

TRABALHOS PRÊMIO CRN-3 JOVEM DESTAQUE ESTUDANTE TÉCNICO EM NUTRIÇÃO E DIETÉTICA - SÃO PAULO

Os trabalhos contidos nesta sessão são originais, de acordo como foram apresentados para avaliação e votação no período do Prêmio CRN-3 JOVEM. Estes trabalhos não foram editados nem tiveram seu conteúdo alterado.

Alunos | 3º semestre

Anne Gabriela Vieira de Souza

Maria Cristina do Nascimento Santucci

Michelle Barros Bueno da Silva

Nathalia Fernandes Rodrigues

Regiane Evangelista dos Santos

Professora Orientadora | Ana Paula Gasques Meira

ODS 12 – Consumo e produção responsáveis

Conexão do trabalho com a campanha "Nutrição Sem Estereótipos":

Os dados de desperdício de alimentos no Brasil e no mundo são alarmantes, demonstrando a necessidade de elaboração e desenvolvimento de projetos voltados ao tema, sendo assim, esse projeto de conscientização possui relevância social, ambiental e econômica, visando diminuir a quantidade de alimentos desperdiçados, atitude essa, que é cabível a toda empresa com responsabilidade social e ambiental. Um estereótipo relacionado ao desperdício de alimentos pode ocorrer devido a fatores culturais e em todos os níveis socioeconômicos, e que possui consequências ambientais, sociais e econômicas graves, incluindo o aumento dos preços dos alimentos e da insegurança alimentar. A conscientização, a mudança de hábitos e a adoção de práticas sustentáveis em todas as etapas da produção de alimentos são essenciais para reduzir o desperdício e seus impactos negativos.

Introdução:

A Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) tem por finalidade fornecer alimentação adequada e saudável aos indivíduos, tornando-se uma solução viável para atender essa demanda, sobretudo que muitos não apresentam disponibilidade de tempo e ausência de habilidades culinárias para preparações de sua própria refeição em casa (VIANA et al., 2016). Entretanto, a UAN enfrenta expressivo desafio de mitigar o desperdício de alimentos. Uma das ferramentas para verificar o desperdício neste local é a análise do resto-

ingestão cuja relação envolve a quantidade de alimentos distribuídos e o resto de alimentos devolvido pelos comensais em pratos ou bandejas (ARANHA et al., 2018). Segundo Viana et al. (2016), desperdiçar é colocar em risco recursos que poderiam ser aproveitados para beneficiar terceiros, organizações ou da própria natureza. Tal desperdício pode impactar no meio ambiente, nos custos das refeições, na segurança alimentar e nutricional da população. Para atender o objetivo de desenvolvimento sustentável (ODS) – Consumo e produção responsáveis – proposto pela ONU (Organização das Nações Unidas), a UAN necessita planejar e executar ações educativas para sensibilizar os comensais a participar em prol da redução do desperdício e da alimentação sustentável (AKITAYA et al., 2022; LUCENA et al., 2024).

Objetivos do trabalho:

Diminuir o desperdício de alimentos em uma UAN situada na cidade de Sorocaba – SP. Elaborar, aplicar e avaliar uma intervenção educativa entre os comensais. Público-alvo: Comensais de uma unidade alimentação e nutrição, situada na cidade de Sorocaba – SP.

Procedimento/ Metodologia aplicada:

O estudo foi realizado em uma UAN com gerenciamento de concessão (terceirizada), situado na cidade de Sorocaba, no estado de São Paulo, onde são servidas em média 700 refeições ao dia, composta por desjejum, almoço e jantar, totalizando cerca de 21.000 refeições por mês. O cardápio ofertado é padrão médio, autosserviço (self service), distribuído em balcão de distribuição.

O público-alvo observado foi composto por homens e mulheres, a partir dos 18 anos. Sendo que cerca de 2/3 dos colaboradores são da linha de produção e os demais da área administrativa.

Para realização deste estudo, obteve-se a autorização da gerência da UAN e da empresa contratante da UAN (gerenciamento de concessão para as refeições dos seus colaboradores).

A ação iniciou-se em 01/03/2025 e finalizou-se em 12/04/2025 – onde 30 dias foram para a ação educativa e 13 dias finais para observação dos resultados. Coletou-se os dados do resto-ingesta dos últimos seis meses (fornecido pela UAN) para comparação com os resultados obtidos a partir da ação de conscientização.

