the Development of School Nutrition Programs in the European Region – Program for Nutrition and Food Security, WHO Regional Office for Europe, Copenhagen, 2006.
2. Kaplan M, Kiernan NE, James L. Intergenerational family conversations and decision making about eating healthfully. *J Nutr Educ Behav.* 2006 Sep-Oct;38(5):298-306.
3. Katz, DL, et al., Public Health Strategies for Preventing and Controlling Overweight and Obesity in School and Worksite Settings: a Report on Recommendations of the Task Force on Community Preventive Services. *Morbidity and Mortality Weekly Report.* 2005 Oct; Vol. 54 (RR-10): 1-12.
4. Pilant VB. Position of the American Dietetic Association: local support for nutrition integrity in schools. *J Am Diet Assoc.* 2006 Jan;106(1):122-33.
5. Circular n.º14/DGIDC/2007, de 25 de Maio – Refeitórios Escolares: Normas Gerais de Alimentação. Direcção-Geral de Desenvolvimento e de Inovação Curricular, Ministério da Educação.
6. Batista MIM. Educação Alimentar em Meio Escolar - Referencial para uma oferta alimentar saudável. 1ª Edição. Direcção Geral de Inovação e de Desenvolvimento Curricular, Ministério da Educação. Outubro 2006.

