

AVALIAÇÃO DO CONHECIMENTO DE PAIS OU RESPONSÁVEIS DE ALUNOS DE UMA INSTITUIÇÃO DE APOIO A PESSOAS COM DEFICIÊNCIA SOBRE O APROVEITAMENTO INTEGRAL DOS ALIMENTOS

Rachel Xavier Moreira

Nutricionista

rachelmoreira@hotmail.com

Eliene da Silva Martins Viana

Professora do Departamento de Nutrição - Faculdade de Ciências e Tecnologia de Viçosa/UNIVIÇOSA

elieneprofuni@gmail.com

Luciana Marques Cardoso

Professora do Departamento de Nutrição. Faculdade de Ciências e Tecnologia de Viçosa/UNIVIÇOSA

lucianacardoso.nut@gmail.com

Simone Angélica Meneses Torres

Professora do Departamento de Nutrição. Faculdade de Ciências e Tecnologia de Viçosa/UNIVIÇOSA

nutrisimonetorres@gmail.com

RESUMO

Aproveitar os alimentos integralmente, pode fazer com que as pessoas consigam suprir todas as necessidades de vitaminas e minerais, e assim possam ter uma alimentação saudável e adequada. Principalmente as famílias mais carentes e que possuem um portador de deficiência física ou intelectual. Diante disso, o objetivo desse trabalho foi avaliar o conhecimento de pais ou responsáveis de alunos de uma instituição de apoio a pessoas com deficiência sobre o aproveitamento integral dos alimentos. Para isso, foi aplicado um questionário em que as respostas eram sim ou não, e sobre a renda e escolaridade dos mesmos. Dentre os entrevistados, observou-se que a maioria possuía ensino fundamental, sendo a segunda maior parcela de analfabetos. Somase a isso, o fato de grande parcela dos entrevistados serem de baixa renda, recebendo até 1 salário mínimo por mês. Apesar da baixa renda, as famílias entrevistadas tinham acesso a verduras, legumes e frutas, mas a maioria não possuía conhecimento do aproveitamento integral, descartando as partes não convencionais, como talos e cascas, utilizando somente a polpa desses alimentos. Pode-se concluir que a escolaridade e a renda estão diretamente relacionadas ao conhecimento sobre o assunto e ao acesso a esses alimentos. Sendo importante fazer uma educação nutricional com essas pessoas para que elas aprendam utilizar os alimentos integralmente.

Palavras-chave: aproveitamento integral; alimentos; conhecimento; pessoas com deficiência; renda; escolaridade

ABSTRACT

Taking full advantage of food can enable people to meet all the needs of vitamins and minerals so that they can have a healthy and adequate diet. Mainly the most needy families who have a physical or intellectual disability. Therefore, the objective of this study was to evaluate the knowledge of parents or guardians of students of an institution to support people with disabilities on the integral use of food. For this, a questionnaire was applied in which the answers were yes or no, and the income and schooling of the same ones. Among the interviewees, it was observed that the majority had basic education, being the second largest portion of illiterates. Added to this is the large proportion of respondents who are low-income, receiving up to 1 minimum wage per month. Despite the low income, the interviewed families had access to vegetables, vegetables and fruits, but most did not have knowledge of the integral use, discarding the unconventional parts, such as stems and barks, using only the savings of these foods. It can be concluded that schooling and income are directly related to knowledge about the subject and access to these foods. It is important to do a nutritional education with these people so they can learn to use food in full.

Keywords: *integral use; foods; knowledge; disabled people; income; schooling*

INTRODUÇÃO E JUSTIFICATIVA

De acordo com a Portaria nº 33 (1998), a Ingestão Diária Recomendada (IDR) é a quantidade de vitaminas, minerais e proteínas que deve ser consumida diariamente para atender às necessidades nutricionais da maior parte dos indivíduos e grupos de pessoas de uma população sadia (BRASIL, 1998).

No entanto, devido às dificuldades econômicas atuais, torna-se cada vez mais difícil adquirir alimentos adequados ao consumo do dia-a-dia, mostrando assim que a alimentação equilibrada, tanto em quantidade quanto em qualidade nutricionais, é atualmente uma das maiores preocupações do nosso cotidiano.

A fome e o desperdício de alimentos são dois dos maiores problemas que o Brasil enfrenta, constituindo-se em um dos paradoxos de nosso país. De acordo com a Organização Mundial de Saúde, produzimos 140 milhões de toneladas de alimentos por ano, somos um dos maiores exportadores de produtos agrícolas do mundo e, ao mesmo tempo, temos milhões de excluídos, sem acesso ao alimento em quantidade e/ou qualidade (MARQUES et al, 2010).

