



DEPARTAMENTO PENITENCIÁRIO NACIONAL
DIRETORIA-EXECUTIVA



ANEXO I-A

PARECER TÉCNICO DE NUTRIÇÃO



(61) 3242-3787 www.qualitanutricao.com.br



PARECER TÉCNICO DE NUTRIÇÃO

Nota de empenho nº 2014NE80072

A contratação de um serviço especializado em nutrição, para análise de possível adequação dos cardápios existentes nas unidades das Penitenciárias Federais em Catanduvas/PR, Campo Grande/ MS, Mossoró/RN e Porto Velho/RO, foi solicitada pelo Departamento Penitenciário Nacional, conforme Nota de Empenho nº 2014NE800072.

O parecer técnico de Nutrição foi elaborado pela Nutricionista Carolina C. Quintans Gomes, devidamente inscrita no Conselho Regional de Nutricionistas 1ª Região, sob o nº CRN/DF 3250, que avaliou os atuais cardápios contratados, indicando as adequações na composição das refeições.

Conforme pesquisa de pesagem apresentada pela unidade de Campo Grande/ MS, que apresentou em Janeiro/2014 um peso médio dos internos de 73,2kg, e em Junho/2014 de 78,32kg, para a elaboração desse parecer técnico, foi calculado inicialmente a necessidade energética diária dos presos em questão, considerando o peso médio de 75kg.

Para avaliar as necessidades energéticas dos indivíduos, foi usada como referência o Valor Diário Referência (VDR) de 2000kcal/dia, como pode ser observado em rotulagens de informações nutricionais de produtos industrializados, conforme Resolução RDC 360, 2003, seguindo os critérios FAO/ OMS, 2003. Esse valor determinado não considera especificamente as variáveis como sexo, idade ou mesmo atividade física do indivíduo, apenas guia a necessidade calórica média da população.

A necessidade energética média diária, segundo a FAO/OMS 1998, para homens de 30 a 60 anos de idade, com Taxa Metabólica Basal (TMB) de 1,4, que é referente a atividade física mais leve, é de 2.450kcal/dia. Esse segundo parâmetro, apesar de mais antigo, atende melhor ao quadro avaliado, por levar em consideração a população estudada para estimar as necessidades energéticas.

1



DEPARTAMENTO PENITENCIÁRIO NACIONAL
DIRETORIA-EXECUTIVA



(61) 3242-3787 www.qualitanutricao.com.br



Apesar de a indicação média de calorias ser de 2500kcal/dia, em atenção à relatos obtidos nas entrevistas com gestores das unidades penais, onde foi observado que qualquer ato tido como restritivo pode gerar conturbações, foi sugerido o cardápio com 3000kcal/ dia. Se houver persistência nas sobras de alimentos, uma nova revisão do cardápio e calorias pode ser feita posteriormente.

A sugestão do novo cardápio (3000kcal/dia) com redução de 25% (vinte e cinco por cento) das calorias oferecidas atualmente, visa não apresentar uma redução drástica das calorias ofertadas (aproximadamente 4000kcal/dia). O valor do novo cardápio atende às necessidades calóricas diárias dos internos eutróficos, e os presos que possuem necessidades especiais (ex: doenças crônicas), terão suas peculiaridades atendidas com dietas especiais, conforme recomendação do médico em exercício na penitenciária federal.

O novo cardápio (anexo) adequa ainda o fracionamento das refeições à estratégia alimentar de realizar pequenos lanches nos intervalos das grandes refeições, com principal objetivo de manutenção do metabolismo ativo, porque nosso corpo precisa de energia para manter suas funções, e a falta de glicose, principal componente energético da alimentação, diminui o ritmo de trabalho do corpo para preservar as funções vitais.

Por fim, em atenção às informações mínimas do parecer técnico, destacados em **negrito**, serão respondidas a seguir os quesitos solicitados:

a) Com base nas informações fornecidas pela CONTRATANTE, é razoável a manutenção dos alimentos constantes dos cardápios contratados, bem como suas quantidades, sob o ponto de vista nutricional?

