

**TESTE DE ACEITAÇÃO DA GASTRONOMIA FUNCIONAL AOS ALUNOS DO COLÉGIO
TÉCNICO DA UNIVERSIDADE FEDERAL RURAL DO RIO DE JANEIRO (CTUR)
Daniele Custódio Gonçalves das Neves ¹; Fernanda Travassos de Castro ² &
Kátia Cilene Tabai³**

1. Discente do Curso de Economia Doméstica, ICSA/UFRJ; 2. Prof.^a Dr.^a do Colégio Técnico da Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro; 3. Prof.^a Dr.^a da Área de Alimentos e Nutrição. Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro.

Palavras-chave: Teste de Aceitação; Gastronomia Funcional; Adolescentes.

Introdução

Os adolescentes sofrem intensas transformações cognitivas, emocionais, sociais, físicas e hormonais. Nesse estágio da vida, crescem a autonomia e independência em relação à família e a experimentação de novos comportamentos e vivências. Alguns desses comportamentos e experiências representam importantes fatores de risco para a saúde, como o tabagismo, o consumo de álcool, a alimentação inadequada, o sedentarismo, etc. Esses fatores aumentam o risco de acidentes e violências, além de contribuírem para o desenvolvimento futuro de doenças crônicas não transmissíveis, como as cardiovasculares, diabetes e câncer. Hoje as causas de mortes por doenças crônicas não transmissíveis (DCNT's) representam 63% das causas de óbitos no mundo e 72% no Brasil (NUNES et al., 2007; TRICHES e GIUGLIANI, 2005; RAUD, 2008; BRASIL, 2013).

O consumo regular de alimentos funcionais promete auxiliar prevenção de doenças como as cardiovasculares, câncer, alergias, problemas intestinais entre outros. Entre os principais aspectos para o êxito dos alimentos funcionais é a preocupação crescente da população pela saúde e pelo bem-estar, mudanças na regulamentação dos alimentos e a crescente comprovação científica das relações existentes entre dieta e saúde (TRICHES e GIUGLIANI, 2005; RAUD, 2008).

A gastronomia funcional surgiu no início do século XXI visando o desenvolvimento de receitas através da introdução de alimentos funcionais, maximizando seus valores nutricionais e proporcionando uma alimentação saudável, nutritiva, apresentando aspectos funcionais, promovendo a qualidade de vida (CAMPOS, 2010).

Metodologia

A pesquisa foi realizada com 45 alunos do Colégio Técnico da Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro (CTUR) da disciplina Alimentos e Bebidas 1 durante os meses de outubro e novembro de 2014. A tabulação de dados foi realizada através de anotações das análises com o auxílio do programa da *Microsoft*, o *Excel*, e a tabela com os dados no *Microsoft Word*, com valores absolutos e percentuais dos itens analisados.

O teste de aceitação indica o grau de gostar/ desgostar do indivíduo referente ao produto apresentado. Deste modo, podem haver duas amostras boas, e uma pode ser considerada melhor do que a outra, sem indicar a eliminação da outra amostra. A repetição demonstra de modo quantitativo a adesão ao prato (BRANDÃO, 2000).

O pesquisador adotou a abordagem que consiste na inserção do mesmo no interior do grupo observado, tornando-se parte dele, interagindo e buscando avaliar aquela situação proposta (QUEIROZ et al., 2007).

Resultados e Discussão

Foram realizados 5 encontrados, apresentando 10 preparações sendo um prato doce ou salgado acompanhado de uma bebida.

Os pratos que se destacaram foram a pizza sem glúten (100%), o suco de limão com couve (100%), o bolo de casca de banana (93,63%) e suco de abacaxi, linhaça e hortelã (96,66%).

Durante todo o desenvolvimento das preparações funcionais, os alunos criavam expectativas pelas receitas. Sempre muito questionadores, ofereciam ajuda na fracionalização e ornamentação dos pratos, e se mostravam dispostos no momento da degustação.

Ao longo do brunch foi perceptível que em cada turma havia um aluno que olhava com estranhamento as preparações, e tinha muita dificuldade em experimentar as elaborações diferentes e por isso esperava que os demais alunos experimentassem para então ver se iria comer ou não. Quando questionados sobre porque não comeu ou porque não quis experimentar afirmavam “Ah, tomei café da manhã em casa”, “Hoje não estou com fome”, ou então “Isso tem muito verde, eu não gosto”, ou ainda “Isso é muito saudável”.

