

ACEITABILIDADE DO LANCHE SERVIDO AO GRUPO DE JOVEM APRENDIZ EM UMA INSTITUIÇÃO DE ENSINO DE CASCAVEL - PR

Morgana Gris ZAGO¹, Pietra Vilani CHIELLA¹, Adriana Hernandes MARTINS²

1. Acadêmicas de Nutrição Centro Universitário Fundação Assis Gurgacz – FAG

2. Nutricionista. Especialista em Gestão da Qualidade e Segurança dos Alimentos. Docente de Nutrição no Centro Universitário Fundação Assis Gurgacz – FAG

RESUMO

Introdução: A alimentação adequada e saudável na adolescência é de fundamental importância, pois auxilia no crescimento, no desenvolvimento, na aprendizagem e no rendimento das atividades. Aliado a isso, as UANs têm como objetivo oferecer alimentação adequada às necessidades nutricionais dos consumidores, visando à melhoria dos serviços prestados, por meio do planejamento e do conhecimento dos processos executados, e segura do ponto de vista da higiene, contribuindo tanto para a manutenção, melhoria ou recuperação da saúde dos consumidores quanto para auxiliar no desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis e na educação alimentar.

Objetivo: adequar o modo de preparo dos alimentos que necessitam e também o cardápio servido, para que agrade os comensais na medida do possível. **Metodologia:** trata-se de um teste de aceitabilidade do lanche servido aos alunos do Programa Jovem Aprendiz, por meio de um questionário *online* via *Google Forms*, que traz tabulação automática dos dados obtidos. Emitiu-se que a maioria dos jovens (41,4%) classificaram o sabor do lanche como razoável, 46,8% classificaram a temperatura como boa, 43,2% classificaram a aparência como boa, 49,5% classificaram a variedade como razoável e 39,2% classificaram a bebida como razoável. É necessário implementar ações de educação alimentar e nutricional para valorizar a alimentação servida.

Palavras-chave: teste de aceitabilidade; lanche; jovens.

1. INTRODUÇÃO

Jovem Aprendiz

A Lei 10.097/2000 afirma que empresas de médio e grande porte devem contratar jovens com idade entre 14 e 24 anos como aprendizes. O contrato de trabalho pode durar até dois anos e, durante esse período, o jovem é capacitado na instituição formadora e na empresa, combinando formação teórica e prática (APRENDIZ LEGAL, 2019).

Os jovens têm a oportunidade de inclusão social com o primeiro emprego e de desenvolver competências para o mundo do trabalho, enquanto os empresários têm a oportunidade de contribuir para a formação dos futuros profissionais do país, difundindo os valores e cultura de sua empresa (APRENDIZ LEGAL, 2019).

Recomendações nutricionais do adolescente

Os alimentos são essenciais para a vida e o crescimento. Sem um adequado suprimento de alimentos e nutrientes um organismo vivo não pode crescer e se desenvolver adequadamente, podendo chegar à morte. A adolescência é caracterizada por profundas transformações somáticas, psicológicas e sociais, compreendendo, de acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), o período entre 10 e 19 anos de idade. É uma época de acelerados crescimento e desenvolvimento na qual o indivíduo adquire aproximadamente 25% de sua estatura final e 50% de sua massa corporal. Alterações importantes também ocorrem na composição corporal, caracterizada por depósito maior de gordura em meninas e de massa muscular em meninos (GIANINNI, 2007).

Em virtude dessas características especiais, o seu envolvimento com a nutrição assume aspectos singulares e de grande importância. Atualmente, o comportamento social do adolescente propicia o desenvolvimento de hábitos e estilos de alimentação que podem ser nutricionalmente inadequados. Refeições com ritmos irregulares, mal balanceadas, consumo excessivo de calorias vazias e dietas da moda podem contribuir para a má alimentação na adolescência. Da mesma forma que na infância, esse período pode, também, marcar o início de hábitos alimentares indesejáveis e que se perpetuam durante a fase adulta (GIANINNI, 2007).

