



**ANNA CARINY BORGES MESSIAS  
LARISSA GRAZIELE GRASSI**

**AVALIAÇÃO DO CARDÁPIO OFERECIDO EM UMA  
INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA PARA IDOSOS  
(ILPI) DO MUNICÍPIO DE LAVRAS: MÉTODO AQPC E  
PERCENTUAL DE RESTO-INGESTÃO**

**LAVRAS-MG  
2023**

**ANNA CARINY BORGES MESSIAS  
LARISSA GRAZIELE GRASSI**

**AVALIAÇÃO DO CARDÁPIO OFERECIDO EM UMA INSTITUIÇÃO DE LONGA  
PERMANÊNCIA PARA IDOSOS (ILPI) DO MUNICÍPIO DE LAVRAS: MÉTODO  
AQPC E PERCENTUAL DE RESTO-INGESTÃO**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à  
Universidade Federal de Lavras, como parte  
das exigências do Curso de Nutrição, para  
obtenção do título de Bacharel.

Aprovado em 02 de Março de 2023  
Dr(a) Carolina Valeriano de Carvalho  
Dr(a) Ívina Catarina de Oliveira Guimarães  
Mestranda Beatriz Manegate Santos

Prof(a). Dr(a). Carolina Valeriano de Carvalho  
Orientadora

**LAVRAS-MG  
2023**

## RESUMO

É de extrema importância um olhar mais atento aos idosos, principalmente do ponto de vista nutricional. O Manual de Alimentação Saudável para pessoas idosas, do Ministério da saúde, indica que com o passar dos anos os cardápios precisam ser adaptados para que haja uma boa aceitação pelo idoso. Sempre com a finalidade de atingir a quantidade de nutrientes necessários para o corpo, oferecendo os mais diversos tipos de alimentos, podendo ou não mudar fatores como consistência, coloração, entre outros, a fim de ajudar a manter o peso saudável por meio de uma alimentação saudável, acessível e segura. O objetivo deste estudo foi o de avaliar a aceitabilidade dos cardápios oferecidos em uma Instituição de longa permanência (ILPI) no município da cidade de Lavras - Minas Gerais. Foi realizado um estudo transversal no qual foi utilizado o método de AQPC (Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio) em conjunto com o percentual de resto-ingestão para assim poder estimar o nível de aceitação do presente cardápio utilizado na instituição. Além de acompanhar o preparo das refeições foi também verificado se condizia com o cardápio elaborado e com o especificado nas fichas técnicas. Em relação ao método de avaliação qualitativo, pode-se concluir que o cardápio se mostrou adequado com boa rotatividade de alimentos, variedades e colorações, ainda mais se comparado com outros estudos de mesmo tema realizados também em ILPIs. Nos resultados obtidos de resto-ingestão foi ultrapassado os 10% de recomendação, que por VAZ (2006) é considerado desperdício. O resultado de 12,20% reflete diversos fatores: como cultura alimentar, maior aceitação de pratos com carnes e alterações fisiológicas dos idosos. Portanto, pôde-se concluir que o desperdício da ILPI não está relacionado diretamente às refeições servidas, mas também às especificidades deste público da terceira idade e suas dificuldades de alimentação.

**Palavras-chave: ILPI (instituição de longa permanência para idosos), cardápio, desperdício.**

## ABSTRACT

It is extremely important to have a closer look at the elderly, especially from the point of nutritional view. The Healthy Eating Manual for the Elderly, from the Ministry of Health, indicates that over the years the menus need to be adapted so that there is good acceptance by the elderly. Always with the object of reaching the amount of nutrients necessary for the body, offering the most diverse types of food, may or may not change factors such as consistency, coloring, among others, in order to help maintain weight healthy through healthy food, accessible and safe food. The purpose of this study was to assess the acceptability of the menus offered in a long-term institution (ILPI) in the city of Lavras - Minas Gerais. It was carried out a cross-sectional study in which the AQPC method (Qualitative Assessment of Preparations from the Menu) together with the rest-ingestion percentage in order to be able to estimate the level of acceptance of the present menu used in the institution. In addition to monitoring the preparation of meals was also checked if it matched the menu prepared and as specified in the technical sheets. Regarding the evaluation method qualitative, it can be concluded that the menu showed up adequate with good turnover of foods, varieties and colors, even more so when compared to other studies of the same theme also carried out in ILPIs. In the results obtained from rest-ingestion it has been exceeded the 10% recommendation, which according to VAZ (2006) is considered wasteful. The result of 12.20% reflects several factors: such as food culture, greater acceptance of dishes with meat and physiological changes in the elderly. Therefore, it can be concluded that the waste of ILPI is not directly related to the meals served, but also to the specificities of this elderly public and their feeding difficulties.

