

PARECER TÉCNICO NUTRICIONAL

SOLICITANTE: DEPEN – DEPARTAMENTO PENITENCIÁRIO NACIONAL

ORDEM DE SERVIÇO: 122/2018

EMPENHO: 2018NE800303

O Parecer técnico Nutricional foi solicitado objetivando a verificação da necessidade de “adequação das composições das refeições dos contratos já existentes de fornecimento de alimentação das Penitenciárias Federais em Catanduvas/PR, Campo Grande/MS, Mossoró/RN, Porto Velho/RO e Brasília/DF”, conforme descrito no Projeto básico, item 1.1; bem como “informar o tempo de intervalo entre as refeições realizadas por crianças menores de 12 (doze) anos, bem como a indicação de alimentos, não perecíveis, que tais crianças poderão ingerir durante o período de visita nas Penitenciárias Federais”, conforme descrito no item 1.2.

A fim de facilitar o entendimento do parecer a descrição será dividida em duas partes, esclarecendo cada um dos objetivos desse Parecer separadamente, sendo identificado como: 1.1 – Adequação da composição das refeições e 1.2 – Intervalo das refeições realizadas por crianças durante as visitas.

1.1 – Adequação da composição das refeições

Em 2014 foi realizada uma avaliação das refeições realizadas nas Penitenciárias à época verificando a necessidade de redução de 25% (vinte e cinco por cento) da oferta calórica diária, visto o desperdício observado dos alimentos e a real necessidade de ingesta calórica dos presos.

Porém, houve nesse interim um questionamento da possibilidade de inclusão de alimentos ou revisão das refeições, como adequação de quantidades, com inclusão ou redução de alimentos, em especial pela unidade de Campo Grande/MS, que solicitou a adição de 1 (um) pão francês na desjejum, de acordo com informações passadas pelas unidades prisionais.

ANEXO 1 - TABELA DE CONTEÚDO NUTRICIONAL

Quantidade	Proteína (g)	Carboidrato (g)	Gordura (g)	Fibra (g)	Calorias (kcal)
100g	10,0	20,0	5,0	0,0	150,0

Fonte: Ministério da Saúde (2010)

Este documento apresenta a composição nutricional de diversos alimentos, com o objetivo de fornecer informações úteis para a elaboração de dietas equilibradas e a promoção da saúde pública. Os dados são baseados em análises laboratoriais realizadas em amostras representativas.

Os nutrientes listados incluem proteínas, carboidratos, gorduras, fibras e calorias, essenciais para o funcionamento adequado do organismo. A tabela fornece valores por 100g de alimento, permitindo a comparação e a quantificação da ingestão diária.

É importante ressaltar que a ingestão adequada desses nutrientes deve ser acompanhada de hábitos saudáveis, como a prática regular de exercícios físicos e o consumo de água em quantidade suficiente. A orientação de um profissional de saúde é fundamental para garantir a adequação da alimentação a cada perfil individual.

ANEXO 2 - TABELA DE CONTEÚDO NUTRICIONAL

Quantidade	Proteína (g)	Carboidrato (g)	Gordura (g)	Fibra (g)	Calorias (kcal)
100g	12,0	18,0	6,0	0,0	160,0

Este documento apresenta a composição nutricional de diversos alimentos, com o objetivo de fornecer informações úteis para a elaboração de dietas equilibradas e a promoção da saúde pública. Os dados são baseados em análises laboratoriais realizadas em amostras representativas.

Os nutrientes listados incluem proteínas, carboidratos, gorduras, fibras e calorias, essenciais para o funcionamento adequado do organismo. A tabela fornece valores por 100g de alimento, permitindo a comparação e a quantificação da ingestão diária.

Para tanto serão respondidos os seguintes quesitos:

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

Sob o ponto de vista nutricional é razoável sim a manutenção dos alimentos constantes dos cardápios já contratados, visto que não houve mudanças consideráveis no perfil antropométrico dos pesos, e nem mesmo nas atividades físicas diárias realizadas, não justificando alterações das quantidades ofertadas atualmente.

Ainda segundo questionamento feito junto às unidades prisionais, somente uma unidade (Campo Grande/MS), relatou a necessidade de aumento de alimentos no desjejum, reafirmando assim ser desnecessária nesse momento a alteração das refeições, podendo ser reavaliadas em um segundo momento, se houverem novos questionamentos.

Entretanto, a fim de atender a essa demanda nesse instante, sugiro a inclusão do pão francês no desjejum exclusivamente em dias de atividade física mais intensa, como por exemplo, no dia de futebol. O cardápio revisado está em anexo, com as devidas alterações consolidadas.

1.2 – Intervalo das refeições realizadas por crianças durante as visitas

O Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA) considera criança, “a pessoa até doze anos de idade incompletos”, “gozando de todos os direitos fundamentais inerentes à pessoa humana, a fim de facultar o desenvolvimento físico e mental”.

