

# Programa de Promoção da Qualidade Nutricional das Refeições em Estabelecimentos de Educação do Algarve – Avaliação Final

## Final Evaluation of the Promotional Program for Nutritional Quality of School Lunch Meals in the Algarve

TERESA SANCHO<sup>1</sup>, ANA CANDEIAS<sup>1</sup>, CÉLIA MENDES<sup>1</sup>, SARA ANDRADE<sup>1</sup>, CECÍLIA SANTOS<sup>2</sup>, LAURA SILVESTRE<sup>2</sup>, LISA CARTAXO<sup>2</sup>, JOÃO PELICA<sup>3</sup>

### RESUMO

**Objectivo:** O Programa de Promoção da Qualidade Nutricional das Refeições em Estabelecimentos de Educação e Ensino teve 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 2004/2005 e 2009/2010.

**Métodos:** Este programa consistiu numa intervenção nutricional que contemplou actividades de avaliação qualitativa de ementas e de sensibilização dos responsáveis pelos refeitórios escolares.

**Resultados:** Os resultados apresentados reportam-se à comparação entre os resultados obtidos na primeira (ano lectivo 2004/2005) e terceira (ano lectivo 2009/2010) avaliações regionais. Considerando que na avaliação final foi alcançada uma melhoria de 60% na taxa de cumprimento, conclui-se que o balanço foi amplamente positivo.

**Conclusões:** Esta iniciativa reveste-se, ainda, de particular importância dado que a escola constitui um *setting* privilegiado para desenvolver programas de promoção da saúde em geral e de educação alimentar em particular.

**PALAVRAS-CHAVE:** Ementas, Refeitórios escolares, Análise da qualidade nutricional

### ABSTRACT

**Aim:** The Program for Promotion of the Nutritional Quality of School Meals had as main goal to improve the nutritional quality of meals served in public schools, including pre-school, primary and secondary schools of the Algarve region, between the academic years of 2004/2005 to 2009/2010.

**Methods:** This program consisted in a nutritional intervention with the nutritional quality analyzing of the school menus and awareness the school canteens responsible.

**Results:** The data presented reports to the comparison between the results obtained in the first (school year 2004/2005), the second (school year 2006/2007) and the third (school year 2009/2010) regional assessments. Considering the final evaluation with a 60% improvement in the rate of compliance, obtained by comparing the compliance rates between 2004/2005 and 2009/2010, it is concluded that the balance was largely positive.

**Conclusions:** This initiative has also a particular importance, because the school is a privileged setting to develop programs to promote general health and nutritional education in particular.

**KEYWORDS:** Menus, School canteens, Nutrition quality analysis

### 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 (1).

As escolas são *settings* favoráveis à adopção de estilos de vida saudável para a promoção da saúde (2), havendo evidência de que as intervenções ambientais que incorporam modificações na composição das ementas são fundamentais para a aquisição de hábitos alimentares saudáveis entre crianças e jovens (3). Deve haver coerência entre o currículo escolar e a oferta alimentar no refeitório (4), condição funda-

mental na operacionalização das mudanças de comportamento alimentar, pelo que o fornecimento de uma alimentação nutricionalmente equilibrada deve integrar os objectivos educacionais (5).

O 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 (6,7). Desta forma, cabe à escola a responsabilidade acrescida de oferecer refeições saudáveis, equilibradas e seguras, que ajudem a preencher as necessidades nutricionais dos alunos (7).

