

EXPERIÊNCIA EM EXTENSÃO ACADÊMICA EM RESTAURANTES DE COLETIVIDADES

ODALEIA BARBOSA AGUIAR

RESUMO

O presente artigo relata a experiência em extensão realizada desde 2001, em restaurantes de coletividades no Rio de Janeiro. Foram desenvolvidas atividades de avaliação nutricional com orientação individual, discussão de escolhas de alimentos saudáveis, parcerias entre nutricionistas e cozinheiros, avaliação da qualidade do cardápio e valorização da preparação do arroz e feijão. Atualmente a discussão é a do Direito Humano à Alimentação Adequada, em que as questões do acesso a alimentos e as políticas públicas fazem parte da agenda de conversas na cozinha com os trabalhadores.

PALAVRAS-CHAVE: Extensão Comunitária. Alimentação Coletiva. Trabalhador. Direito Alimentar.

ABSTRACT

TITLE: EXPERIENCE IN ACADEMIC EXTENSION IN COMMUNITY RESTAURANTS

This paper reports the experience in extension since 2001, in community restaurants in Rio de Janeiro. Activities were developed for nutritional evaluation with individual counseling, discussion of healthy food choices, partnerships between nutritionists and cooks, quality assessment of the menu and the importance of preparing rice and beans. Currently the discussion is on the Human Right to Adequate Food, and the issues of access to food and public policies are on the agenda of talks with kitchen workers.

KEYWORDS: Community – Institutional Relations. Collective Feeding. Workers. Nutritional Rights.

O Instituto de Nutrição (INU), unidade pública acadêmica da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ), tem como compromisso tanto desenvolver papel relevante na formação dos nutricionistas com ênfase na saúde, quanto contribuir para o desenvolvimento, acompanhamento e avaliação das políticas públicas relacionadas à segurança alimentar e nutricional.

Conforme a Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional – LDB, Lei nº 9394/1996, o ato educativo configura-se pelo desenvolvimento pleno do educando, pela capacitação para o trabalho e pelo exercício da cidadania. A função essencial da unidade acadêmica se efetiva, assim, por um processo de aprendizagem que se faz por meio do encaminhamento das finalidades do ato educativo, mas realiza-se também pela inserção na realidade social, pelo envolvimento com os projetos comunitários e pela implementação de propostas que contribuam com a transformação social (SÍVERES, 2000).

Prado e colaboradores (2010) apontam para a demanda crescente de produção de conhecimentos e saberes pela temática de Segurança Alimentar e Nutricional com: i. Enfoque na segurança do alimento no que se refere à qualidade sanitária, ii. Alimentação saudável e estado nutricional de diferentes segmentos populacionais; e iii. Direito humano à

alimentação adequada e análise de macropolíticas.

A necessidade de contextualizar as ações da Universidade tem inspiração no pensador Florestan Fernandes, quando afirma que: “A universidade não constitui uma instituição isolada. Ela é parte dos processos globais de organização e transformação da sociedade” (1984, p. 13).

Compreende-se, assim, que os saberes produzidos pela Universidade devem ser socializados através da produção teórica e de ações que garantam a articulação e o cumprimento da sua função social. Isso significa que a produção acadêmica não deve ficar restrita nas bibliotecas, nem ser de uso exclusivo dos alunos nas salas de aula ou nos laboratórios. Os produtos acadêmicos gerados não devem apenas ser apresentados em reuniões científicas, faz-se necessário abrir outras possibilidades de compartilhar informações com a comunidade através da participação em eventos, reuniões e ações populares que possibilitem um verdadeiro diálogo entre as unidades acadêmicas e sociedade, e que o resultado dessa interação gere novas demandas para a pesquisa e supra as diferentes necessidades da sociedade. Tais interlocuções devem exigir da Universidade pensamento, inventivo e postura crítica.

