

BOAS PRÁTICAS NA PRODUÇÃO DE SOPA CREME DE CENOURA EM INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA PARA IDOSOS EM NITERÓI, RJ.

Elisabete Coentrão Marques ✉

Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro. Seropédica, RJ.

Renata Coentrão Marques

Centro Juvenil de Orientação e Pesquisa. Niterói, RJ.

✉ ecoentrao@hotmail.com

RESUMO

Estatisticamente no Brasil a população idosa tem aumentado por vários fatores e políticas públicas para um envelhecimento saudável vêm surgindo para dar qualidade de vida para este período da vida do ser humano. A equipe de saúde precisa estar atenta para a alimentação nesta faixa etária de forma que seja equilibrada em nutrientes, em quantidade e dentro das condições higienicossanitárias. Este trabalho teve como objetivo elaborar uma ficha de boas práticas de produção para a sopa creme de cenoura para uma instituição de longa permanência para idosos da cidade de Niterói, Rio de Janeiro. Para tanto foi utilizado um *checklist* e um termômetro a laser. Toda a ficha técnica de boas práticas foi elaborada com base na observação da rotina e demonstrou-se que o binômio tempo/temperatura foi mantido conforme preconizado em lei. Concluiu-se que é importante que haja programas de capacitação e sensibilização dos manipuladores de alimentos.

Palavras-chave: Saúde do idoso. Condições higienicossanitárias. Logística.

ABSTRACT

Statistically in Brazil the elderly population has increased by several factors and public policies successful aging is emerging to give quality of life for this period of human life. The health team must be attentive to feeding in this age group so that it is balanced in nutrients, in quantity and in the hygienic and sanitary conditions. The objective of this study was to develop a record of good manufacturing practices for the cream of carrot soup for a long-term care institution for elderly in Niterói, Rio de Janeiro, Brazil. The instruments were a checklist and a laser thermometer. The whole sheet of good practice has been developed based on the observation of routine and it was shown that the binomial time/temperature was maintained as prescribed by law. It is concluded that it is important that training and awareness programs of food handlers.

Keywords: Health of the elderly. Sanitary hygienic conditions. Logistics. Good production practices.

INTRODUÇÃO

O envelhecimento é um processo universal e gradual, que envolve um somatório de fatores, tais como sociais, psíquicos, ambientais e biológicos, além de grandes mudanças culturais, econômicas, institucionais, no sistema de valores e na configuração dos arranjos familiares que podem acelerar ou retardar esse processo (CARAMARO; KANSO, 2010; MAZZA; LEFÈVRE, 2004).

Espera-se um aumento da população muito idosa (80 anos e mais) no futuro devido à alta natalidade observada no passado recente e à continuação da redução da mortalidade nas idades avançadas. Isso tem causado

uma incerteza das condições de cuidados desses idosos (CARAMARO; KANSO, 2010).

O cuidado dos membros dependentes é de responsabilidade das famílias, mas em função da redução da natalidade, das mudanças familiares e da crescente participação da mulher (tradicional cuidadora) no mercado de trabalho, o Estado e o mercado privado passaram a dividir com a família as responsabilidades. Uma das alternativas de cuidados não-familiares são as instituições de longa permanência para idosos (ILPIs) (CARAMARO; KANSO, 2010).

A alimentação do idoso possui uma série de características, conforme relacionado por Cuppari, (2014) e Silva (2008).

- digestivas: ausência ou escassez de dentição, próteses, diminuição da produção salivar, atrofia das papilas gustativas e alterações do peristaltismo esofágico, atrofia da mucosa gástrica e diminuição no número de células parietais, diminuição da produção da secreção de suco gástrico, aumento do pH e esvaziamento gástrico mais lento dificultam a digestão, diminuição do metabolismo de fármacos fluxos dependentes e diminuição da síntese proteica favorecem a hepatotoxicidade, diminuição da massa corporal magra, maior prevalência de litíase biliar, diminuição da absorção de cálcio, aumento do número de divertículos, atrofia da mucosa intestinal, hipotonia da parede abdominal e diminuição da função motora do cólon favorecem a constipação;
- sensoriais: redução da acuidade visual, auditiva, olfativa e de paladar (alterações das papilas gustativas), diminuição da capacidade de reconhecer os sabores doce, salgado, azedo e amargo, anorexia, tendência de concentrar o tempero dos alimentos, adicionando mais sal e açúcar,

diminuição da sensação de sede;

