

Administração Regional de Saúde do Algarve, IP  
Departamento de Saúde Pública  
**GABINETE DE NUTRIÇÃO**

# ***ANÁLISE COMPARATIVA DAS EMENTAS ESCOLARES DO ALGARVE 2004/2005 – 2006/2007***

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

Faro, 10 de Março de 2008

(\*) Equipa de Nutrição; (\*\*) Tratamento estatístico

# ***ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NA ESCOLA***



**REFEITÓRIOS  
ESCOLARES**

**PROMOÇÃO  
DA SAÚDE**

**BUFETES  
ESCOLARES**



# ***REFEITÓRIOS ESCOLARES***

---

## **OBJECTIVOS NUTRICIONAIS**

- ✓ Diversificar o leque de alimentos a fornecer
- ✓ Incrementar o consumo de alimentos saudáveis
- ✓ Limitar a frequência de consumo de alimentos menos saudáveis
- ✓ Proporcionar uma culinária saudável
- ✓ Adequar as capitações fornecidas às necessidades nutricionais dos destinatários

***PROGRAMA DE PROMOÇÃO DA QUALIDADE  
NUTRICIONAL DAS REFEIÇÕES EM  
ESTABELECIMENTOS DE EDUCAÇÃO***



# ***HORIZONTE TEMPORAL***

---

Entre os anos lectivos **2004/ 2005** e **2009/ 2010**



## ***INSTITUIÇÕES ENVOLVIDAS***

---

- ✓ ADMINISTRAÇÃO REGIONAL DE SAÚDE DO ALGARVE, IP  
Departamento de Saúde Pública  
Centros de Saúde
- ✓ AUTARQUIAS
- ✓ DIRECÇÃO REGIONAL DE EDUCAÇÃO DO ALGARVE



## ***OBJECTIVO GERAL***

---

Melhorar a qualidade nutricional das refeições em todas as Escolas da rede pública do Ensino Pré-escolar, Básico e Secundário da Região do Algarve



## ***OBJECTIVOS ESPECÍFICOS***

---

1. Pelo menos 90% das sopas com produtos hortícolas e/ou leguminosas
2. Pelo menos 60% das sopas com hortaliça
3. Pelo menos 20% das sopas com leguminosas
4. 100% dos 2ºs pratos com produtos hortícolas e/ou leguminosas
5. Pelo menos 20% dos 2ºs pratos com leguminosas
6. Percentagem de 2ºs pratos de pescado igual ou superior aos de carne
7. 5 a 10% dos 2ºs pratos com ovo
8. Pelo menos 60% das confecções com pouca gordura de adição
9. Percentagem de fritos inferior ou igual a 20
10. Pelo menos 90% das sobremesas de fruta fresca





# ***METODOLOGIA – 1.<sup>a</sup> fase***

***2005 - 2006***

---

- ✓ Recolha das ementas referentes ao 2º período do ano lectivo 2004/ 2005
- ✓ Diagnóstico da situação através da análise qualitativa das ementas recolhidas
- ✓ Elaboração dos relatórios da análise das ementas
- ✓ Elaboração de fichas técnicas de ementas
- ✓ Apresentação do diagnóstico da situação



# ***METODOLOGIA – 2.<sup>a</sup> fase***

***2006 - 2007***

---

- ✓ Formação dos intervenientes na elaboração de ementas
- ✓ Apoio técnico às Escolas EB23, Secundárias e Autarquias
- ✓ Divulgação das fichas técnicas de ementas



# ***METODOLOGIA – 3.<sup>a</sup> fase***

***2007 - 2008***

---

- ✓ Recolha das ementas referentes ao 2º período do ano lectivo 2006/ 2007
- ✓ Análise qualitativa das ementas recolhidas
- ✓ Elaboração dos relatórios de análise das ementas
- ✓ Apresentação dos resultados da análise comparativa



# ***METODOLOGIA – 4.<sup>a</sup> fase***

***2008 - 2010***

---

- ✓ Reforço do apoio técnico às Escolas EB23, Secundárias e Autarquias
- ✓ Recolha das ementas referentes ao 2º período do ano lectivo 2009/ 2010
- ✓ Análise qualitativa das ementas recolhidas
- ✓ Elaboração dos relatórios de análise das ementas
- ✓ Apresentação dos resultados finais



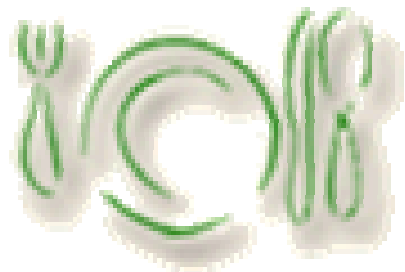
# **MÉTODO DE AVALIAÇÃO**

---

A avaliação é efectuada por aplicação dos critérios definidos a partir dos objectivos específicos do programa

Taxa de cumprimento de cada critério

$$\frac{\text{n.º escolas que cumprem o critério}}{\text{n.º total de escolas}} \times 100$$

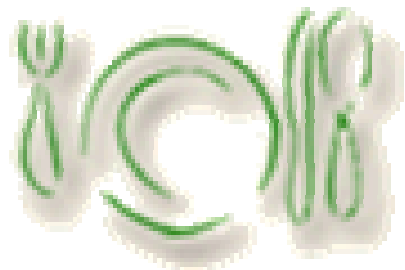


# **ABRANGÊNCIA DA AVALIAÇÃO**

**2004/2005 E 2006/2007**

---

	2004/2005	2006/2007	Variação
<b>Escolas</b>	230	276	↑ <b>20%</b>
<b>Ementas</b>	11 103	14 862	↑ <b>34%</b>

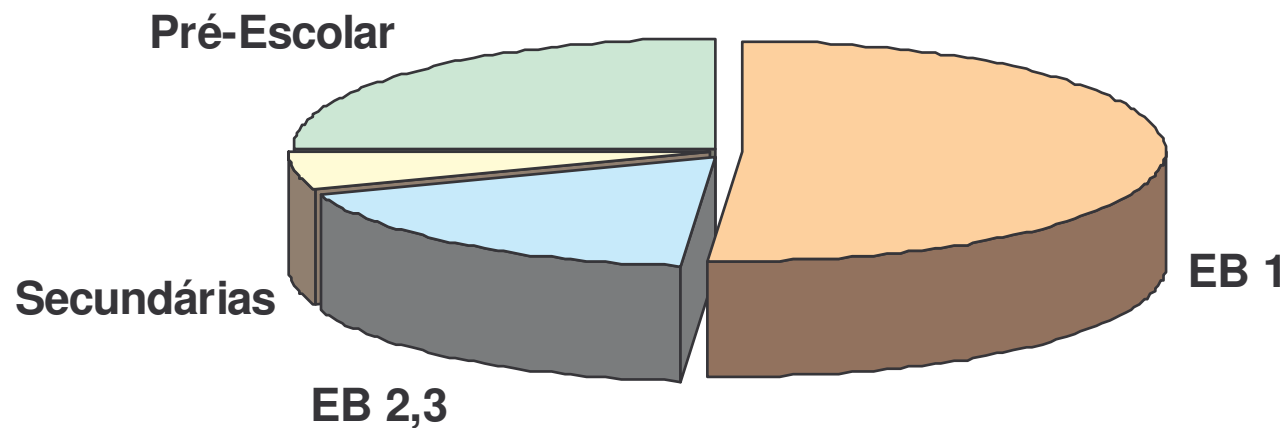


# ABRANGÊNCIA DA AVALIAÇÃO

2006/2007

Escolas envolvidas: **276**

PE	69	25%
EB 1	142	51%
EB 2,3	49	18%
SEC	16	6%





## **CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO**

<b>Sopa</b>	Produtos hortícolas e/ou leguminosas Hortaliça Leguminosas	<b>3</b>
<b>2.º Prato</b>	Produtos hortícolas e/ou leguminosas Leguminosas Equilíbrio entre pescado e carne Ovo	<b>4</b>
<b>Confecção</b>	Confecções com pouca gordura de adição Fritos	<b>2</b>
<b>Sobremesa</b>	Fruta	<b>1</b>





## ***CRITÉRIO DE AVALIAÇÃO - 1***

---

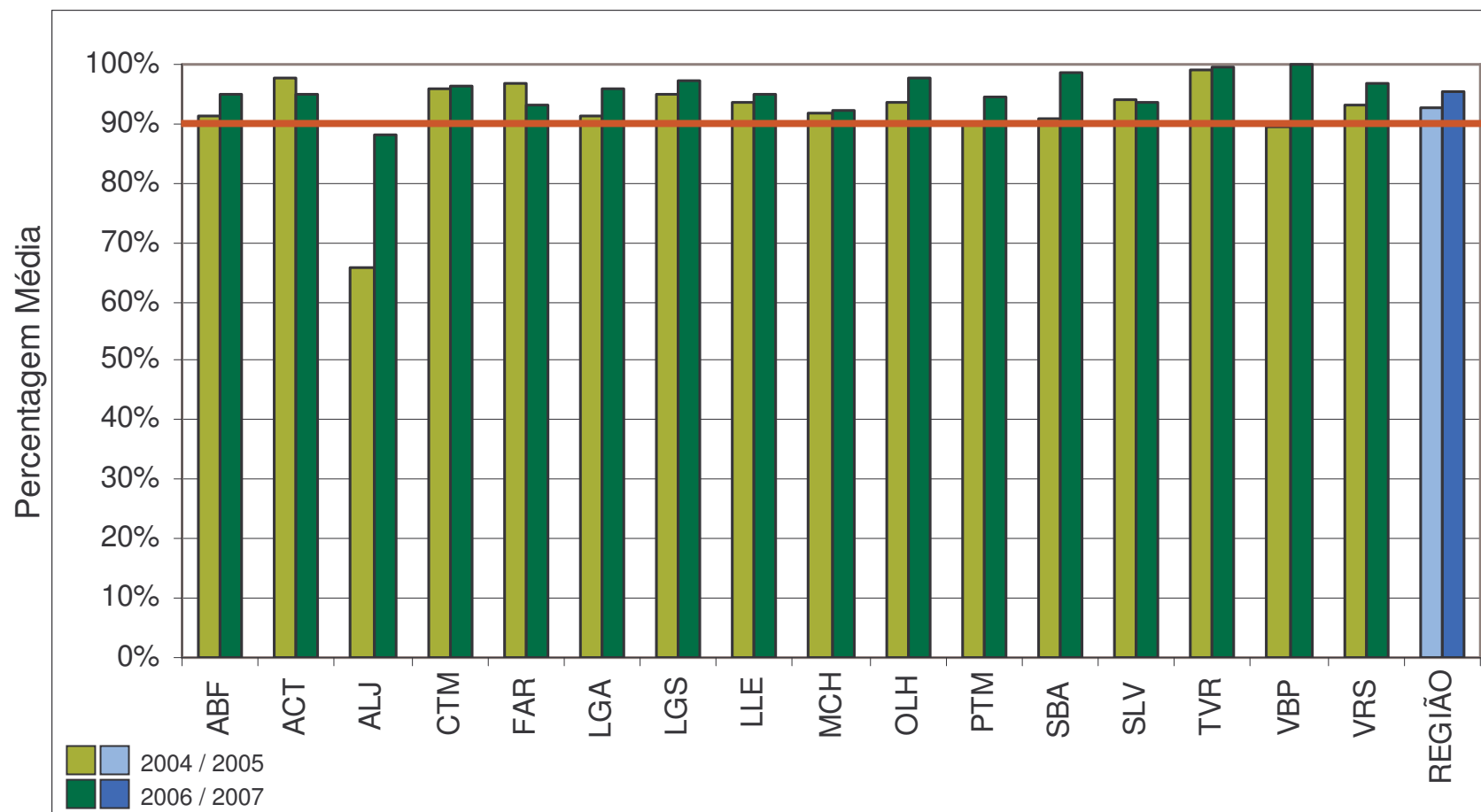
### **90% DAS SOPAS COM PRODUTOS HORTÍCOLAS E/OU LEGUMINOSAS**

- ✿ Todas as sopas devem fornecer produtos hortícolas e/ou leguminosas, exceptuando um máximo de duas por mês
- ✿ As sopas sem produtos hortícolas nem leguminosas podem ser fornecidas, mas sempre em semanas intercaladas



# CRITÉRIO DE AVALIAÇÃO - 1

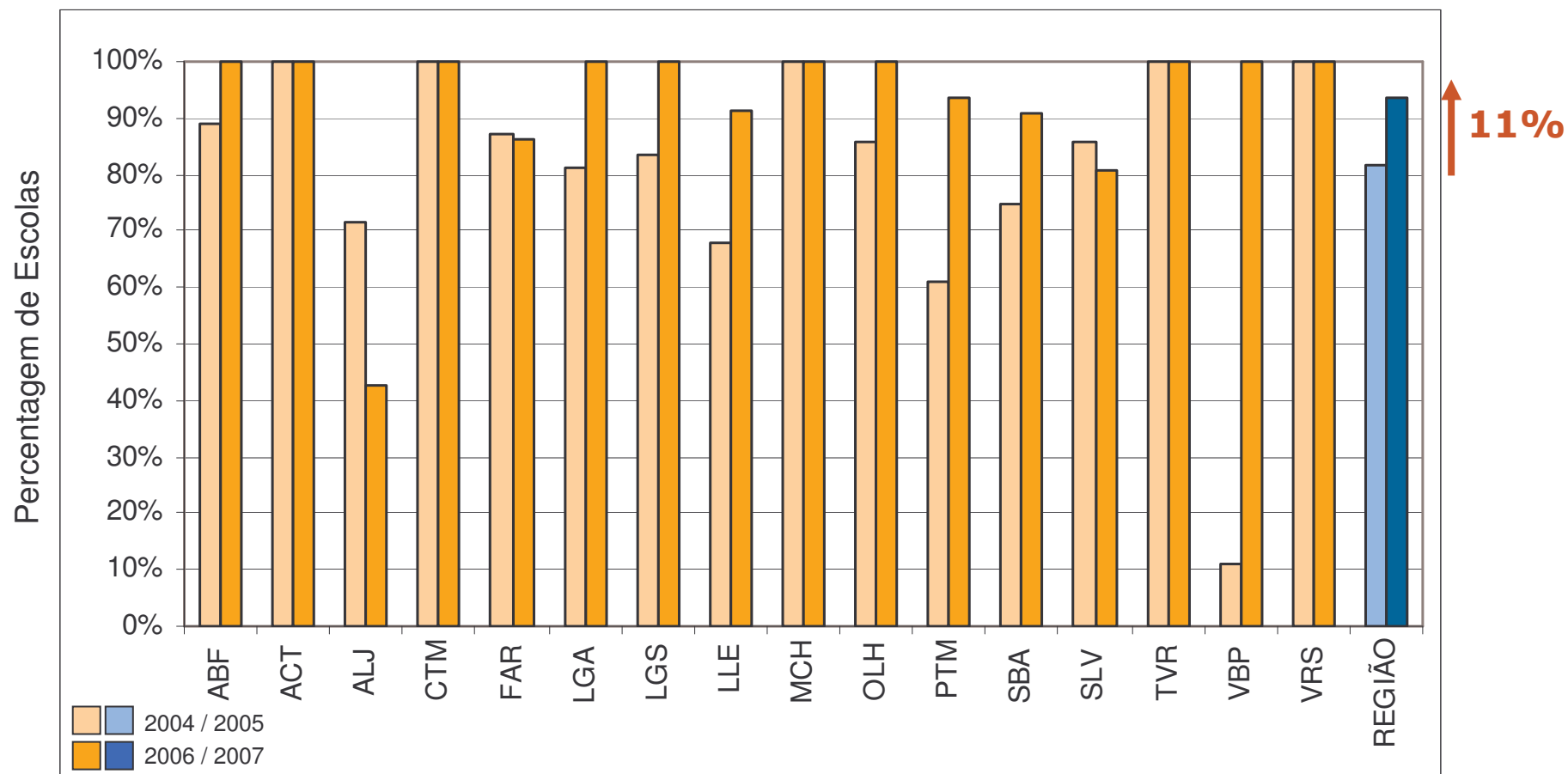
## Sopas com produtos hortícolas e/ou leguminosas