Refeição intermediária: lanche

Sobre os lanches, estes quando são oferecidos em horários determinados e em porções nutricionalmente planejadas, propiciam boas condições para atingir o potencial de crescimento e para manter um adequado estado nutricional até a fase adulta. É preciso estar atento não só aos excessos de gorduras e carboidratos, mais fáceis de serem identificados, mas também no conteúdo de sal dos alimentos. Também a preocupação com as quantidades de cálcio ingeridas ganham importância, posto ser durante os lanches a maior oportunidade para o consumo dos alimentos fonte deste mineral (SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA, 2012).

Para essa faixa etária preconiza-se a realização de cinco a seis refeições ao dia. Destas, três são consideradas refeições plenas (pelo volume de nutrientes ingeridos) e duas refeições menores (denominadas lanches), podendo ocorrer uma pequena e última refeição denominada ceia (SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA, 2012).

Aceitabilidade de preparações

As Unidades de Alimentação e Nutrição (UANs) têm como objetivo oferecer alimentação adequada às necessidades nutricionais dos consumidores, visando à melhoria dos serviços prestados, por meio do planejamento e do conhecimento dos processos executados, e segura do ponto de vista da higiene, contribuindo tanto para a manutenção, melhoria ou recuperação da saúde dos consumidores quanto para auxiliar no desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis e na educação alimentar (AKUTSU et al., 2005; ALVES et al., 2008; PROENÇA, 1999).

O teste de aceitabilidade é o conjunto de procedimentos metodológicos, cientificamente reconhecido, destinado a medir o índice de aceitabilidade da alimentação oferecida. Ele faz parte da análise sensorial, ciência interdisciplinar na qual avaliadores se utilizam da complexa interação dos órgãos dos sentidos visão, paladar, olfato, tato e audição para medir as características sensoriais dos produtos alimentícios (BRASIL, 2009).

O índice de aceitabilidade torna-se um importante instrumento para avaliar o serviço oferecido pelas escolas na produção e fornecimento de refeições e gêneros alimentícios, além disso, pode evitar desperdícios, controlando os gastos necessários para alimentação escolar (CECANE, 2010).

Considerando a importância de uma alimentação saudável e equilibrada e com aspectos higiênico-sanitários adequados, o objetivo do presente estudo é avaliar a aceitação e qualidade do lanche servido aos grupos de jovens aprendizes da instituição.

2. MATERIAIS E MÉTODOS

O presente trabalho trata-se de teste de aceitabilidade, que segundo a Associação Brasileira De Normas Técnicas (ABNT) é o conjunto de procedimentos metodológicos, cientificamente reconhecidos, destinados a medir o índice de aceitabilidade da alimentação oferecida aos comensais. O teste de aceitabilidade faz parte da análise sensorial de alimentos, que evoca, mede, analisa e interpreta reações das características de alimentos e materiais como são percebidas pelos órgãos da visão, olfato, paladar, tato e audição.

O trabalho foi realizado no Centro Universitário da Fundação Assis Gurgacz, abrangendo a Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) do Centro de Convivência Nair Ventorin Gurgacz, onde há a preparação dos lanches servidos aos jovens do programa "Jovem Aprendiz". A pesquisa foi efetuada nas salas de aula onde se encontram os grupos do programa "Jovem Aprendiz".

Inicialmente foi aplicado um questionário *online* via *Google Forms* a todas as turmas do programa (disponível no anexo I), para que essas pudessem avaliar todos os quesitos do lanche servido, além de votar em quais opções de alimentos gostariam que fossem servidos futuramente.

Após tabulação automática pelo *Google* de todos esses dados, foi feita análise de quais os quesitos avaliados positiva e negativamente, para assim levantar os possíveis erros e falhas na preparação do lanche.

Apontando esses pontos críticos, o intuito é fazer adequação do modo de preparo dos alimentos que necessitam e também do cardápio servido, para que agrade os comensais na medida do possível.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram coletadas informações de 222 jovens participantes do programa "Jovem Aprendiz", sendo os dados transmitidos através dos gráficos abaixo.

Como você avalia o sabor do lanche servido?

