CADERNOS MACAMBIRA

ISSN 2525-6580, Serrinha, Bahia - v.9, n. 4, 2024. https://doi.org/10.59033/cm.v9i4
Anais do VIII Seminário de Agroecologia e Produção Orgânica – IF Baiano Campus Guanambi

ARTIGO / ARTICLE
Área temática: Agroindústria e alimentos

ACEITABILIDADE E POTENCIAL NUTRICIONAL DA MERENDA ESCOLAR

ACCEPTABILITY AND NUTRITIONAL POTENTIAL OF SCHOOL LUNCHES

Alane Santana Barbosa[1], Ana Luísa de Castro Santana[2], Henrique Silva de Jesus[3], Paulo Henrique de Souza Oliveira[4], Geicimara Rocha Teixeira[5], Luciene Ferreira da Silva[6]

[1] Estudante do Ensino Fundamental 2. Colégio Aurelino José de Oliveira, Candiba- BA. E-mail: Lane168santana@gmail.com;
[2] Estudante do Ensino Fundamental 2. Colégio Aurelino José de Oliveira. E-mail: Anahluisa2007@gmail.com;
[3] Estudante do Ensino Fundamental 2. Colégio Aurelino José de Oliveira. Email: henriquesilvadejesus36@gmail.com;
[4] Estudante do Ensino Fundamental 2. Colégio Aurelino José de Oliveira. Email: geraldocardosopl@gmail.com;
[5] Professora atuante no Ensino Fundamental 2 do Colégio Aurelino José de Oliveira. Candiba- BA. Email: geicie2012@hotmail.com;
[6] Nutricionista atuante no Ensino Fundamental 2 do Colégio Aurelino José de Oliveira. Candiba- BA. Email: cissacte@gmail.com.

RESUMO: A merenda escolar muitas vezes não é bem aceita pelos estudantes. Isso é um assunto importante a se tratar, pois o cardápio é baseado em medidas com potenciais nutricionais para oferecer ao indivíduo alimentos com qualidades, por meio do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE). Assim, este trabalho teve como finalidade identificar a aceitabilidade da merenda escolar em uma escola pública no município de Candiba –BA, bem como analisar o potencial nutricional da merenda de maior aceitablidade e a de menor. O processo metodológico foi dividido em etapas: elaboração e aplicação do questionário (Turmas de 6° ao 9° Ano do ensino fundamental); e análise dos dados e do potencial nutricional. Todos os estudantes presentes responderam a pesquisa. A idade predominante foi de 14 anos de idade. A merenda mais aceita no ambiente escolar foi torta e a menos aceita, mingau. Salada de frutas foi a que teve maior percentual de sugestão de merenda escolar, e acabou sendo incluída no cardápio da instituição. Determinou-se os macronutrientes e os micronutrientes presentes em 80 g da torta de frango e em 193 g do mingau. No projeto "Alimentação saudável" realizado pela instituição escolar, foi mencionado a importância desses nutrientes para o organismo. Portanto, a pesquisa possibilitou conhecer as merendas mais e menos aceita pelos estudantes, bem como sugestões a serem inseridas no cardápio. Permitiu conhecer e analisar o potencial nutricional das merendas que mais se destacaram em relação ao maior índice de aceitação e de menos aceito.

Palavras-Chave: Candiba. Cardápio escolar. Ensino fundamental. Nutrição.

ABSTRACT: School lunches are often not well accepted by students. This is an important issue to address, as the menu is based on measures with nutritional potential to offer the individual quality foods, through the National School Meals Program (PNAE). Thus, this work aimed to identify the acceptability of school meals in a public school in the municipality of Candiba – BA, as well as analyze the nutritional potential of the meals with the highest and lowest acceptability. The methodological process was divided into stages: preparation and application of the questionnaire (Classes from 6th to 9th year of elementary school); and analysis of data and nutritional potential. All students present responded to the survey. The

Este trabalho está licenciado sob uma Licença Internacional Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International

predominant age was 14 years old. The most accepted snack in the school environment was pie and the least accepted was porridge. Fruit salad was the one with the highest percentage of school lunch suggestions, and ended up being included on the institution's menu. The macronutrients and micronutrients present in 80 g of chicken pie and 193 g of porridge were determined. In the “Healthy eating” project carried out by the school institution, the importance of these nutrients for the body was mentioned. Therefore, the research made it possible to find out the snacks most and least accepted by students, as well as suggestions to be included in the menu. It allowed us to know and analyze the nutritional potential of the snacks that stood out the most in terms of the highest acceptance rate and the least accepted.