# CRITÉRIO DE AVALIAÇÃO - 1

## Variação da taxa de cumprimento Sopas com produtos hortícolas e/ou leguminosas





## **CRITÉRIO DE AVALIAÇÃO - 2**

---

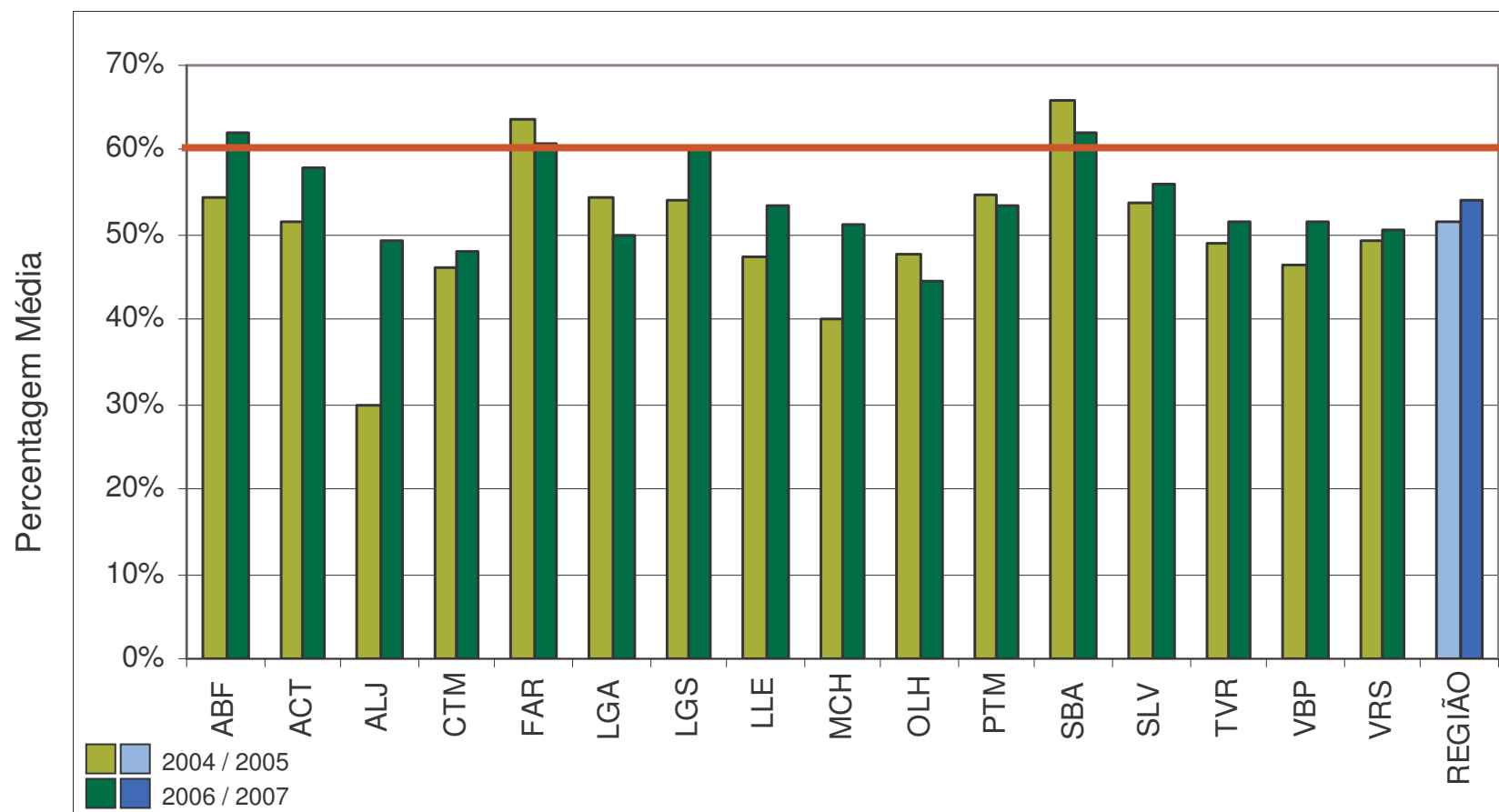
### **60% DAS SOPAS COM HORTALIÇA**

- ✿ Três sopas por semana com hortaliça (folhas verdes)
- ✿ Exemplos: agrião, alface, nabiça, espinafre, beldroega, coentros, couve-galega, couve-lombarda, couve-portuguesa



## CRITÉRIO DE AVALIAÇÃO - 2

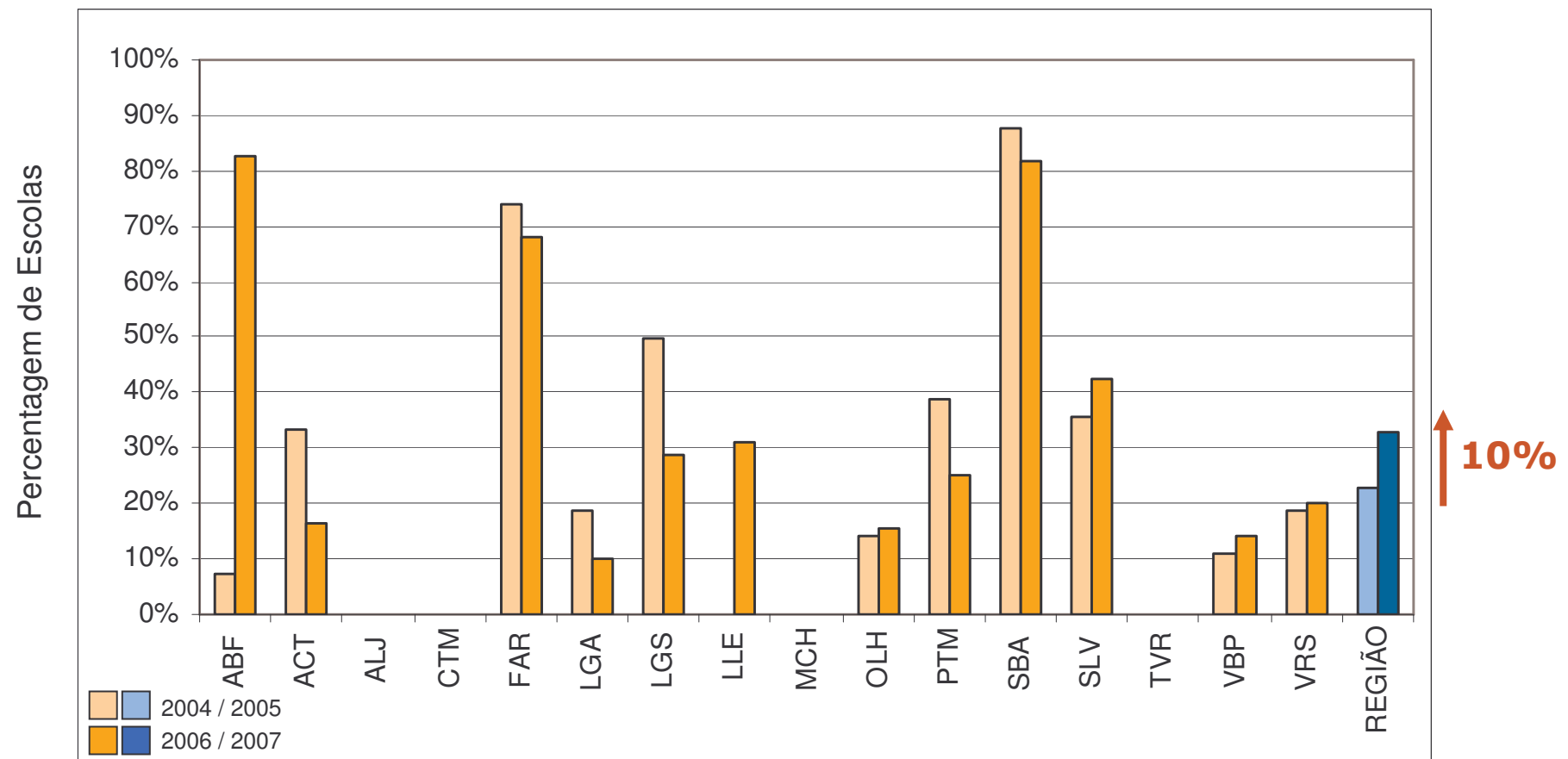
### Sopas com hortaliça

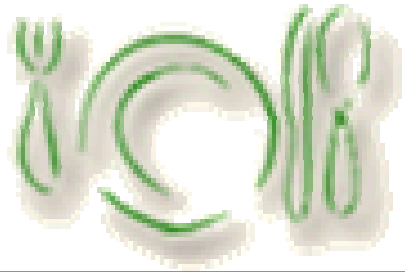




## CRITÉRIO DE AVALIAÇÃO - 2

### Variação da taxa de cumprimento Sopas com hortaliça





## ***CRITÉRIO DE AVALIAÇÃO - 3***

---

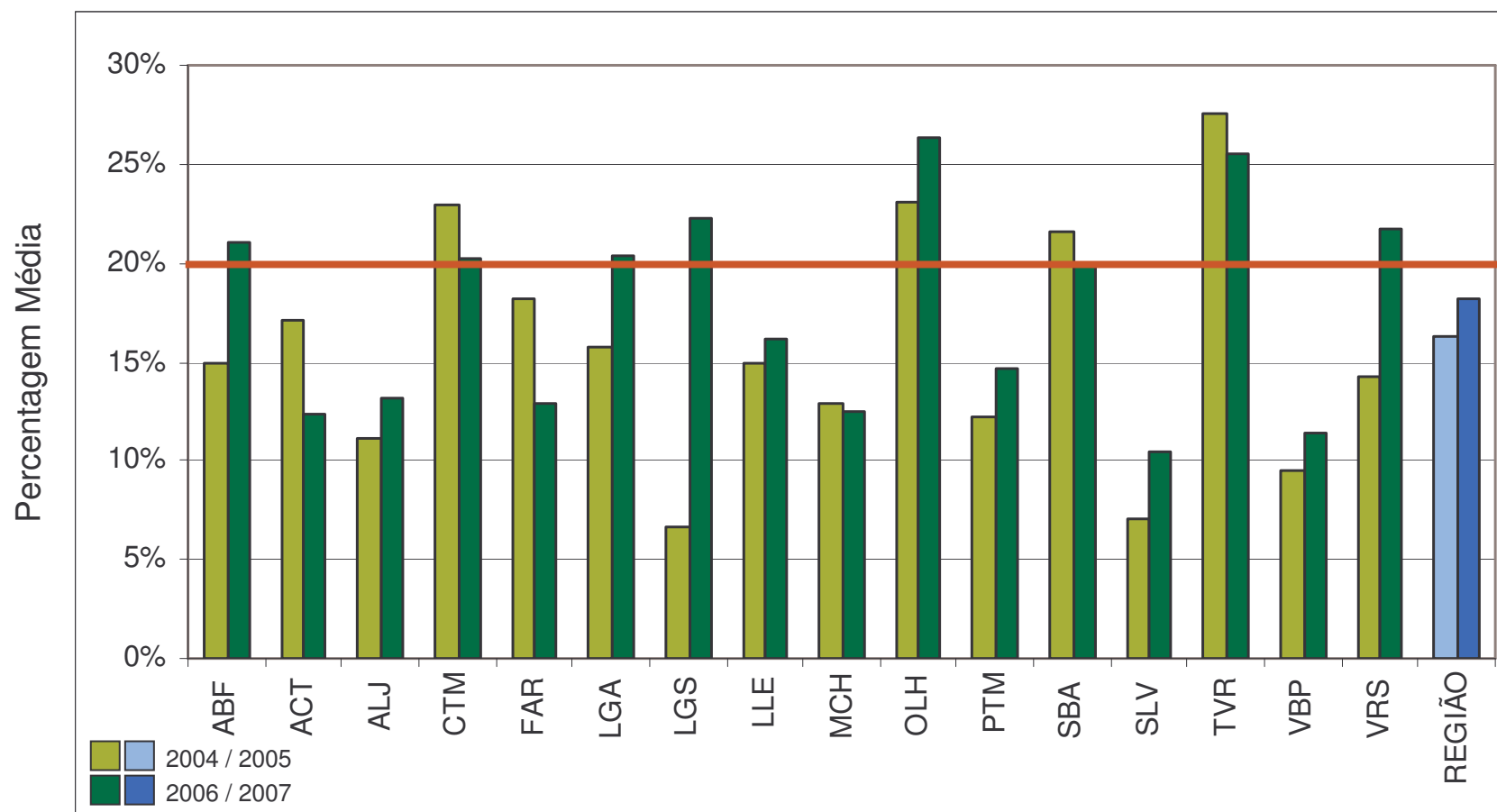
### **20% DAS SOPAS COM LEGUMINOSAS**

- Uma sopa por semana com leguminosas
- Exemplos: feijão, grão, lentilhas, ervilhas, favas