222 respostas

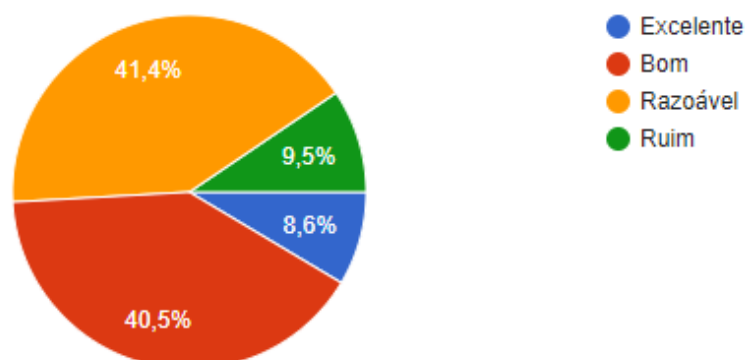


Gráfico 1: Avaliação do lanche quanto ao sabor.

Como você avalia a temperatura do lanche servido?

222 respostas

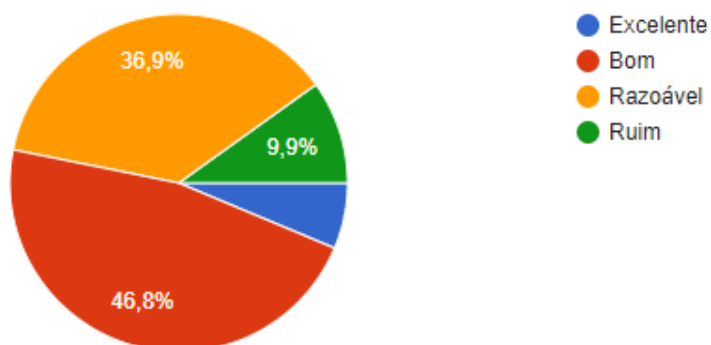


Gráfico 2: Avaliação do lanche quanto a temperatura.

Como você avalia a aparência do lanche servido?

222 respostas

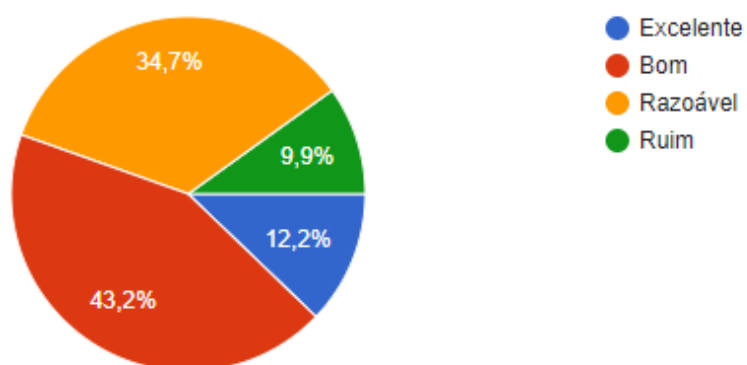


Gráfico 3: Avaliação do lanche quanto a aparência.

Como você avalia a variedade do lanche servido?

222 respostas

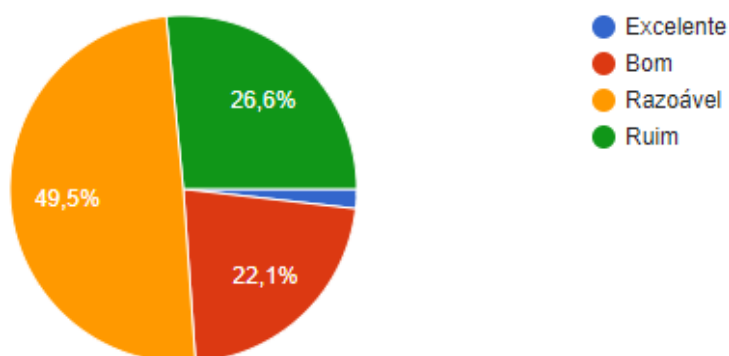


Gráfico 4: Avaliação do lanche quanto a variedade.