Com essa compreensão, o INU/UERJ tem desenvolvido largamente projetos de extensão acadêmica, a saber:

- Projetos com foco assistencial: Assistência Nutricional aos pacientes atendidos no Ambulatório de Medicina Integral; Assistência Nutricional e práticas educativas em crianças com anemia falciforme; Assistência Nutricional ao paciente atendido na Policlínica Piquet Carneiro e, Acolhimento de gestantes, nutrízes e lactentes atendidos na policlínica Piquet Carneiro.
- Projetos com enfoque na Avaliação Nutricional: Avaliação do Estado

Nutricional de Diabéticos; Avaliação Nutricional e Antropométrica de Atletas e, Avaliação dos Trabalhadores da Área de Alimentação Coletiva.

- Projetos abordando a Segurança Alimentar: Controle de Qualidade das Cantinas Permissionárias da UERJ; Grupo Técnico em Segurança Alimentar – GTSA e, Internato Multidisciplinar em Vigilância Sanitária: Alimentos e Nutrição (INVISIA).
- Projetos com vocação para a educação nutricional e ação multidisciplinar também tem despertado a atenção dos professores e alunos: Promoção de Alimentação Saudável e Atividade Física dos Trabalhadores dos Restaurantes Populares do Rio de Janeiro; O Nutricionista no Programa Tele-Saúde; Educação Nutricional em Puericultura, uma parceria INU/DNS/PPC/UERJ; Nutrição e Terceira Idade; Grupo Amigo: Ação Multidisciplinar no Tratamento da Obesidade; Qualificação das Ações de Alimentação e Nutrição na Rede Pública de Ensino Básico dos Municípios do Rio de Janeiro; Internato de Nutrição e Saúde Coletiva e, a revista “on-line” CERES: Nutrição e Saúde (DEPEXT, 2009).

“A universidade não constitui uma instituição isolada. Ela é parte dos processos globais de organização e transformação da sociedade.”

Neste artigo, o principal objetivo é relatar a experiência dos projetos de extensão na área de alimentação coletiva desenvolvidos no INU/UERJ, nos últimos dez anos, que teve como eixo norteador

compreender as questões relacionadas à saúde do trabalhador, por meio de um compromisso coletivo de transformação social.

Inicialmente, é preciso esclarecer a distinção entre os diferentes setores da Alimentação Coletiva, para então discorrer sobre alguns aspectos que compõem a proposta de reflexão da função social da Extensão e suas articulações com o ensino e a pesquisa, através do trabalho realizado nos restaurantes do Rio de Janeiro.

A área de Alimentação Coletiva ou Alimentação para Coletividades é constituída por empresas que prestam serviços de produção de refeições, com nível de qualidade sanitária e conformidade dos produtos alimentícios baseados nos regulamentos técnicos exigido pela legislação, assegurando a oferta de alimentação saudável, diversificando-se em dois segmentos: a Alimentação Comercial e a Alimentação Institucional. Os autores da área apontam como a principal distinção entre esses segmentos o fato de que, adicionalmente, a Alimentação Institucional tem como preceito fundamental manter a saúde dos seus clientes através de cardápios que atendam as recomendações nutricionais.

O segmento de Alimentação Comercial, que se expandiu de forma relevante com o advento dos shoppings centers (Proença, 1997), abrange estabelecimentos produtores de alimentação voltados para clientela ocasional ou regular, como restaurantes comerciais, lanchonetes, cantinas, e alimentos congelados, enquanto o segmento de Alimentação Institucional atende a uma clientela definida, circunscrita a organizações públicas (escola, hospitais, asilos, presídios) ou privadas (empresas privadas).

As unidades operacionais do segmento da Alimentação Institucional são, usualmente, denominadas Unidades de Alimentação e Nutrição (UAN) (TEIXEIRA et al., 2010).

Os desafios na área de alimentação institucional no processo produtivo de refeições são o de indicar uma maneira de atuar e de operacionalizar o compromisso com a alimentação e o ambiente de trabalho adequado, seguro e saudável, tanto com os sujeitos que se alimentam das preparações, quanto com os sujeitos que atuam na produção de refeições. Ora, tal fato exige estratégias em que os sujeitos participem na identificação e solução dos problemas, e soluções advindas de projetos de pesquisas, necessariamente, devem ser compatíveis com a missão da Universidade, para evitar que as ações se revelem, tão somente, ao atendimento de apelos profissionalizantes ou que o mercado regule as decisões institucionais (SÍVERES, 2000).