# CRITÉRIO DE AVALIAÇÃO - 3

## Sopas com leguminosas

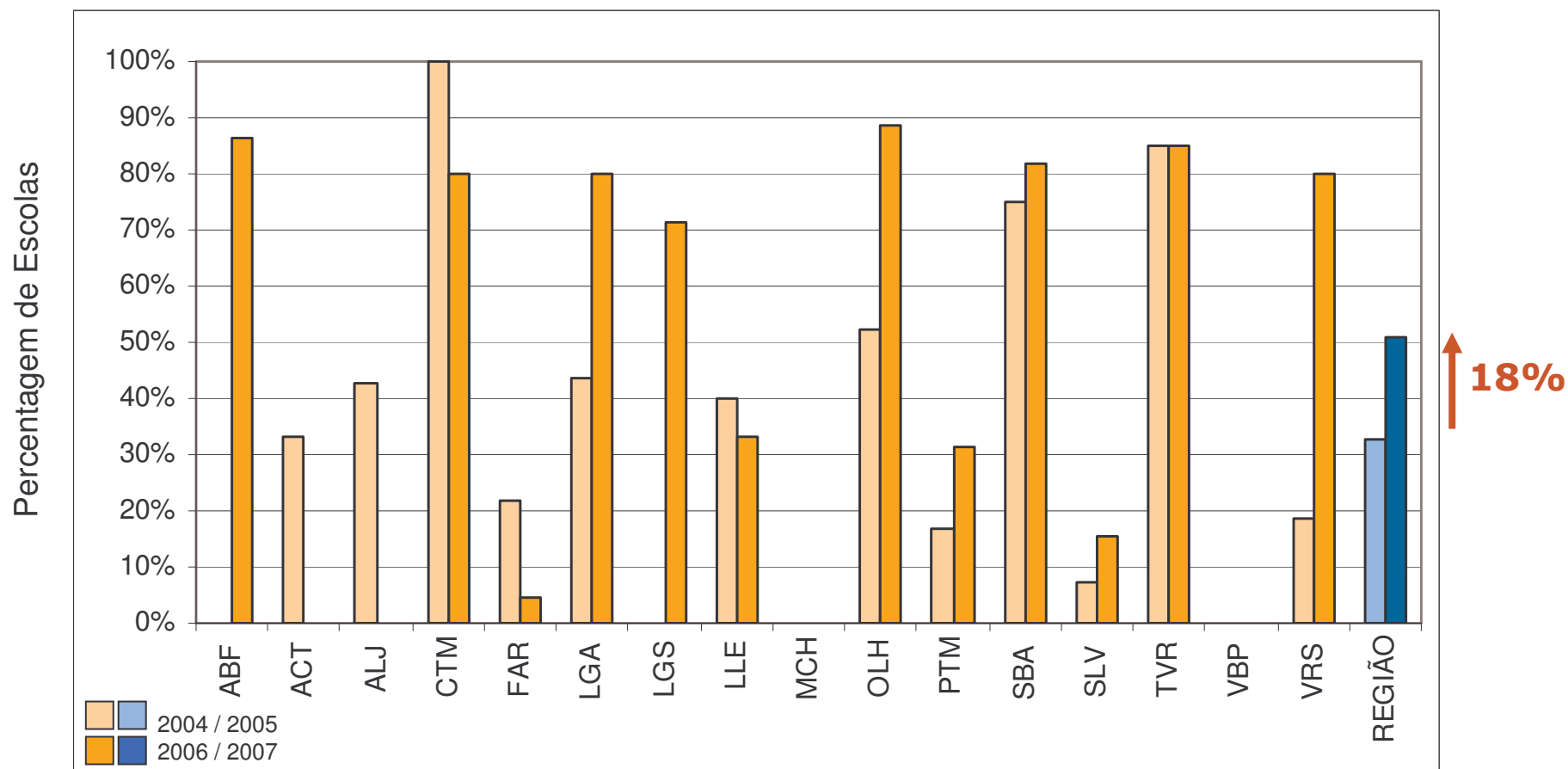






## CRITÉRIO DE AVALIAÇÃO - 3

### Variação da taxa de cumprimento Sopas com leguminosas





## **CRITÉRIO DE AVALIAÇÃO - 4**

---

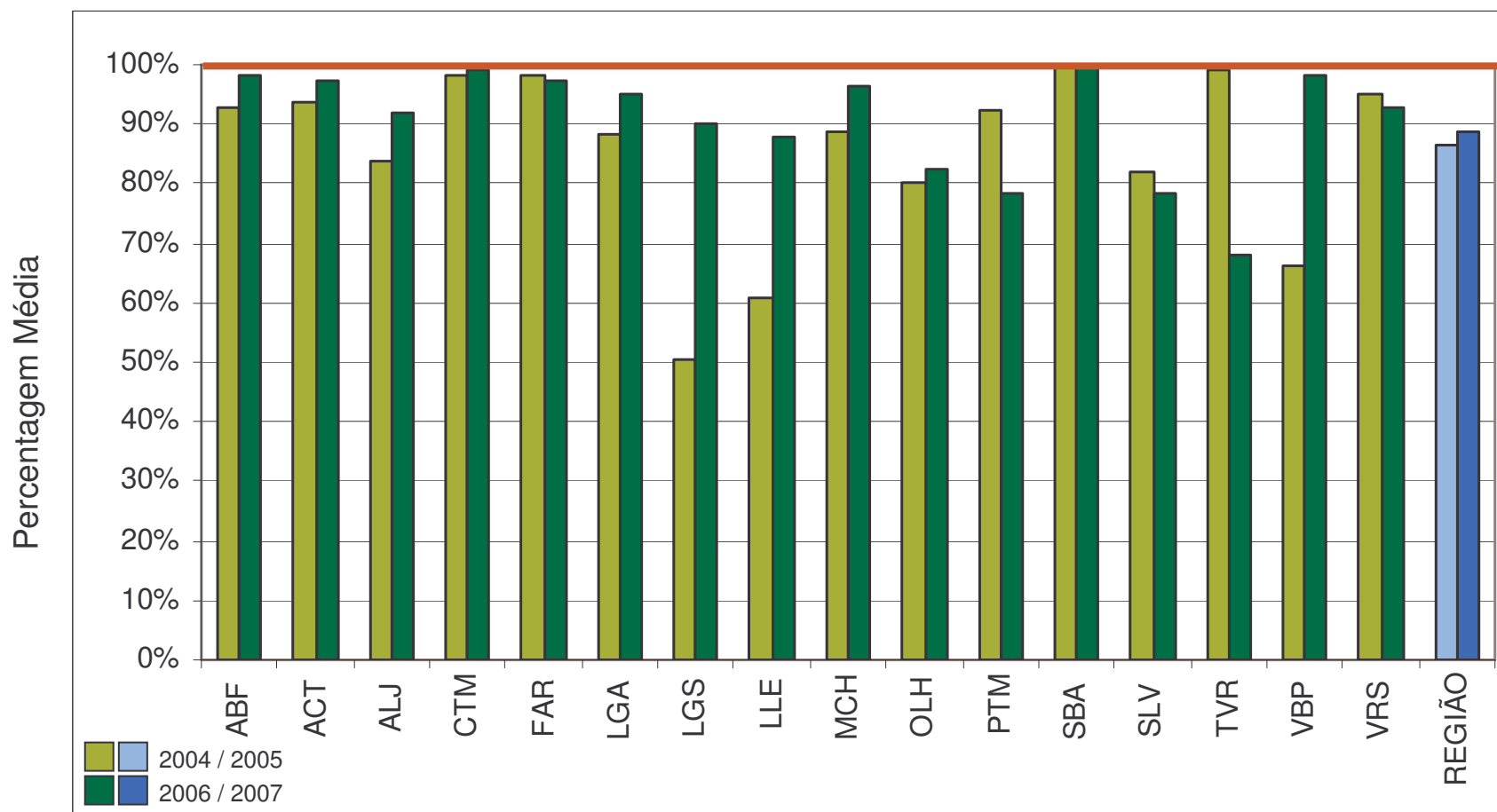
### **100% DOS 2.ºs PRATOS COM PRODUTOS HORTÍCOLAS E/OU LEGUMINOSAS**

- ✿ Todos os 2.ºs pratos com produtos hortícolas / leguminosas
- ✿ Preferir os produtos da época
- ✿ Variar a apresentação culinária (crus em salada, cozidos, estufados)
- ✿ Exemplos: bróculos, couve-roxa, grelos, couve-flor, couve-bruxelas, tomate, alface, *courgette*, beterraba, pimento, alho-francês, cogumelos, cenoura



## CRITÉRIO DE AVALIAÇÃO - 4

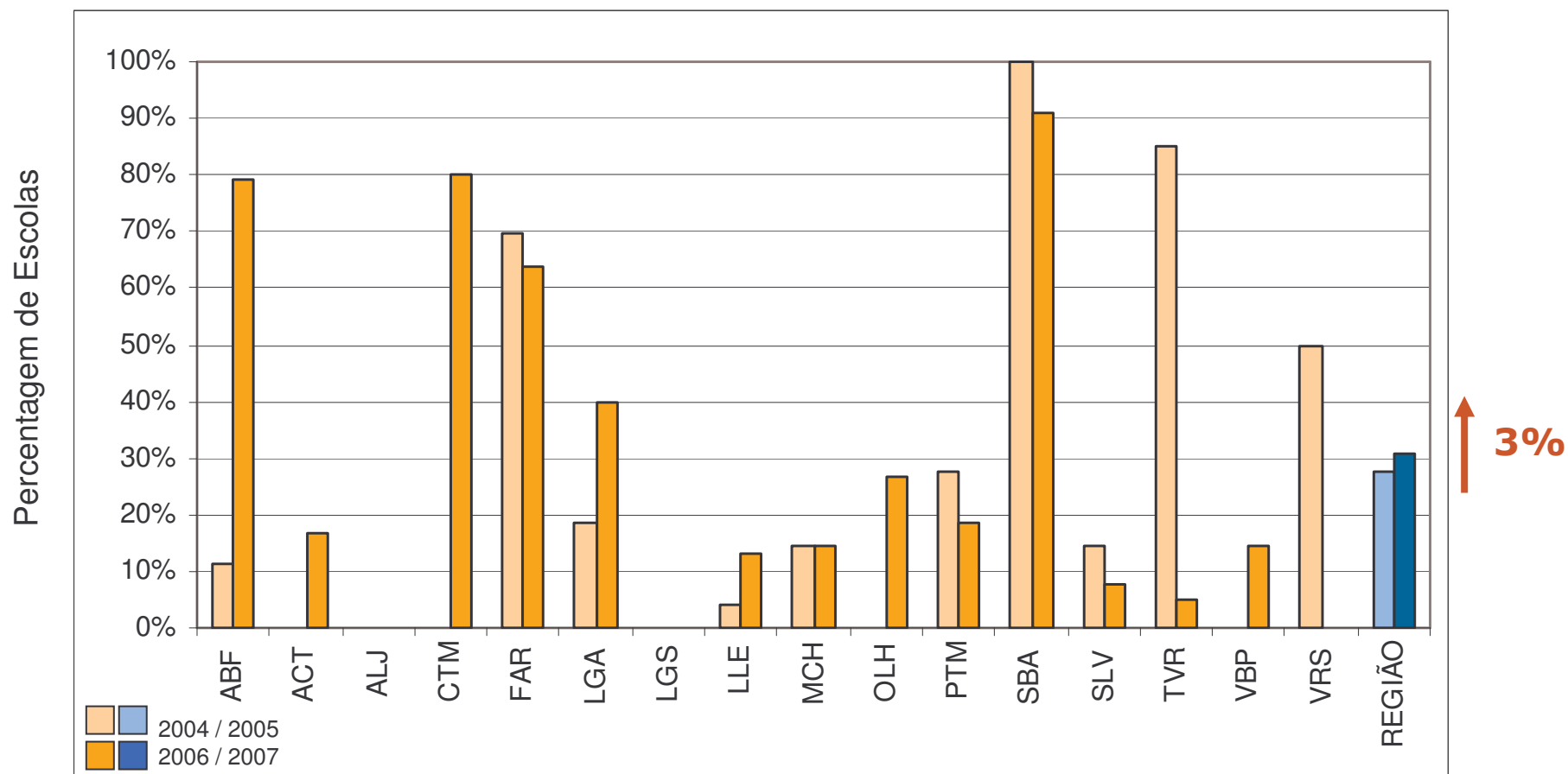
### 2ºs pratos com produtos hortícolas e/ou leguminosas