No âmbito do Plano Nacional de Saúde 2004 – 2010, o Departamento de Saúde Pública da Administração Regional de Saúde do Algarve, definiu como uma das suas estratégias prioritárias, a intervenção nos

<sup>1</sup> Nutricionista, Administração Regional de Saúde do Algarve, IP

<sup>2</sup> Dietista, Administração Regional de Saúde do Algarve, IP

<sup>3</sup> Técnico Superior, Administração Regional de Saúde do Algarve, IP

Correspondência para Teresa Sofia Sancho: Rua Brites de Almeida, n.º 6, 2.º Esq., 8000-234 Faro  
nutricao@arsalgarve.min-saude.pt

Recebido a 17 de Janeiro de 2012  
Aceite a 14 de Março de 2012

refeitórios escolares, tendo surgido o Programa de Promoção da Qualidade Nutricional das Refeições em Estabelecimentos de Educação do Algarve. Este Programa visou operacionalizar, entre os anos lectivos 2004/2005 e 2009/2010, a promoção da qualidade nutricional das refeições fornecidas em estabelecimentos de educação e ensino da rede pública (1 1-1 3) da região do Algarve. As actividades desenvolveram-se 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 captações às necessidades nutricionais dos destinatários. As instituições envolvidas foram a Administração Regional de Saúde do Algarve, IP, entidade promotora e coordenadora do programa, todas as Autarquias da região assim como a Direcção Regional de Educação. Este Programa teve uma avaliação em 2006/2007 (10) reportando uma evolução de 44% para 58% no cumprimento dos parâmetros previamente estabelecidos. Após finalização do Programa é importante efectuar a sua avaliação final.

#### METODOLOGIA

Em todas as escolas participantes do programa, pertencentes à rede pública de Educação Pré-escolar e Ensino Básico e Secundário da região foram recolhidas, em média, 50 ementas por escola, relativas ao 2º período do ano lectivo respectivo. A recolha das ementas foi realizada por elementos das equipas de saúde escolar e a avaliação das mesmas, por nutricionistas e dietistas, através da utilização de uma tabela Excel concebida para o efeito, a partir dos parâmetros definidos utilizando sempre a mesma metodologia. A avaliação foi realizada comparando os resultados obtidos no ano lectivo 2004/2005 (9), com os do ano lectivo 2009/2010. No âmbito de cada avaliação, elaboraram-se relatórios de análise qualitativa de ementas, por escola e por concelho. Foram previamente estabelecidos critérios de avaliação (Tabela 1) definidos a partir dos objectivos específicos (8) do Programa e que foram utilizados para calcular as taxas de cumprimento por escola, concelho e grau de ensino. A taxa de variação do cumprimento dos 10 critérios previamente estabelecidos (9, 10) foi determinada verificando as diferenças entre os valores obtidos em 2004/2005 e 2009/2010.

A avaliação global realizou-se por verificação do cumprimento dos 10 critérios anteriormente definidos, na totalidade das ementas relativas a cada escola, obtendo uma matriz de resultados que expressam o respectivo cumprimento. A partir desta matriz foram obtidas as taxas de cumprimento por escola, concelho, grau de ensino e total.

#### RESULTADOS

O número de ementas analisadas e de escolas que participaram no programa, assim como a variação entre os valores obtidos referentes aos anos lectivos de 2004/2005 e 2009/2010, estão indicados na Tabela 2. A taxa de cumprimento por critério no ano lectivo 2009/2010 (Gráfico 1), mostra que dos 10 critérios, apenas três apresentam uma taxa de cumprimento inferior a 50% (C2, C6 e C7), seis ultrapassam a taxa de cumprimento de 75% (C1, C4, C5, C8, C9 e C10) e o C9 atinge a taxa de 100%.

