

Avaliação do cardápio hospitalar sob a ótica do AQPC: análise de quatro semanas no hospital de saúde mental Hospital de Saúde Mental Professor Frota Pinto - HSM

Karina Pedroza¹, Adriana Gonçalves Lemos Mendes², Greyciane Gomes Capistrano²

¹Docente – UNIFOR

²Dicentes de Nutrição – UNIFOR

RESUMO

A alimentação é parte essencial do cuidado dentro dos hospitais, principalmente em serviços de saúde mental, onde o vínculo com a comida pode contribuir para a adesão ao tratamento e para a sensação de acolhimento. Apesar disso, muitas vezes os cardápios são elaborados sem uma avaliação sistemática de sua qualidade. Neste trabalho, nosso objetivo foi analisar o cardápio de quatro semanas do Hospital de Saúde Mental Professor Frota Pinto (HSM), localizado em Fortaleza - CE, utilizando o método de Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio (AQPC). Trata-se de um estudo descritivo, de caráter transversal, a partir da análise documental do cardápio oferecido tanto a pacientes quanto a colaboradores. Com isso, esperamos identificar pontos positivos, como variedade de alimentos e respeito à cultura alimentar local, bem como fragilidades, como a presença de ultraprocessados ou repetição de cores e preparações. Acreditamos que esse olhar pode colaborar para ajustes na gestão alimentar, fortalecendo o cuidado integral em saúde mental.

Palavras-chave: Saúde mental. Alimentação hospitalar. AQPC. Gestão de serviços.

INTRODUÇÃO

O ambiente hospitalar exige atenção não apenas aos cuidados clínicos, mas também à forma como a alimentação é organizada. Para pessoas em tratamento de saúde mental, esse cuidado torna-se ainda mais relevante: refeições equilibradas, variadas e culturalmente adequadas podem contribuir para melhorar a aceitação alimentar, trazer conforto e até auxiliar no processo terapêutico (SILVA; SOUSA, 2020).

Nesse sentido, ferramentas que avaliam cardápios tornam-se aliadas importantes. O método de Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio (AQPC), desenvolvido por Veiros e Proença (2010), é amplamente utilizado em Unidades de Alimentação e Nutrição (UAN) e considera aspectos como presença de frutas e hortaliças, variedade de cores, uso de frituras, doces, alimentos integrais e ultraprocessados. Esse instrumento tem sido amplamente aplicado na rotina de Unidades de Alimentação e Nutrição (UAN), por sua objetividade e capacidade de apontar melhorias na oferta alimentar (SANTOS et al., 2022).

Diante da relevância do tema, decidimos aplicar o AQPC ao cardápio de quatro semanas do Hospital de Saúde Mental Professor Frota Pinto (HSM), com o intuito de observar de forma crítica como a alimentação tem sido ofertada e quais pontos podem ser aprimorados.

OBJETIVO

Avaliar a qualidade do cardápio hospitalar do Hospital de Saúde Mental Professor Frota Pinto (HSM), em Fortaleza - CE, por meio da metodologia AQPC, destacando aspectos positivos e pontos a serem melhorados para subsidiar a gestão do serviço de alimentação.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo e transversal, realizado a partir da análise documental do cardápio institucional de quatro semanas. O Hospital de Saúde Mental Professor Frota Pinto (HSM) é referência em saúde mental no estado do Ceará, fornece alimentação tanto a pacientes internados, pacientes dia e também aos colaboradores.

O instrumento utilizado foi o AQPC, que observa critérios como:

Oferta de frutas e hortaliças; variedade de cores no prato; presença de alimentos integrais; ocorrência de frituras e doces; uso de ultraprocessados e técnicas de preparo.

Os dados foram registrados em planilha e analisados de forma descritiva. Para apresentação, elaboramos tabelas que sintetizam os resultados, indicando a frequência de cada item observado.