Os projetos desenvolvidos no âmbito dos restaurantes de coletividades iniciaram-se de forma mais sistemática no ano de 2001, quando a direção do INU foi convidada pela Secretaria Estadual de Assistência Social e Direitos Humanos (SEASDH) do Rio de Janeiro para participar da Gestão dos Restaurantes Públicos Populares, juntamente com a Vigilância Sanitária.

Os Restaurantes Públicos Populares, atualmente denominados Restaurante Cidadão, decorrem das políticas públicas de promoção do direito humano à alimentação e visam contribuir para assistir, atender e proteger trabalhadores que vivem em regiões metropolitanas ou nas cidades com mais de cem mil habitantes e se alimentam fora do domicílio, mas sua renda não permite acessar uma refeição de qualidade (MDS, 2005).

Os restaurantes cidadãos do Rio de Janeiro são unidades de alimentação – sua primeira unidade foi inaugurada no ano de 2001 – que oferecem refeições para o usuário nutricionalmente balanceadas, café da manhã e almoço, com custo de R\$ 0,35 e R\$ 1,00, respectivamente, esperando-se que o seu processo produtivo reúna total higiene sanitária, servidas em locais apropriados, de fácil acesso. Em setembro de 2011, o Rio de Janeiro possuía 16 restaurantes em

funcionamento, e segundo a SEASDH são oferecidas aproximadamente 55 mil refeições por dia (SEADH, 2011).

O início das atividades extensionistas dos professores da UERJ nos restaurantes populares, pautou-se na avaliação antropométrica dos trabalhadores. A obesidade, em 2001, preocupava a saúde pública, e atualmente tem sido colocada na agenda das situações de riscos que devem obter prioridade no seu tratamento.

As atividades se concentravam em aferir altura, peso e perímetro abdominal, pois estas medidas são cada vez mais presentes em estudos epidemiológicos para a investigação da relação entre obesidade e doenças crônicas não transmissíveis, já que são de fácil manuseio e de custo relativamente barato.

No setor de restaurantes de coletividades tem-se a hipótese que os trabalhadores ao ingressarem neste ramo aumentariam de peso, principalmente pelo acesso a alimentos durante todo o período em que desenvolve as suas atividades. As medidas realizadas com essas pessoas eram informadas e registradas em cartões entregues aos mesmos. Para aqueles que manifestavam o desejo de realizar atendimento nutricional, era oferecido um programa alimentar individualizado, elaborado para o caso em questão (obesidade, reeducação alimentar, hipertensão arterial, entre outros).

Depois se passou a desenvolver atividades educativas coletivas com os trabalhadores, tendo como foco a alimentação saudável. Preparava-se com os alunos bolsistas de extensão, do curso de nutrição, um ciclo de orientação nutricional com os alimentos que apareciam com maior frequência nos registros alimentares, tais como: refrigerantes, frituras e salgados. Durante as atividades dinâmicas foram realizadas, principalmente para estimular a discussão sobre escolhas alimentares. Em algumas práticas educativas ofereciam-se

diferentes alimentos ricos em sal, açúcares, carboidratos e alimentos in natura. Deixava-se que os trabalhadores escolhessem livremente e após as escolhas eram levantadas os pontos sobre o conteúdo nutricional daqueles alimentos em questão; o que levava os indivíduos a optarem por aquele alimento e a contribuição do consumo desses alimentos na qualidade de vida e aumento de peso dos trabalhadores. Por fim, estimulávamos a montagem de um cardápio saudável. Outras vezes utilizaram-se preparações alternativas, ricas em fibras, com alimentos que eram de baixo consumo como os folhosos. Um exemplo inesquecível foi à oferta de bolo doce de espinafre, que os trabalhadores batizaram como “bolo do Hulk”, e a cada encontro preparávamos receitas alternativas com o objetivo de introdução de alimentos, uso integral do alimento e aumento de fibras nas refeições.