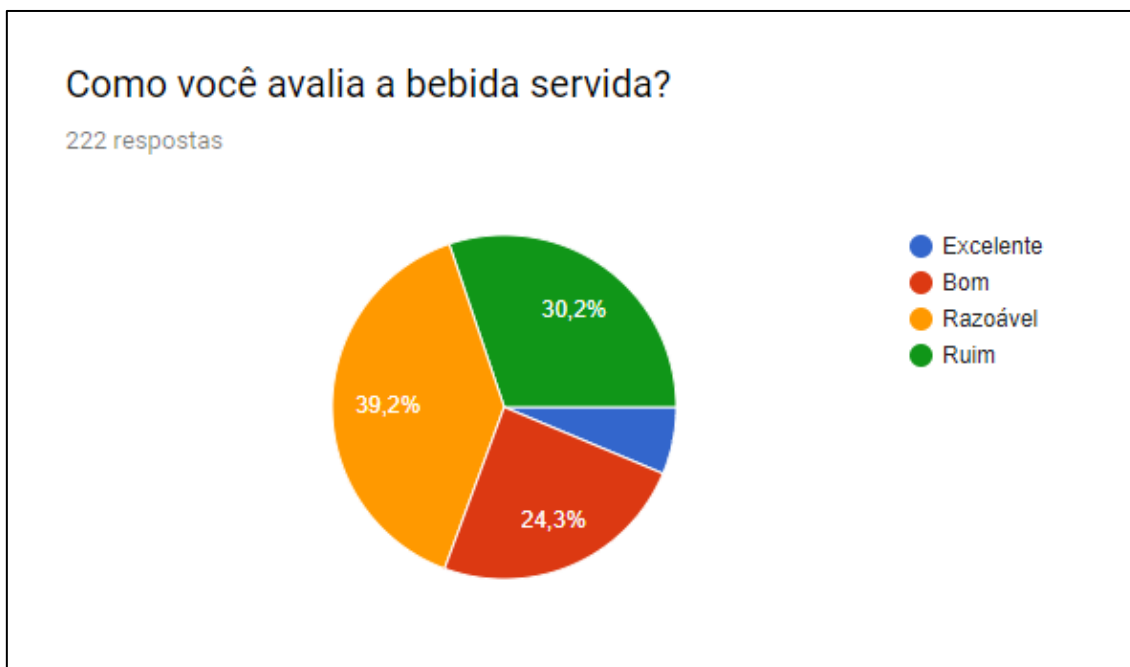


Gráfico 5: Avaliação da bebida servida.

De modo geral, a grande maioria dos jovens avaliou o lanche como razoável no quesito variedade, sabor e quanto a bebida. Já a respeito da temperatura e aparência, foram classificadas predominantemente como “bom”.

