

Avaliação da oferta alimentar nas máquinas de vending de produtos alimentares da Universidade Católica Portuguesa do campus do Porto



CATOLICA

CBQF · CENTRE FOR BIOTECHNOLOGY
AND FINE CHEMISTRY ASSOCIATE LABORATORY

CBQF

PORTO

VERÓNICA RESENDE ¹; MARTA CORREIA ²; MARIA LOPES CARDOSO; ANA PIMENTA MARTINS²

¹ Aluna estagiária de Ciências da Nutrição, Universidade Católica Portuguesa, Escola Superior de Biotecnologia, Rua Diogo Botelho, n.º 1327, 4169-005 Porto, Portugal

² Universidade Católica Portuguesa, CBQF - Centro de Biotecnologia e Química Fina - Laboratório Associado, Escola Superior de Biotecnologia, Rua Diogo Botelho, n.º 1327, 4169-005 Porto, Portugal

Introdução

As máquinas de vending de produtos alimentares constituem uma forma conveniente de disponibilização de produtos alimentares. Contudo, esta oferta nem sempre se apresenta como a mais saudável, carecendo de uma análise nutricional pormenorizada.

Objetivo

Caracterizar a oferta alimentar das máquinas de vending de produtos alimentares da Universidade Católica Portuguesa do Porto, utilizando para o efeito o despacho n.º 7516-A/2016 e o nutri-score.

Métodos

A recolha de dados foi realizada no Campus da Universidade Católica Portuguesa do Porto, durante o 2.º semestre do ano letivo de 2021/2022.

Todas as máquinas de vending foram analisadas uma vez, através do preenchimento de um formulário de observação. As visitas foram aleatórias, tendo sido realizadas em diversos dias da semana, ao início da manhã ou da tarde.

Categorização dos alimentos e bebidas em permitidos e proibidos, bem como, a análise das quantidades de açúcar disponibilizadas, seguiram o estabelecido no Despacho 7516-A/2016.

No total, o campus possui 17 máquinas de vending, sendo que 8 são de bebidas quentes (47,1%), 4 de bebidas frias (23,5%), 1 de apenas chocolates (5,9%) e 4 mistas de alimentos e bebidas (23,5%). Foram analisadas todas as máquinas de vending do Campus, exceto as de bebidas quentes.

Resultados

No total, foram avaliados 101 géneros alimentícios (GA) diferentes. Dentro dos alimentos permitidos encontram-se a água sem gás, o iogurte líquido, os sumos e néctares, o leite simples, as bolachas simples, as sandes simples, a fruta fresca, o chocolate menor ou igual a 50 g e o iogurte sólido. Entre os alimentos proibidos encontram-se os refrigerantes, o leite achocolatado, as batatas fritas, os snacks, o pão com recheio doce, os produtos de pastelaria, outras bolachas, os salgados e folhados, os produtos de charcutaria, outras sandes, os chocolates >50 g, as guloseimas, as sobremesas, e as refeições rápidas. Os alimentos que não constam na legislação são: água com gás, bebidas energéticas, lanches, barras de cereais, pastilhas elásticas, croissant salgados, entre outros.