Resposta: Não é considerada adequada a manutenção dos alimentos constantes dos cardápios contratados atualmente, apenas em relação especial às quantidades ofertadas, visto que atualmente é ofertado um valor calórico aproximado de 4000Kcal/dia, que está bastante acima das necessidades calóricas diárias para um homem médio (2000 a 2500kcal/dia). Esse valor calórico de 4000kcal/ dia, foi estabelecido à época, por haver demanda dos presos relatando que passavam fome. Quanto à qualidade, a atual oferta está adequada.



DEPARTAMENTO PENITENCIÁRIO NACIONAL
DIRETORIA-EXECUTIVA



(61) 3242-3787 www.qualitanutricao.com.br



b) Em caso negativo e considerando as variáveis específicas acima apresentadas:

b.1) há possibilidade de adequação das quantidades dos itens de forma a extinguir as sobras de alimentação?

Resposta: A adequação do cardápio (com redução e alteração de quantidades de alguns alimentos já constantes do cardápio) visaria minimizar eventuais perdas, mas a extinção total de sobras não é possível prever por haver variações de aceitação de cada indivíduo, mesmo por variações de peso e necessidade energética individual.

b.2) qual a quantidade percentual de cada alimento deverá ser acrescido ou deduzido dos cardápios atualmente contratados, de modo a extinguir as sobras?

Resposta: O percentual indicado nesse parecer para redução das possíveis sobras é de 25% (vinte e cinco por cento) do valor calórico total ofertado por dia, que deverá resultar numa redução considerável da sobra atual da alimentação.

b.3) há percentual de sobra que pode ser tido como aceitável?

Resposta: Não há um percentual determinado para sobras. Após implementação do novo cardápio as possíveis sobras podem ser reavaliadas. Havendo manutenção de sobras é recomendável uma nova avaliação para nova adequação do cardápio.

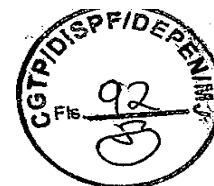
OBSERVAÇÕES:

- **Peso da refeição e calorias:** Os valores de pesos indicados na tabela são referentes ao peso final do alimento pronto (cozido). Os valores calóricos indicados na tabela são valores médios das calorias dos alimentos, podendo variar com a mudança de produtos. Foi usada como referência para obtenção dos valores calóricos a Tabela de composição Química dos Alimentos (FRANCO, 1992) e a Tabela para Avaliação de Consumo Alimentar em Medidas Caseiras PINHEIRO, 2004, *et al*).

3



DEPARTAMENTO PENITENCIÁRIO NACIONAL
DIRETORIA-EXECUTIVA



(61) 3242-3787 www.qualitanutricao.com.br

- **Prato proteico:** A porção de proteína deve ser oferecida de forma variada, sendo considerado adequada a oferta de: OVO - máximo 1 (uma) vez por semana; PEIXE - mínimo 1 (uma) vez a cada 15 (quinze) dias; CARNE BRANCA (frango ou peixe) - 2 (duas) a 3 (três) vezes por semana; CARNE VERMELHA - mínimo 3 (três) vezes por semana.
- **Lanche da tarde:** A opção de lanches da tarde devem ser servidos de forma variada, sendo considerada adequada a oferta de: BISCOITO – 2 (duas) a 3 (três) vezes por semana; FRUTA – 2 (duas) a 3 (três) vezes por semana; BOLO – máximo 2 (duas) vezes por semana.
- **Sobremesa:** As frutas deverão ser servidas diariamente como sobremesas, sendo substituídas por doces somente aos finais de semana, com peso aproximado de 60g a porção/ unidade.
- **Dietas especiais:** Poderá ser solicitado dieta especial HIPERCALÓRICA, quando observada necessidade energética aumentada do preso, devendo esse ser avaliado pelo médico em exercício na penitenciária federal, que irá realizar a prescrição.
- **Dietas especiais:** Em todas as dietas especiais deve ser observada a necessidade de inclusão/ substituição de alimentos diferenciados, sendo que esses devem ser equivalentes em calorias e/ ou quantidades aos alimentos ofertados nas dietas regulares. Ex: pão integral, arroz integral, macarrão integral, alimentos sem adição de açúcar ou sal.
- **Refeição especial em data comemorativa:** Essas refeições especiais são para consumo individual do preso, em substituição ao lanche da tarde.