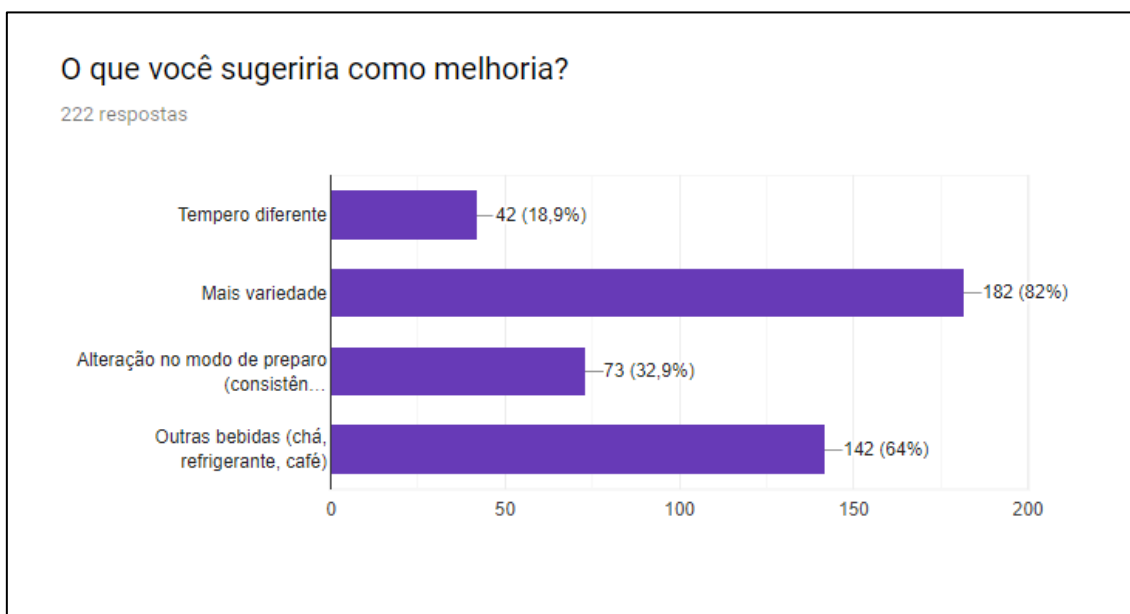


Gráfico 6: Sugestão dos jovens para melhoria do lanche servido.

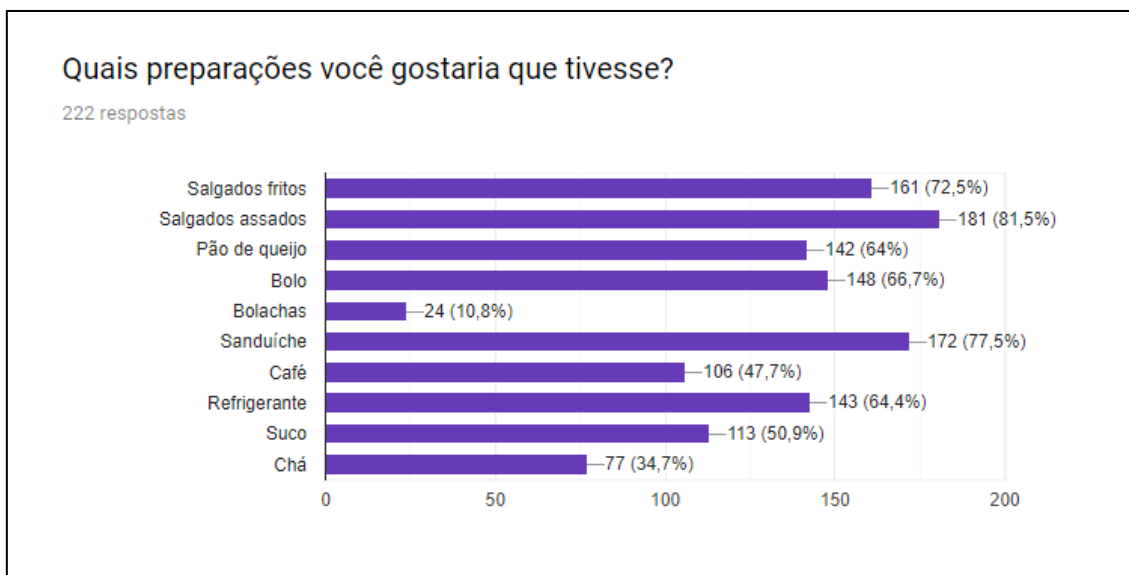


Gráfico 7: Votação sobre preferências para o lanche.

A principal sugestão de melhoria para o lanche servido, segundo a estatística, é mais variedade de preparações, seguido de outros tipos de bebidas. Através da votação, percebeu-se que o que mais desejam receber são salgados assados, sanduíche e salgados fritos, e refrigerantes como bebida.

Por meio dessa análise, pode-se concluir que os jovens não levaram em consideração o aspecto nutricional, escolhendo receber um lanche conforme suas preferências ao invés de uma preparação saudável, que atenda as necessidades fisiológicas desta faixa etária.

Porém, o objetivo desse projeto social (Programa Jovem Aprendiz) é oferecer uma pequena refeição que atenda aos aspectos de quantidade e qualidade, a fim de proporcionar um bom rendimento nas atividades realizadas pelos jovens, e não satisfazê-los conforme seus favoritismos.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O índice de aceitabilidade dos jovens em relação ao lanche servido mostrou-se entre bom e razoável, sendo que se deve levar em consideração que a avaliação foi de maneira geral, e não de cada preparação específica.