A ação educativa cujo tema era Refeição Consciente, foi realizada através das seguintes ações:

- Iniciou-se com um stand, com um pallet com alimentos, demonstrando a média do desperdício de RI (Resto-Ingesta) dos últimos seis meses,

com uma média quinzenal de meia tonelada (referência de setembro de 2024 até fevereiro de 2025).

- Um banner foi exposto, com informações: o logotipo da instituição de ensino, o logotipo do projeto:

“Refeição Consciente”, a quantidade de refeição descartada por mês, informações de conscientização, quantas pessoas podem se alimentar por dia mudando a realidade atual e quantos litros de água serão economizados por dia. Também um QR Code tendo direcionamento a um site digital.

- Panfletos físicos de apresentação com as informações idênticas ao banner.
- Site contendo: quantia de resto-ingesta descartado nos últimos seis meses, quantas pessoas poderiam ser alimentadas com a quantia descartada, curiosidade sobre a compostagem da UAN, dicas para redução do resto-ingesta, identificação dos responsáveis pelo projeto e a quantidade de restoingesta atual mensal e direcionamento a plataforma Google forms® com campo para a opinião dos comensais sobre a ação na UAN.
- Exposição através de uma TV no refeitório, para chamar atenção dos comensais, transmitindo Slides de forma consecutivas, tendo elas o rosto do projeto, algumas informações do site digital e o QR Code.

Tempo de aplicação da ação:

A ação educativa teve início no dia primeiro de março de dois mil e vinte e cinco até o dia trinta de março de dois mil e vinte e cinco. E a observação dos resultados após ação, foram nos dias trinta e um de março de dois mil e vinte e cinco até o dia doze de abril de dois mil e vinte e cinco, totalizando quarenta e três dias.

Resultados (informar dados numéricos e qualitativos):

Conforme a análise dos dados fornecidos pela gerência da UAN, no período de seis meses retroativos ao projeto, observou-se que em janeiro de 2025 houve maior descarte de resto ingesta, sendo 1.139,247 Kg/mensal e o menor descarte ocorreu em setembro de 2024, com 854,75 Kg/mensal.

O efetivo (número de refeições servida/mensal), apresentou um valor médio de 11.480 refeições

mensais. Segundo CORDEIRO et al. (2022), os percentuais de sobra podem ser bastante variados de UAN para UAN, nesse sentido cada um deve estabelecer seu próprio parâmetro. Sendo assim, analisando os dados em Kg/mensal descartado no RI (Resto Ingesta) per capita, verificou-se que no mês de janeiro de 2025 o descarte per capita foi de 10 Kg/mês e o mês com o menor descarte registrado trata-se de setembro de 2024, com 7,20Kg per capita/mensal. STOCCHI et al. (2020), relatou que altos índices de resto ingesta per capita pode ser reflexo da falta de um maior comprometimento do comensal. A sensibilização do público é considerada um ponto de partida para mudar essa atitude.

Em relação a satisfação dos comensais nesta UAN, a maior porcentagem encontrada no período de seis meses, foi de 94% em fevereiro de 2025 e as menores em novembro de 2024 com 91%, indicando um bom grau de satisfação dos clientes, então, pode-se descartar a insatisfação do cardápio ou de outros fatores relacionado a refeição em geral. Portanto, a participação dos comensais na pesquisa de satisfação é fundamental, pois possibilita compreender seu nível de satisfação e ajustar os serviços e produtos oferecidos, garantindo maior qualidade e eficiência por parte da unidade (FEIL et al., 2015).

Com a ação de conscientização realizada por 43 dias na UAN, observou-se no mês da ação o resultado de 632,06 kg/mensal de resto ingesta, com 15034 refeições servidas, com resto ingesta per capita de 4,2 kg/mês, demonstrando uma redução de 55,48% no mês de março de 2025, ou seja, 507,187 Kg a menos no mês. A comparação entre os resultados, demonstraram uma redução significativa após a implementação da campanha de conscientização, demonstrando que a ação foi eficaz em evitar o desperdício de alimentos e essa conscientização na redução do resto-ingesta está em consonância com a literatura, que foca na melhora da qualidade do serviço, mas também nos benefícios para a sustentabilidade e meio ambiente (GONÇALVES et al., 2024).