RECOMENDAÇÕES:

- A entrega das refeições deve ser feita em 3 (três) momentos, sendo Desjejum e Lanche da manhã; Almoço e Lanche da tarde; Jantar e Ceia. Conforme entrevista com os gestores dos contratos, por questões de logística de segurança, as pequenas refeições (lanche e ceia) são entregues junto às grandes refeições

4

DEPEN/MJ, SCN - Setor Comercial Norte – Quadra 03 – Bloco “B” – Edifício Victória – CEP: 70.713-000 - Brasília –DF.

E-mail: licitadepen@mj.gov.br Telefone/FAX: (061) 2025-9528 ou 2025-3691

Páginas: www.mj.gov.br/depem ou www.comprasnet.gov.br

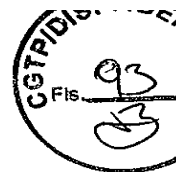
Página 31 de 69



DEPARTAMENTO PENITENCIÁRIO NACIONAL
DIRETORIA-EXECUTIVA



(61) 3242-3787 www.qualitanutricao.com.br



(almoço e jantar), e esse procedimento pode ser mantido na desjejum, com entrega do lanche da manhã, visto que são alimentos menos perecíveis.

- A retirada do lixo restante das refeições deve ser realizada ainda no período da noite, com exceção da ceia, que deverá ser mantida na cela até a manhã do dia seguinte. A permanência da refeição em cela pode ser prejudicial à saúde do preso, pela deterioração do alimento, visto que não há possibilidade de adequada conservação desse alimento (refrigeração). Os alimentos ofertados na ceia tem menor risco de deterioração, por serem menos perecíveis.
- Observando a reclamação de presos sobre a falta de variação do sabor da comida, deixo a sugestão de troca dos funcionários que preparam a refeição (rodízio). A cada 2 ou 3 meses, realizar um rodízio interno na cozinha dos funcionários que preparam os alimentos. Ex: trocar a cozinheira das proteínas com a cozinheira dos acompanhamentos. A troca também de marcas de produtos ou mesmo de fornecedores de um mesmo produto também pode contribuir para a variedade de sabor do alimento.
- Todas as unidades penitenciárias devem realizar pesquisa de satisfação da refeição e pesagem dos presos para avaliação de manutenção ou ganho ponderal - Realizar trimestralmente uma pesagem dos presos e pesquisa de satisfação individual com o preso, questionando quantidade, qualidade e variedade da alimentação, a fim de melhorar o bom relacionamento entre o contratante e a contratada do fornecimento das refeições, e tornar o trabalho mais efetivo. Os resultados dessa pesquisa devem gerar um relatório com as conclusões e sugestões para possíveis melhorias do serviço prestado. Deve constar ainda a evolução de ganho ponderal dos internos para embasamento da manutenção ou nova adequação das calorias ofertadas na dieta diária.
- A Nutricionista contratada pela empresa fornecedora das refeições, deve realizar mensalmente, uma visita à penitenciária para verificar, *in loco*, a distribuição da refeição, podendo assim, observar possíveis falhas ou irregularidades, facilitando a solução mais breve.



DEPARTAMENTO PENITENCIÁRIO NACIONAL
DIRETORIA-EXECUTIVA



(61) 3242-3787 www.qualitanutricao.com.br



REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

BRASIL. Resolução da Diretoria Colegiada nº. 360, de 23 de Dezembro de 2003. Aprova Regulamento Técnico sobre Rotulagem Nutricional de Alimentos Embalados, tornando obrigatória a rotulagem nutricional. Diário Oficial da União, 26 de dezembro de 2003.

FAO/OMS – Diet, Nutrition and Prevention of Chronic Diseases. WHO Technical Report Series 916 Geneva, 2003.