Como melhoria, sugere-se uma maior variedade no cardápio servido, para que a mesma preparação não se repita frequentemente, a fim de atender as solicitações dos

jovens, levando em consideração os aspectos nutricionais e o custo para o local, já que o mesmo é servido de forma gratuita.

Além disso, há a necessidade de uma conversa com os jovens a respeito desse lanche, explicando que é uma forma de contribuir com o aprendizado e com condições particulares de cada aluno, ao contrário do que muitos pensam, de que a instituição tem a obrigatoriedade de servi-lo. Para tanto, será passado um vídeo explicativo a respeito de alimentação saudável e suas consequências, além de demonstrar o impacto que o consumo excessivo de produtos industrializados pode trazer ao organismo.

5. REFERÊNCIAS

AKUTSU, R. C.; BOTELHO, R. A.; CAMARGO, E. B.; SÁVIO, K. E. O.; ARAÚJO, W. C. A ficha técnica de preparação como instrumento de qualidade na produção de refeições. *Rev. Nutr.*, v. 18, n. 2, p. 277-279, 2005.

ALVES, G.; COLAUTO, E. V.; FERNANDES, J. K.; ZABINE, L.; NIENIW, R. C. Avaliação antropométrica e consumo alimentar de pré-escolares em creches de Umarama, Paraná. *Arq. Ciênc. Saúde Unipar.*, v. 12, n. 2, p. 119-126, 2008.

APRENDIZ LEGAL. **Uma lei sobre oportunidades.** Disponível em: <<http://site.aprendizlegal.org.br/lei>>. Acesso em 29 de setembro de 2019 às 19h43.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NORMAS TÉCNICAS (ABNT). **Análise sensorial de alimentos e bebidas: terminologia – NBR 12806.** Rio de Janeiro: ABNT, 1993. p. 8.

BRASIL. Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. Resolução CD/FNDE No 38 de 16/07/2009. Atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE, 2009. Disponível em <<https://www.planalto.gov.br/Consea/static/documentos/outros/fnde.pdf.pdf>> Acesso em 29 de setembro de 2019 às 21h45.

CECANE. Manual para aplicação dos testes de aceitabilidade no Programa Nacional de Alimentação Escolar–PNAE. Santos: Universidade Federal de São Paulo, 2010.

GIANINNI, D. T. **Recomendações Nutricionais do Adolescente.** *Rev. Adolescência e Saúde*, v. 4, n 1, p. 12-18, 2007.

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

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. **Lanche Saudável – Manual de Orientação.** Departamento Científico de Nutrologia. São Paulo – SP, 2012.

6. ANEXOS

Questionário aplicado via *Google Forms*.

Lanche servido para o grupo Jovem Aprendiz

Esse formulário tem o intuito de avaliar e pontuar quais quesitos deixam a desejar no lanche servido para o grupo Jovem Aprendiz, além de levantar sugestões para possíveis melhoras.

**Obrigatório*

Como você avalia o sabor do lanche servido? *

- ☐ Excelente
- ☐ Bom
- ☐ Razoável
- ☐ Ruim

Como você avalia a temperatura do lanche servido? *

- ☐ Excelente
- ☐ Bom
- ☐ Razoável
- ☐ Ruim

Como você avalia a aparência do lanche servido? *

- ☐ Excelente
- ☐ Bom
- ☐ Razoável
- ☐ Ruim

Como você avalia a variedade do lanche servido? *

- ☐ Excelente
- ☐ Bom
- ☐ Razoável
- ☐ Ruim

Como você avalia a bebida servida? *

- ☐ Excelente
- ☐ Bom
- ☐ Razoável
- ☐ Ruim

O que você sugeriria como melhoria? *

- ☐ Tempero diferente
- ☐ Mais variedade
- ☐ Alteração no modo de preparo (consistência, apresentação, temperatura)
- ☐ Outras bebidas (chá, refrigerante, café)

Quais preparações você gostaria que tivesse? *

- ☐ Salgados fritos
- ☐ Salgados assados
- ☐ Pão de queijo
- ☐ Bolo
- ☐ Bolachas
- ☐ Sanduiche
- ☐ Café
- ☐ Refrigerante
- ☐ Suco
- ☐ Chá