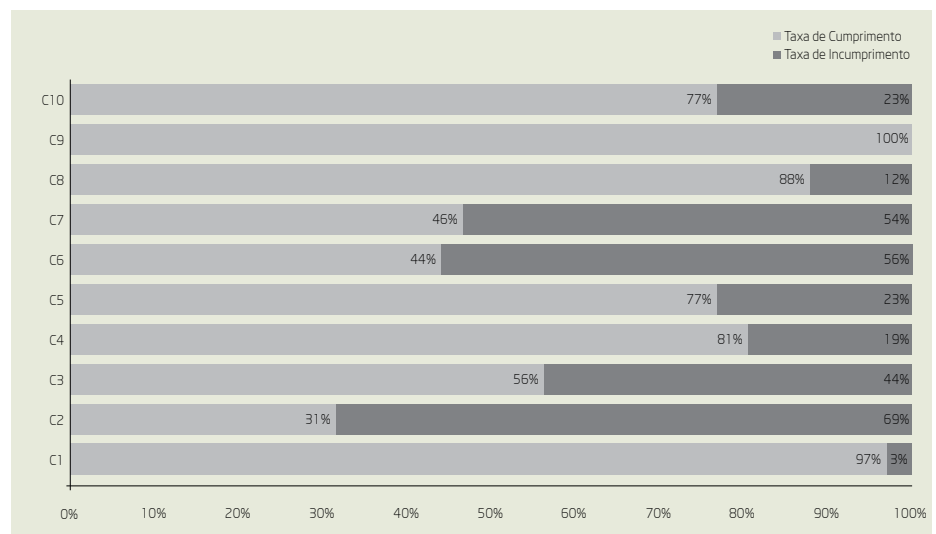
**TABELA 1:** Critérios de avaliação qualitativa das ementas

C1	Pelo menos 90% de sopas com produtos hortícolas e/ou leguminosas
C2	Pelo menos 60% de sopas com hortaliça
C3	Pelo menos 20% de 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	Percentagem de 2ºs pratos com ovo, entre 5 a 10%
C8	Pelo menos 60% de confeccões pouco exigentes em gordura de adição
C9	Percentagem de fritos, inferior ou igual a 20
C10	Pelo menos 90% das sobremesas com fruta fresca

**TABELA 2:** Escolas participantes e número de ementas analisadas

	2004/2005	2009/2010	% variação
N.º Ementas	11 103	15 262	137,5
N.º Escolas	230	274	19,1
Pré-Escolar	16	77	481,3
Escolas EB1	121	130	7,4
Escolas EB2,3	51	51	0
Escolas Secundárias	16	16	0

**GRÁFICO 1:** Taxa de cumprimento por critério (2009/2010)



Quanto à variação da taxa de cumprimento por critério entre os anos lectivos 2004/2005 e 2009/2010 (Gráfico 2), verifica-se que existe uma variação positiva em 90% dos critérios. Os critérios C4, C6 e C8 apresentam a melhoria mais evidente com 160%, 158% e 126%, respectivamente. Apenas C7 apresenta uma variação negativa na taxa de cumprimento (-5%).

No ano lectivo 2009/2010 (Gráfico 3), verifica-se que todos os concelhos da região, excepto um, apresentam uma taxa de cumprimento superior a 50%, dos quais seis ultrapassam os 75%.

Na análise comparativa entre os anos lectivos 2004/2005 e 2009/2010 no que respeita a variação da taxa de cumprimento por concelho (Gráfico 4), verifica-se uma variação positiva em 13 dos 16 concelhos. Em cinco concelhos, a variação foi mesmo superior a 100%, com valores entre 107% e 242%. Contudo, em três concelhos, a variação da taxa de

cumprimento foi negativa.

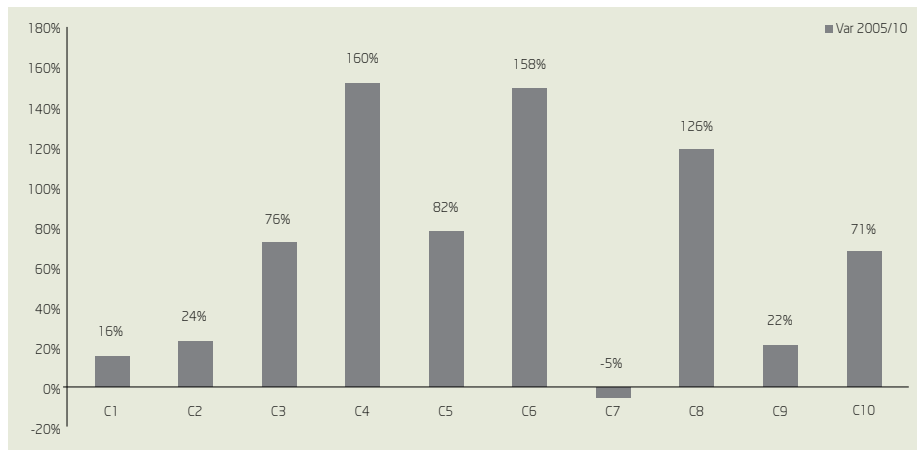
No que respeita os resultados por grau de ensino no ano lectivo 2009/2010 (Gráfico 5), verifica-se que a taxa de cumprimento é superior a 50% em todos os graus de ensino. Ao efectuar a análise comparativa entre os anos lectivos 2004/2005 e 2009/2010, no respeitante à variação da taxa de cumprimento por grau de ensino (Gráfico 6), verifica-se a existência de uma variação positiva na taxa de cumprimento em todos os graus de ensino, sendo maior no ensino secundário (96%).