- neurológicas: atrofia cerebral com provável déficit neuronal, estados de confusão mental, depressão e demência em seus diversos graus;
- atividade motora: dificuldade de locomoção leva ao sedentarismo;
- metabólicas: intolerância à glicose, diminuição de 20% da taxa de metabolismo basal entre os 30 e 90 anos;
- psicossociais: distúrbios afetivos por perda de entes queridos, conflitos familiares e baixa autoestima associada à imagem corporal negativa, o que favorece a depressão, solidão, afastamento social e viuvez, perda de produtividade e do papel social aliada ao desconhecimento de seus direitos de cidadania;
- econômicas.

Um dos principais atributos da qualidade de um alimento ou refeição, é a sua condição sanitária, reflexo das características da matéria-prima e dos processos produtivos empregados (ARAÚJO, 2007; ARRUDA, 2002). Prevenir e/ou eliminar falhas torna-se necessário, a fim de que não ocorram contaminações levando a possibilidade de toxinfecções alimentares, principalmente para uma população idosa.

As sopas são as preparações mais produzidas em serviços de alimentação em ILPIs. Este trabalho teve como objetivo elaborar as boas práticas de produção para a sopa creme de cenoura de uma ILPIs do município de Niterói, Rio de Janeiro, por ser a preparação com maior aceitação e produzida com frequência.

MATERIAL E MÉTODOS

A ficha para boas práticas de produção foi elaborada em uma instituição privada localizada no município de Niterói, RJ, Brasil, que atende idosos com várias patologias, principalmente problemas neurológicos.

A sopa creme de cenoura foi escolhida para análise por ser uma preparação rápida e muito utilizada em instituições públicas e privadas com boa aceitação pelos usuários. Os ingredientes usuais são cebola (5g), óleo (2mL), sal (2g), tomate sem pele e semente (10g), água (400mL) e cenoura (100g).

Foi utilizado um *checklist* para verificar cada processo da preparação e um termômetro a laser da marca Instrutherm. Após a coleta de dados e com pesquisa bibliográfica (DENZIN; LINCOLN, 2010; VERGARA, 2014) fez-se a ficha técnica de boas práticas de produção da sopa creme de cenoura por meio dos descritores condições higienicossanitárias, boas práticas de produção, saúde do idoso e logística.

Os esforços foram concentrados nas publicações dos últimos dez anos, mas diversos outros trabalhos publicados anteriormente também foram avaliados.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Como modo de preparo da sopa creme de cenoura tem-se: refogam-se os temperos, acrescenta-se a água e deixa-se ferver. Junta-se as cenouras até cozinhar. Desliga-se o fogo e passa-se no liquidificador. Toda a ficha técnica de boas práticas encontra-se no Quadro 1.

Segundo Farias, Pereira e Figueiredo (2011), ao analisarem uma sopa em uma Unidade de Alimentação e Nutrição no Pará, não foram detectadas contaminações por nenhum tipo de micro-organismo. Este resultado pode ser justificado pelo fato de ser uma preparação submetida à alta temperatura (acima de 90°C), por um longo período de tempo. No caso da instituição de longa permanência, a sopa é servida imediatamente para cada paciente, em um trabalho personalizado atento da equipe da área da saúde.

Quadro 1 - Análise da ficha técnica de boas práticas de produção (operação, controle, medidas de segurança, critérios, monitoramento e ações corretivas) de sopa creme de cenoura produzida em uma instituição de longa permanência para idosos na cidade de Niterói, Rio de Janeiro.