A alimentação alternativa tem sido definida como «a proposta de promover na dieta brasileira o uso de alimentos tradicionais e não tradicionais ricos em vitaminas e minerais, que são acessíveis a toda a população». Como por exemplo, farelos (especialmente, de trigo e arroz), folhas verdes (de beterraba, taioba, caruru, batata-doce e cenoura), pó de folhas (multimistura), cascas de verduras

e frutas (banana, abóbora e casca de ovo) e sementes (gergelim, melancia e abóbora), (GONDIM et al., 2005).

A utilização de alimentos alternativos para o combate à fome na população de baixa renda é assunto que tem recebido atenção no Brasil nos últimos anos, especialmente em razão do drama crescente da população carente. Diante do quadro social e econômico da população brasileira, o estudo da utilização integral de alimentos no uso doméstico, bem como sua incorporação na elaboração de produtos industrializados, pode contribuir substancialmente para aumentar a disponibilidade de nutrientes, sendo uma fonte de baixo custo de proteínas, fibras, vitaminas e minerais, (PEREIRA et al, 2003). Estudos para saber composição de alimentos tem sido feitos, e em alguns casos, as partes não aproveitáveis tem maiores fontes desses nutrientes que a partes tradicionalmente utilizadas, como folhas, cascas e talos de sementes de vegetais. (STORCK et al, 2013)

Souza et al. (2007) também verificaram que as partes não aproveitáveis dos alimentos poderiam ser utilizadas enfatizando o enriquecimento alimentar, diminuindo o desperdício e aumentando o valor nutricional das refeições, pois talos e folhas podem ser mais nutritivos do que a parte nobre do vegetal como é o caso das folhas verdes da couve-flor que, mesmo sendo mais duras, contêm mais ferro que a couve manteiga e são mais nutritivas que a própria couve-flor (SOUZA et al., 2007).

O MESA BRASIL SESC é um programa do governo feito com base no conceito de banco de alimentos, e

trabalha o aproveitamento integral dos alimentos. É um Programa de Segurança Alimentar e Nutricional voltado para a inclusão social, constituindo-se numa rede Nacional de Solidariedade contra a fome e o desperdício. (BRASIL, 2003).

Um grupo da população que requer especial atenção são as famílias carentes atendidas pela APAE, Associação de Pais e Amigos dos Excepcionais. A APAE consiste em uma associação em que, além dos pais e amigos dos excepcionais, toda comunidade se une para prevenir e tratar a deficiência e promover o bem estar e desenvolvimento da pessoa portadora de necessidades especiais.

De acordo com a Organização Mundial da Saúde, cerca de 10% da população mundial, aproximadamente 600 milhões de pessoas, possui algum tipo de deficiência ou incapacidade. A OMS por meio de Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF), define deficiências como “problemas nas funções ou nas estruturas do corpo, como um desvio significativo ou uma perda”. Por fatores diversos, os deficientes apresentam um estado de saúde especial e requerem cuidados médicos com maior frequência que os indivíduos não deficientes. Entretanto, os deficientes não são, salvo algumas exceções, alvos de campanha e implantação da saúde (OMS, 2003).

Considerando-se esse cenário de população de baixa renda somada com filhos deficientes e a necessidade de melhor aproveitamento de alimentos, o estudo deste artigo tem como objetivo avaliar o conhecimento dos pais ou

responsáveis dos alunos da APAE sobre o aproveitamento integral dos alimentos.

MATERIAL E MÉTODOS

O projeto foi desenvolvido após ser aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa de Seres Humanos Sylvio Miguel/UNIVIÇOSA, atendendo à Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Ética em Pesquisa – CONEP, que normatiza as pesquisas envolvendo seres humanos, com o protocolo nº 2.223.442, sendo os dados coletados após assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido pelos participantes envolvidos no estudo.

O método utilizado foi o de pesquisa descritiva; com uma amostra de 18 pais ou responsáveis da APAE-Viçosa- MG.

O questionário foi aplicado quando os pais ou responsáveis levavam seus filhos para a aula na APAE no mês de agosto de 2017.

Muitos alunos vão para a APAE de transporte escolar (Vans) e por terem algum tipo de deficiência física, principalmente, os pais ou responsáveis os acompanham até a escola. Nesse momento foram abordados aleatoriamente.

Todos os participantes receberam o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e após assinatura foi iniciada a coleta de dados. Utilizou-se um questionário, que consistiu em uma série ordenada de perguntas que foram respondidas por escrito pelo informante. Cada pai ou responsável foi orientado pelo pesquisador afim

de esclarecer o propósito de sua aplicação, ressaltar a importância da colaboração das respostas deles e facilitar o preenchimento. As perguntas utilizadas no questionário foram fechadas, sendo possíveis duas escolhas, sim ou não.