A taxa de cumprimento total, entre os anos lectivos 2004/2005 e 2009/2010, evidencia uma variação positiva de 60% em termos de avaliação final do programa.

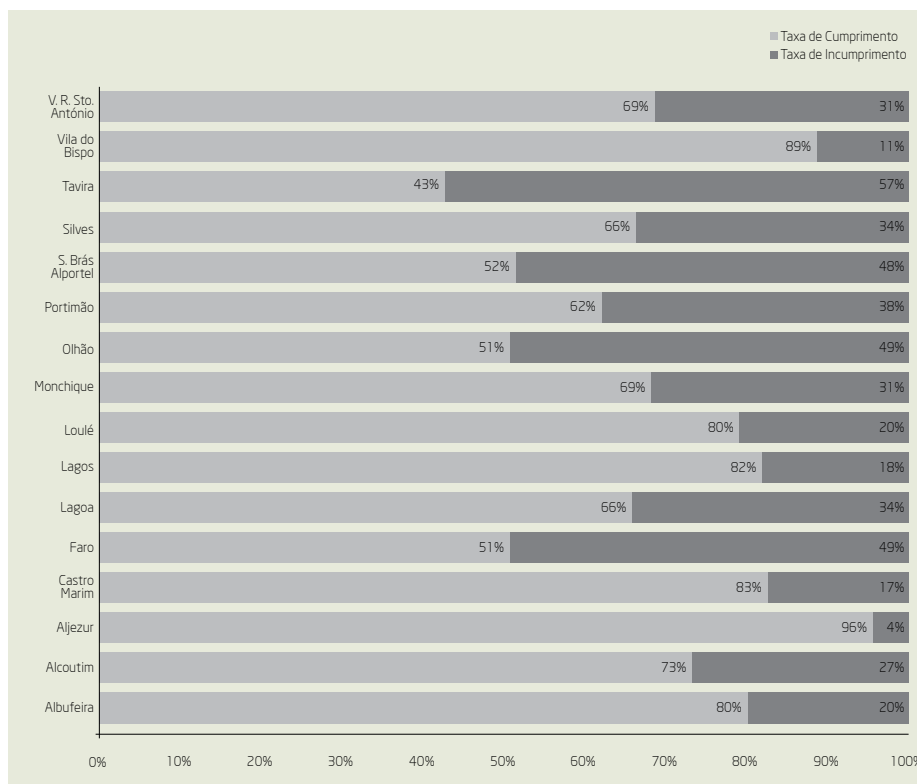
#### DISCUSSÃO

O objectivo geral do Programa de Promoção da Quali-

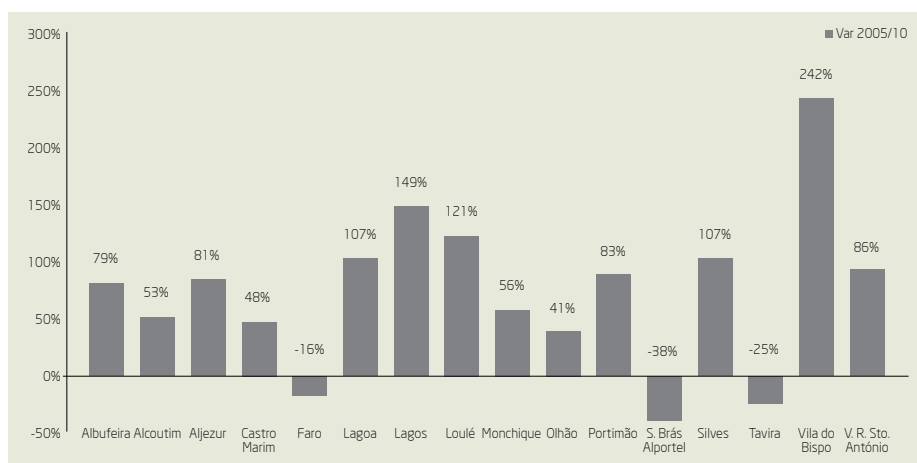
**GRÁFICO 2:** Variação da taxa de cumprimento por critério (2005/2010)



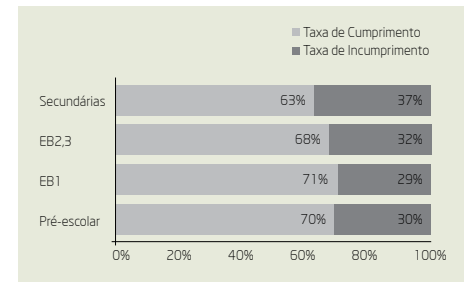
**GRÁFICO 3:** Taxa de cumprimento por concelho (2009/2010)



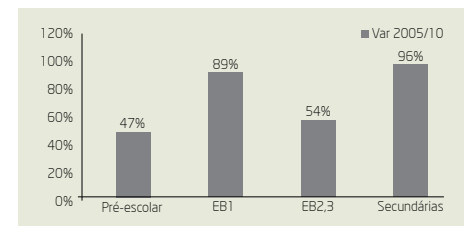
**GRÁFICO 4:** Variação da taxa de cumprimento por concelho (2005/2010)



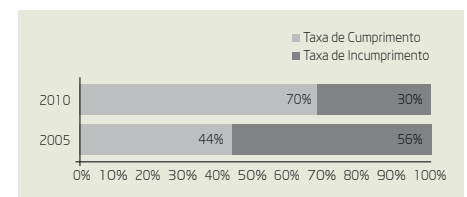
**GRÁFICO 5:** Taxa de cumprimento por grau de ensino (2009/2010)



**GRÁFICO 6:** Variação da taxa de cumprimento por grau de ensino (2005/2010)



**GRÁFICO 7:** Taxa de cumprimento total (2005/2010)



dade Nutricional das Refeições em Estabelecimentos de Educação, que consistiu em melhorar a qualidade nutricional em todas as escolas da rede pública da Educação Pré-escolar e Ensino Básico e Secundário, foi atingido dado que em todas as escolas da região do Algarve se verificou melhoria em, pelo menos, um dos critérios de avaliação, enquanto decorreu a intervenção.

Apenas um dos dez critérios que foram definidos a partir dos objectivos específicos do Programa é que foi cumprido na totalidade, existindo assim nas ementas de todos os estabelecimentos em programa, 20% ou menos de segundos pratos com confeção sob a forma de fritos.

As actividades de apoio à implementação do Programa consistiram na realização de reuniões com os responsáveis e os operacionais dos refeitórios escolares, utilizando os relatórios de análise qualitativa de ementas como material de apoio para a implementação de medidas correctivas e a disponibilização de fichas técnicas de ementas (sopas, pratos de carne, pratos de peixe e pratos de ovo) para os diferentes graus de ensino, com vista à adequação nutricional das captações a fornecer; foram verificadas variações positivas em 90% dos critérios, o que revela um elevado empenho por parte das instituições envolvidas.

Os critérios C4, C6 e C8 apresentam a melhoria mais evidente podendo ser explicado pelas baixas taxas de cumprimento encontradas em 2004/2005. Apenas um critério apresentou variação negativa na taxa de

cumprimento, o que pode ser explicado pela dificuldade que as escolas referiram ter em fornecer pratos com ovo, compatíveis com os requisitos obrigatórios em termos de higiene e segurança alimentar.