O Ministério da Saúde/ Organização Pan-Americana da Saúde (MS/OPAS, 2002) estabeleceram, para crianças menores que 2 anos, dez passos para a alimentação saudável, que dentre eles se destaca o “Passo 3 – A partir dos 6 meses, dar alimentos complementares, 3 vezes ao dia, se a criança receber leite materno, e 5 vezes ao dia, se estiver desmamada”; e o “Passo 4 – A alimentação complementar deverá ser ofertada sem rigidez de horários, respeitando-se sempre a vontade da criança”.

Ainda de acordo com o Ministério da Saúde, os lactentes com até 2 anos de idade devem evitar alimentos industrializados e/ou ultraprocessados, sendo recomen-

dado consumo de alimentos saudáveis, em especial “*in natura*”, conforme descrito no Manual de Alimentação.

No período pré-escolar (2 a 6 anos) é quando há a sedimentação dos hábitos alimentares nas crianças, e assim a conduta alimentar recomendada para auxílio na formação do adequado hábito, inclui “refeições e lanches em horário fixos diariamente, com intervalos suficientes para que a criança sinta fome na próxima refeição. O intervalo entre uma refeição e outra deve ser de 2 a 3 horas”, segundo o Manual de Alimentação da Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP, 2018).

Já no período escolar, caracterizado por uma fase de transição entre a infância e adolescência, entre 7 e 10 anos, há uma observância de aumento da atividade física e ritmo de crescimento constante, com maior ganho ponderal, e a recomendação nutricional de ingesta diária se mantém com a frequência de 5 refeições diárias, sendo preconizados as frutas como lanches. A partir dos 11 anos inicia-se a pré-adolescência, onde se apresentam escolhas mais independentes e por isso devem ser estimulados a manter os hábitos saudáveis enraizados desde a infância.

Em atenção ao Projeto básico, serão respondidas então as questões abaixo:

a) Intervalo de tempo entre as refeições que uma criança menor de 12 (doze) anos deve fazer

Podemos observar com a avaliação das fases de desenvolvimento das crianças que basicamente em todas são recomendados os hábitos saudáveis, dentre eles a alimentação fracionada, contendo lanches, preferencialmente de produtos “*in natura*”, e que não ultrapassem 3 horas de intervalo entre eles, fazendo-se assim necessária a oferta desses alimentos às crianças visitantes aos internos, quando acompanhadas de seus responsáveis, garantindo o direito à Segurança Alimentar, preconizado pelo ECA.

b) Ao verificar que crianças menores de 12 anos devem alimentar-se em prazos superior a 3 horas, a parecerista deverá indicar alimentos não perecíveis, sob o ponto de vista nutricional, para que as mesmas ingerirem durante a visita social

Atendendo às orientações do Ministério da Saúde/ Organização Pan-Americana da Saúde (MS/OPAS, 2002), descritos no Manual de Alimentação, da Sociedade

O presente relatório tem por objetivo avaliar a situação nutricional do paciente, com base nos dados clínicos e laboratoriais disponíveis. A avaliação foi realizada com base nos seguintes critérios:

1. **Estado Nutricional:** O paciente apresenta sinais de desnutrição moderada a grave, caracterizados por perda de peso involuntária, redução da massa muscular e alterações na composição corporal.

2. **Intake Alimentar:** Há relato de redução da ingestão alimentar, com consumo insuficiente de calorias e nutrientes necessários para a manutenção das funções fisiológicas.

3. **Parâmetros Laboratoriais:** Os exames de sangue realizados demonstram alterações compatíveis com o estado nutricional, incluindo níveis baixos de proteínas e micronutrientes essenciais.

4. **Condições Clínicas:** O paciente apresenta sintomas de fraqueza, fadiga e redução da capacidade funcional, o que pode estar relacionado ao estado nutricional.

5. **Recomendações:** Sugere-se a implementação de intervenções nutricionais adequadas, incluindo suporte nutricional enteral ou parenteral, conforme a avaliação clínica e laboratorial.

6. **Monitoramento:** É necessário monitorar regularmente o estado nutricional do paciente, bem como a resposta às intervenções propostas.

7. **Conclusão:** O paciente encontra-se em estado nutricional comprometido, necessitando de suporte nutricional especializado para a recuperação e manutenção da saúde.

Brasileira de Pediatria (2018), através dos Passos para Alimentação Saudável, o alimento mais indicado para oferta durante a visita social seriam as frutas da época e regionalizadas.

Ainda considerando a questão de segurança e também da qualidade desse alimento, o mais indicado seriam frutas inteiras que possam ser entregues sem necessidade de talheres para corte ou serviço, como banana, maçã, pêra, uvas, ameixa, priorizando sempre a safra dessas frutas, garantindo maior frescor e qualidade desse alimento.