**Keywords: institution for the aged, menu, waste**

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO .....</b>	<b>5</b>
<b>2 METODOLOGIA .....</b>	<b>6</b>
<b>2.1 Local de estudo .....</b>	<b>6</b>
<b>2.2 Cardápios .....</b>	<b>6</b>
<b>2.3 Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio .....</b>	<b>7</b>
<b>2.4 Resto ingestão .....</b>	<b>8</b>
<b>2.5 Cálculos utilizados .....</b>	<b>9</b>
<b>3 RESULTADOS E DISCUSSÃO .....</b>	<b>10</b>
<b>3.1 Cardápios AQPC .....</b>	<b>10</b>
<b>3.2 Resto ingestão .....</b>	<b>17</b>
<b>4 CONCLUSÃO .....</b>	<b>19</b>
<b>5 REFERÊNCIAS .....</b>	<b>20</b>

## 1 INTRODUÇÃO

Segundo a Organização Mundial da Saúde, se o indivíduo tem 60 anos ou mais, ele é considerado idoso. Essa população pode chegar a até um quinto da população mundial até o ano de 2050 (OMS, 2015). Atualmente, no Brasil os idosos representam 14,3% da população total do país, o que nos diz que esse aumento no ritmo do envelhecimento já é uma realidade (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2022).

As Instituições de Longa Permanência para idosos (ILPI), também conhecidas como casa de repouso, clínica geriátrica e ancionato. São instituições que abrigam pessoas com idade igual ou superior a 60 anos, oferecendo abrigo, cuidados e dignidade. (GOV, 2020)

O idoso, assim como uma criança que acaba de nascer, passa por uma adaptação para se alimentar, pois eles podem ter algumas dificuldades características naturais, como diminuição de funções fisiológicas e também mastigação, deglutição, etc, que podem dificultar a sua alimentação (RIBEIRO, 2004). E a possibilidade de ingerir bons nutrientes está diretamente ligada a se ter uma boa qualidade de vida e saúde em geral. (BRUNETTI; MONTENEGRO, 2002; LEAL; MONTENEGRO, 2004).

Devido aos fatores citados anteriormente, surge a importância da utilização de temperos naturais na alimentação dos idosos. Pois assim, estimula-se o paladar e olfato, que impede que este grupo não diminua o prazer pela alimentação. Com isto, reflete-se a melhora da aceitação dos alimentos, que acarreta a diminuição de carências nutricionais.

De acordo com o caderno de Atenção Básica "Envelhecimento e saúde da pessoa idosa", muitas mudanças tanto físicas como fisiológicas acontecem no corpo de um idoso, como diminuição de peso, alterações ósseas, mudança nas quantidades e distribuição do tecido adiposo subcutâneo e redução na massa muscular. Alterações como essas podem fazer com que esses idosos tenham uma perda de autonomia, tanto para preparar alimentos como para se alimentarem, uma perda olfativa que pode alterar/diminuir o apetite, entre outras perdas, contudo pode acabar fazendo com que prejudiquem a capacidade de ingerir alimentos e absorver nutrientes, o que pode resultar em risco de desnutrição.

Segundo o Manual de Alimentação saudável para pessoas idosas (MS), algumas medidas podem ser usadas para ajudar na alimentação. Pode-se citar como exemplo, a variação de alimentos no cardápio e suas formas de preparações. Além, de fornecer uma adequada quantidade de alimentos, como frutas, verduras, cereais integrais, e entre outros variados grupos de alimentos que auxiliam a manter um peso saudável por meio de uma alimentação acessível e segura (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2009).

Dentro das ILPIs a alimentação e a nutrição balanceada é um dos quesitos para que os idosos tenham uma melhor qualidade de vida, por isso se faz necessário o uso de estratégias que melhorem a ingestão de nutrientes por meio da ingestão dos alimentos (DE JESUS; SZCZEREPA, 2017)

E para o nutricionista, principalmente para aqueles que trabalham dentro de uma Unidades de Alimentação e Nutrição (UAN), o cardápio é uma importante ferramenta pois nele deve-se considerar inúmeros aspectos, destacando os sensoriais como o tipo do alimento, combinações, cores técnicas de preparo, entre outros (VEIROS; PROENÇA, 2003).

Por meio disto, este estudo tem por objetivo avaliar qualitativamente as preparações do cardápio apresentado pela ILPI no município de Lavras - MG.

## **2 METODOLOGIA**

### **2.1 Local de estudo**

Esta pesquisa foi desenvolvida no Lar Augusto Silva, uma instituição filantrópica fundada na cidade de Lavras - Minas Gerais no ano de 1931, com o intuito de acolher idosos (ILPI, 2023). A instituição é formada por uma equipe multidisciplinar, que consiste entre eles cuidadores, nutricionista, médico, enfermeiro, psiquiatras, farmacêuticos e técnicos em enfermagem. E conta com áreas principais como dormitórios, refeitório e áreas de lazer (ILPI, 2023).