Apesar da existência de uma variação positiva na taxa de cumprimento, a discrepância encontrada entre os diversos concelhos revela ser necessário reforçar e intensificar a intervenção nutricional especializada, adaptando-a às particularidades locais.

O ensino secundário apresentou a mais elevada taxa de cumprimento, o que pode ser explicado pela baixa taxa de cumprimento encontrada no início do programa. A evolução das taxas de cumprimento, ao longo do programa, contribuiu para uma maior homogeneidade em todos os graus de ensino.

### CONCLUSÕES

A avaliação final revela que as intervenções sistematizadas e continuadas, ao longo dos cinco anos de desenvolvimento do programa, geraram mudanças positivas nos refeitórios escolares da região do Algarve.

Este programa evidencia como é possível operacionalizar uma intervenção comunitária de abordagem global e ecológica, em meio escolar, com o envolvimento intersectorial e multidisciplinar, regional e local, tendo como base a articulação de políticas de saúde e educação, como promotoras de comportamentos alimentares salutogénicos.

Cientes da envergadura e do impacto comunitário deste trabalho, tem sido com muito gosto que temos partilhado a nossa experiência com outros locais do país.

### REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

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. [http://www.schoolsforhealth.eu/upload/WHO\\_tool\\_development\\_nutrition\\_program.pdf](http://www.schoolsforhealth.eu/upload/WHO_tool_development_nutrition_program.pdf) (acedido em 30 de Dezembro, 2011)
2. 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. <http://www.cdc.gov/mmwr/pdf/rr/rr5410.pdf> (acedido em 30 de Dezembro, 2011)
3. Bartrina JA et al.. El comedor escolar: situación actual y guía de recomendaciones. *An Pediatr (Barc)*. 2008; 69:72-88
4. Sistema de Planeamento e Avaliação de Refeições Escolares. Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação, Universidade do Porto. 2009. <http://www.plataformacontraaobesidade.dgs.pt:8080/SPARE/apresentacao.php> (acedido em 30 de Dezembro, 2011)
5. Pilant VB. Position of the American Dietetic Association: local support for nutrition integrity in schools. *J Am Diet Assoc*. 2006; 106:122-33
6. 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
7. Batista M. 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
8. Programa de Promoção da Qualidade Nutricional das Refeições em Estabelecimentos de Educação do Algarve. Administração Regional de Saúde do Algarve, IP. [http://www.arsalgarve.min-saude.pt/site/images/centrodocs/programa\\_pqnr\\_estabelecimentos\\_educacao.pdf](http://www.arsalgarve.min-saude.pt/site/images/centrodocs/programa_pqnr_estabelecimentos_educacao.pdf) (acedido em 30 de Dezembro, 2011)
9. Sancho T, Candeias A, Mendes C, Cartaxo L, Rego M. Promoção da Qualidade Nutricional das Refeições em Estabelecimentos de Educação. *Nutricias*. 2007; 7: 41-43
10. Sancho T, Candeias A, Santos C, Mendes C, Cartaxo L, Andrade S, Silvestre I. Promoção da Qualidade Nutricional das Refeições em Estabelecimentos de Educação do Algarve – análise comparativa 2004/2005 – 2006/2007. *Nutricias*. 2008; 8: 17-20
11. Gabinete de Informação e Avaliação do Sistema Educativo do Ministério da Educação (GIASE). Estatísticas da Educação 04/05. Direcção de Serviços de Estatística, 2006
12. Gabinete de Estatística e Planeamento da Educação (GEPE). Direcção de Serviços de Estatística. Estatísticas da Educação 06/07. Gabinete de Estatística e Planeamento da Educação (GEPE), 2008
13. Gabinete de Estatística e Planeamento da Educação (GEPE). Direcção de Serviços de Estatística. Estatísticas da Educação 2009/2010. Gabinete de Estatística e Planeamento da Educação (GEPE)