Keywords: *Candiba. School menu. Elementary School. Nutrition.*

INTRODUÇÃO

Atualmente as condições de vida alimentar da população vêm sendo um grande problema para a saúde pública no mundo, devido os maus hábitos alimentares e estilos de vida. Sendo assim foi criado o (PNAE) o programa Nacional de Alimentação Escolar, que é um programa de política pública desenvolvida para melhoria na alimentação e nutrição escolar, proporcionando a oferta de uma alimentação saudável e adequada que ajuda no desenvolvimento do aluno e na melhoria do rendimento escolar (Rodrigues; Oliveira; Silva, 2020; Silva *et al*., 2023).

A condição de saúde que representa o estado nutricional da população a qual exerce influência decisiva nos riscos de morbimortalidade e no crescimento e desenvolvimento infantil, torna de vital importância a sua avaliação mediante procedimentos diagnósticos que permitam determinar a amplitude, o comportamento e os determinantes dos agravos nutricionais, como também identificar os grupos de risco e as intervenções adequadas (Castro, 2005; Santos; Ximenes; Prado, 2021).

Diante da complexidade e variabilidade do perfil nutricional brasileiro, pode-se considerar que a avaliação nutricional de populações, em especial no espaço escolar, é uma ferramenta de extrema importância para compreensão da dinâmica nutricional de crianças e adolescentes e, consequentemente, formulação de políticas e ações mais efetivas (Anjos *et al*., 2013).

Os alunos que possuem uma alimentação de qualidade apresentam maior aproveitamento escolar, reduzindo os níveis de absenteísmo, repetência e evasão escolar, sendo assim o ambiente escolar é apontado como espaço fundamental para a criação de documentos nacionais e legislações (Brasil, 2006).

A merenda escolar muitas vezes não é bem aceita pelos estudantes. Isso é um assunto importante a se tratar, pois o cardápio escolar é baseado em medidas com potenciais nutricionais para oferecer ao indivíduo alimentos com qualidades.

Santos, Ximenes e Prado (2008), falam da importância da merenda escolar para o desenvolvimento cognitivo do aluno, bem como a influência de hábitos saudáveis alimentares para crianças e adolescentes. Consideram-se crianças, com até 12 anos incompletos e adolescentes de 12 a 18 anos incompletos, de acordo com o Estatuto da criança e do adolescente (Brasil, 1990).

No entanto, a merenda pode não ser aceita, mas cada pessoa precisa de uma quantidade de nutrientes ideal no seu dia a dia. Nesse contexto, realizou-se uma pesquisa com os estudantes de uma instituição pública de ensino, com o objetivo de identificar o nível de aceitabilidade do cardápio escolar e análise do potencial nutricional da merenda mais aceita e a menos pelos alunos.

METODOLOGIA

A pesquisa foi realizada em uma escola no município do sudoeste baiano. Participaram - se da pesquisa, 139 estudantes. Para a realização da mesma, foi feito o teste de aceitabilidade em toda a instituição. Os dados foram obtidos com a aplicação de um questionário com perguntas objetivas e subjetivas no período de julho a outubro do ano de 2023.

No questionário, havia as seguintes perguntas: 1- idade; 2- merenda escolar que mais gosta; 3-merenda escolar que menos gosta; 4-sugestão merenda escolar; 5-nível de importância da merenda escolar na sua vida: 0( )

5( ) 10( ). Todas essas perguntas foram analisadas na quantidade de estudantes, representada pela letra n.

Após a análise do resultado da merenda escolar mais e menos aceita, foi feita uma análise nutricional na qual a nutricionista (Conselho Regional de nutrição 21531) ajudou com a tabela nutricional encontrada no G*uia nutri*, e assim puderam notar o valor dos macro e micro nutrientes encontrados em cada alimento de acordo a resposta e escolha dos alunos da pesquisa.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A figura 1 mostra o momento de aplicação do questionário em uma turma, das quatro turmas participantes.

Figura 1. Momento da aplicação do questionário. Candiba - BA (2023).