## CRITÉRIO DE AVALIAÇÃO - 4

### Variação da taxa de cumprimento 2ºs pratos com produtos hortícolas e/ou leguminosas





## **CRITÉRIO DE AVALIAÇÃO - 5**

---

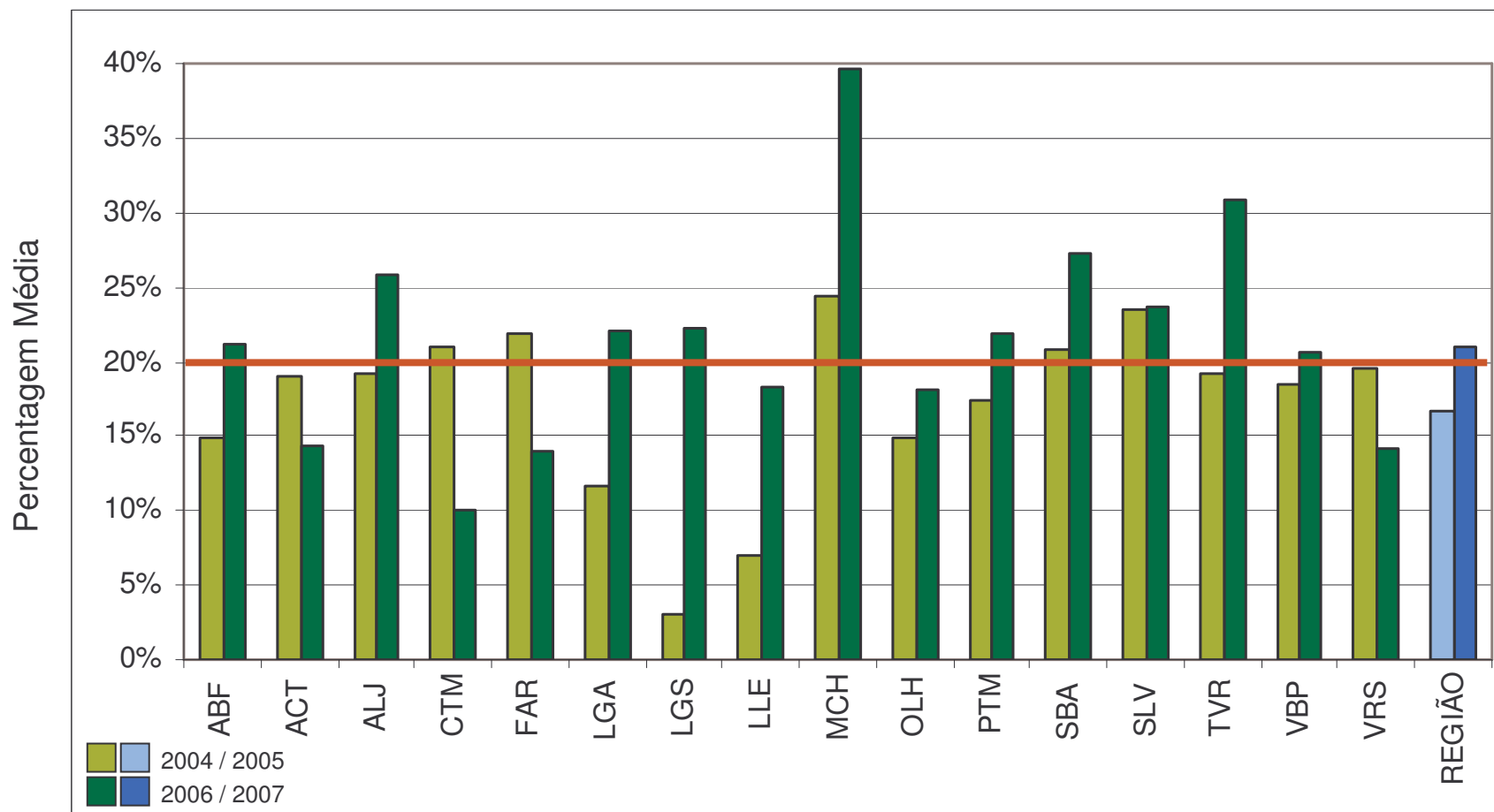
### **20% DOS 2ºs PRATOS COM LEGUMINOSAS**

- ✿ Um 2º prato por semana com leguminosas
- ✿ Exemplos: ervilhas com ovos, bacalhau com grão, salada de feijão frade, salada de grão com bacalhau, jardineira, cozido de feijão/ grão, salada russa, favas com chouriço, arroz de ervilhas/ feijão/ favas



## CRITÉRIO DE AVALIAÇÃO - 5

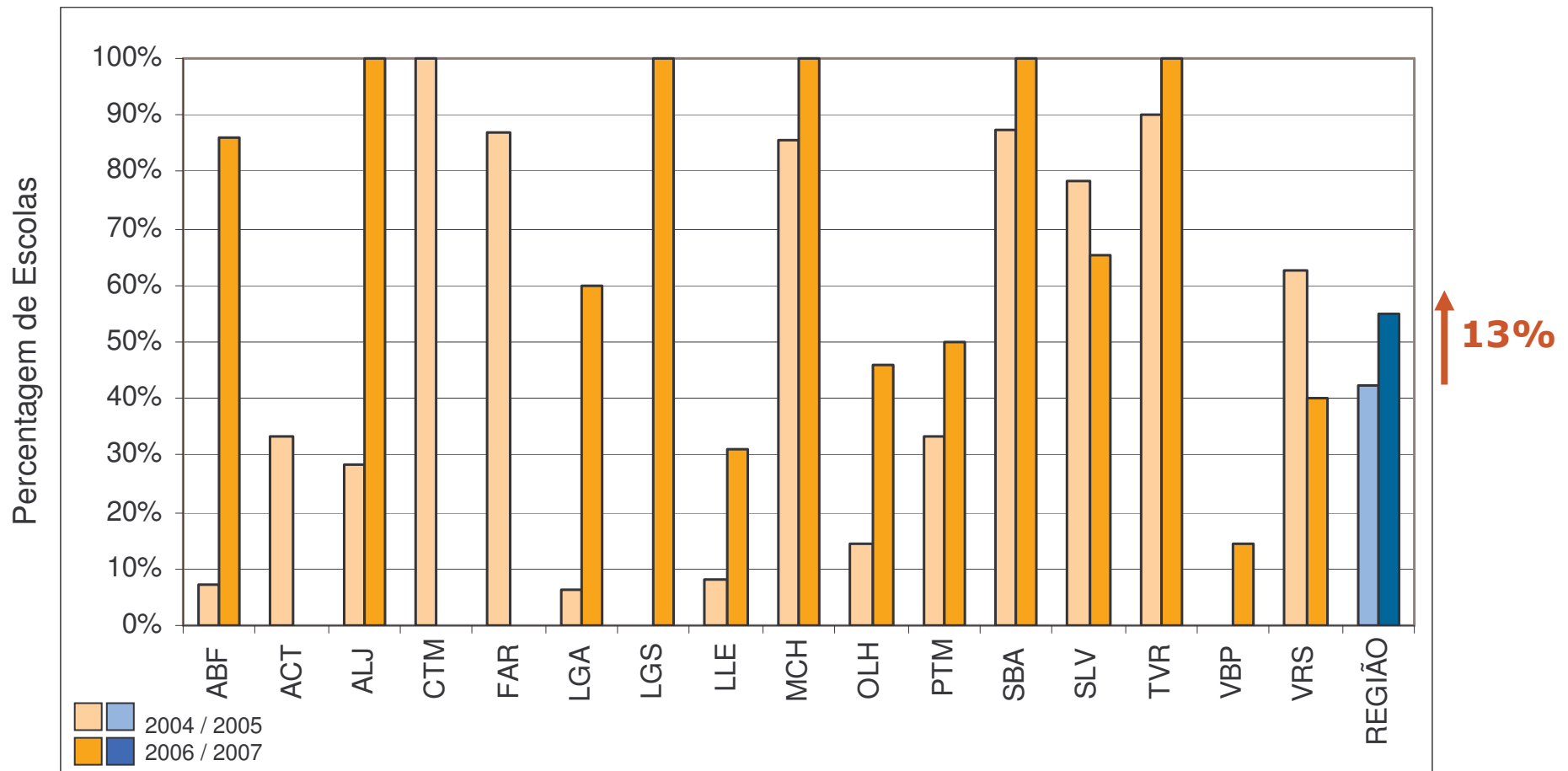
### 2ºs pratos com leguminosas





# CRITÉRIO DE AVALIAÇÃO - 5

## Variação da taxa de cumprimento 2ºs pratos com leguminosas





## ***CRITÉRIO DE AVALIAÇÃO - 6***

---

### **PERCENTAGEM DE 2ºs PRATOS DE PESCADO IGUAL OU SUPERIOR AOS DE CARNE**

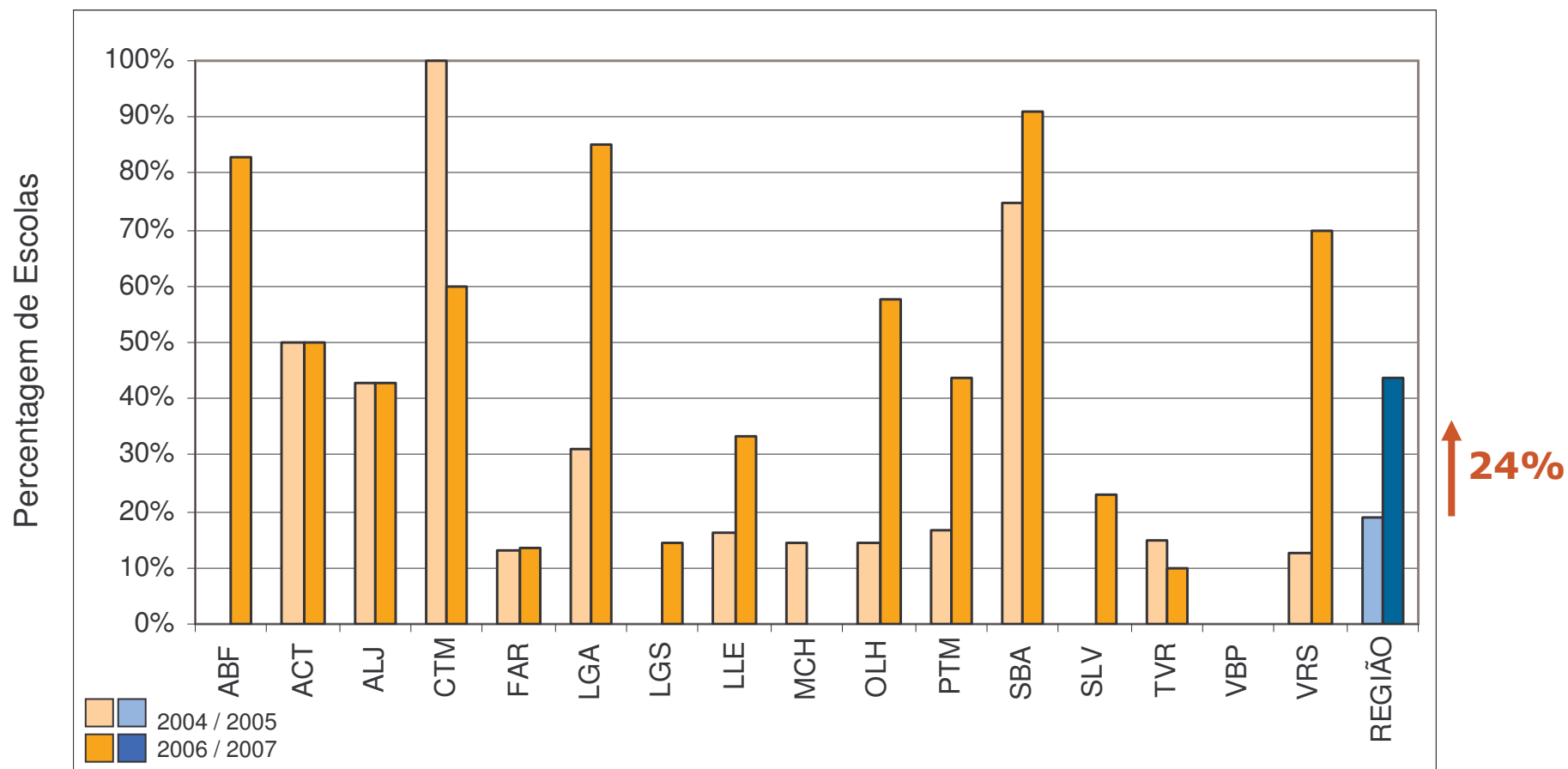
- ✿ Alternar diariamente os pratos de pescado (moluscos e peixe) com os de carne
- ✿ Exemplos de pescado: abrótea, atum, bacalhau, cação, carapau, cherne, corvina, maruca, pescada, salmão, solha, tamboril
- ✿ Exemplos de moluscos: choco, lula, polvo

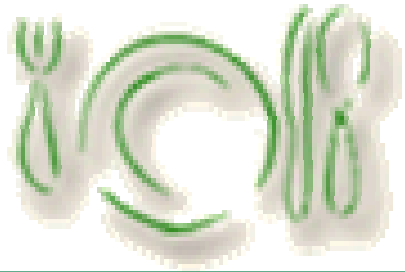




## CRITÉRIO DE AVALIAÇÃO - 6

### Variação da taxa de cumprimento 2<sup>os</sup> pratos de peixe igual ou superior aos de carne





## **CRITÉRIO DE AVALIAÇÃO - 7**

---

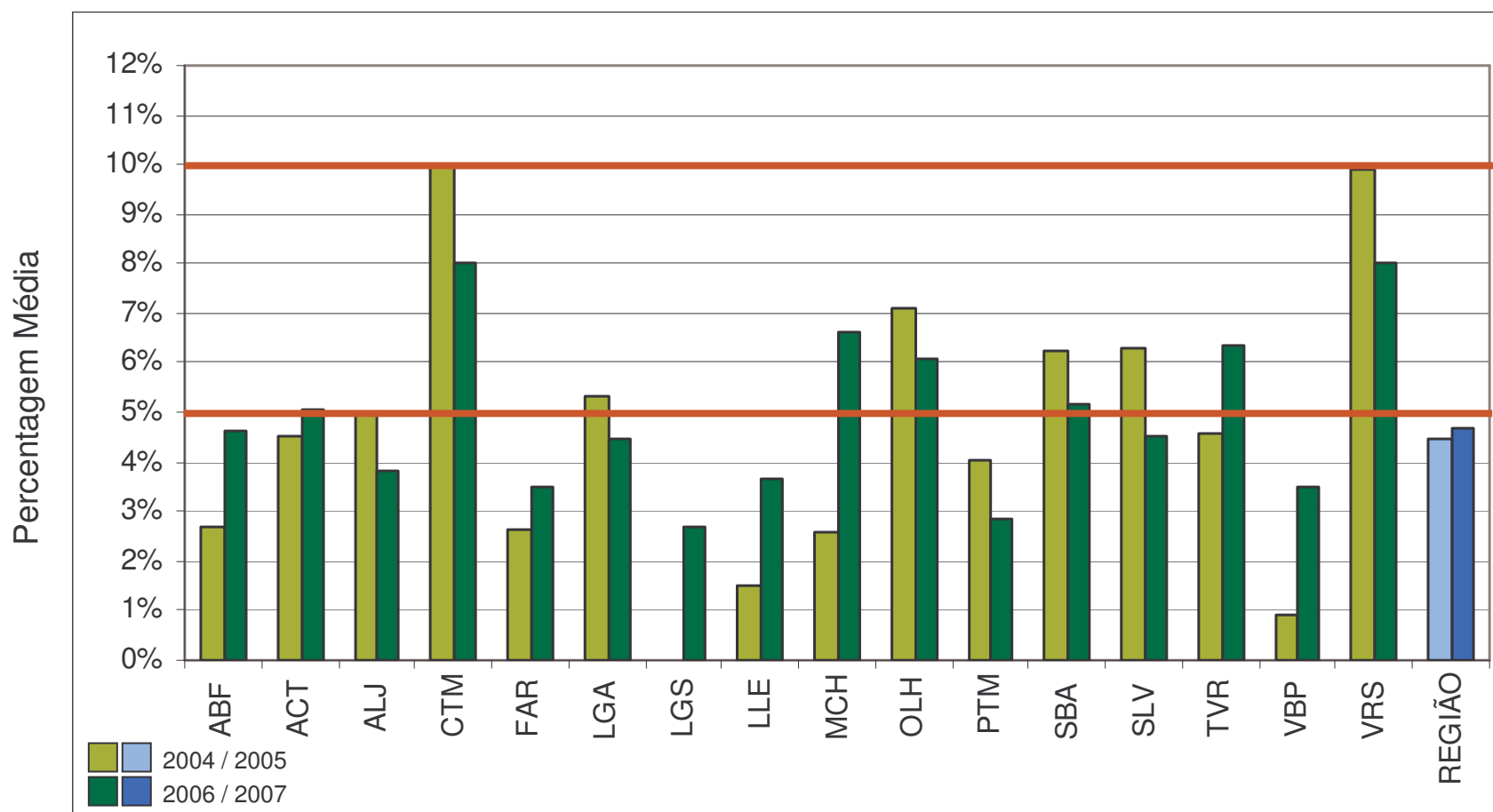
### **5 A 10% DOS 2ºs PRATOS COM OVO**

- ✿ Um 2º prato com ovo por mês, no mínimo
- ✿ Dois 2ºs pratos com ovo por mês, no máximo
- ✿ Pratos com ovo fornecidos em semanas intercaladas
- ✿ Exemplos: ovo cozido, ervilhas com ovos