FRANCO, Guilherme. Tabela de composição química dos alimentos. 9ª edição, Rio de Janeiro. Ed. Atheneu, 1992.

Necessidade de energia e proteína/ Organização Mundial de Saúde; Junta de Conselho de Especialistas FAO/WHO/UNU – São Paulo: Roca, 1998.

PINHEIRO, A. B.; LACERDA, E. M. A.; BENZECRY, E. H.; GOMES, M. C. S.; COSTA, V. M. Tabela para avaliação de consumo alimentar em medidas caseiras. 4ª edição, Rio de Janeiro. Ed. Atheneu, 2004.

Brasília/DF, 10 de Dezembro de 2014.

Atenciosamente,

Carolina C. Quintans Gomes
Nutricionista
CRN-DF 3250

CAROLINA C. QUINTANS GOMES

Nutricionista – CRN/DF 3250

6

DEPEN/MJ, SCN - Setor Comercial Norte – Quadra 03 – Bloco “B” – Edifício Victória – CEP: 70.713-000 - Brasília –DF.

E-mail: licitadepen@mj.gov.br Telefone/FAX: (061) 2025-9528 ou 2025-3691

Páginas: www.mj.gov.br/depem ou www.comprasnet.gov.br

Página 33 de 69



DEPARTAMENTO PENITENCIÁRIO NACIONAL
DIRETORIA-EXECUTIVA

REFEIÇÕES REGULARES

ATUAL

SUGESTÃO

Alimento	Quantidade	Unid. medida	Kcal
Leite integral	1 copo	250ml	135
Pão francês	2 unidades	50g/cada	270
Café com açúcar	1 xícara	50ml	33
Margarina	2 colheres de chá	10g	74
Fruta da época	1 unidade	150g	117
			629

Alimento	Quantidade	Unid. medida	Kcal
Leite integral	1 copo	250ml	150
Pão francês	1 unidade	50g	135
Café com açúcar	1 xícara	50ml	33
Margarina/ queijo	1 colher de chá/ 1 fatia	5g/ 20g	60
			378

Alimento	Quantidade	Unid. medida	Kcal
...

Alimento	Quantidade	Unid. medida	Kcal
Fruta da época	1 unidade ou porção	120g	100
			100

Alimento	Quantidade	Unid. medida	Kcal
Arroz (ou macarrão ou vegetais C)	4 colheres de sopa cheias	200g	328
Feijão cariquinho ou preto (alternadamente)	2 conchas médias cheias	250g	175
Farinha	2 colheres de sopa	50g	180
Carne branca ou vermelha	1 pedaço grande	300g	352
Legumes (Vegetais B)	2 colheres de sopa cheias	100g	42
Salada (folhosos ou vegetais A)		100g	27
Sobremesa/ Fruta da época	1 unidade média ou 1 fatia média	100g	70
Suco ou refresco	1 copo	200ml	150
			1324

Alimento	Quantidade	Unid. medida	Kcal
Arroz (ou macarrão ou vegetais C)	4 colheres de sopa	180g	295
Feijão cariquinho ou preto (alternadamente)	2 conchas pequenas cheias	150g	105
Farinha	1 colher de sopa	25g	90
Proteína (alternar carne branca, vermelha ou ovo)	1 pedaço médio	200g	235
Legumes (Vegetais B)	2 colheres de sopa rasas	80g	35
Salada (folhosos ou vegetais A)		80g	25
Fruta da época/ Sobremesa doce (finais de semana)	1 unidade média ou 1 porção pequena	120g/ 60g	100
Suco ou refresco	1 copo	200ml	150
			1035

CGT/DIRSP
M. J. P.