Os entrevistados também responderam sobre a renda familiar e sua escolaridade, para realizar a caracterização socioeconômica da amostra.

As análises estatísticas foram realizadas no software SPSS 21 para Windows (SPSS, Inc., Chicago, IL, USA), e aplicado o teste de *Pearson* para verificação das possíveis correlações entre as variáveis e o conhecimento dos pais ou responsáveis pelos alunos da APAE.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A amostra foi constituída por 18 pais ou responsáveis, sendo 94,45% (n=17) do sexo feminino e 5,55% (n=1) do sexo masculino. A aplicação do questionário ocorreu no mês de agosto de 2017.

Na figura 1 está representado a caracterização da amostra com relação ao nível de escolaridade.

De acordo com o gráfico 1, a maioria dos entrevistados possui ensino fundamental, 55,56% (n=10), ou seja, são pais ou cuidadores que só tiveram acesso até a antiga 8 série, não tendo acesso ao ensino médio, que foram 11,11% (n=2) e ao ensino superior 5,56% (n=1). 22,22% (n=4) são analfabetos, sugerindo ser a causa pela falta de conhecimento e entendimento das perguntas relacionadas ao aproveitamento integral dos alimentos.

Segundo Velásquez-Meléndez et al. (2004), o nível de escolaridade tem sido apontado como fator de interferência na forma como a população escolhe seus alimentos, que pode ser decisiva para a qualidade do autocuidado e para a capacidade de entendimento das informações relativas à saúde. Assim, acredita-se que a educação escolar é capaz de influenciar o conhecimento sobre alimentação e nutrição (CASTRO et al., 2010).

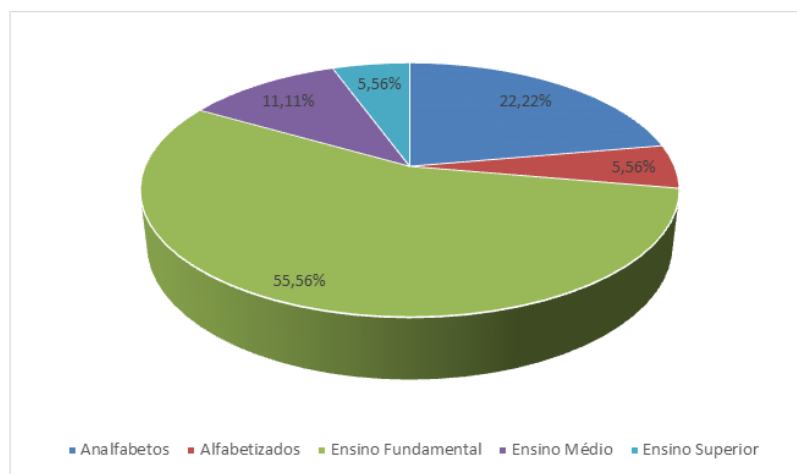


Figura 1: Caracterização da amostra em relação ao nível de escolaridade.

De acordo com o gráfico 2, a maioria das famílias são de baixa renda, 66,67% (n=12), recebem até um salário mínimo, mostrando que alguns entrevistados, relataram não consumir frutas e legumes, pelo baixo poder aquisitivo, relatando também, que as verduras são mais fáceis de serem plantadas e cultivadas em casa, por isso ela é a que se consome mais, 94,4% consomem verduras, enquanto frutas e legumes foram 83,3% e 88,9%, respectivamente. De acordo com o INSTITUTO AKATU (2004), quando utilizamos ao máximo os alimentos, podemos diminuir mais de 30% dos gastos com alimentação, gerando assim, consumidores conscientes.

Na tabela 1 observa-se a frequência relativa e absoluta das variáveis de acordo com as respostas do questionário.

O termo “conhecimento sobre aproveitamento integral de alimentos”, não era conhecido por todos e nem entendido que utilizar os alimentos de forma completa, era aproveitá-los integralmente, visto que 55,6% (n= 10) conheciam e 44,4% (n=8) não conheciam.