O Lar atualmente possui o total de 54 idosos, de idades entre 60 e 103 anos.

### **2.2 Cardápios**

O cardápio é elaborado semanalmente, porém ocorrem alterações diárias pois a instituição se mantém através de doações. Os alimentos que possuem menor durabilidade são consumidos primeiro.

Foram coletadas amostras nos horários de almoço durante 13 dias não consecutivos, no período de 31 de janeiro a 16 de fevereiro de 2023, excluindo os finais de semana, dos diferentes cardápios de almoço juntamente com as sobras limpas e sujas para avaliá-los segundo método AQPC e também estimar o resto ingestão.

No tempo de coleta foram servidas 667 pratos bases: com arroz, feijão, proteína, legumes, além de 369 sobremesas: salada de fruta, laranja, melancia ou banana, 76 sopas de macarrão com legumes e 34 sopas batidas pastosas.



**Foto 1.** Pratos prontos para servir.



**Foto 2.** Sopa antes de servir.



**Foto 3.** Salada de frutas.



**Foto 4.** Sopa batida pronta para servir.

### 2.3 Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio

A avaliação do cardápio pelo método AQPCC é uma avaliação global usada para analisar de modo geral as técnicas de cocção utilizadas para realizar as preparações, levando em consideração também as cores, combinações e repetições dos compostos alimentares, assim como a oferta de determinados alimentos, como carne, frutas e folhosos.

Além disso, esta análise permite analisar o teor de enxofre presente nos alimentos (VEIROS; PROENÇA, 2003). Para realizar a análise das preparações ricas em enxofre foram considerados e contabilizados como alimentos flatulentos sulfurados como: abacate, acelga, aipo, alho, amendoim, batata-doce, brócolis, castanha, cebola, couve-de-bruxelas, couve-flor, ervilha, gengibre, goiaba, jaca, lentilha, maçã, melancia, melão, milho, mostarda, nabo, nozes, ovo, rabanete, repolho e uva. (PROENÇA et al., 2005).

Foram considerados a quantidade de teor de enxofre, monotonia de cores dos pratos considerando quando três ou mais alimentos com cores iguais ficam presentes em um mesmo

dia. Também foi considerando a oferta de carnes gordurosas, frutas, doces, frituras, folhosos, conservas, e repetição da técnica de preparo dos pratos proteicos (PROENÇA et al., 2005; VEIROS, 2002). A avaliação do cardápio foi realizada a partir da observação do percentual de ocorrência semanal dos alimentos ou preparações relativos a cada critério.

Na avaliação, foi preenchida uma planilha na qual o número '0' significa que não obteve tal tipo de preparação no dia e o número '1' que teve. As variáveis aplicadas foram: salada com folhosos; frutas como sobremesa; baseado em alimentos in natura; ausência de alimentos ultraprocessados; baseado em alimentos minimamente processados; alimentos sulfurados/ difícil ingestão; repetição do método de cocção; repetição de ingredientes; cores semelhantes nas preparações; uso de alimentos ultraprocessados; frituras; repetição de cortes na salada; e carne gordurosa.

## **2.4 Resto ingestão**

Foi realizada a coleta de dados de resto ingestão para avaliar a aceitação das preparações, Todos alimentos foram pesados antes de saírem para linha de distribuição, sendo assim, o valor de quantidade produzida de alimentos. Após a refeição, os restos da ingestão foram pesados. De acordo com a comida que restavam nos pratos, eram desconsiderados os ossos, cascas e sementes. As sobras limpas foram também analisadas, para calcular a diferença de comida produzida e comida distribuída.

Todos alimentos foram pesados em suas respectivas panelas e cubas, retirando-se o peso da tara individualmente de cada material/alimento. (Tabela 1)

As sobras sujas eram depositadas em uma cuba pequena. Já o peso das sobras limpas era obtido através da pesagem das cubas e panelas ainda com alimentos retirados do balcão de distribuição, sendo descontado o valor do recipiente em ambas e pesados.

Foi retirado o valor da sobra limpa dos alimentos que foram armazenados posteriormente para serem servidos na hora do jantar, para que não fossem confundidos com restante que iria para o lixo e então foram pesados a sobra descartada do pratos que chegavam na área de distribuição e colocados em uma cuba rasa e também em um prato raso, para que ao término de todas refeições pudesse ser pesado. O restante do prato era levado para o cachorro da ILPI, mas antes disso era contabilizado a quantidade, também como desperdício.

Com o valor final disponibilizado pelos cálculos conseguimos identificar quais as preparações mais bem aceitas por meio do percentual de desperdício de cada uma delas.