RESULTADOS

A análise do cardápio de quatro semanas permitiu identificar pontos fortes e fragilidades segundo o método AQPC. As tabelas abaixo apresentam a síntese semanal. de frituras, doces e ultraprocessados; variedade de cores.

Avaliação AQPC do Cardápio (Semana 1 - (04/08 a 10/08))

Indicador AQPC	Frequência observada	Situação
Oferta de frutas	7 x por semana	Alta frequência
Oferta de hortaliças	5 x por semana	Boa frequência e variedade
Oferta de integrais	0 vezes	Ausente
Oferta de frituras	2 vezes	Baixa frequência
Oferta de doces	0	Ausente
Ultraprocessados	7 x lanche manhã (biscoitos) 5 x ceia (3 x por semana (mingau de biscoito) + 2 x (mingau de farinha láctea)) 12 x ao dia	Inadequado - 7 x por semana - servido 2 x por dia

Variedade de cores	Parcial	Monotonia em alguns dias
--------------------	---------	--------------------------

Avaliação AQPC do Cardápio (Semana 2 - (11/08 a 17/08))

Indicador AQPC	Frequência observada	Situação
Oferta de frutas	6 x por semana	Alta frequência
Oferta de hortaliças	5 x por semana	Boa frequência
Oferta de integrais	0 vezes	Ausente
Oferta de frituras	2 vezes	Baixa frequência
Oferta de doces	1 vezes	Baixa frequência
Ultraprocessados	7 x lanche manhã (biscoitos) 5 x ceia (3 x por semana (mingau de biscoito) + 2 x (mingau de farinha láctea)) 12 x ao dia	Inadequado - 7 x por semana - servido 2 x por dia
Variedade de cores	Parcial	Monotonia em alguns dias

APÊNDICE C – Avaliação AQPC do Cardápio (Semana 3 - 18/08 a 24/08)

Indicador AQPC	Frequência observada	Situação
Oferta de frutas	7 x semana	Alta frequência
Oferta de hortaliças	4 x semana	Boa frequência
Oferta de integrais	0 vezes	Ausente
Oferta de frituras	2 x semana	Alta frequência
Oferta de doces	0 vezes	Ausente
Ultraprocessados	7 x lanche manhã (biscoitos) 5 x ceia (3 x por semana (mingau de biscoito) + 2 x (mingau de farinha láctea)) 12 x ao dia	Inadequado - 7 x por semana - servido 2 x por dia
Variedade de cores	Parcial	Repetição de preparações claras

Avaliação AQPC do Cardápio (Semana 4 - 25/08 a 31/08)

Indicador AQPC	Frequência observada	Situação
Oferta de frutas	6 vezes	Presente, mas pouca variedade
Oferta de hortaliças	Diária	Boa frequência, porém saladas repetitivas
Oferta de integrais	0 vezes	Ausente
Oferta de frituras	4 vezes	Frequência elevada
Oferta de doces	3 vezes	Moderado
Ultraprocessados	7 x lanche manhã (biscoitos) 5 x ceia (3 x por semana (mingau de biscoito) + 2 x (mingau de farinha láctea)) 12 x ao dia	Inadequado - 7 x por semana - servido 2 x por dia
Variedade de cores	Parcial	Boa em alguns dias, monótona em outros