De acordo com as evidências apresentadas pelo Relatório Mundial da Saúde (2003), a baixa ingestão de frutas, legumes e verduras (FLV) está entre os 10 principais fatores de risco que contribuem para mortalidade no

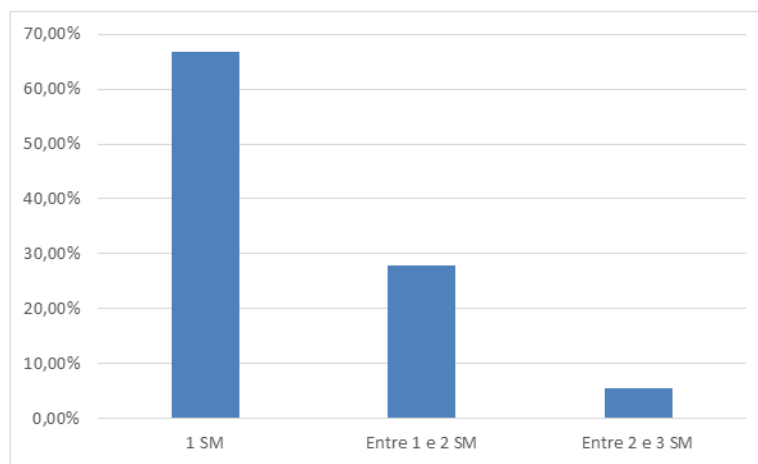


Figura 2. Renda familiar dos entrevistados.

Tabela 1. Frequência absoluta e relativa das variáveis questionadas aos pais ou responsáveis pelos alunos da APAE, Viçosa, MG, 2017.

Variáveis	FA			FR (%)		
	Sim	Não	Sem resposta	Sim	Não	Sem resposta
Conhecimento sobre aproveitamento integral dos alimentos	10	8	0	55,6	44,4	0
Você aproveita os alimentos de forma integral	8	10	0	44,4	55,6	0
Você utiliza verduras	17	1	0	94,4	5,6	0
Você utiliza frutas	15	3	0	83,3	16,7	0
Você utiliza legumes	16	2	0	88,9	11,1	0
Você utiliza Talos	6	11	1	33,3	61,1	5,6
Você utiliza cascas	4	14	0	22,2	77,8	0
Você utiliza somente a polpa	10	8	0	55,6	44,4	0
Você utiliza todas as partes	5	12	1	27,8	66,7	5,6
Você prepara os alimentos no seu dia-a-dia	9	8	1	50	44,4	5,6

mundo. De acordo com a Organização Mundial de saúde (OMS), estima-se que até 2,7 milhões de vidas poderiam ser salvas anualmente em todo o mundo, se o consumo de frutas, legumes e verduras fosse adequado.

Escolhas alimentares são processos complexos, influenciadas tanto por fatores biológicos quanto por fatores sociais, culturais e econômicos, com destaque, neste último caso, para a renda familiar e o preço dos alimentos. Fatores econômicos parecem exercer influência decisiva na ingestão de frutas e hortaliças. A presença das frutas e vegetais na alimentação do brasileiro está significativamente e diretamente relacionada ao aumento da renda, segundo os dados da POF (Pesquisa de orçamento familiar) de 1998-1999.

Claro e Monteiro (2010), fizeram um estudo probabilístico transversal no Brasil, com 48.470 domicílios, e puderam concluir que as famílias com renda média menor que 1 salário mínimo não conseguiam comprar frutas e hortaliças por causa do preço, e que a redução desse, podia influenciar positivamente a participação de frutas e hortaliças na alimentação da população brasileira.

Entre utilizar as cascas e os talos, os talos foram mais utilizados (33,3%, n=6) e 22,2%(n=4) das cascas. E os que utilizaram a casca relataram ser na forma de preparação de sucos.

Ao saber se eles utilizam somente a polpa, não aproveitando as partes não convencionais, 55,6%(n=10) disseram que só utilizam a polpa e 44,4%(n=8) que não utilizam só a polpa.

Realizou-se o teste de correlação de Pearson (r) para verificar se há alguma correlação positiva ou negativa da variável conhecimento dos pais ou responsáveis e as variáveis questionadas. A correlação entre a variável conhecimento e o uso de talos ($r=0,502$; $p=0,034$) foi uma correlação moderada positiva. Ao correlacionar o uso de cascas esta apresentou uma correlação fraca positiva ($r=0,478$; $p=0,045$). Já com relação ao uso da polpa, ao correlacionar com os conhecimentos dos pais ou responsáveis esta apresentou-se uma correlação moderada negativa ($r=0,575$; $p=0,013$), ou seja, quanto maior o conhecimento menor o uso somente da polpa. Quanto ao uso de todas as partes ($r=0,851$; $p=0,000$) e realização ($r=0,80$; $p=0,000$) foi uma correlação forte. E não houve correlação entre o consumo de frutas, verduras e legumes.

Por se tratar de um estudo inédito, avaliando o conhecimento de pais ou responsáveis por crianças excepcionais, sobre o aproveitamento integral de alimentos, na literatura não encontram-se trabalhos para se comparar com o presente estudo e referenciar essas comparações.

