

ACEITABILIDADE DO ARROZ INTEGRAL NO REFEITÓRIO DO IFSULDEMINAS – CAMPUS MACHADO.

Thaiani B. da SILVA¹; Stayce M. PARREIRA²; Maria de Lourdes L. BRAGION³.

RESUMO

Diversos estudos evidenciam os prejuízos para a saúde humana do consumo de cereais refinados, isto é, cereais que perderam suas fibras devido ao processo de beneficiamento. O objetivo deste trabalho foi introduzir o arroz integral no refeitório do IFSULDEMINAS, *campus* Machado, como opção ao arroz branco (refinado) e avaliar seu nível de aceitação. O alimento foi servido e os que o provaram foram convidados a responder um teste de aceitabilidade. A análise dos resultados através da estatística descritiva mostrou que foi bem aceito pela comunidade escolar, principalmente pelo público feminino e pelos maiores de 21 anos.

Palavras-chave: Alimentos integrais; Arroz; Alimentação Saudável; Saúde.

1. INTRODUÇÃO

A unidade escolar é um local propício para formação de valores, hábitos e estilo de vida, inclusive o da alimentação. Sendo assim, é considerado o local ideal para o desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis e, conseqüentemente, para promover a saúde. O Ministério da Educação tem visto a relevância do assunto e, juntamente com o ministério da saúde, emitiu uma portaria que institui as diretrizes para a promoção da alimentação saudável nas escolas de educação infantil, fundamental e nível médio das redes públicas e privadas, em âmbito nacional. Esta portaria contém dez passos para a promoção da alimentação saudável nas escolas (BRASIL, 2010).

Dentre os alimentos saudáveis encontra-se os cereais integrais, que são aqueles que não sofreram nenhuma alteração em sua composição, não passando assim, por qualquer procedimento de refinação, mantendo partes ricas em nutrientes. Podemos citar como principais funções e benefícios: facilita o trânsito intestinal, diminui a absorção intestinal do colesterol alimentar, sensação de saciedade maior, redução das chances de desenvolver enfermidades como o diabetes, obesidade, colesterol alto, câncer de intestino, doenças cardiovasculares, entre outras (CANDEIAS et al, 2005).

¹ Discente do curso de Licenciatura em Ciências Biológicas do IFSULDEMINAS Campus Machado, e-mail: thaiani-borim@hotmail.com

² Discente do curso de Engenharia Agrônoma do IFSULDEMINAS Campus Machado, e-mail: staycemparreira@gmail.com

³ Docente do IFSULDEMINAS Campus Machado, e-mail: lima.bragion@ifsuldeminas.edu.br

Com essas considerações pode-se perceber que, além de necessário, é de suma importância a implantação de ações locais que promovam uma alimentação saudável. O IFSUDEMINAS – *campus* Machado/MG, conta com um refeitório que diariamente estão oferecendo alimentos para a comunidade escolar, sendo assim é um ambiente propício para realizações de ações práticas que visem melhorar a qualidade de vida de seus usuários além de harmonizar-se com a política de alimentação saudável do governo.

Sendo assim, visando oferecer no refeitório do IFSULDEMINAS – Campus Machado opções saudáveis, foi preparado e servido o arroz integral, sendo que o presente estudo teve como objetivo avaliar a aceitabilidade do mesmo.

2. MATERIAL E MÉTODOS

A metodologia do presente trabalho foi desenvolvida no IFSULDEMINAS, *campus* Machado, por meio de uma pesquisa de cunho quantitativa. Primeiramente, foi introduzido no refeitório do *campus* Machado o arroz integral como uma opção ao consumo do arroz branco. Em seguida foi solicitado, aos que o provaram, que preenchessem um questionário composto por duas questões “fechadas”, sendo que a primeira quantificava o grau de satisfação do arroz integral quanto ao seu sabor. Essa quantificação foi feita utilizando-se a escala hedônica de 9 pontos, em que: 1=desgostei muitíssimo, 2=desgostei muito, 3=desgostei moderadamente, 4=desgostei ligeiramente, 5=não gostei/nem desgostei, 6=gostei ligeiramente, 7=gostei moderadamente, 8=gostei muito e 9=gostei muitíssimo. Maiores detalhes sobre essa metodologia de análise sensorial podem ser encontradas em Dutcosky (2011). A segunda questão avaliava o desejo de que essa opção continuasse a ser servido no local. Para ela foram colocadas três alternativas: sim, não e indiferente.

Participaram da pesquisa 767 pessoas da comunidade escolar – alunos, funcionários e professores. A estatística utilizada para a análise dos resultados foi a estatística descritiva, um ramo da estatística, caracterizada por organizar, resumir e descrever as principais características das observações por meio do uso de tabelas, gráficos e resumos numéricos (como porcentagens, por exemplo).

3. RESULTADOS E DISCUSSÕES

Os resultados da pesquisa: A aceitabilidade do arroz integral no refeitório do IFSULDEMINAS – *campus* Machado/MG podem ser observados por meio do Gráfico 1.