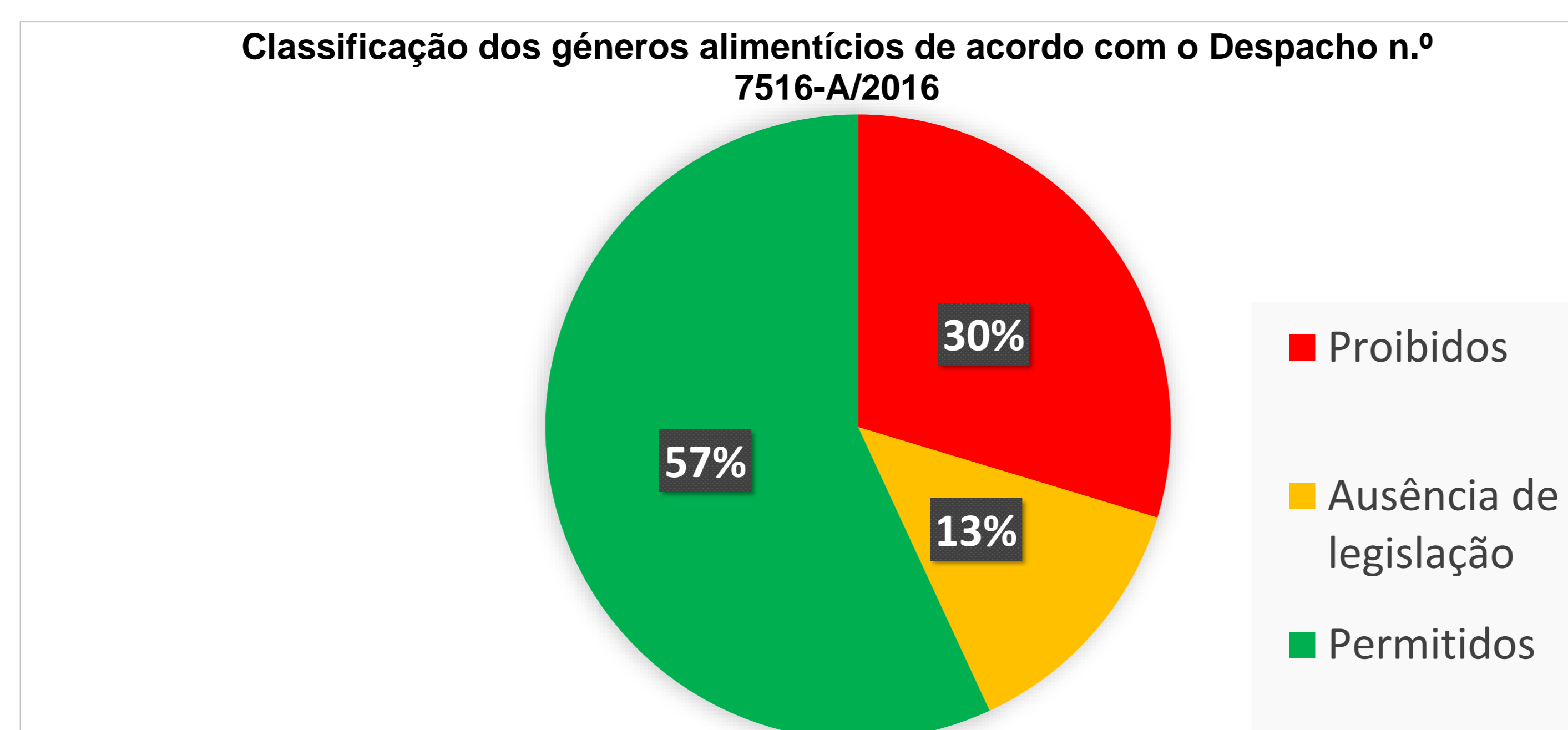


Gráfico 1- Classificação dos géneros alimentícios de acordo com o Despacho n.º 7516-A/2016.