**Tabela 1.** Tara dos utensílios de cozinha.

UTENSÍLIOS	TARA (GRAMAS)
Panela De Arroz	1863
Panela De Feijão	592
Cuba Grande	719
Cuba Rasa	551
Prato (Cumbuca)	56
Prato (Raso)	200
Panela Da Sopa	663
Pote De Margarina	15
Pote Sobremesa P	13
Pote sobremesa G	21

Fonte: Do autor, 2023.



Foto 5. Desperdício na cuba pequena.



Foto 6. Desperdício prato raso.

## 2.5 Cálculos utilizados

Todos os cálculos foram realizados de acordo com as fórmulas citadas em Vaz (2006)

Para o cálculo da quantidade de alimentos consumida, utilizou-se a fórmula:

Peso da refeição distribuída (Kg) = total produzido – sobras prontas após servir as refeições

Para o cálculo do índice de resto-ingestão, utilizou-se a fórmula:

% de resto-ingesta = peso do resto x 100 / peso da refeição distribuída

Para o cálculo da sobra, utilizou-se a fórmula:

% da sobra limpa = peso da sobra x 100 / peso da refeição distribuída

Após o cálculo das variáveis acima citadas, pôde-se fazer uma avaliação do desperdício em uma Instituição de Longa Permanência de Lavras.

Vaz (2006) considera os valores ótimos para índice de 0 a 3,0%; bom: 3,1 a 7,5%; ruim: 7,6 a 10%; inaceitável: acima de 10%.

### **3 RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Para melhor compreensão do estudo, os resultados foram apresentados em dois tópicos: análise do cardápio pelo método AQPC e apresentação dos dados resultantes do resto-ingestão.

#### **3.1 Cardápios AQPC**

A avaliação do cardápio de almoço do Lar Augusto Silva demonstrou uma boa rotatividade de alimentos, principalmente de verduras e legumes (quiabo, vagem, batata fiúza, chuchu, cenoura, batata inglesa, jiló, almeirão, acelga, abobrinha d'água, beterraba, abóbora madura, couve-flor, berinjela, folhas de mostarda e folhas de almeirão) durante os dias da semana, evidenciando ao fato de que a instituição é filantrópica. Porém as técnicas de cocção foram repetidas em 76,92% dos dias e de cores em 53,84% no mesmo prato, no entanto a repetição nos tipos de cortes de salada foi pouca, apenas 23,07% dos dias obtiveram um corte igual na mesma refeição. Como citado pela nutricionista da instituição, o uso de folhosas é mais difícil por conta da sua pouca durabilidade e também frequência de doação, por esse fato foi colocada para servir em apenas 30,76% do período de tempo.

Foi observado ótimos valores em relação ao cardápio ser baseado em alimentos in natura (100%), baseado em alimentos minimamente processados (100%) e na ausência de alimentos ultraprocessados (92,3%), que no caso foi usado apenas uma vez no período decorrido da pesquisa. Excelentes resultados também para os pontos negativos de uso de frituras, carnes gordurosas e repetição de ingredientes, essas com 0% de uso, e alimentos sulfurados e uso de alimentos ultraprocessados, ambas utilizadas apenas 1 vez (7,69%).

Em relação às sobremesas, foi notado que em 53,84% ela foi entregue como frutas, em contrapartida não tiveram outros tipos de sobremesa, portanto pode-se dizer que em 100% das vezes em que teve sobremesa, todas essas foram frutas.

A sopa é um alimento sempre presente no cardápio, este tipo de preparação tem mais líquidos, chamados pelos cuidadores de “mais molhadinha”, ela é de mais fácil deglutição, sendo ofertada para aqueles que não conseguem mastigar completamente a comida ficam com facilidade para engasgos e também para aqueles que têm a preferência de comer sopa na hora do almoço. Sua preparação não é tão variada, pois dentro do período de 14 dias, em 76,92%

deles (10 dias) o macarrão utilizado foi o parafuso, e entre os 3 dias restantes os tipos apresentados foram o Ave Maria e o Chifferi, mas sempre preparado bem colorido com vegetais macios e na maioria das vezes servido juntamente com o caldo de feijão, assim ofertando um maior valor nutritivo ao conjunto (OLIVEIRA et al., 2008).

Vale frisar que todos os dias em que houve a oferta de carne como opção proteica, ela foi oferecida sempre como carne moída, com o cuidado de não apresentar ossos e pedaços grandes com gorduras ou muito músculo, isto com o intuito de dificultar casos de engasgos. E essa carne era moída de diferentes tipos de cortes, podendo ser eles de boi ou porco, na maioria das vezes preparada com legumes, como em muitos dias, cenoura.