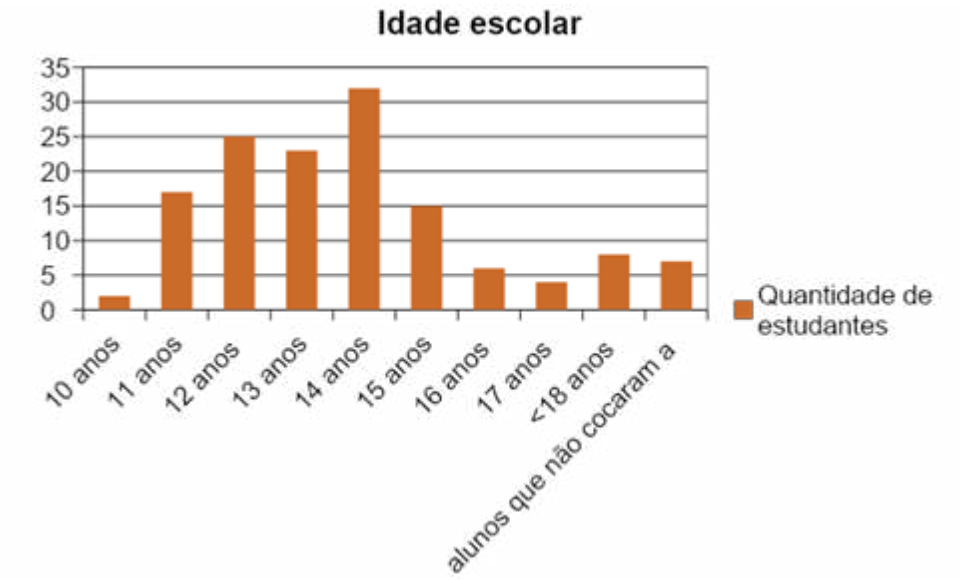


Fonte: Autores (2023).

As turmas participantes estavam distribuídas em duas turmas de 6° Ano, duas do 7° Ano, duas do 8° Ano e duas do 9° Ano. Todos os estudantes presentes responderam à pesquisa.

Já a figura 2 apresenta os dados referentes à idade escolar, dos 139 participantes da pesquisa.

Figura 2. Idade escolar dos participantes da pesquisa. Candiba- BA (2023).



Fonte: Autores (2023).

Dos 139 estudantes, percebeu-se que a maioria (n=80) tem entre 12 e 14 anos. E a minoria (n= 2) com idade inferior a 11 anos.

A figura 3 apresenta os dados da merenda mais aceita pelos estudantes.

Figura 3. Merenda mais aceita pelos estudantes. Candiba- BA (2023).



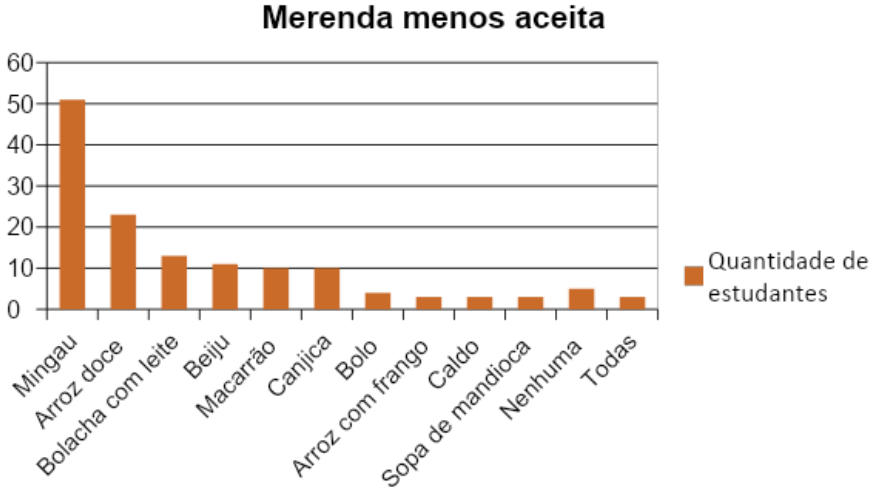
Fonte: Autores (2023).

Notou-se que a merenda escolar mais aceita pelos estudantes foi a torta (n= 73), o pão com carne (n=20) e o caldo (n=17). Isso é perceptível no ambiente escolar, quando os estudantes sabem que a merenda é torta.

Desse modo, foram avaliados o potencial nutricional e a receita da torta na cantina do ambiente escolar. A análise foi feita baseada no tamanho do pedaço de torta que cada estudante ganha na hora do intervalo.

A figura 4 mostra o nível de merenda menos aceita pelos estudantes.

Figura 4. Merenda menos aceita no ambiente escolar. Candiba- BA (2023).



Fonte: Autores (2023).

Mingau feito com leite e creme foi a merenda menos aceita no ambiente escolar (n= 51) e a arroz doce (n= 23). O resultado já era esperado. Porém, houve estudante que afirmou gostar de todas as merendas, não tendo preferência em citar a que menos gosta (n=3).

Desta forma, foi avaliado o potencial nutricional do mingau para se fazer uma comparação com a merenda mais aceita, a torta.

A figura 5 apresenta as sugestões de merenda escolar pelos alunos.