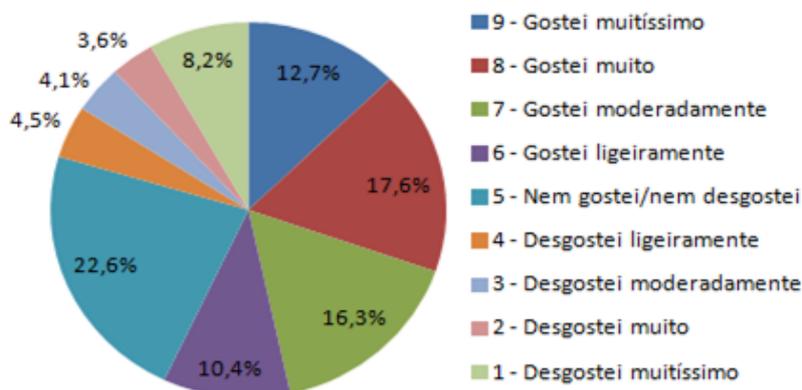


Gráfico 1: Aceitabilidade do arroz integral.

Ao ser observado o Gráfico 1, constata-se que a maioria dos que provaram o arroz integral aprovaram o seu sabor, isto é, 57% (soma das porcentagens: 12,7% + 17,6% + 16,3% + 10,4%) e que os indivíduos que não gostaram foram representados por apenas 20,4% (4,5% + 4,1% + 3,6% + 8,2%). Na Tabela 1, encontram-se os resultados divididos em relação à preferência dos consumidores, considerando os provadores agrupados por idade e, também, por sexo.

Tabela 1: Aceitabilidade do arroz integral.

Nota	Geral (%)	Por sexo (%)		Por idade (%)	
		Masculino	Feminino	< 20 anos	≥ 21 anos
Gostaram	57,0	48,2	66,0	51,9	65,5
Não gostaram	20,4	21,9	18,0	25,2	11,5
Indiferente	22,6	29,9	16,0	22,8	23,0
Total	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0

Fonte: Dados da pesquisa.

Por meio da Tabela 1, observa-se que a maioria dos provadores que experimentaram o arroz integral (57,0%) gostaram do produto. O mesmo é observado quanto às pessoas do sexo feminino, isto é, a maioria delas gostaram mais quando comparados com o percentual deles (66% delas contra 48,2% deles). Considerando a idade, a maior porcentagem dos que gostaram ficou com os de 21 anos para cima.

A Tabela 2 mostra a relação do número de indivíduos que gostariam que o produto continuasse a ser servido no local.

Tabela 2: Dos que provaram, quantos gostariam que o arroz integral continuasse a ser servido.

Resposta	Geral (%)	Por sexo (%)		Por idade (%)	
		Masculino	Feminino	< 20 anos	≥ 21 anos
Sim	61,6	52,6	72,0	54,3	72,4
Não	13,1	12,3	14,0	18,9	4,6
Indiferente	23,9	34,2	13,0	25,2	23,0
Não responderam	1,4	0,9	1,0	1,6	0,0
Total	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0

Fonte: Dados da pesquisa.

Através da Tabela 2, pode-observar que a maioria dos que provaram o arroz integral (61,6%) desejam que ele continue a ser servido no refeitório e que as pessoas do sexo feminino são as que mais aprovam a introdução do novo alimento no refeitório, pois 72% delas contra 52,6% deles desejam a continuidade de seu oferecimento no refeitório. Percebeu-se também que a maior porcentagem dos que gostariam que o mesmo continuasse a ser servido pertence aos de 21 anos para cima (72,4%). Isso talvez possa ser explicado devido ao fato de que os indivíduos com maior idade tendem a aceitar melhor os alimentos diferenciados.

4. CONCLUSÕES

De modo geral, os resultados do atual trabalho foram positivos, sendo que o arroz integral introduzido no refeitório foi bem aceito pela comunidade escolar, principalmente pelo público feminino e pelos maiores de 21 anos. Além disso, os resultados demonstram que deve haver continuidade na oferta do produto servido no refeitório do IFSULDEMINAS – Campus Machado.

REFERÊNCIAS

BRASIL. **Decreto nº 7.272, de 25 de agosto de 2010.** Regulamenta a Lei no 11.346, de 15 de setembro de 2006, que cria o Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional - SISAN com vistas a assegurar o direito humano à alimentação adequada, institui a Política Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional - PNSAN, estabelece os parâmetros para a elaboração do Plano Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional, e dá outras providências. Diário Oficial da União, Poder Executivo, Brasília, DF, Seção 1 p.6, 26 ago. 2010.

CANDEIAS, Vanessa. et al. **Gorduras.** Coleção: Princípios para uma Alimentação Saudável. Lisboa, 2005.

DUTCOSKY, Silvia Deboni. **Análise Sensorial de Alimentos.** 3.ed. Curitiba: Champagnat, 2011. 426 p.; 21cm. (Coleção Extas; 4).