É importante ressaltar que não é disponibilizado nenhum tipo de alimento que não tenha sido abrandado por cocção, desde carnes até legumes e folhas. A maioria das refeições eram distribuídas no refeitório, porém para aqueles idosos acamados ou com menor capacidade cognitiva e motora os mesmos eram levados até eles por meio dos cuidadores responsáveis. Todas as refeições foram proporcionadas por 2 responsáveis da cozinha que montavam os pratos Além do mais, os cuidadores já chegavam pedindo os pratos de acordo com algumas preferências já relatadas ou demonstradas por alguns dos senhores e senhoras de idade, assim podendo-se dizer que ajudando a diminuir o desperdício daqueles que não almoçam no refeitório.

Ao comparar o estudo presente com o do Município do Recôncavo da Bahia, pode-se analisar que o cardápio da ILPI de Bahia, mostrou-se que no período de tempo da pesquisa não foi oferecido qualquer tipo de folhosos, além de uma alta oferta de doces e uma baixa coloração dos pratos (SANTANA, 2019), que não é o que indica no Guia Alimentar para a População Brasileira 2014 (BRASIL, 2014). Portanto, apresentou inadequação no consumo de certos alimentos. Diferente do estudo da ILPI de Lavras, que apresentou folhosos, mesmo que em pouca quantidade, frutas como sobremesas e pratos bastante coloridos.

**Tabela 2.** Cardápio referente aos almoços com pratos principais, opção de sopa e sobremesa ofertados em uma ILPI de Lavras - MG.

Data	Prato Principal						Opção de sopa	Sobremesa
Dia 1 (31/01/2023)	Arroz	Feijão	Carne moída de porco (sem osso)	Quiabo picado e refogado	Vagem Picada e refogada		Sopa de macarrão parafuso colorido com cenoura, batata fiúza e chuchu em cubos	Salada de frutas com melancia, banana, uva e mamão
Dia 2 (01/02/2023)	Arroz	Feijão	Ovo cozido	Batata fiúza cozida em cubos	Chuchu cozido em cubos	Macarrão parafuso com salsicha em cubos	Sopa de macarrão parafuso colorido com cenoura e chuchu em cubos	--
Dia 3 (02/02/2023)	Arroz	Feijão	Carne moída boi, com cubos de cenoura e pedaços de couve flor	Jiló refogado com pimentão	Ovo mexido	Almeirão picado refogado	Sopa de macarrão parafuso com couve-flor, cenoura, chuchu e batata fiúza em cubos	--
Dia 4 (03/02/2023)	Arroz	Feijão	Carne moída de porco com cenoura	Abobrinha refogada	Acelga refogada		Sopa de macarrão parafuso e ave maria com cenoura, batata fiúza, inhame e chuchu	--
Dia 5 (06/02/2023)	Arroz	Feijão	Ovo cozido	Cenoura em cubos	Batata em cubos refogada com agrião		Sopa de Macarrão cotovelo com cenoura e	--

							batata	
Dia 6 (07/02/2023)	Arroz	Feijão	Carne moída de porco com cenoura	Beterraba em cubos	Abóbora Madura refogada		Sopa de Macarrão cotovelo com cenoura e abobrinha	Laranja ou melancia
Dia 7 (08/02/2023)	Arroz	Feijão	Carne moída de lombo de porco com cenoura	Abóbora madura refogada	Quiabo refogado		Sopa de macarrão parafuso com cenoura e chuchu	--
Dia 8 (09/02/2023)	Arroz	Feijão	Macarrão com carne moída de porco	Vagem refogada	Abobrinha italiana em cubos refogada	Ovos mexidos	Sopa de macarrão parafuso com cenoura e abobrinha	Salada de frutas com melancia, banana, manga e abacaxi
Dia 9 (10/02/2023)	Arroz	Feijão	Ovo mexido	Berinjela assada com pimentão	Jiló refogado com vagem e pimentão		Sopa de macarrão parafuso com cenoura, chuchu e batata	Banana maçã
Dia 10 (13/02/2023)	Arroz	Feijão	Carne moída de porco com cenoura	Chuchu cozido em cubos	Batata refogada	Beterraba em tiras	Sopa de macarrão ave maria com cenoura e chuchu	--
Dia 11 (14/02/2023)	Arroz	Feijão	Carne moída de porco	Vagem refogada	Jiló refogado		Sopa de macarrão parafuso com cenoura, chuchu e batata fiúza	Salada de frutas com banana, mamão e abacaxi

Dia 12 (15/02/2023)	Arroz	Feijão	Carne de porco moída	Abóbora madura refogada	Ovo cozido	Vagem refogada	Sopa de macarrão parafuso com cenoura ralada, abobrinha italiana e batata baroa	Banana nanica
Dia 13 (16/02/2023)	Arroz	Feijão	Macarrão penne com molho de tomate e carne de porco moída	Abobrinha italiana em cubos refogada	Mostarda em corte Chiffonade refogada		Sopa de macarrão parafuso com cenoura, chuchu e batata fiúza	Banana nanica

**Fonte: Do autor, 2023.**

Pode-se observar na Tabela 3 as variáveis e seus respectivos resultados atribuídos através de porcentagem de ocorrência semanal separados por serem de âmbito positivo ou negativo.