# CRITÉRIO DE AVALIAÇÃO - 7

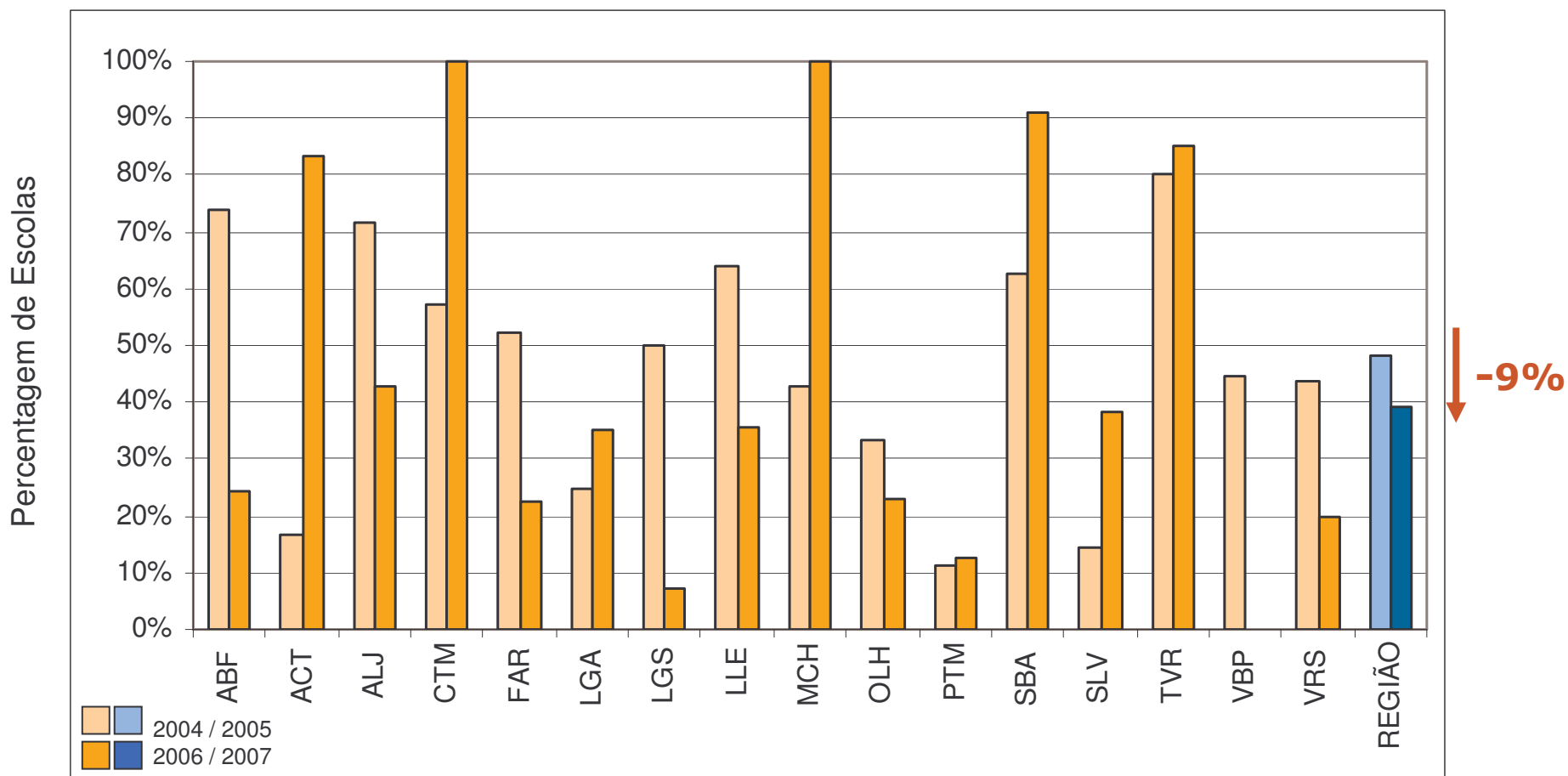
## 2ºs pratos com ovo (5 a 10%)





# CRITÉRIO DE AVALIAÇÃO - 7

## Variação da taxa de cumprimento 2ºs pratos com ovo (5 a 10%)





## ***CRITÉRIO DE AVALIAÇÃO - 8***

---

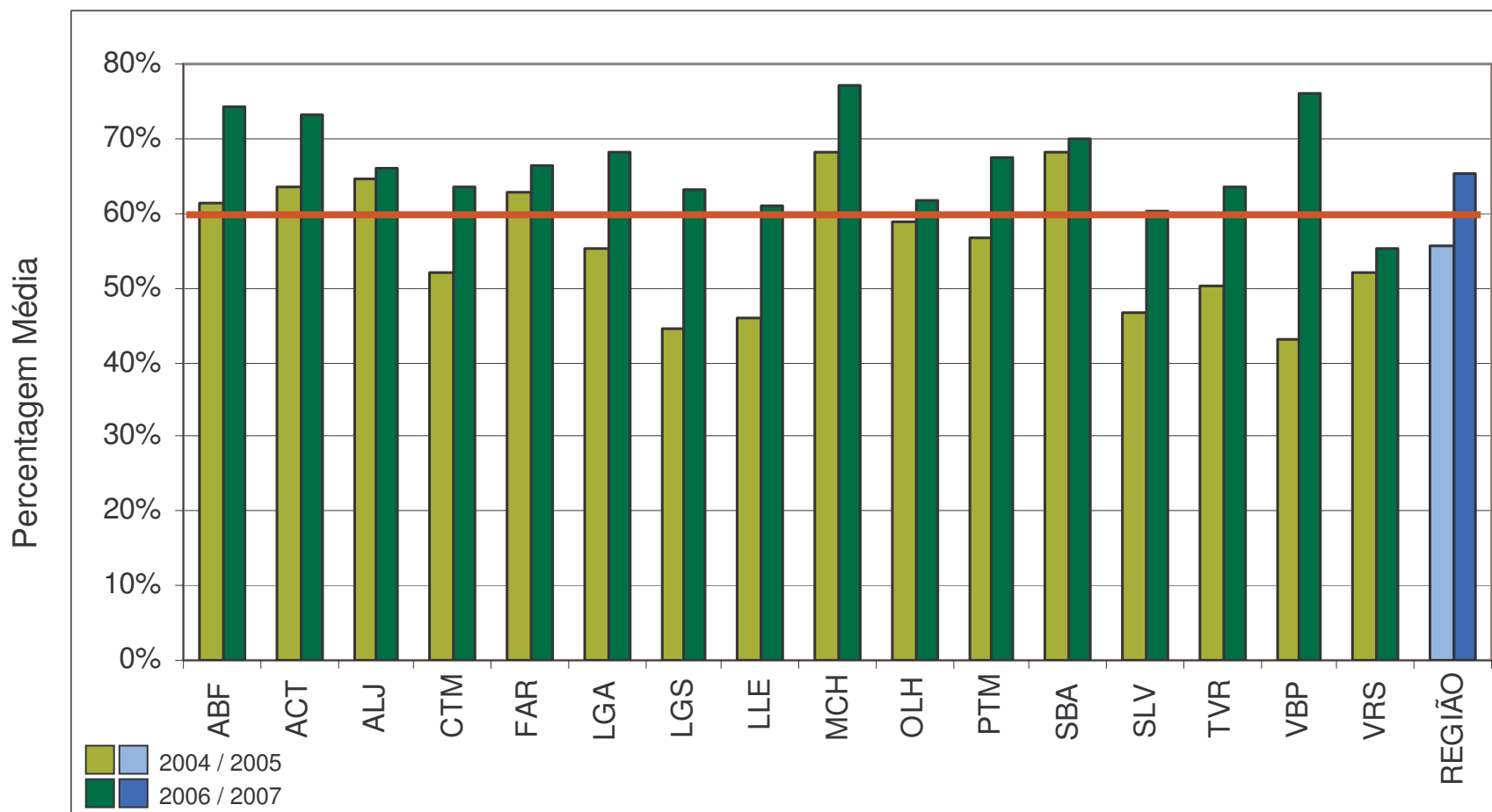
### **60% DAS CONFECÇÕES COM POUCA GORDURA DE ADIÇÃO**

- Três dos 2ºs pratos por semana devem ser preparados com pouca gordura de adição
- Exemplos de confecções com pouca gordura de adição: cozidos, estufados, grelhados



## CRITÉRIO DE AVALIAÇÃO - 8

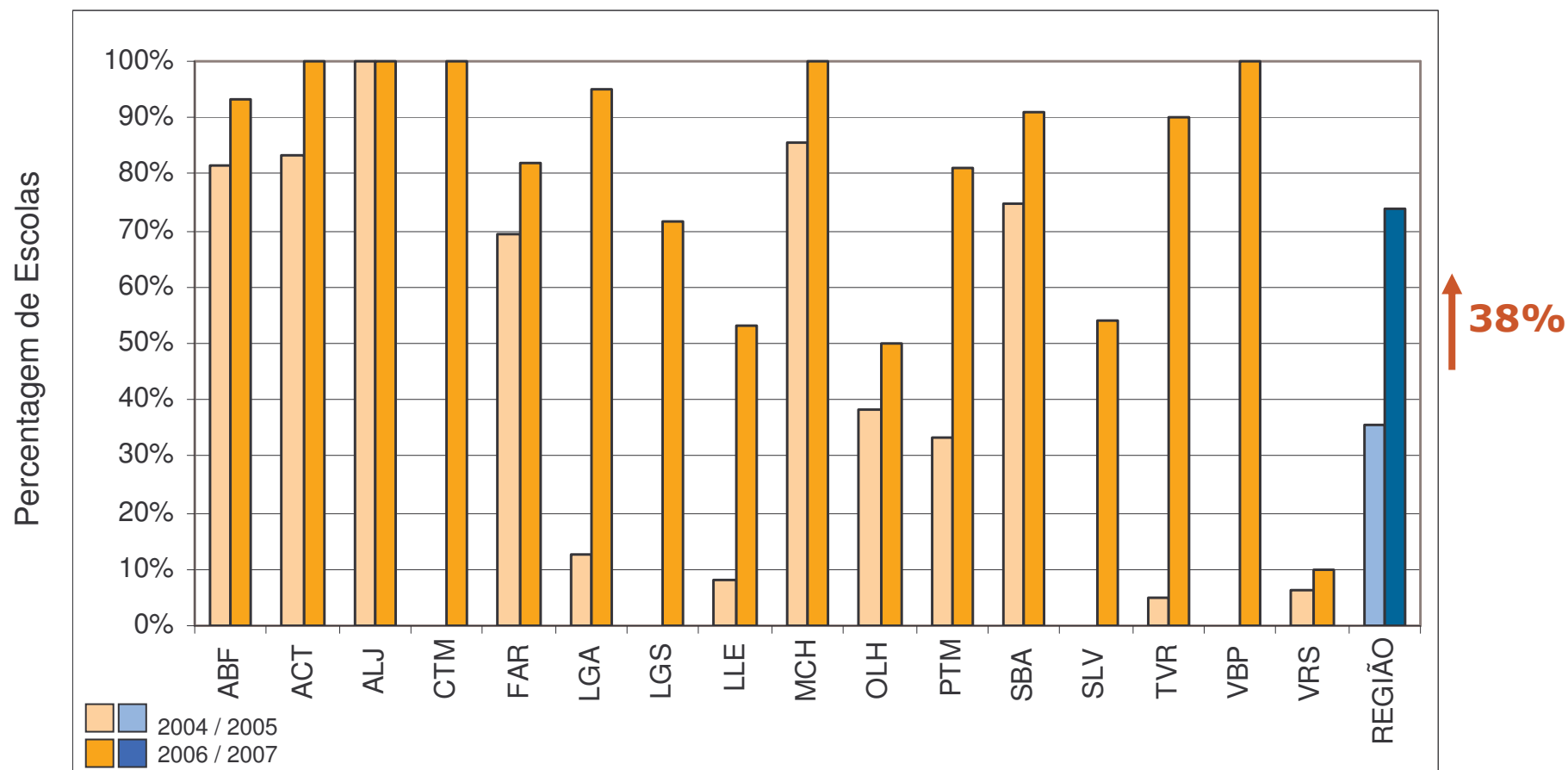
### Confeções com pouca gordura de adição