Depois se passou a desenvolver atividades educativas coletivas com os trabalhadores, tendo como foco a alimentação saudável.

“O início das atividades extensionistas dos professores da UERJ nos restaurantes populares, pautou-se na avaliação antropométrica dos trabalhadores.”

Durante este período tratou-se de demandas mais delicadas dentro da área de alimentação coletiva, como a parceria entre nutricionistas e cozinheiros ou competências e qualificação profissional no segmento de alimentação coletiva. O processo produtivo de refeições coletivas requer uma perfeita harmonia entre os saberes teóricos e práticos, dos profissionais envolvidos, para se obter preparações culinárias que preservem as

propriedades nutricionais e alcancem os estímulos sensoriais desejados pelos clientes, observando normas higiênicas e de preparo. Sem grandes surpresas verificou-se que a interação entre esses dois profissionais existia nos momentos de inclusão de novas receitas e voltadas para as quantidades de ingredientes, apresentação do produto final e custo, não se verbalizavam práticas que valorizassem a qualidade nutricional das preparações. Para os cozinheiros a interação dos nutricionistas era percebida como uma colaboração ou correção do erro, adequação às boas práticas de fabricação, disponibilização dos ingredientes para a execução do cardápio, provar e aprovar as preparações prontas (KRAEMER & AGUIAR, 2009).

No ano de 2009 se deu início ao projeto de “Promoção de Alimentação Saudável e Atividade Física para os trabalhadores dos Restaurantes Populares do Estado do Rio de Janeiro”, ainda em curso, cujo objetivo é de ampliar a compreensão dos trabalhadores sobre alimentação e atividade física como aspectos intervenientes na saúde. O passo inicial foi de analisar o cardápio dos restaurantes, para verificar a adequação nutricional das refeições, através de uma análise global. Utilizou-se o método de Análise Qualitativa das Preparações do Cardápio (AQPC) que considera nas preparações as cores que compõem o cardápio, a frequência da utilização de carnes gordurosas, técnicas de preparo, repetições, combinações, ofertas de frutas, folhosos, alimentos com alto teor de enxofre e quantidade de sal (VEIROS & PROENÇA, 2003). As compreensões desses resultados dariam a possibilidade de discutir o cardápio que eles executam e comem diariamente. E, além disso, seria uma informação importante para a SEASDH, contribuindo na avaliação do produto que está sendo distribuído nos restaurantes aos cidadãos, visando aferir se o objetivo de oferecer uma alimentação saudável está sendo atingido.

Os resultados demonstraram diferenças qualitativas importantes na composição do cardápio dos diferentes restaurantes. Relatórios foram entregues a SEASDH e aos nutricionistas responsáveis, sugerindo a adoção de medidas como o uso do método AQPC na fase do planejamento dos cardápios, a fim de ofertar uma alimentação saudável. E os resultados foram discutidos com as nutricionistas dos restaurantes populares em uma palestra promovida pela Secretaria. Infelizmente, não se avançou na discussão com os trabalhadores com essas informações sobre os cardápios oferecidos, principalmente com os cozinheiros.

Outro ponto de partida para o desenvolvimento da alimentação saudável foi inserir a discussão sobre o consumo do arroz e feijão. Em virtude das mudanças de hábitos alimentares da população tanto urbana como rural, atingindo diferentes classes econômicas, as preparações que apareciam com maior frequência nos pratos dos brasileiros vem perdendo a sua força. O que tem se percebido com o consumo de arroz e feijão é uma queda importante nas refeições diárias, sendo substituídos por alimentos pré-processados, alimentos ricos em açúcar e com elevado teor de gorduras.

“Os resultados demonstraram diferenças qualitativas importantes na composição do cardápio dos diferentes restaurantes.”

Um estudo realizado em Unidade de Alimentação e Nutrição indicou que restaurantes que produzem refeições em larga escala devem se preocupar mais em tornar o modo de preparo do arroz e do feijão mais caseiro, resgatando o sabor tradicional dessa mistura brasileira, aumentando o desejo por esses alimentos (MANGABEIRA & BOTELHO, 2010).