**Tabela 3.** Avaliação da Qualidade das Preparações do cardápio do Lar Augusto Silva.

Dias	Pontos Positivos					Pontos Negativos							
	Salada com Folhosos	Frutas como sobremesa	Baseado em alimentos in natura	Ausência de alimentos ultraprocessados	Baseado em Alimentos minimamente processados	Alimentos sulfurados	Repetição do método de cocção	Repetição de ingredientes	Cores semelhantes nas preparações	Uso de Alimentos ultraprocessados	Frituras	Repetição de cortes na salada	Carne gordurosa
Dia 1 31/01/23	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0
Dia 2 01/02/23	0	0	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0
Dia 3 02/02/23	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0
Dia 4 03/02/23	1	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0
Dia 5 06/02/23	1	0	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0
Dia 6 07/02/23	0	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0
Dia 7 08/02/23	0	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0

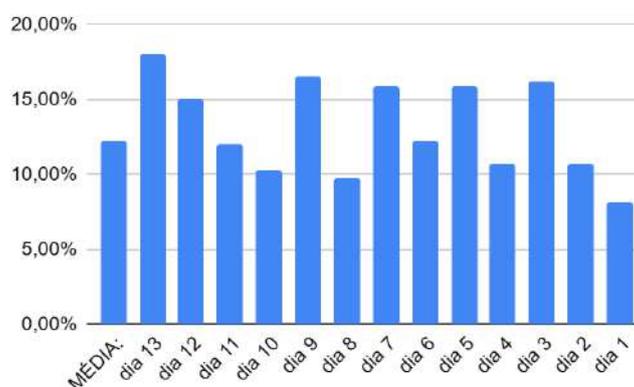
Dia 8 09/02/23	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0
Dia 9 10/02/23	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0
Dia 10 13/02/23	0	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0
Dia 11 14/02/23	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0
Dia 12 15/02/23	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0
Dia 13 16/02/23	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0
<b>Ocorrên cia %</b>	<b>30,76</b>	<b>53,84</b>	<b>100</b>	<b>92,3</b>	<b>100</b>	<b>7,69</b>	<b>76,92</b>	<b>0</b>	<b>73,84</b>	<b>7,69</b>	<b>0</b>	<b>23,07</b>	<b>0</b>

Fonte: Do autor, 2023.

### 3.2 Resto ingestão

O resto ingestão é a relação entre o resto devolvido nas bandejas pelo comensal e a quantidade de alimentos e preparações alimentares oferecidas, expressa em percentual.

**Gráfico 1.** Porcentagem do resto-ingestão da ILPI de Lavras em 13 dias.



**Fonte: Do autor, 2023.**

Não foram encontradas medidas específicas para controle de resto ingestão da população idosa, por isso, usou-se o padrão de taxas menores que 10% para ser aceitável. Portanto, no presente estudo, chegou-se à taxa de 12,20% de resto ingestão, que é considerado um alto índice de desperdício.

Em primeira análise, pode-se associar este índice de resto-ingestão com o público em que o almoço é ofertado. É importante considerar alguns fatores que levam a alteração alimentar dos idosos: a perda de paladar e a dificuldade de mastigação/deglutição por perda de dentes ou doenças degenerativas. Os problemas físicos refletem a necessidade de modificações no consumo de alimentos que conduzem a restrições alimentares e um preparo especial das refeições no âmbito da família (COITINHO et al., 1991). Portanto, toda refeição é preparada na cozinha da unidade e elaborada especialmente para estes idosos. Não é servido refeições com ossos, carnes duras ou preparações cruas, todos os alimentos são abrandados por cocção.

Para aqueles que recentemente saíram da nutrição enteral, são servidos sopas líquidas/pastosas. Porém, apesar do prato ser feito de acordo com as necessidades deste grupo, nem sempre é garantia de aceitação.

