

ANÁLISE DO TEOR DE SÓDIO DAS REFEIÇÕES SERVIDAS POR UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO NO MUNICÍPIO DE CUIABÁ-MT.

II Congresso Brasileiro Online de Nutrição, Saúde e Bem-estar, 2ª edição, de 26/07/2021 a 29/07/2021
ISBN dos Anais: 978-65-89908-44-9

OLIVEIRA; Emylly Raquel dos Santos¹, MORAES; Sandra Souza de Andrade², DRAEGER; Marina Bezerra de Souza³

RESUMO

Introdução: Atualmente, tem crescido o número de pessoas que fazem refeições fora de casa e com isso aumentou o de empresas fornecedoras de refeições prontas, em virtude da procura de praticidade e baixo custo pela população. Entretanto, a implantação de UAN torna-se de fundamental importância para que forneça refeições saudáveis e seguras nutricionalmente e por meio disso assegurar um padrão de qualidade em toda cadeia de produção, garantindo refeições em níveis adequados de macro e micronutrientes de acordo com as recomendações da literatura visando melhorar a situação nutricional da população. **Objetivo:** Analisar os teores de sódio das marmitas enviadas para trabalhadores e moradores de rua no almoço de uma Unidade de Alimentação e Nutrição pública, e comparar se os valores se encontram de acordo com as recomendações preconizadas pela Organização Mundial da Saúde (OMS) e Programa de Alimentação do Trabalhador (PAT). **Método:** Foi analisado o teor de sódio das marmitas distribuídas por um restaurante público localizado no município de Cuiabá-MT, no qual foi coletada a quantidade de sódio enviada por marmita somente do almoço em três dias não consecutivos, no mês de junho de 2021. Foram escolhidas três preparações que continham embutidos em seus pratos principais: Feijoada, Maria Isabel com feijão empamonado e Pernil Suíno com Linguiça e outras preparações que acompanham o cardápio servido. Cada um desses cardápios é implantado uma vez por semana. Para determinação de sódio, foram utilizados os cálculos da ficha técnica que foi elaborada em planilha eletrônica, a partir das informações coletadas no local e das informações nutricionais disponibilizada na TACO, posteriormente foi calculada a quantidade de sódio por porção de cada preparação, depois somou-se e obteve a quantidade por marmita que possuem padrão para serem enviadas com peso entre 500 a 600g. Os resultados foram comparados com as recomendações da OMS e PAT. **Resultados:** O consumo de sódio nos três dias analisados foi significativamente superior ao recomendado pelo PAT (720 à 960 mg de sódio/almoço) e OMS (até 2.000 mg/dia), ultrapassando mais de duas vezes a quantidade recomendada no almoço pelo PAT, apresentando por marmita, 1.175mg para Feijoada, 5.675mg para Maria Isabel e 2.364mg no Pernil Suíno, sendo importante frisar que o cardápio oferecido no segundo dia obteve maior resultado devido a utilização de embutidos nas duas preparações (Maria Isabel e feijão empamonado) e pelo alto tamanho das porções. **Conclusão:** Nos dias analisados na UAN, as marmitas enviadas excederam a recomendação de sódio estabelecida pelo PAT e OMS, indicando que pode ser um fator de risco para o surgimento de doenças como a hipertensão arterial.

PALAVRAS-CHAVE: PAT, Sódio, Unidade de Alimentação e Nutrição

¹ Graduanda em Nutrição pela UNIC, emyllyyela@gmail.com

² Graduanda em Nutrição pela UNIC, sandrasouzamoraes@hotmail.com

³ Graduada em Nutrição pela UNIC - pós graduada em gestão de Unidade de Alimentação e Nutrição pela FAIPE, marina_draeger@hotmail.com