DEPARTAMENTO PENITENCIÁRIO NACIONAL
DIRETORIA-EXECUTIVA

REFEIÇÕES REGULARES

ATUAL				SUGESTÃO			
Alimento	Quantidade	Unid. medida	Kcal	Alimento	Quantidade	Unid. medida	Kcal
Pão francês	1 unidade	50g	70	Biscoito água e sal, biscoito doce sem recheio (tipo maisena) ou torrada	6 unidades	30g	135
Margarina	2 colheres de chá	10g	74	Margarina	1 colher de chá	5g	37
Fruita da época	1 unidade	150g	117	(alternadamente com)			172
Suco ou refresco	1 copo	200ml	150	Fruita da época/ Suco ou refresco	1 unidade/ 1 copo	150g/ 200ml	150
			411	(alternadamente com)			150
				Bolo simples (sem recheio ou cobertura)	1 unidade/ fatia	100g	180
							180

Jantar				SUGESTÃO			
Alimento	Quantidade	Unid. medida	Kcal	Alimento	Quantidade	Unid. medida	Kcal
Arroz (ou macarrão ou vegetais C)	4 colheres de sopa cheias	200g	328	Arroz (ou macarrão ou vegetais C)	4 colheres de sopa cheias	180g	295
Feijão carioca ou preto (alternadamente)	2 conchas médias cheias	250g	175	Feijão carioca ou preto (alternadamente)	2 conchas pequenas cheias	150g	105
Farinha	2 colheres de sopa	50g	180	Farinha	1 colher de sopa	25g	90
Carne branca ou vermelha	1 pedaço grande	300g	352	Proteína (alternar carne branca, vermelha ou ovo)	1 pedaço médio	200g	235
Legumes (Vegetais B)	2 colheres de sopa cheias	100g	42	Legumes (Vegetais B)	2 colheres de sopa rasas	80g	35
Salada (folhosos ou vegetais A)	...	100g	27	Salada (folhosos ou vegetais A)	...	80g	25
Sobremesa/ Fruita da época	1 unidade média ou 1 fatia média	100g	70	Fruita da época/ Sobremesa doce (finais de semana)	1 unidade média ou 1 porção pequena	120g/ 60g	100
Suco ou refresco	1 copo	200ml	150	Suco ou refresco	1 copo	200ml	150
			1324				1035

CGTP/10/14
F. 5



DEPARTAMENTO PENITENCIÁRIO NACIONAL
DIRETORIA-EXECUTIVA

REFEIÇÕES REGULARES

SUGESTÃO

Alimento	Quantidade	Unid. medida	Kcal
Pão francês	1 unidade	50g	135
Margarina	1 colher de chá	5g	37
Fruta da época	1 unidade	120g	100
(alternadamente com)			
Biscoito água e sal, biscoito doce sem recheio (tipo maisena) ou torrada	6 unidades	30g	135
Margarina	1 colher de chá	5g	37
Suco ou refresco	1 copo	200ml	150
TOTAL SUGERIDO			2992

ATUAL

Alimento	Quantidade	Unid. medida	Kcal
Pão francês	1 unidade	50g	135
Leite integral	1 copo	250ml	135
Margarina	2 colheres de chá	10g	74
Café com açúcar	1 xícara	50ml	33
(alternadamente com)			
Suco de frutas	1 copo	300ml	150
Pão francês	1 unidade	50g	135
Fatía de queijo	1 fatia	15g	53
TOTAL ATUAL			4065

REFEIÇÃO ESPECIAL EM DATA COMEMORATIVA

(entregue na cela; em substituição ao lanche da tarde)

SUGESTÃO

Alimento	Quantidade	Unid. medida	Kcal
Refrigerante 600ml (tipo pet, lacrado, de conteúdo transparente)	1 unidade	600ml	260
Chocolate (em embalagem lacrada)	1 barra	150g	800
Bolo simples	1 unidade	200g	550
TOTAL SUGERIDO			1610

ATUAL

Alimento	Quantidade	Unid. medida	Kcal
Refrigerante 2 litros (tipo pet, lacrado, de conteúdo transparente)	2 unidades	2 litros	1314
Chocolate (em embalagem lacrada)	...	500g	2610
Bolo ou torta industrializados (embalagem lacrada)	...	500g	2680
TOTAL ATUAL			6604

OBSERVAÇÕES:

* Os pesos indicados são referentes ao alimento já preparado.