**Tabela 4.** Quantidades, sobras e porcentagem de resto-ingestão de uma ILPI de Lavras - MG.

	<b>Quantidade produzida</b>	<b>Quantidade ofertada</b>	<b>Sobra limpa</b>	<b>Resto-Ingesta</b>	<b>% resto ingestão</b>
<b>DIA 1 (31/01)</b>	25,229	17,048	7,182	1,397	8,19%
<b>DIA 2 (01/02)</b>	20,571	14,736	5,835	1,585	10,70%
<b>DIA 3 (02/02)</b>	21,428	15,33	6,098	2,495	16,27%
<b>DIA 4 (03/02)</b>	17,924	12,544	5,38	1,353	10,70%
<b>DIA 5 (06/02)</b>	19,046	15,94	3,106	2,548	15,90%
<b>DIA 6 (07/02)</b>	20,346	12,583	7,763	1,547	12,20%
<b>DIA 7 (08/02)</b>	19,305	13,824	5,481	2,204	15,90%
<b>DIA 8 (09/02)</b>	25,798	18,696	7,102	1,817	9,71%
<b>DIA 9 (10/02)</b>	17,945	12,959	4,986	2,143	16,50%
<b>DIA 10 (13/02)</b>	19,457	12,741	6,719	1,321	10,30%
<b>DIA 11 (14/02)</b>	22,355	17,167	5,188	1,711	12,00%
<b>DIA 12 (15/02)</b>	17,923	12,595	5,328	1,9	15,00%
<b>DIA 13 (16/02)</b>	18,625	14,241	4,384	2,647	18,00%
<b>MÉDIA:</b>	<b>19,457</b>	<b>14,241</b>	<b>5,481</b>	<b>1,817</b>	<b>12,20%</b>

**Fonte: Do autor, 2023.**

Além do mais, idosos possuem gostos e crenças alimentares enraizados. As preferências alimentares, movidas ou condicionadas por crenças, são qualidades que pertencem ao cotidiano desses agentes sociais idosos (BOURDIEU, 1989). Para mais, dentro da própria ILPI, havia idosos com gostos diferentes dos quais os pratos eram servidos de acordo com a preferência. Como exemplos: preferência por ovos cozidos, por macarrão, comida com muito feijão.

A média de desperdício nos dias que não dispunham carne como proteína principal foi superior, com 15,90%, que nos dias em que foram ofertados, com 12,10%. Quando a carne não era ofertada, o substitutivo eram ovos cozidos ou ovos mexidos. Este índice pode ser explicado pela cultura ocidental massificada no decorrer do século XX em considerar a carne como iguaria, um alimento sinônimo de riqueza (CELKA, M., 2016).

Pôde ser observado nesta pesquisa que os alimentos que mais sobram no resto-ingestão são o arroz e feijão. E, segundo a EMBRAPA (2018), os alimentos mais desperdiçados no Brasil são arroz e feijão, que representam 38% da comida que vai para o lixo. Pode-se associar ao grande estoque de arroz e feijão que a ILPI possui, pois é preciso utilizar estes alimentos prioritariamente. Estes compõem a base principal da alimentação, por isso são produzidos e servidos em maiores quantidades todos os dias.

A sobra limpa aponta uma taxa de 39%, segundo Sofia Henriques em sua dissertação: “As sobras são todos os alimentos prontos e confeccionados que não chegam a ser distribuídos.” Porém, neste caso, deve-se considerar que essa sobra não é descartada. No horário do jantar é consumida juntamente com a sopa, como complemento desta refeição ou servida àqueles que não comem sopa, como relatado pela nutricionista.

#### **4 CONCLUSÃO**

Ao relacionar a avaliação AQPC, o cardápio se encontra com consistência adequada e variação de preparações, com boa rotatividade. Na ILPI há uma nutricionista à disposição, mas como citado anteriormente o local é filantrópico e o cardápio que ela monta é somente uma previsão, pois diariamente altera-se tanto o preparo, como o alimento que vai ser distribuído. Então, o Lar Augusto Silva não mantém um cardápio fixo, pois tem que usufruir primeiramente dos alimentos que têm uma validade/durabilidade menor.

Porém, diante dos resultados encontrados, se mostraram positivos quanto à qualidade das preparações e variedades, com algumas exceções, como: os tipos de cortes das saladas e seus métodos de cocção pouco variados. Porém, vale levar em consideração que o público alvo são idosos que necessitam de cortes menores e cocção em todas preparações, pois devido ao envelhecimento, ele dispõe de uma maior facilidade para problemas de deglutição.

Em relação ao resto ingestão, apesar de estar acima de 10%, que é considerado por vários autores como índice de desperdício alto, é necessário levar em consideração que não há pesquisas específicas para o público idoso. Pois vários fatores devem ser levados em consideração que sucedem naturalmente ao envelhecer. No total, aproximadamente 25 quilos de comida foram descartados ao longo de 13 dias, sendo todos estes restantes dos pratos servidos. Uma possibilidade seria ofertar menor quantidade de alimentos por prato, priorizando a repetição de acordo com as vontades dos idosos, e observar se o desperdício diminui. No entanto, ainda é uma possibilidade para estudos futuros.