## CRITÉRIO DE AVALIAÇÃO - 8

### Variação da taxa de cumprimento Confecções com pouca gordura de adição





## **CRITÉRIO DE AVALIAÇÃO - 9**

---

### **PERCENTAGEM DE FRITOS INFERIOR OU IGUAL A 20**

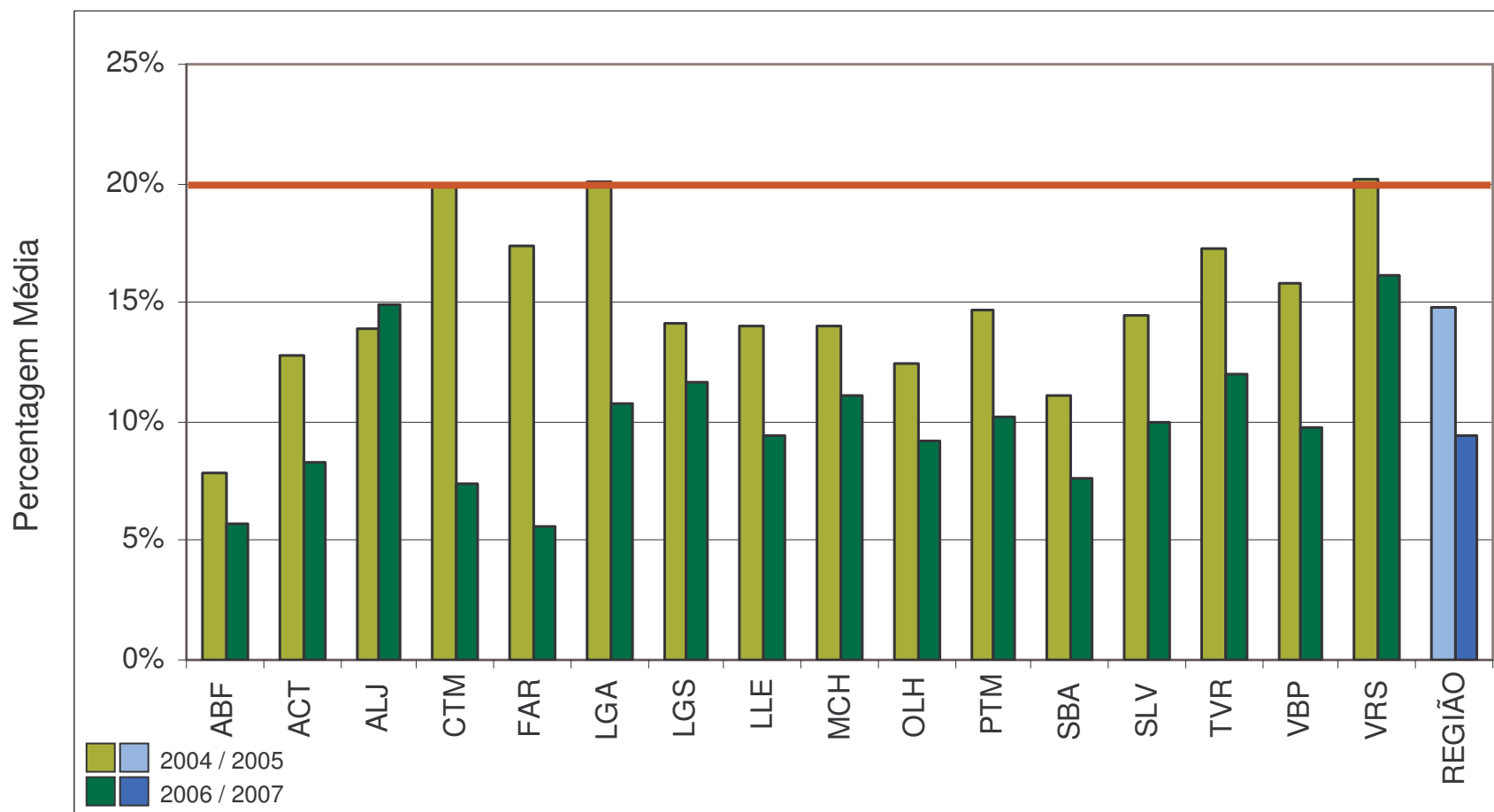
- Um 2º prato com um dos componentes fritos por semana, no máximo
- O mesmo 2º prato não deve fornecer mais do que um componente frito
- Sempre que haja um frito é desejável que a fruta seja um citrino





## CRITÉRIO DE AVALIAÇÃO - 9

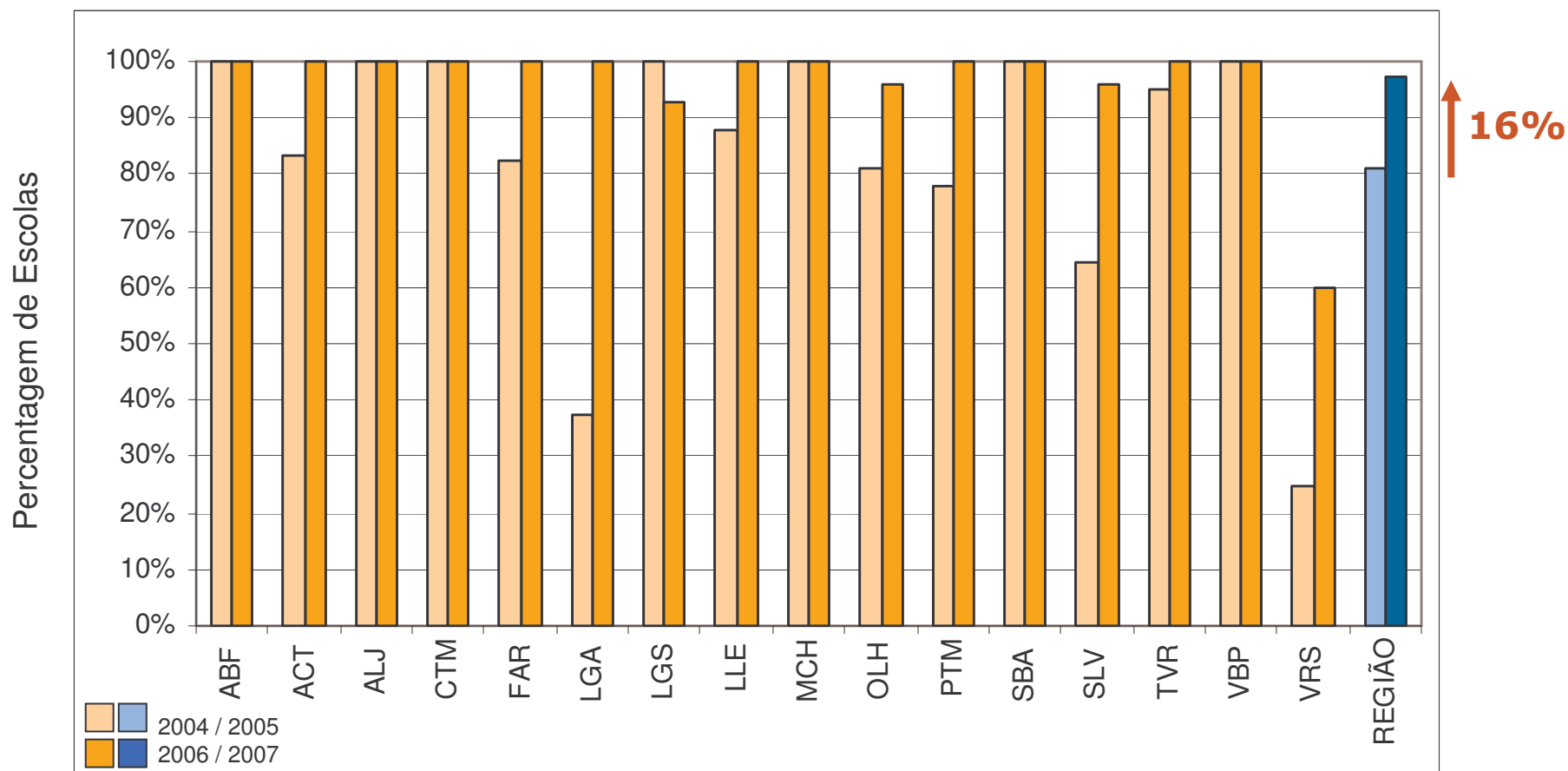
### Percentagem de fritos inferior ou igual a 20





## CRITÉRIO DE AVALIAÇÃO - 9

### Variação da taxa de cumprimento Percentagem de fritos inferior ou igual a 20





## ***CRITÉRIO DE AVALIAÇÃO - 10***

---

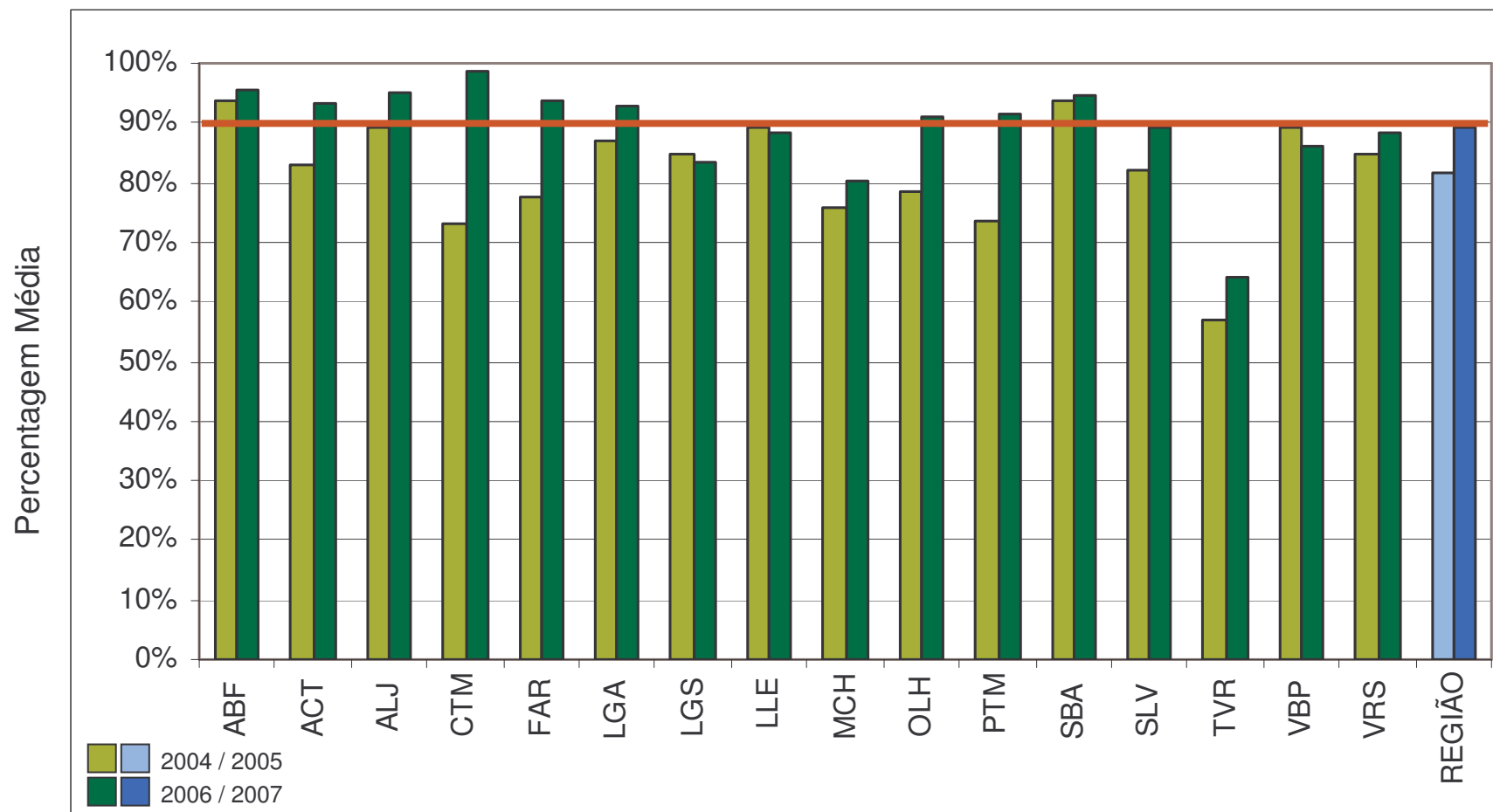
### **90% DAS SOBREMESAS COM FRUTA**

- ✿ Todas as refeições devem fornecer fruta fresca como sobremesa, exceptuando um máximo de duas por mês
- ✿ As sobremesas doces podem ser fornecidas, mas sempre em semanas intercaladas