Segundo Lucena et al (2024), “admite-se como percentual aceitável para resto-ingestão valores de 2 a 5% ou de 15 a 45 g por pessoa”, ou seja, segundo a quantidade servida na unidade, o máximo de desperdício tolerável é de 45g per capita. Para o cálculo do índice do resto-ingesta per capita, utilizou-se a fórmula: $\text{Per capita de resto ingesta (Kg)} = \frac{\text{peso do resto} \times 100}{\text{n}^\circ \text{ de refeições servidas}}$ (ARANHA et al., 2018). A quantia de resto-ingesta foi de 17,06 Kg/mensal per capita, ou seja, 57g per capita/dia.

Comparando os resultados após a ação de conscientização na UAN, mesmo com a redução de restoingesta, os valores ainda se encontram superiores ao da literatura, que mencionam valores específicos, como de 15 a 45g per capita dia de resto-ingesta e na UAN pesquisada foi de 57g per capita. CARDOSO

et al. (2019), realizaram um estudo em duas UAN institucionais localizadas em Aparecida de Goiânia, Goiás, e a ação de conscientização apresentou uma redução mínima em uma unidade enquanto que na segunda teve uma redução significativa, demonstrando a sensibilidade dentro do processo educativo e geração de consciência.

Avaliando o período de 13 dias finais, sendo os dias 31/03/2025 até o dia 12/04/2025, houve um aumento de 5g per capita/diária. O estudo realizado por MIRANDA et al. (2020), observou que após a campanha feita em uma UAN hospitalar de Aracaju/SE, quanto maior for o período de intervenção, gerará mais resultados positivos, com quantidades ainda menores de resto-ingesta. Por isso, para reduzir o desperdício de alimentos, os custos operacionais e o impacto ambiental, é fundamental que a unidade realize campanhas educativas contínuas, promovendo a conscientização dos comensais (BAIA et al., 2022), ademais a alimentação saudável promovida pela UAN está diretamente relacionada à sustentabilidade (RIBEIRO et al., 2017).

Dos aproximadamente 700 comensais da empresa, apenas 169 participaram do formulário de acompanhamento. As respostas revelaram que muitos desconheciam a quantidade de alimento descartado após as refeições, evidenciando a necessidade de ações informativas e participativas como parte da rotina da UAN.

Os custos de materiais, serviços e administrativos do projeto foram de R\$372,47. Avaliando a relevância do controle de custos com a redução da quantidade de resto-ingesta na unidade, que foi de aproximadamente 507,187 kg/mês, convertendo essa quantidade em alimentos, seria possível servir uma média de 785 refeições, considerando o custo médio do prato sendo R\$9,00 (valor de venda), houve uma economia estimada de R\$7.000,00/mês. As campanhas de conscientização e capacitação periódica são estratégias promissoras para a redução do desperdício dos alimentos em UAN. Medidas sustentáveis precisam ser implementadas nas UAN para reduzir o desperdício de alimentos, melhorar a eficiência e diminuir a geração de resíduos que são dispostos no ambiente (BORGES et al., 2019).

O projeto demonstra sua relevância ao verificar que atingir um equilíbrio é fundamental para que seja possível satisfazer as necessidades atuais, sem afetar as gerações futuras. Produzir e consumir de forma mais sustentável constitui um paradigma para a gestão de uma UAN (TURCHETTO, 2021).

Conclusão:

A ação educativa atingiu seus objetivos ao diminuir os valores de desperdício de alimentos, através da redução de resto-ingesta em uma UAN terceirizada, aproximando-se dos valores recomendados pela literatura. Para isso, foram aplicadas estratégias de conscientização com os comensais, baseadas em

dados obtidos antes, durante e após a campanha, Identificou-se que o desconhecimento sobre a quantidade de alimentos descartados era um dos principais fatores do desperdício. A campanha utilizou uma abordagem ética, sem julgamentos ou estereótipos, focando em segurança alimentar e sustentabilidade.

O Técnico em Nutrição e Dietética possui papel essencial ao informar e engajar os comensais, contribuindo para um consumo mais consciente tornando o ato de consumo, uma forma de responsabilidade social. Ressalta-se a importância de ações contínuas e adaptadas à realidade da UAN, com monitoramento frequente, visando à redução efetiva do desperdício, possibilitando assim uma produção responsável de alimentos.

Portanto, torna-se necessário que as UANs promovam ações de conscientização e sensibilização de forma recorrente, para que haja resultado positivo, levando em consideração o contexto cultural e socioeconômico de seus clientes.

Referências (a formatação deve atender às normas ABNT):