A sugestão de merenda escolar que apareceu com mais frequência foi a salada de frutas (n= 29), seguido do pão com patê (n=22). Nesse sentido, notou-se a importância do hábito alimentar saudável quando se referiu a salada de frutas. Para a região, seria uma ótima proposta, já que tem-se altos índices de temperatura. Além disso, a inserção de uma alimentação saudável através de

frutas, previne e controla doenças crônicas não transmissíveis, devido a presença de biocompostos nesses alimentos (FONSECA *et al.*, 2017; CUNHA, 2023).

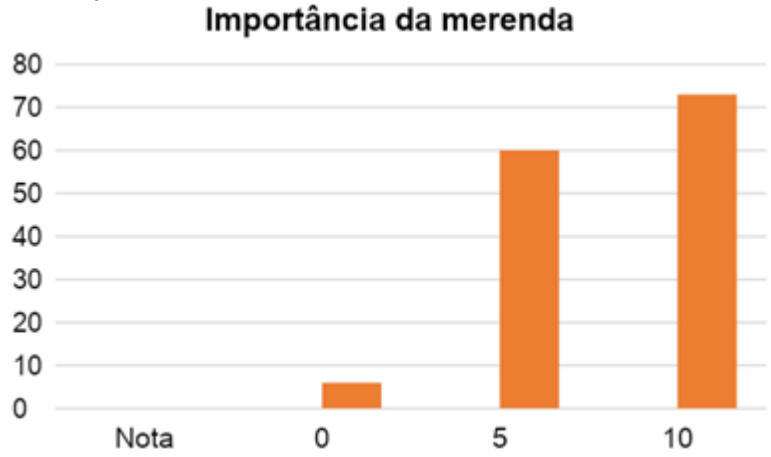
Figura 5. Sugestão de merenda escolar pelos estudantes.



Fonte: Autores (2023).

Quanto às informações do nível de importância da merenda na vida escolar de cada um, em uma escala de 0 a 10, obteve os seguintes dados (figura 6).

Figura 6. Nível de importância da merenda escolar na vida dos estudantes.



Fonte: Autores (2023).

Observou-se que a maioria (n=73) dos estudantes, afirmou que a merenda escolar é muito importante na sua vida, quando avaliou por meio de uma escala com nota 10. Esse dado é relevante, para que analise as possibilidades de sugestões dadas pelos estudantes na figura 3.

ANÁLISE DO POTENCIAL NUTRICIONAL

O potencial nutricional foi acompanhado pela nutricionista como mostra a figura 7.

Figura 7. Acompanhamento da nutricionista na análise do potencial nutricional da torta de frango (80 gramas o pedaço), merenda com maior aceitabilidade. Candiba- BA (2023).




Fonte: Autores (2023).

Enquanto a figura 8 apresenta o momento em que foi realizado à medida em gramas do prato com mingau (merenda menos aceita).

Figura 8. Acompanhamento da nutricionista na análise do potencial nutricional do mingau (193 gramas), merenda com menor aceitabilidade.




Fonte: Autores (2023).

POTENCIAL NUTRICIONAL

O potencial nutricional no que se refere aos macronutrientes da torta e do mingau estão representados na figura 9.

Figura 9. Macronutrientes presentes em 80 g da torta de frango (esquerda) e em 193 g do mingau.

Macronutrientes	
Proteína	3,1 g
Carboidrato	30,72 g
Lipídios	7,89 g
Valor Calórico	199,64 kcal
Quantidade	80 g

Macronutrientes	
Proteína	4,67 g
Carboidrato	20,19 g
Lipídios	5,91 g
Valor Calórico	151 kcal
Quantidade	193 g

Fonte: Guia nutri (2023).

O potencial nutricional no que se refere aos micronutrientes da torta e do mingau estão representados na figura 10.

Figura 10. Micronutrientes presentes em 80 g da torta de frango (esquerda) e em 193 g do mingau.

Micronutrientes	
Sódio	129,07 mcg
Fibra Alimentar	1,19 g
Calcio	17,95 mg
Magnesio	12 mg
Manganes	0,15 mg
Fosforo	49,97 mg
Ferro	1,17 mg
Potassio	205,7 mg
Cobre	0,1 mg
Zinco	0,53 mg
VitaminaA (Retinol)	0 mcg
VitaminaB1 (Tiamina)	0,11 mg
VitaminaB2 (Cobalamina)	0,1 mg
VitaminaB3 (Niacina)	1,18 mg
VitaminaB6 (Piridoxina)	0,09 mg
VitaminaC (Ácido ascórbico)	3,52 mg