# CRITÉRIO DE AVALIAÇÃO - 10

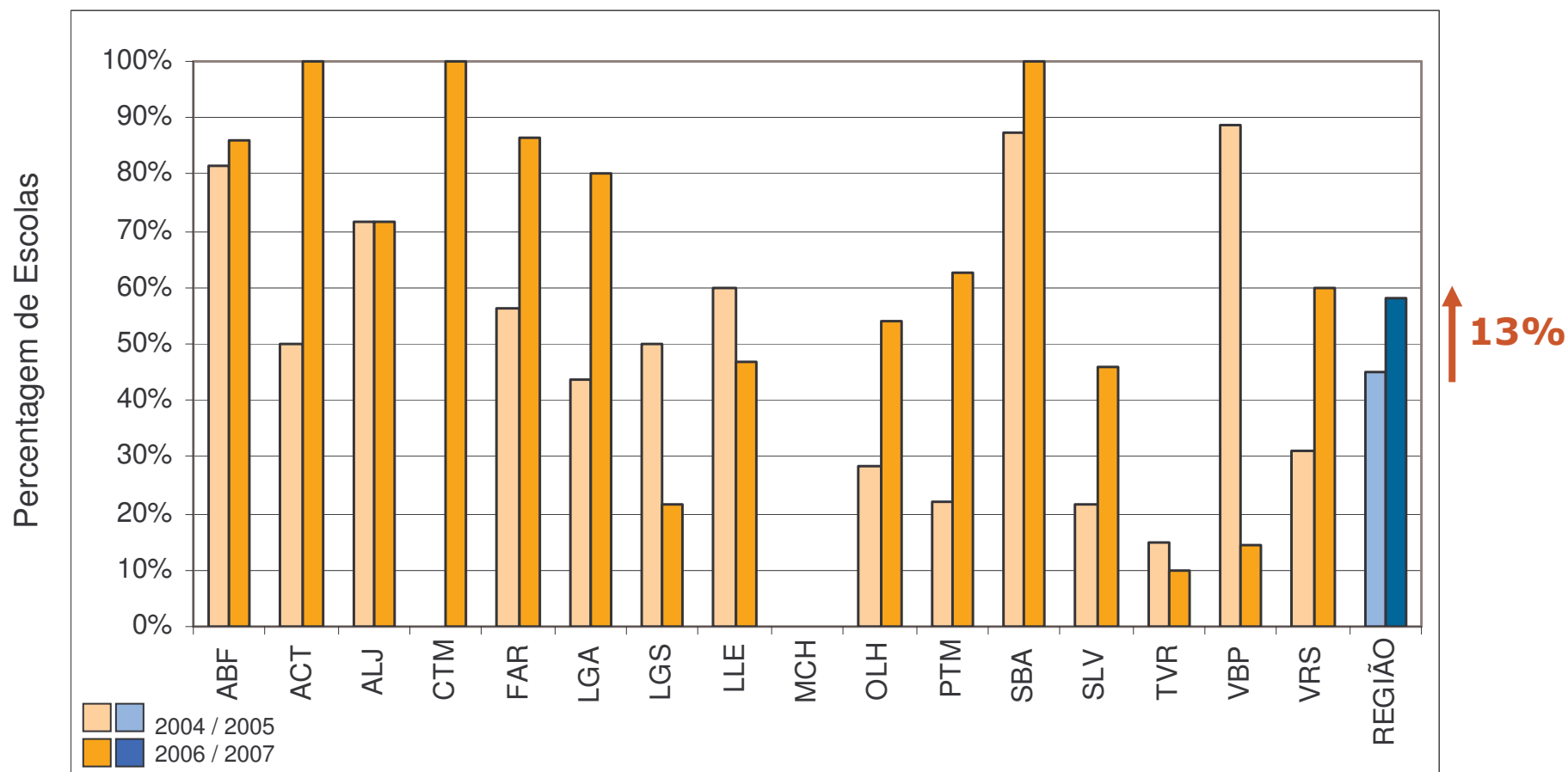
## Sobremesas de fruta





# CRITÉRIO DE AVALIAÇÃO - 10

## Variação da taxa de cumprimento Sobremesas de fruta

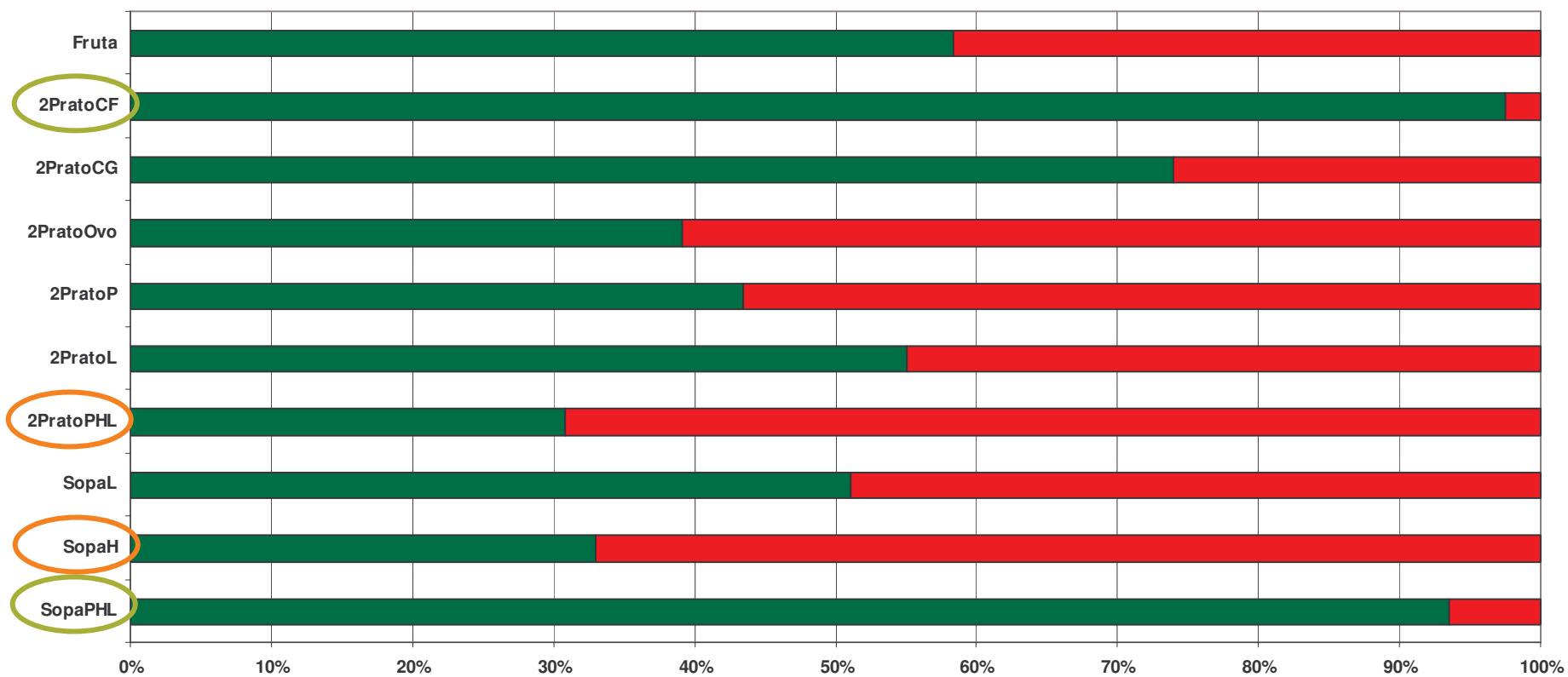




# AVALIAÇÃO

2006/2007

## TAXA DE CUMPRIMENTO POR CRITÉRIO

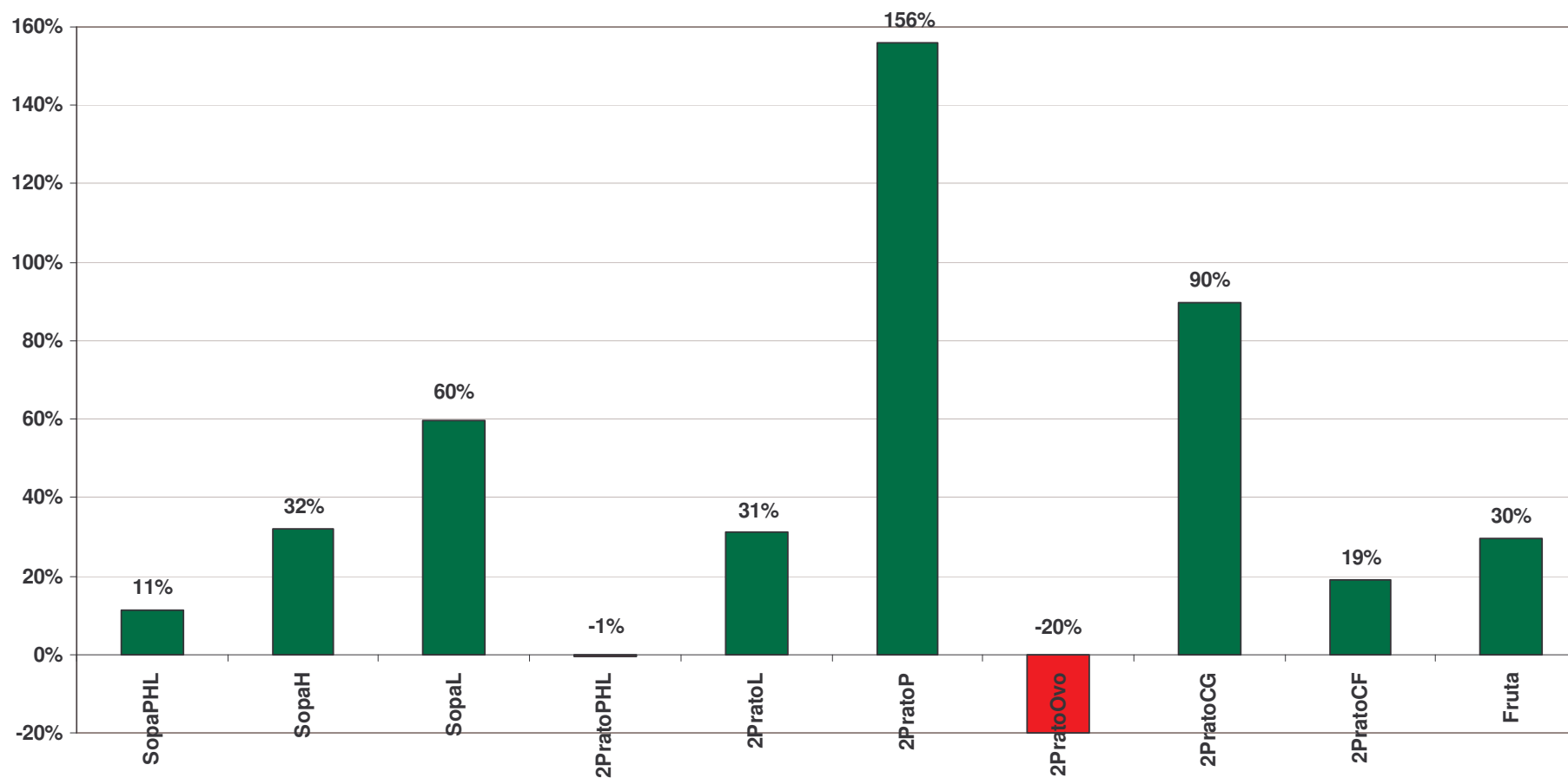




# AVALIAÇÃO COMPARATIVA

2004/2005 E 2006/2007

## VARIAÇÃO DA TAXA DE CUMPRIMENTO POR CRITÉRIO

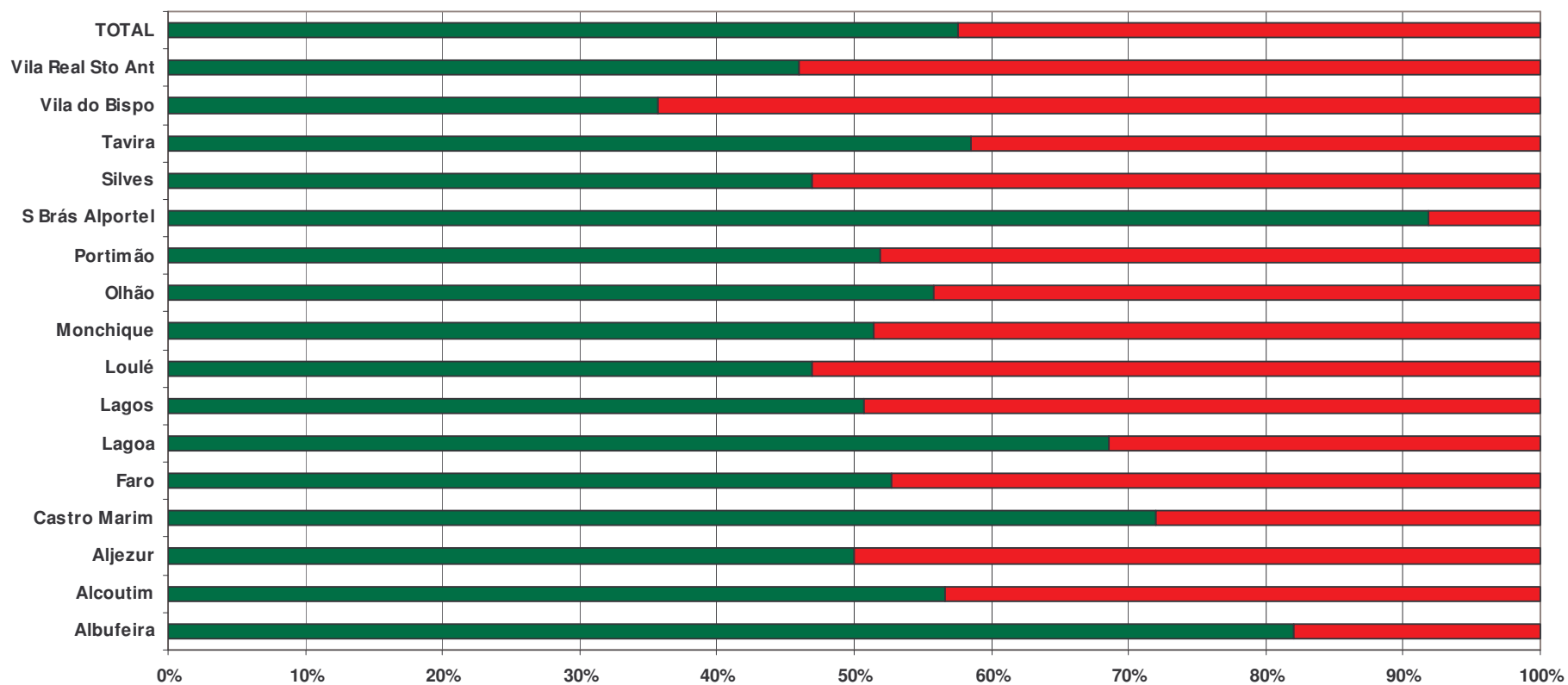




# AVALIAÇÃO

2006/2007

## TAXA DE CUMPRIMENTO POR CONCELHO



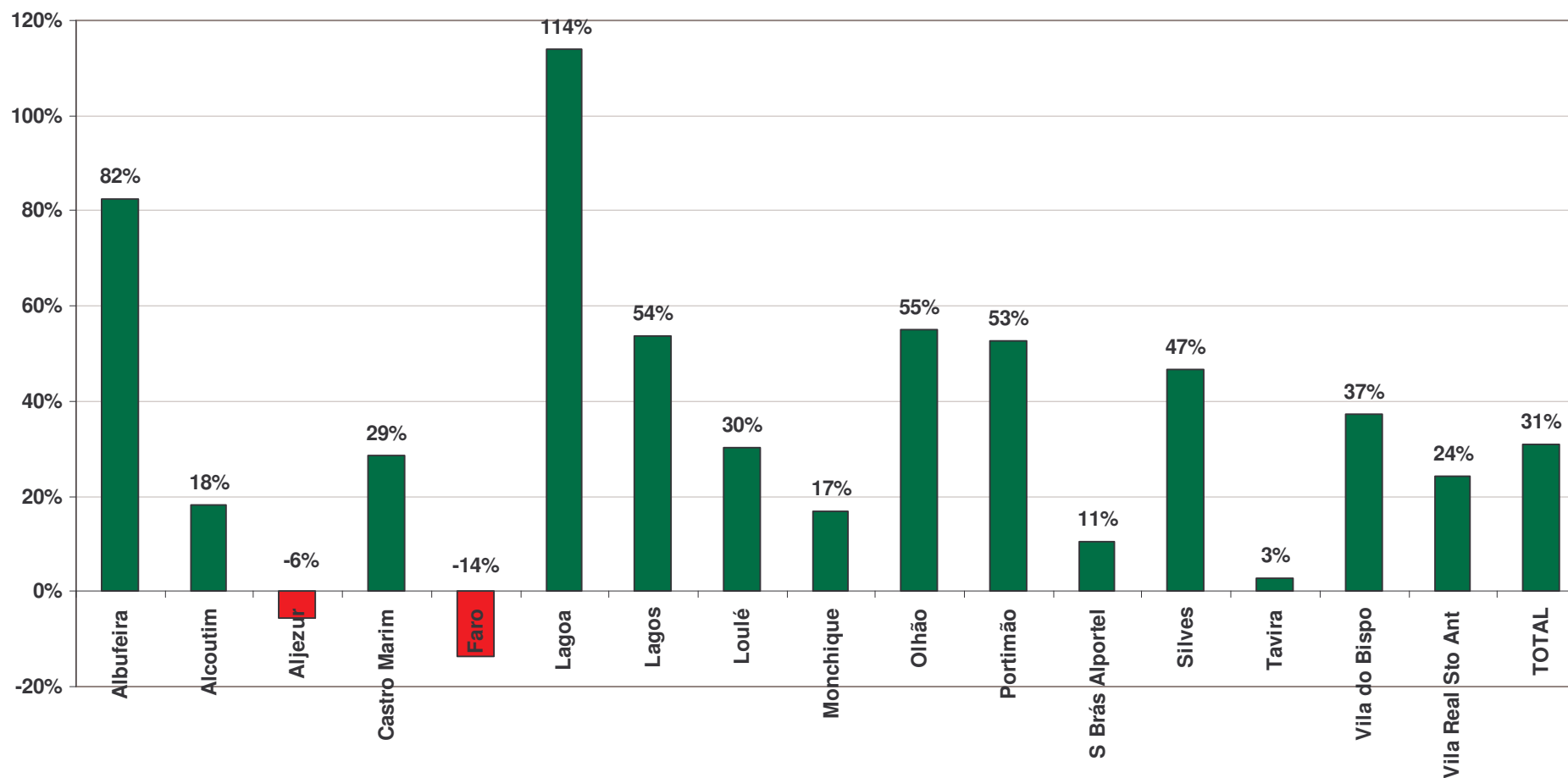




# AVALIAÇÃO COMPARATIVA

2004/2005 E 2006/2007

## VARIAÇÃO DA TAXA DE CUMPRIMENTO POR CONCELHO

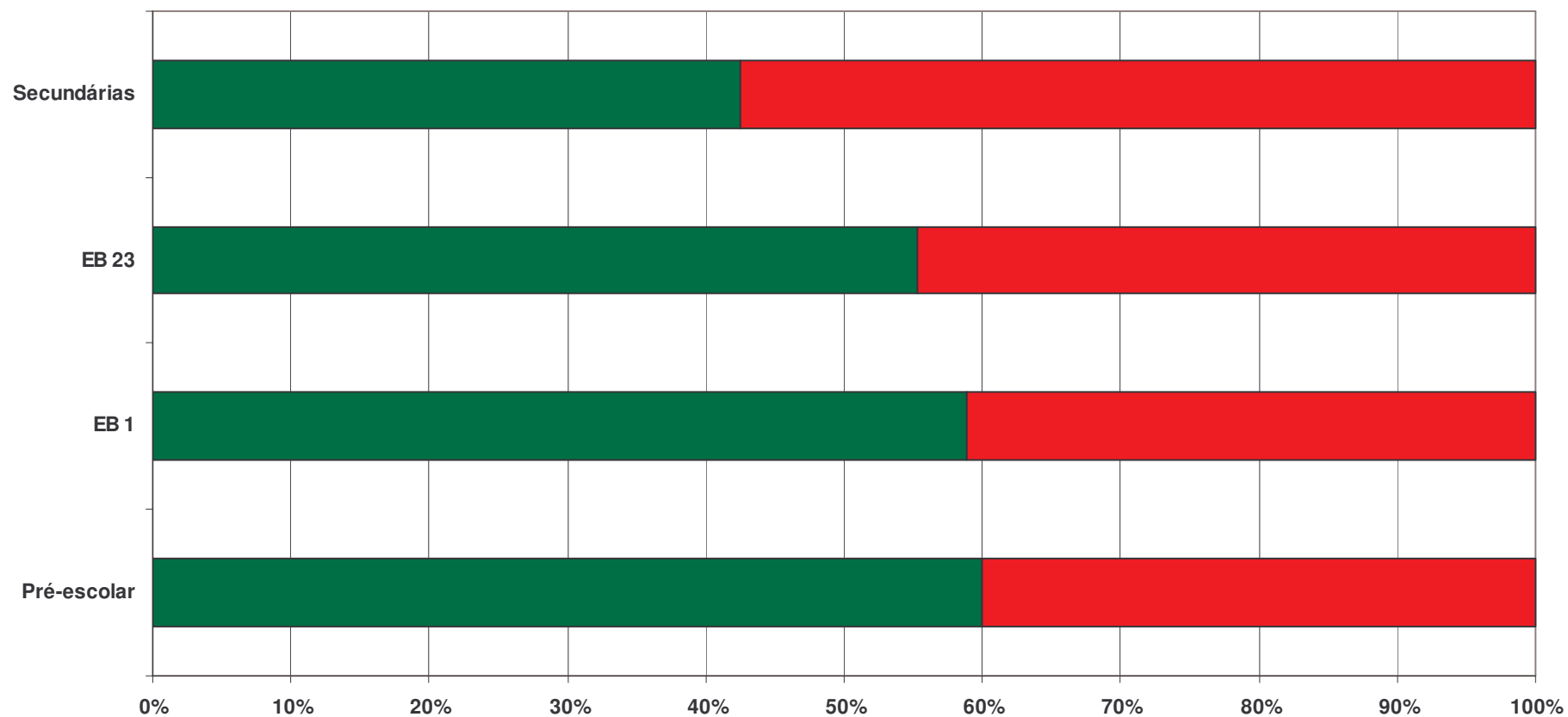