Operação	Controle	Medidas de Segurança	Crítérios	Monitoramento	Ações Corretivas
Recebimento de alimentos					
Recepção	Contaminação de origem	Lavagem em água corrente	Água potável	Observar o processo	Desinfecção da água que abastece o local
Conferência das condições de entrega	Contaminação cruzada Multiplicação microbiana Contaminação pelo manipulador	Veículo de transporte adequado Temperatura adequada Condições dos entregadores	Veículo higienizado Temperatura ambiente Higiene pessoal	Avaliar condições de higiene do veículo Mensurar a temperatura superficial do produto Avaliar	Devolver o produto Devolver o produto Comunicar ao fornecedor
Conferência da qualidade	Alimento deteriorado Contaminação cruzada Contaminação pelo manipulador	Características sensoriais adequadas Acondicionamento adequado Higienização das mãos	-Aroma e cor característicos -Livres de insetos, bolor ou mucosidade -Não danificados -Não estar sujos de terra ou corpos estranhos Embalagem íntegra e limpa *Rótulo com informações obrigatórias Detergente neutro, água corrente potável e álcool em gel a 70%	Observar características sensoriais Observar o acondicionamento Observar o processo	Devolver o produto Devolver o produto Orientar o funcionário
Troca de recipiente	Contaminação cruzada Contaminação pelo manipulador	Higienização das superfícies de contato Utilização de estrados Higienização das mãos	Detergente neutro, água corrente potável, solução clorada por 10 minutos Estrado exclusivo para recebimento Detergente neutro, água corrente potável e álcool em gel a 70%	Observar o processo Verificar as condições dos estrados Observar o processo	Orientar o funcionário Substituir estrados Orientar o funcionário
**Transporte interno para armazenamento	Contaminação cruzada	Higienização das superfícies de contato	Detergente neutro, água corrente potável, solução clorada por 10 minutos	Observar o processo	Orientar o funcionário

*Devem estar contidas nos rótulos dos produtos: nome e composição do produto, lote, data de fabricação e validade, número de registro no órgão oficial, cadastro geral dos contribuintes (CGC), endereço do fabricante e distribuidor, condições de armazenamento e quantidade (peso).

**Transportar: 1º- alimentos perecíveis resfriados (cebola, tomate e cenoura) e 2º - alimentos não perecíveis (óleo e sal)

Armazenamento de alimentos refrigerados					
Armazenamento sob refrigeração	Contaminação por superfície Multiplicação microbiana	Higienização das superfícies de contato Temperatura adequada Armazenar dentro dos prazos de validade	Detergente neutro, água corrente potável, solução clorada por 10 minutos Vegetais: 8°C a 10°C Prazos das etiquetas	Observar o processo Mensurar temperatura e observar condições de armazenamento Observar datas	Orientar o funcionário Transferir o alimento para equipamento que possa mantê-lo na temperatura preconizada Desprezar o alimento
Armazenamento de alimentos não perecíveis					
Armazenamento a temperatura ambiente	Contaminação ambiental Multiplicação microbiana Alimentos vencidos, latas vazando, inchadas ou danificadas	Higienização das superfícies de contato Temperatura e umidade relativa do ambiente Armazenar dentro dos prazos de validade	Detergente neutro, água corrente potável, solução clorada por 10 minutos Local seco (máximo de 70% de umidade relativa do ar) Temperatura ambiente -	Observar o processo Observar condições de armazenamento -	Orientar o funcionário Transferir para local apropriado Desprezar o alimento
Pré-preparo de vegetais					
Lavagem em água corrente	Água contaminada	Controle da água	Água potável	Observar o processo	Desinfecção da água que abastece o local
Desinfecção em cloro	Contaminação de origem	Reduzir contaminantes patogênicos	Imersão em 10 minutos a 200ppm no hipoclorito de sódio	Verificar dosagem de Cloro Mensurar tempo	Repetir a operação
Descascar/ Cortar	Contaminação cruzada Contaminação pelo manipulador	Higienização das superfícies de contato Higienização das mãos	Detergente neutro, água corrente potável, solução clorada por 10 minutos Detergente neutro, água corrente potável e álcool em gel a 70%	Observar o processo Observar o processo	Orientar o funcionário Orientar o funcionário
Utilização da lata de óleo					
Lavagem em água corrente	Água contaminada	Controle da água	Água potável	Observar o processo	Desinfecção da água que abastece o local
Desinfecção com álcool a 70%	Contaminação de origem	Reduzir contaminantes patogênicos	Pulverização com álcool a 70%	Observar o processo	Orientar o funcionário
Preparo da sopa					
Cocção	Sobrevivência de micro-organismos vegetativos e esporulados	Temperatura e tempo de cocção adequados	74°C/7 minutos no interior do alimento em até 2 horas	Mensurar temperatura e tempo	Continuar a cocção