O hábito alimentar é o fator determinante para a aceitação das preparações propostas, pois as preferências alimentícias ficam em evidência quando comparadas com as preparações apresentadas. Quando apresentamos o *wrap* e a torta funcional, pratos não tão comuns aos alunos devido aos ingredientes compostos, no início olharam com repúdio, mesmo empenhando em fazer a melhor apresentação possível. No entanto, com preparações como a pizza sem glúten não teve como não perceber o fascínio deles em experimentar, e muitas vezes ficavam questionando “*Isso é saudável mesmo?*”, “*Mas isso é muito gostoso*”, a associação gostoso e saudável não é possível no entendimento deles.

Tabela 1 – Aceitação das preparações dos alunos, CTUR, em novembro, Seropédica/RJ, 2014.

Semana	Preparação	Quantidade de Alunos	%
1 ^a	Bolo de Casca de Banana	41	93,63
	Suco de Laranja, Beterraba e Cenoura		70,60
2 ^a	Wrap de Linhaça	39	80,95
	Vitamina de Frutas		90,47
3 ^a	Cupcake de Cenoura com Brigadeiro de Especiarias	36	78,18
	Suco de Abacaxi, Linhaça e Hortelã		96,66
4 ^a	Torta Funcional de Frango Cremoso	34	77,22
	Suco de Laranja, Maçã e Cenoura		88,88
5 ^a	Pizza sem Glúten	34	100,00
	Suco de Limão com Couve		100,00

Conclusão

A intervenção nutricional ocorreu com a oferta de preparações a partir de ingredientes funcionais, assim, agregando valor nutricional a preparação. Como estratégia para uma boa aceitação foram oferecidas preparações comuns no cotidiano dos alunos.

O perfil alimentar e a recepção de propostas de novas preparações atuaram de modo diferenciado entre os alunos, evidenciando alguns alunos mais receptivos a preparações diferentes e outros mais reservados. Isso ressalta que o hábito alimentar e a disposição de experimentar novas receitas é fundamental para a adaptação de uma alimentação mais saudável.

Acredita-se que ao longo da prática dessa atividade, tenha sido proporcionado aos alunos que tivessem mais contato com as frutas e hortaliças trazendo melhorias nutricionais na alimentação desse público, bem como benefícios a saúde. E com o desenvolvimento da apostila de Gastronomia Funcional, contendo as receitas executadas nas aulas práticas, proporcionará as preparações em casa, agregando benefícios nutricionais e contribuindo para melhorar os hábitos alimentares, além de estar colaborando para a disseminação dessa prática.

Referências Bibliográficas

- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Diretrizes para o cuidado das pessoas com doenças crônicas nas redes de atenção à saúde e nas linhas de cuidado prioritárias**. Brasília, 2013.
- BRANDÃO, T. M. Avaliação da aceitação e preferências de cardápios do programa de merenda escolar em escolas municipais do ensino fundamental da cidade de Campinas (Dissertação de Mestrado). 126p. **Universidade de Campinas**, 2000.
- CAMPOS, C. M. F. Impacto da intervenção educativa no consumo de alimentos funcionais por usuários de restaurantes *self services* (Dissertação de Mestrado). 147p. **Universidade Federal do Piauí**, 2010.
- QUEIROZ, D. T.; VALL, J.; SOUZA, A. M. A.; VIEIRA, N. F. C. Observação participante na pesquisa qualitativa: conceitos e aplicações na área da saúde. **R Enferm.** Rio de Janeiro. v. 15, n.2, p.276-283, 2007.
- NUNES, M. M. A.; FIGUEIROA, J. N.; ALVES, J. G. B. Excesso de peso, atividade física e hábitos alimentares entre adolescentes de diferentes classes econômicas em Campina Grande (PB). **Rev Assoc Med Bras.** v.53, n.2, p.130-134, 2007.
- RAUD, C. Os Alimentos Funcionais: A nova fronteira da indústria alimentar análise das estratégias da danone e da nestlé no mercado brasileiro de iogurtes. **Rev. Sociol. Polít.**, Curitiba, v.16, n.31, p.85-100, 2008.
- TRICHES, R. M.; GIUGLIANI, E. R. J.; Obesidade, práticas alimentares e conhecimentos de nutrição em escolares. **Rev. Saúde Pública.** v.39, n.4, p.541-547, 2005.