CONCLUSÃO

Aproveitar integralmente os alimentos é uma forma de diminuir lixo orgânico, diminuir custos, e aumentar o acesso a quantidade de micronutrientes necessários em uma alimentação saudável e adequada, principalmente para famílias que são mais carentes.

O grau de escolaridade dos avaliados interferiu substancialmente no entendimento delas em relação as perguntas feitas no questionário e a renda interferiu no acesso a esses alimentos, sendo muito importante entenderem e saberem utilizar os alimentos integralmente para conseguirem suprir essas necessidades.

Foi proposto para as nutricionistas da APAE – Viçosa, fazer um trabalho de educação nutricional com esses pais e responsáveis para que eles possam aprender utilizar todas as partes dos alimentos, tenham acesso a receitas utilizando-os integralmente e que saibam da importância que elas tem podendo evitar carências nutricionais relacionadas aos micronutrientes que podem ser encontrados nessas partes, e como são maioria de famílias carentes, podem melhor aproveitar esses alimentos, visto que as condições de preço desses não as deixam consumir com os salários que recebem.

Seria importante mais pesquisas na área para que pudessem ser desenvolvidas até políticas publicas relacionadas a pessoas mais carentes, que possuem pessoas excepcionais em casa, com o aproveitamento integral de alimentos e a importância e o impacto que ele pode causar na vida dessas pessoas.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BANCO DOS ALIMENTOS E COLHEITA URBANA. **Aproveitamento Integral dos Alimentos**. Rio de Janeiro: SESC/DN, 2003. Disponível em: < <http://www.sesc.com.br/mesabrasil/cartilhas/cartilha7.pdf>>. Acesso em: 4 de março de 2017.

BRASIL. Portaria MS n 33, de 13 de janeiro de 1998. Ingestão diária recomendada (IDR) para proteínas, vitaminas e minerais. **Diário oficial da República Federativa do Brasil**, Brasília, 16 de janeiro de 1998.

CLARO, R. et al. Renda familiar, preço de alimentos e aquisição domiciliar de frutas e hortaliças no Brasil. **Rev. Saúde Pública**, São Paulo , v. 44, n. 6, p. 1014-1020, Dec. 2010 . Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-89102010000600005&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 23 de setembro de 2017. <http://dx.doi.org/10.1590/S0034-89102010000600005>.

GONDIM, J. A. M. et al . Composição centesimal e de minerais em cascas de frutas. **Ciênc. Tecnol. Aliment.**, Campinas , v. 25, n. 4, p. 825-827, Dec. 2005 . Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-20612005000400032&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 24 de fev de 2017. <http://dx.doi.org/10.1590/S0101-20612005000400032>

INSTITUTO AKATU. FAO quer reduzir desperdício de alimentos no Brasil. 2015. Disponível em: <<http://www.akatu.org.br/>>. Acesso em: 17 de setembro de 2017.

MARQUES, A. et al. Composição centesimal e de minerais de casca e

polpa de manga (*Mangifera indica* L.) CV. Tommy Atkins. **Revista Brasileira de Fruticultura** 32.4 (2010): 1206-1210, Dec 2010. Disponível em: < [http:// www.scielo.br/scielo.php?script=sci&pid=S0100-29452010000400031&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci&pid=S0100-29452010000400031&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em 24 de fev de 2017. Epub Nov 19, 2010. <http://dx.doi.org/10.1590/S0100-29452010005000117>. 84782013000300027&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 13/10/2017 <http://dx.doi.org/10.1590/S0103-84782013000300027>

PEREIRA, G. I.S. et al. Avaliação química da folha de cenoura visando ao seu aproveitamento na alimentação humana. **Ciênc. Agrotec.** Lavras , v. 27, n. 4, p. 852-857, Aug. 2003 . Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-70542003000400017&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 24 de fevereiro de 2017. <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-70542003000400017>.

SOUZA, P.D.J. et al. Análise sensorial e nutricional de torta salgada elaborada através do aproveitamento alternativo de talos e cascas de hortaliças. *Alimentação e Nutrição*, v.18, n.1, p.55- 60, 2007. Disponível em: <<http://serv-bib.fcfar.unesp.br/seer/ndex.php/alimentos/article/viewFile/133/143>>. Acesso em: 15/09/2017

STORCK, Cátia Regina et al . Folhas, talos, cascas e sementes de vegetais: composição nutricional, aproveitamento na alimentação e análise sensorial de preparações. **Cienc. Rural**, Santa Maria , v. 43, n. 3, p. 537-543, mar. 2013 . Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-