Bater e coar	Contaminação cruzada	Higienização das superfícies de contato	Detergente neutro, água corrente potável, solução clorada por 10 minutos	Observar processo	Orientar o funcionário
Distribuição					
Manutenção a quente	Multiplicação microbiana	Temperatura adequada Controle do tempo	Mínimo 60°C Máximo 4 horas	Mensurar temperatura Mensurar tempo	Manter a temperatura (70°C/2 minutos no interior do alimento em até 2 horas)
Obs: não fazer reaquecimento					

Quadro 2 - Controle do binômio tempo/temperatura do pré-preparo, cocção e distribuição da sopa creme de cenoura produzida em uma instituição de longa permanência para idosos na cidade de Niterói, Rio de Janeiro.

Etapas do Processo	Início		Intermediário		Final	
	Hora	T°C	Hora	T°C	Hora	T°C
Pré-preparo (cortar, descascar)	10:00	ambiente	-	-	10:30	ambiente
Cocção (adição de temperos e legumes)	10:30	100°	-	-	10:45	100°
Liquidificador	10:45	98°	-	-	10:47	98°
Montagem no prato	10:50	98°	11:10	95°	11:22	94°
Distribuição	11:35	94°	12:00	93°	-	-
Sobra no interior da panela	13:00	92°	-	-	-	-

CONCLUSÃO

As sopas são preparações importantíssimas em ILPIs. Há fatores como higienização, desinfecção, controle do preparo, armazenamento e distribuição do alimento, além de adequada localização e organização da área física que podem interferir no alimento e ocasionar crescimento microbiano.

Sendo assim, para produzir e oferecer alimentos seguros são necessários constantes e eficazes programas de treinamento e sensibilização dos manipuladores durante todo o processo produtivo.

REFERÊNCIAS

- ARAÚJO, MOD; GUERRA, TMM. **Alimentos “per capita”**. Natal: Universitária, 2007.
- ARRUDA, GUILLIAN ALONSO. **Manual de boas práticas na produção e distribuição de alimentos**. 1.ed. São Paulo: Ponto Crítico, 2002.
- CAMARANO, AA; KANSO, S. As instituições de longa permanência para idosos no Brasil. **R. Bras. Est. Pop.**, Rio de Janeiro, v.27, n.1, p.233-235, jan/jun. 2010.
- CUPPARI, LILIAN. **Guia de nutrição: nutrição clínica do adulto**. Barueri: Manole, 2014.
- DENZIN, NK; LINCOLN, YS. **Planejamento da Pesquisa Qualitativa: teorias e abordagens**. 2ª. Porto Alegre: Artmed/bookman, 2010.
- FARIAS, JKR; PEREIRA, MMS; FIGUEIREDO, EL. Avaliação de boas práticas e contagem microbiológica das refeições de uma unidade de alimentação hospitalar, do município de São Miguel do Guamá – Pará. **Alim. Nutr.**, Araraquara, v.22, n.1, p.113-119, jan/mar. 2011.
- MAZZA, MMPR; LEFÈVRE, F. A instituição asilar segundo o cuidador familiar do idoso. **Saúde e Sociedade**, v.13, n.3, p.68-77, set/dez 2004.
- SILVA, SM; Chemin S; MARTINEZ, S. **Cardápio: guia prático para a elaboração**. São Paulo: Roca, 2014.
- VERGARA, Sylvia Constant. **Projetos e relatórios de pesquisa em administração**. 15. ed. São Paulo: Atlas, 2014.