O primeiro passo foi de criar um sentimento de arroz e feijão como especialidade da culinária brasileira, assumindo essa composição como “arroz e feijão: brasileiríssimo”, “arroz e feijão: com gostinho caseiro” e “arroz e feijão: uma paixão nacional”, espalhando-se banners pelos restaurantes onde essa prática foi realizada. Depois de conversar com todos os responsáveis pelo preparo do arroz e feijão, foi realizada a coleta do modo de preparo do arroz e feijão “*in loco*”, no momento em que estavam sendo preparadas. Foram verificadas as etapas do modo de preparo, as marcas, origens e quantidades dos produtos utilizados, os temperos adicionados, o tempo total empregado para a preparação ficar pronta e a quantidade final. Além desta etapa, foi administrada um pequeno teste de aceitação para avaliar o hábito de consumo, a frequência e a avaliação sensorial dessas preparações pelos trabalhadores responsáveis pela execução, distribuição e higienização dos restaurantes. Essa nos pareceu uma estratégia importante para valorizar a preparação que pode ser executada por qualquer trabalhador minimamente treinado e recolocar o arroz e feijão como uma importante preparação no cardápio diário dos restaurantes.

Atualmente, estamos planejando atividades que envolvam os trabalhadores na discussão do Direito Humano à Alimentação Adequada, baseando-se na Lei nº 11.346, de setembro de 2006, Segurança Alimentar e Nutricional - SISAN, com foco no Direito à cidadania. As premissas básicas serão: “Comer por necessidade”, “Comer por prazer”, “Comer e cultura” e “Valorização do trabalho de quem faz a refeição”.

No início das atividades de extensão nos restaurantes populares a preocupação central era verificar os agravos à saúde dos trabalhadores, averiguar a adequação do índice de massa corporal (IMC) e conjugando essas informações ao consumo alimentar, mantido até a presente data. Entretanto, com a proximidade maior das atividades práticas

dos trabalhadores outras demandas foram enriquecendo o trabalho. Atualmente, além das questões de saúde dos trabalhadores em si, inseriu-se situações de consumo de alimentos da população brasileira e as formulações das políticas públicas relativas à segurança alimentar e nutricional como conversas na cozinha. Almejamos que novas perspectivas se abram para projetos com diferentes inserções, e que estes possam atuar nesse mercado que se amplia e toma outras conformações no que se refere ao processo de trabalho e a identificação dos trabalhadores com o tema ampliado de alimentação e nutrição.

REFERÊNCIAS

BRASIL. **Lei de Diretrizes e Bases da Educação Brasileira** 9.493/1996.

_____. **Lei do Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional** 11.346/2006.

FERNANDES, Florestan. **A questão da USP**. São Paulo: Brasiliense, 1984.

MANGABEIRA, S.A.; Botelho, A. B. R. Produção de arroz e feijão em cozinha-show para maior consumo e satisfação de clientes usuários de restaurantes de autosserviço. **Nutrição em Pauta**, v. 18, n. 105 p. 52-56, Nov/dez. 2010.

PRADO, S.D, Gugelmin, S. A, MATTOS, RA, Silva, JK, OLIVARES, P. S. G. A pesquisa sobre segurança alimentar e nutricional no Brasil de 2000 a 2005: tendências e desafios. **Ciencias & Saúde Coletiva**, 15 (1): 7-18, 2010.

RIO DE JANEIRO. Secretaria de Estado Assistência Social e Direitos Humanos. Disponível em: <<http://www.rj.gov.br/web/seasdh/exibeconteu>

do?article-id=578564>. Acesso em: 14 de setembro de 2011.

SÍVERES, L. **A universidade e o compromisso social** – A contribuição da extensão. *Dialogos* 45. 200?

VEIROS, M. B.; PROENÇA, R. P. C. P. Avaliação Qualitativa das preparações do cardápio em uma unidade de alimentação e nutrição – método AQPC. **Revista Nutrição em Pauta**. São Paulo, v. 11, n.62, setembro/outubro, 2003.