

RELEVÂNCIA DAS SOBREMESAS DIET COMO ESTRATÉGIA NUTRICIONAL NA ALIMENTAÇÃO COLETIVA

Oliveira B^I, Vasconcelos E^{II}, Henriques R^{III}, Neto R^{IV}

Segundo a Organização Mundial de Saúde o consumo crescente de sacarose tem sido apontado como um dos fatores da prevalência de doenças crônicas como a diabetes mellitus tipo II, a hipertrigliceridemia e a obesidade. O consumo de adoçantes artificiais tem sido valorizado como alternativa à sacarose. Com base nesta problemática foi desenvolvido este estudo com o objetivo primário de verificar a viabilidade de 9 sobremesas com adoçante (aspartame e acessulfame-K) enquanto alternativa nutricionalmente equilibrada e economicamente sustentável. O estudo foi implementado numa unidade de alimentação que serve diariamente cerca de 1500 refeições.

A execução do estudo decorreu em 4 fases: Avaliação do estado nutricional da população com o objetivo de verificar a pertinência do trabalho no local; Elaboração de Fichas Técnicas das sobremesas com açúcar e com adoçante para posterior comparação; Implementação das sobremesas que decorreu sob a forma de estudo experimental cego, sendo que a escolha da sobremesa diet era voluntária e não estava diferenciada das demais. Foi entregue um inquérito (escala hedónica de 5 pontos) com o objetivo de verificar a aceitabilidade das sobremesas com adoçante. A partir da implementação das novas 9 sobremesas com adoçante foi possível recolher um total de 136 inquéritos; Na Análise Final procedeu-se ao tratamento estatístico dos dados através do programa SPSS® para Windows®, versão 17.0 e de modo a avaliar a independência das variáveis categóricas, foi utilizado o teste Qui-Quadrado.

A adesão às sobremesas foi positiva, 85% da população afirmou gostar das mesmas. Estas são viáveis do ponto de vista económico e têm a vantagem nutricional de apresentar menor valor energético e não exceder os valores estabelecidos para o consumo diário dos edulcorantes aspartame e acessulfame-K. A implementação de sobremesas *diet* surge no âmbito de Alimentação e Restauração Coletiva como uma estratégia nutricional viável.

^I Nutricionista, Diretora da Qualidade.

^{II} Nutricionista, Técnica da Qualidade.

^{III} Engenheira Alimentar, Técnica da Qualidade.

^{IV} Estagiária Ciências da Nutrição e Alimentação da Universidade do Porto.