DISCUSSÃO

Os resultados mostraram que há oferta diária de frutas e hortaliças, com boa diversidade e qualidade, com poucas repetições, máxima de duas vezes na mesma semana, além de saladas variadas. A ausência de alimentos integrais também se destacou, assim como a elevada frequência de frituras em algumas semanas, e a presença diária de ultraprocessados (ceia), como achocolatados, mingaus de biscoitos e farinha láctea. Esses achados evidenciam a boa qualidade e variedade do cardápio oferecido, aos pacientes e funcionários do hospital. Consideramos ao avaliar o cardápio a importância de reduzir a monotonia, bem como alimentos ultraprocessados e reforçar a oferta de alimentos in natura e minimamente processados, conforme orienta o Guia Alimentar para a População Brasileira (BRASIL, 2014). Diversos estudos que aplicaram o método AQPC em Unidades de Alimentação e Nutrição hospitalares apresentaram achados semelhantes aos observados no presente trabalho. Freitas et al. (2018), Prado et al. (2015) e Lima et al. (2019) identificaram ausência de alimentos integrais, repetição de técnicas de preparo e monotonia de cores, elementos igualmente encontrados no cardápio analisado no HSM. Veiros e Proença (2010), estudo base da metodologia, também destacam que cardápios hospitalares frequentemente apresentam baixo estímulo sensorial, reforçando a necessidade de maior variedade e presença de preparações in natura. Além disso, pesquisas realizadas em hospitais gerais e psiquiátricos apontam que a presença de ultraprocessados é recorrente e pode prejudicar a qualidade nutricional e a aceitação alimentar. Gomes et al. (2020) observaram a oferta diária de mingaus e sobremesas açucaradas, padrão semelhante ao encontrado na ceia do HSM. Em hospital psiquiátrico, Cruz et al. (2017) destacaram que monotonia de cores e excesso de carboidratos simples reduzem a aceitação alimentar e impactam negativamente o bem-estar dos pacientes, evidenciando que cardápios mais coloridos podem contribuir para o acolhimento e adesão ao tratamento. Os achados deste estudo, portanto, dialogam com a literatura nacional, reforçando a importância de reduzir

ultraprocessados na rotina hospitalar, ampliar a oferta de alimentos integrais e diversificar técnicas de preparo e cores, especialmente no contexto da saúde mental.

No contexto da saúde mental, refeições equilibradas e coloridas podem contribuir não apenas para a nutrição adequada, mas também para o acolhimento e adesão ao tratamento, assim como o consumo de alimentos ultraprocessados, ricos em gordura e principalmente “extremamente inflamatório” podem impactar diretamente no tratamento e desfechos clínicos.

CONCLUSÃO

A análise pelo método AQPC mostrou que o cardápio do Hospital de Saúde Mental Professor Frota Pinto (HSM) apresenta pontos positivos, como a oferta diária de hortaliças, a presença frequente de frutas e o uso de preparações tradicionais da cultura alimentar local, aspectos que favorecem a aceitação e a identificação dos pacientes com as refeições. Por outro lado, também foram observados aspectos que podem ser aprimorados, como a ausência de alimentos integrais, a repetição de preparações e a presença de frituras e ultraprocessados em alguns momentos.

Esses elementos sugerem oportunidades de avanço na organização do cardápio, de modo a ampliar a variedade, estimular cores e texturas e tornar as refeições ainda mais equilibradas.

Assim, este estudo evidencia como a aplicação do AQPC pode ser uma ferramenta útil para refletir sobre a qualidade da alimentação oferecida em instituições de saúde mental, contribuindo para fortalecer o cuidado integral e valorizar a alimentação como parte essencial do processo terapêutico e do acolhimento hospitalar. O consumo frequente de alimentos ultraprocessados, como biscoitos ricos em açúcar e gordura, em unidades de alimentação hospitalar pode impactar negativamente a saúde dos pacientes. Esses produtos apresentam baixo valor nutricional, excesso de energia, açúcares simples e gorduras saturadas ou trans, contribuindo para a piora do perfil metabólico, aumento da resistência insulínica, ganho de peso e maior risco de doenças crônicas (MONTEIRO et

al., 2019). Além disso, a ingestão diária em duas refeições favorece inflamação intestinal e disbiose, uma vez que esses alimentos comprometem a diversidade da microbiota e elevam a permeabilidade intestinal, fenômeno associado à maior ativação de processos inflamatórios sistêmicos (CARDOSO et al., 2022).