Micronutrientes	
Sódio	616,31 mcg
Fibra Alimentar	0,33 g
Calcio	124,57 mg
Magnesio	13,22 mg
Manganes	0,03 mg
Fosforo	95,38 mg
Ferro	0,22 mg
Potassio	156,85 mg
Cobre	0,02 mg
Zinco	0,45 mg
VitaminaA (Retinol)	0 mcg
VitaminaB1 (Tiamina)	0,07 mg
VitaminaB2 (Cobalamina)	0,18 mg
VitaminaB3 (Niacina)	0,32 mg
VitaminaB6 (Piridoxina)	0,04 mg
VitaminaC (Ácido ascórbico)	0,15 mg

Fonte: Guia nutri (2023).

O potencial nutricional tem como função informar aos estudantes a presença de macronutrientes e micronutrientes presentes nos alimentos, mesmo não sendo tão aceito, mas necessário para o nosso corpo. Além disto, a boa nutrição é essencial na adolescência, visto que são indivíduos que estão em fase de crescimento físico e mudanças corporais, e desta forma, estão em um processo de vulnerabilidade nutricional (Araújo *et al*., 2021). Esta importância foi ressaltada pelo projeto "Alimentação saudável" realizado pela instituição escolar dos participantes da pesquisa.

CONCLUSÕES

A pesquisa realizada possibilitou conhecer as merendas mais e menos aceita pelos estudantes. Foi interessante saber as sugestões sobre o cardápio alimentar, pois assim, o setor responsável poderá analisar as possibilidades de alterações. Permitiu – se também conhecer e analisar o potencial nutricional das merendas que mais se destacaram em relação ao maior índice de aceitação e de menos aceito.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, Neide Sheyla de Melo *et al*. Inadequação de macro e micronutrientes oferecidos em duas escolas de tempo integral públicas no Nordeste do Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, p. 4519-4528, 2021. DOI: https://doi.org/10.1590/1413-812320212610.11402021.

BRASIL. **Estatuto da Criança e do Adolescente**: Lei federal nº 8069, de 13 de julho de 1990.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia Alimentar para a População Brasileira**. – Promovendo a alimentação saudável. Brasília: Ministério da Saúde, 2006.

CASTRO, Teresa Gontijo de *et al*. Caracterização do consumo alimentar, ambiente socioeconômico e estado nutricional de pré-escolares de creches municipais. **Revista de Nutrição**, v. 18, p. 321-330, 2005. DOI: https://doi.org/10.1590/S1415-52732005000300004.

CUNHA, Lucca Phellyp Santos de Oliveira. Teor de compostos bioativos em frutas regionais presentes no cardápio da merenda escolar em instituições estaduais. Universidade Federal de Sergipe - Pró-Reitoria de Pós-Graduação e Pesquisa - Coordenação de Pesquisa, 2023. 31p. (**Relatório final de projeto de pesquisa**). Disponível em: https://ri.ufs.br/jspui/handle/riufs/19109.

DA SILVA SANTOS, Inez Helena Vieira; XIMENES, Rosiane Maia; PRADO, Deusimar Frota. Avaliação do cardápio e da aceitabilidade da merenda oferecida em uma escola estadual de ensino fundamental de Porto Velho, Rondônia. **Saber Científico,** v. 1, n. 2, p. 100-111, 2021. Disponível em: https://periodicos.saolucas.edu.br/index.php/resc/article/view/1100. Acesso em:

DOS ANJOS, Luiz Antonio. Diagnóstico de obesidade e determinação de requerimentos nutricionais: desafios para a área de nutrição. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 18, n. 2, p. 294-296, 2013. DOI: https://doi.org/10.1590/S1413-81232013000200001.

FONSECA, Karina Zanoti *et al*. Formação para manipuladores de alimentos: conhecimento sobre flavonoides e desenvolvimento de preparações para a alimentação escolar. **Revista ELO–Diálogos em Extensão**, v. 6, n. 1, 2017. Disponível em: https://locus.ufv.br/server/api/core/bitstreams/f509d981-d6fe-4e54-9f74-cb5731d61588/content. Acesso em:

SILVA, Jacilene Alcântara *et al*. Adequação dos cardápios escolares e exigências do programa nacional de alimentação escolar: uma revisão sistemática. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, v. 23, p. e20220131, 2023. DOI: https://doi.org/10.1590/1806-93042023000000131.

SILVA, Letícia Tarciana Monteiro da; OLIVEIRA, Julia Lira Vieira; RODRIGUES, Beatriz da Silva. Aceitação do cardápio ofertado pelo programa de alimentação escolar no Nordeste: uma revisão da literatura. 2020.