# AVALIAÇÃO

2006/2007

## TAXA DE CUMPRIMENTO POR GRAU DE ENSINO

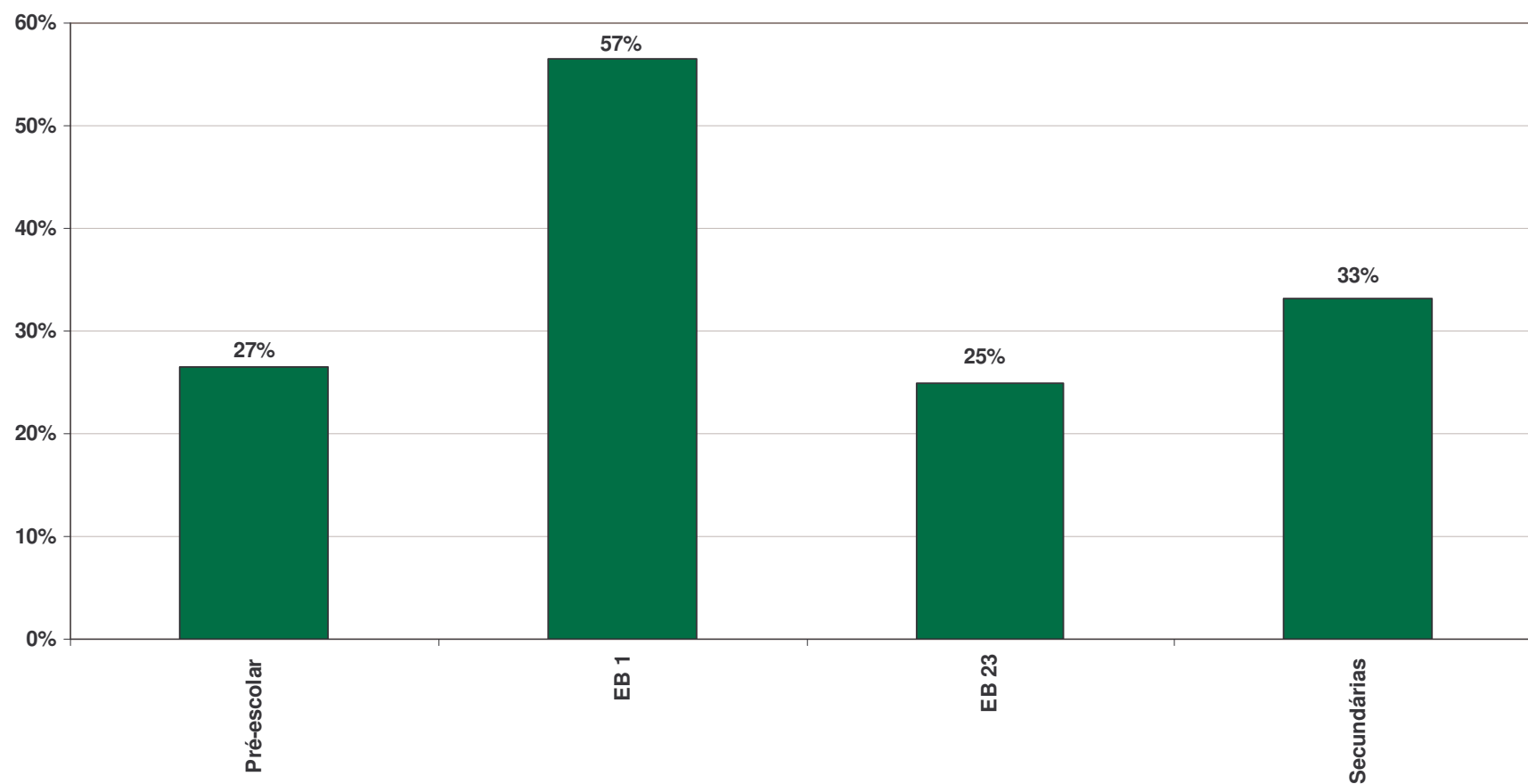




# AVALIAÇÃO COMPARATIVA

2004/2005 E 2006/2007

## VARIAÇÃO DA TAXA DE CUMPRIMENTO POR GRAU DE ENSINO

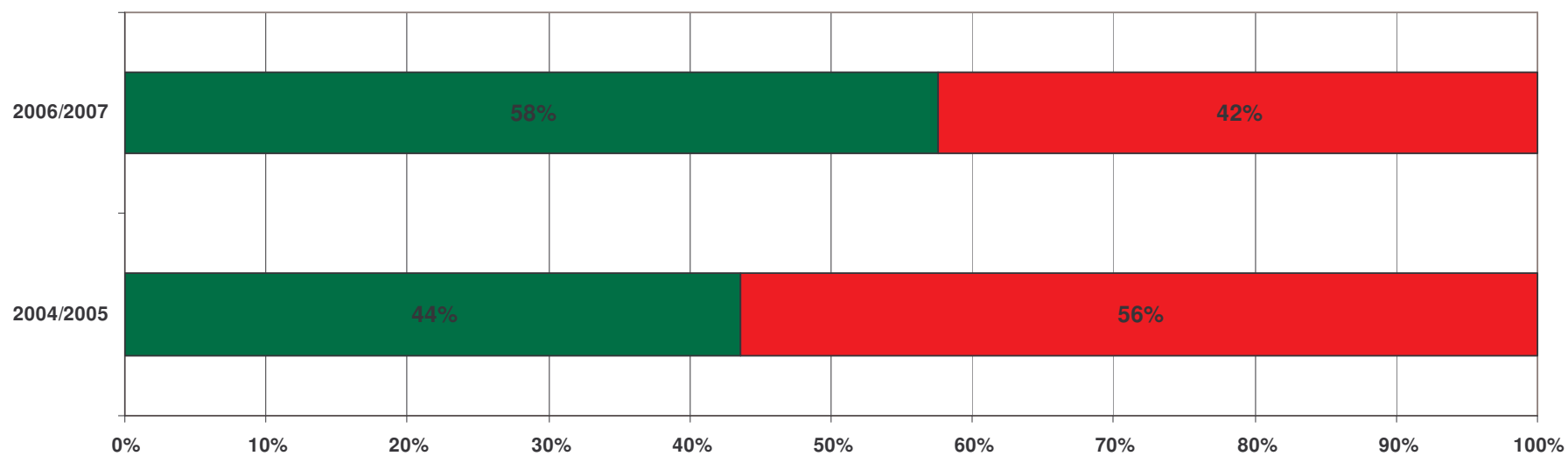




# AVALIAÇÃO

2006/2007

## TAXA DE CUMPRIMENTO TOTAL



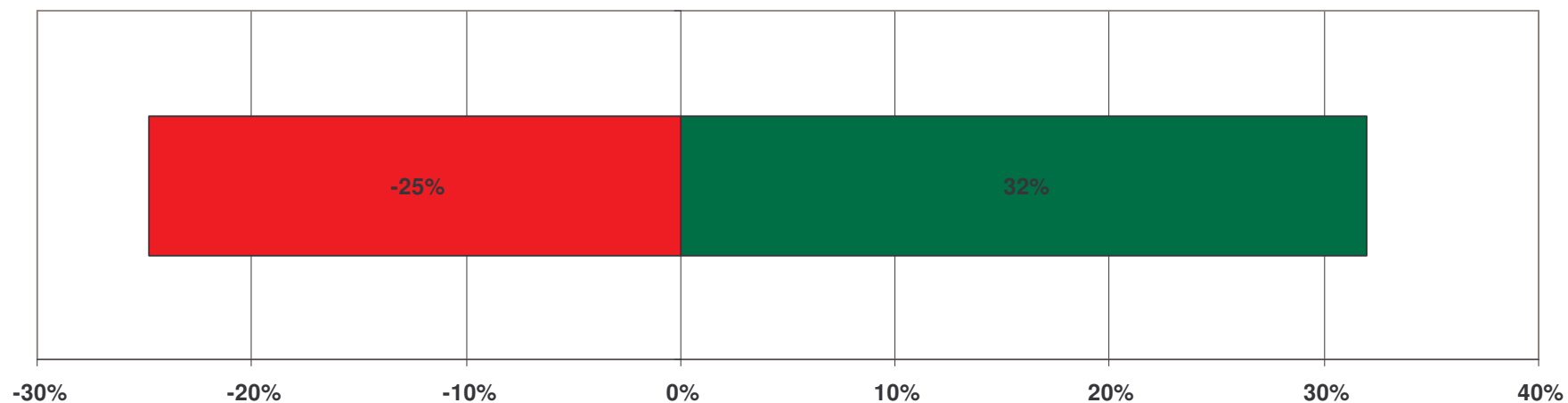


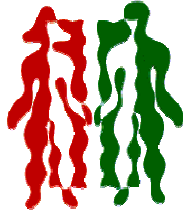
# ***AVALIAÇÃO COMPARATIVA***

***2004/2005 E 2006/2007***

---

## **VARIAÇÃO DA TAXA DE CUMPRIMENTO TOTAL**





Administração Regional de Saúde do Algarve, IP  
Departamento de Saúde Pública  
**GABINETE DE NUTRIÇÃO**

***Obrigada pela atenção!***

***[nutricao@arsalgarve.min-saude.pt](mailto:nutricao@arsalgarve.min-saude.pt)***