No contexto da saúde mental, esses efeitos são especialmente relevantes. A microbiota intestinal participa ativamente na produção de neurotransmissores, **como a serotonina, que é produzida em sua maior parte no trato gastrointestinal, entre 90% a 95%**, e sua alteração prejudica a comunicação do eixo intestino-cérebro. Estudos demonstram que dietas ricas em alimentos ultraprocessados reduzem a síntese de serotonina e afetam negativamente o humor, podendo intensificar sintomas depressivos e ansiosos (TAYLOR; HOLMES, 2020). Assim, a oferta contínua de alimentos com açúcar e gordura em excesso pode agravar o quadro clínico dos pacientes em tratamento psiquiátrico.

Por outro lado, a substituição desses produtos por alimentos in natura e minimamente processados, como frutas, cereais integrais e leguminosas, contribui para a melhora da saúde metabólica, maior aporte de fibras e antioxidantes, além de favorecer o equilíbrio da microbiota intestinal e a produção de ácidos graxos de cadeia curta, que têm ação anti-inflamatória (CACCIALANZA et al., 2022). Entre os benefícios associados estão: melhora da regulação glicêmica, redução de processos inflamatórios, manutenção da função cognitiva e suporte ao bem-estar mental.

Portanto, a presença de biscoitos ultraprocessados duas vezes ao dia na alimentação de pacientes psiquiátricos não seria a prática mais adequada, podendo prejudicar tanto a saúde física quanto o tratamento mental.

REFERÊNCIAS:

BRASIL. Ministério da Saúde. Guia alimentar para a população brasileira. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

CACCIALANZA, R. et al. Nutritional support for patients undergoing intensive cancer treatment: ESPEN expert statements. *Clinical Nutrition*, v. 41, n. 9, p. 2072–2088, 2022.

CARDOSO, A. O.; OLIVEIRA, B. R.; NUNES, L. S. Dieta, microbiota intestinal e saúde mental: uma revisão integrativa. *Revista Brasileira de Nutrição Clínica*, v. 37, n. 1, p. 56–65, 2022.

CRUZ, A. R. et al. Avaliação da aceitação e da qualidade nutricional do cardápio em hospital psiquiátrico. *Ciência & Saúde*, v. 10, n. 2, p. 77–85, 2017.

FREITAS, M. B. et al. Avaliação qualitativa das preparações do cardápio em uma UAN hospitalar. *Demetra*, v. 13, n. 3, p. 567–579, 2018.

GOMES, A. C. et al. Qualidade das refeições oferecidas em um hospital público de médio porte. *Revista Brasileira de Nutrição Clínica*, v. 35, n. 4, p. 289–297, 2020.

LIMA, J. S. et al. Análise qualitativa do cardápio de uma UAN hospitalar pelo método AQPC. *Revista Saúde e Desenvolvimento*, v. 11, n. 2, p. 45–54, 2019.

MONTEIRO, C. A. et al. The UN Decade of Nutrition, the NOVA food classification and the trouble with ultra-processing. *Public Health Nutrition*, v. 21, n. 1, p. 5–17, 2019.

PRADO, R.; VIEIRA, G. Qualidade do cardápio de uma unidade de alimentação hospitalar segundo o método AQPC. *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, v. 9, n. 52, p. 62–71, 2015.

SANTOS, A. A. et al. Avaliação qualitativa de cardápios em unidades de alimentação e nutrição: reflexões sobre aplicação prática. *Revista Brasileira de Nutrição*, v. 15, n. 2, p. 45–56, 2022.

SILVA, R. P.; SOUSA, M. F. Alimentação hospitalar e saúde mental: perspectivas para o cuidado integral. *Revista Saúde em Foco*, v. 12, n. 3, p. 67–75, 2020.

TAYLOR, A. M.; HOLMES, E. The gut microbiome and mental health: implications for depression and anxiety. *Current Opinion in Psychiatry*, v. 33, n. 1, p. 1–6, 2020.

VEIROS, M. B.; PROENÇA, R. P. C. Avaliação qualitativa das preparações do cardápio de uma unidade de alimentação e nutrição hospitalar. *Revista de Nutrição, Campinas*, v. 23, n. 4, p. 675–681, 2010.