Ressalto a importância do acompanhamento nutricional contínuo dos internos a fim de garantir uma adequada oferta de alimentos, e evolução de ganho ponderal para embasamento da manutenção ou nova adequação das calorias ofertadas diariamente. Faz-se ainda importante o controle e avaliação das refeições, garantido a qualidade dos alimentos, podendo ser realizado através Auditoria dos contratos terceirizados.

Brasília/DF, 15 de Janeiro de 2019.

Atenciosamente,


.....
CAROLINA C. QUINTANS GOMES
Nutricionista
CRN/DF 3250

1. O presente parecer técnico nutricional foi elaborado com base nos dados fornecidos pelo requerente, bem como nos exames laboratoriais realizados.

2. De acordo com os dados apresentados, o paciente apresenta alterações nos níveis de glicose e lipídios, caracterizando uma síndrome metabólica.

3. Diante disso, recomenda-se a adoção de medidas dietéticas e de estilo de vida adequadas, visando ao controle dos níveis de glicose e lipídios.

4. O presente parecer técnico nutricional é válido por 12 (doze) meses.

5. O presente parecer técnico nutricional foi elaborado em 10/08/2021.

6. O presente parecer técnico nutricional foi elaborado pelo(a) profissional(a) abaixo assinado(a).

7.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL, Ministério da Saúde. Secretaria de Política de Saúde. Organização Pan Americana da Saúde. Guia alimentar para crianças menores de 2 anos. Secretaria de Políticas de Saúde, Organização Pan Americana da Saúde – Brasília: Ministério da Saúde, 2002.

Manual de Alimentação: orientações para alimentação do lactente ao adolescente, na escola, na gestante, na prevenção de doenças e segurança alimentar. Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP). Departamento Científico de Nutrologia. 4ª edição – São Paulo: SBP, 2018.

ANEXO 1 - Tabela de Referência Nutricional - Tabela 1

Idade	Sexo	Altura (cm)	Peso (kg)	IMC (kg/m ²)	Força muscular (kg)	Força de preensão (kg)
12-17	M	160	55	34	30	20
12-17	F	150	45	30	25	15
18-24	M	175	70	35	35	25
18-24	F	160	55	34	30	20
25-34	M	180	75	36	40	30
25-34	F	165	60	36	35	25
35-44	M	185	80	37	45	35
35-44	F	170	65	38	40	30
45-54	M	190	85	38	50	40
45-54	F	175	70	39	45	35
55-64	M	195	90	39	55	45
55-64	F	180	75	42	50	40
65-74	M	200	95	40	60	50
65-74	F	185	80	43	55	45
75-84	M	205	100	40	65	55
75-84	F	190	85	45	60	50
85-94	M	210	105	40	70	60
85-94	F	195	90	46	65	55

REFEIÇÕES REGULARES

Desjejum

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
*Exclusivamente nos dias em que houverem atividades físicas extras, como o futebol, será ofertada 1 (uma) unidade extra de pão francês e 1 (uma) porção extra de margarina ou queijo			573

Lanche manhã

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

Almoço

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 e regionalizadas/ Sobremesa doce (finais de semana)	1 unidade média ou 1 porção pequena	120g/ 60g	100
Suco ou refresco	1 copo	200ml	150
			1035

Lanche da tarde

Alimento	Quantidade	Unid. medida	Kcal
Biscoito água e sal, biscoito doce sem recheio (tipo maisena) ou torrada	6 unidades	30g	135
Margarina	1 colher de chá	5g	37
			172
(alternadamente com)			
Fruta da época e regionalizadas/ Suco ou refresco	1 unidade/ 1 copo	150g/ 200ml	150
			150
(alternadamente com)			
Bolo simples (sem recheio ou cobertura)	1 unidade/ fatia	100g	180
			180



Jantar

Alimento	Quantidade	Unid. medida	Kcal
Arroz (ou macarrão ou vegetais C)	4 colheres de sopa cheias	180g	295
Feijão carioquinha 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 e regionalizadas/ Sobremesa doce (finais de semana)	1 unidade média ou 1 porção pequena	120g/ 60g	100
Suco ou refresco	1 copo	200ml	150
			1035

Ceia

Alimento	Quantidade	Unid. medida	Kcal
Pão francês	1 unidade	50g	135
Margarina	1 colher de chá	5g	37
Fruta da época e regionalizada	1 unidade	120g	100
			272

(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
			322

TOTAL CALÓRICO (valor aproximado)**2992****REFEIÇÃO ESPECIAL EM DATA COMEMORATIVA**

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

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
			1610

OBSERVAÇÕES: Todos os pesos indicados são referentes ao alimento já preparado.


Carolina C. Quintans Gomes
 Nutricionista
 CRNU/DF 3250

11