

Emprego da gastronomia como ferramenta para promover a aceitação de verduras por crianças com excesso de peso

Virgínia Souza Santos, Letícia Maria de Melo, Cíntia Tavares Carleto, Martha Elisa Ferreira de Almeida, Thaís Amanda Teixeira Augusto, Leila Aparecida Kauchakje Pedrosa

Resumo

A infância é uma das fases mais importantes para o estabelecimento de hábitos saudáveis. De acordo com a pesquisa do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional (SISVAN) realizada em 2008 com 26.000 crianças e adolescentes, o consumo de verduras mostrou-se inadequado, uma vez que mais de 30% dos avaliados relataram não consumir estes alimentos durante a semana. O emprego de técnicas gastronômicas pode tornar o ato de comer um motivo de grande prazer, buscando o bem-estar e a saúde das pessoas. Avaliar a influência da gastronomia na aceitação de verduras por crianças com excesso de peso. Participaram da pesquisa 25 crianças, com idade entre 7 a 9 anos, sendo 60% (n=15) do gênero feminino, matriculadas em uma escola pública de Rio Paranaíba, MG, diagnosticadas com excesso de peso, cujos pais autorizaram a participação mediante a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Aplicou-se um questionário de frequência do consumo de verduras entre as crianças, e posteriormente utilizou-se o teste de análise sensorial de aceitação através da escala hedônica facial de cinco pontos. Foram selecionadas três tipos de verduras: a abobrinha caipira, o chuchu e a beterraba. Os alimentos foram servidos durante dois momentos. Primeiramente eles foram apresentados na sua forma habitual de consumo, corte macedoine e soufflé. Após 15 dias, os mesmos alimentos foram oferecidos com o emprego de técnicas gastronômicas, adotando as seguintes formas: chuchu – peixes; abobrinha caipira – sol; beterraba – flor. Para a análise dos dados foi aplicado o teste Wilcoxon e o Qui-quadrado. Ambos os testes foram realizados a 5% de significância no software Statistical Package for the Social Sciences - SPSS, versão 20.0. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Viçosa, protocolo no 473.739. Ao avaliar o consumo das verduras, percebeu-se que 28% (n=7) das crianças não consumiam abobrinha, 44% (n=11) e 40% (n=10) não ingeriam chuchu e beterraba, respectivamente. As notas atribuídas para as verduras aumentaram após a utilização das técnicas gastronômicas, apontando que a metodologia foi eficaz para melhorar a aceitação. Entretanto, não foram observadas diferenças estatísticas entre as pontuações. O gênero apresentou associação com as notas atribuídas para o chuchu após o emprego da gastronomia. A idade não demonstrou associação com as notas conferidas a nenhum alimento. Já o consumo alimentar foi associado às pontuações obtidas pela abobrinha caipira (antes) e a beterraba (depois) da aplicação das técnicas. A frequência de consumo das verduras entre as crianças avaliadas foi baixa. As notas atribuídas às verduras após a aplicação da gastronomia foram maiores do que aquelas conferidas aos alimentos oferecidos em suas formas habituais de consumo.

Descritores: Gastronomia; Análise sensorial; Verduras.