## 5 REFERÊNCIAS

Arroz e feijão estão entre os alimentos mais desperdiçados no Brasil. Disponível em: <<https://www.embrapa.br/busca-de-noticias/-/noticia/37697781/arroz-e-feijao-estao-entre-os-alimentos-mais-desperdicados-no-brasil>>

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Guia alimentar para a população brasileira. Ministério da Saúde, 2014. Disponível em: <[https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia\\_alimentar\\_populacao\\_brasileira\\_2ed.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf)>

BRUNETTI, Ruy Fonseca; MONTENEGRO, Fernando Luis B. Odontogeriatrics: noções de interesse clínico. São Paulo: Artes Médicas, 2002. p. 481.

Caderno de atenção Básica - n.19º: Envelhecimento e saúde da pessoa idosa. Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – Brasília: Ministério da Saúde, 2006.

CARDOSO, Maria Cristina Almeida Freitas; BUJES, Roseneide Vieira. A saúde bucal e as funções da mastigação e deglutição nos idosos. Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento, v. 15, n. 1, 2010.

CELKA, M. Carne, consumo ou abolição: incompatibilidades nas relações com a carne. In: PRADO, SD, et al. orgs. Estudos socioculturais em alimentação e saúde: saberes em rede. [online]. Rio de Janeiro: EDUERJ, 2016. Sabor metrópole series, vol. 5, pp. 183-195.

COITINHO, D. C.; LEÃO, M. M.; RECINE, E. & SICHIERI, R., 1991. Condições Nutricionais da População Brasileira: Adultos e Idosos – Pesquisa Nacional Sobre Saúde e Nutrição. Brasília: INAN (Instituto Nacional de Alimentação e Nutrição).

DAVIM, Rejane Marie Barbosa et al. Estudo com idosos de instituições asilares no município de Natal/RN: características socioeconômicas e de saúde. Revista Latino-Americana de Enfermagem, v. 12, p. 518-524, 2004.

DE JESUS, Miriam Aparecida Taver; SZCZEREPA, Sunáli Batistel. Composição nutricional do cardápio de uma instituição de longa permanência de idosos maiores de 70 anos em Ponta Grossa/PR. Revista da Associação Brasileira de Nutrição-RASBRAN, v. 8, n. 2, p. 27-36, 2017.

ESTATUTO DO IDOSO: lei federal nº 10.741, de 01 de outubro de 2003. Brasília, DF: Secretaria Especial dos Direitos Humanos, 2004. \_\_\_\_\_. Ministério da Justiça

HENRIQUES, S. Avaliação e Controlo de Desperdícios Alimentares numa Instituição de Apoio à Terceira Idade. Disponível em: <<https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/67453/2/23996.pdf>>.

LAMAS, Maria Ceu; PAUL, Constança. O envelhecimento do sistema sensorial: implicações na funcionalidade e qualidade de vida. In: Actas de Gerontologia-Congresso Português De Avaliação e Intervenção em Gerontologia Social. 2013. p. 1-11.

(LAMAS; PAUL, 2013)

MANUAL DE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL PARA PESSOA IDOSA. Ministério da saúde, 2009. Disponível em: [https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/alimentacao\\_saudavel\\_idosa\\_profissionais\\_saude.pdf](https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/alimentacao_saudavel_idosa_profissionais_saude.pdf). Acesso em: 17 de novembro de 2022.

OLIVEIRA, Viviani Ruffo de et al. Qualidade nutricional e microbiológica de feijão (*Phaseolus vulgaris* L.) cozido com ou sem água de maceração. Ciência e Agrotecnologia, v. 32, p. 1912-1918, 2008.

POPULAÇÃO IDOSA TEM DIREITO À ATENÇÃO INTEGRAL À SAÚDE. Ministério da saúde, 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2022/outubro/populacao-idosa-tem-direito-a-atencao-integral-a-saude>. Acesso em: 17 de novembro de 2022.

RASBRAN - Revista da Associação Brasileira de Nutrição. São Paulo, SP, Ano 8, n. 1, p. 82-89, Jan-Jun. 2017 - ISSN 2357-7894

SANTANA, Bianca de Souza. Alimentação do idoso: análise do cardápio de uma instituição de longa permanência em um município do Recôncavo da Bahia. 2019.

Secretaria de Saúde do Distrito Federal. 5 passos para uma melhor qualidade de vida: uma meta ao seu alcance. (Folder impresso)

Universidade de São Paulo. Escola de Artes, Ciências e Humanidades. Qualidade de vida

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

VEIROS, Marcela Boro; PROENÇA, Rossana PC. Avaliação qualitativa das preparações do cardápio em uma unidade de alimentação e nutrição–método AQPC. *Nutrição em Pauta*, v. 11, n. 62, p. 36-42, 2003.