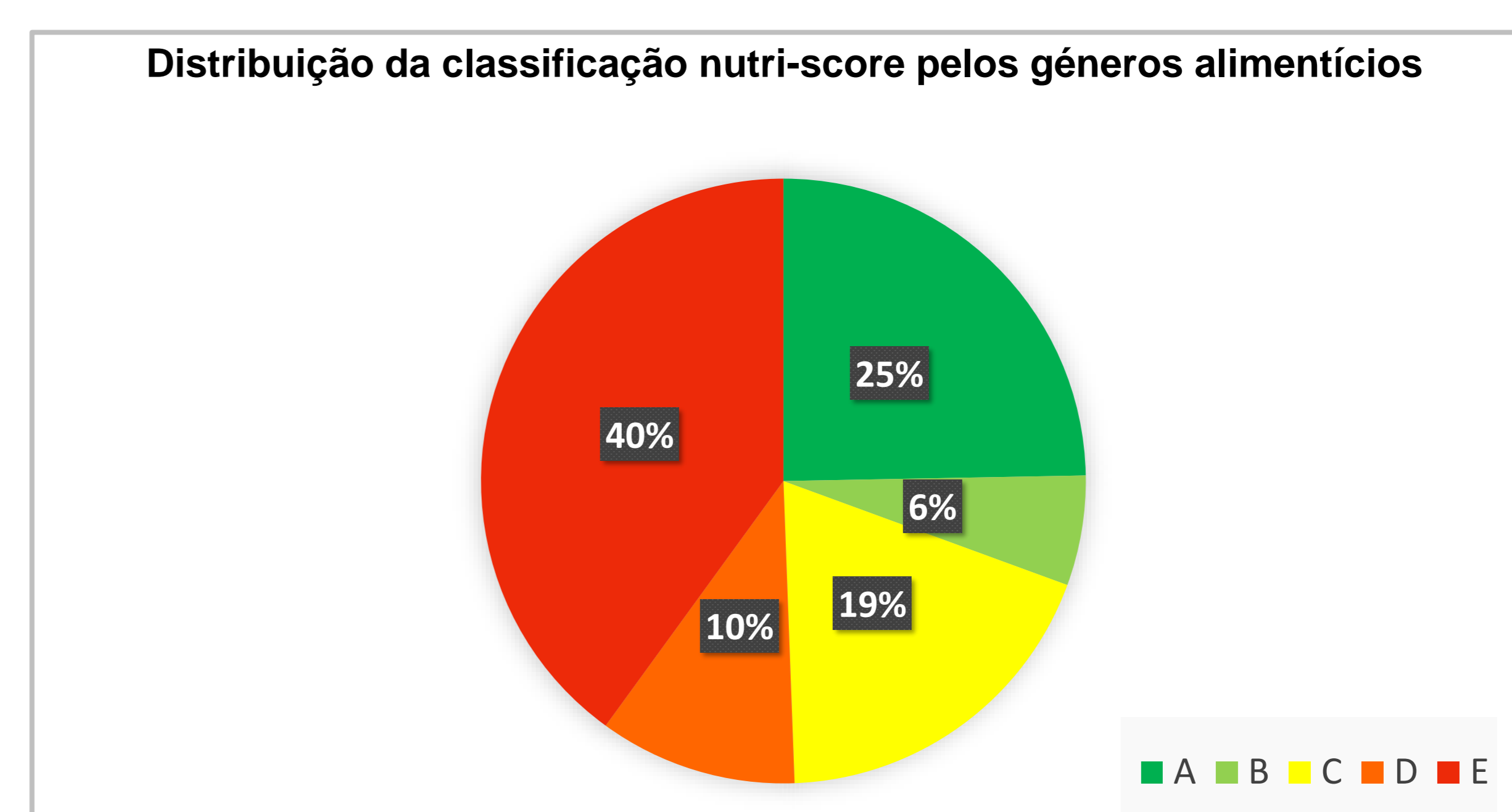


Gráfico 2- Distribuição da classificação nutri-score pelos géneros alimentícios.

Cerca de 57% dos GA encontram-se no grupo de alimentos permitidos, de acordo com a legislação, 30% no grupo dos proibidos e 13% não constam na legislação (ver gráfico 1). É de notar que os snacks de fruta desidratada não se enquadravam em nenhum dos grupos referidos pela legislação, assim como as águas com sabor, as gelatinas, as polpas de fruta e os snacks de queijo e frutos secos.

Cerca de 69% dos produtos alimentares pertencem a uma categoria igual ou inferior a "C" e cerca de 50% dos produtos alimentares pertencem à categoria D e E do Nutri-score, o que corresponde às categorias menos saudáveis (ver gráfico 2).

O grupo de alimentos permitidos pela legislação possui uma percentagem bastante mais elevada (57%) do que o grupo de alimentos que possui uma classificação Nutri-score superior a "C" (31%).

Conclusão

Encontrou-se uma grande proporção de alimentos que, embora permitidos pela legislação, possuem uma má classificação nutri-score.

Conclui-se que há necessidade de reformular a oferta alimentar nas máquinas de vending analisadas, utilizando principalmente como orientação a classificação nutri-score dos alimentos, de forma a promover e facilitar escolhas alimentares mais saudáveis.

A inclusão dos snacks de fruta desidratada, assim como as águas com sabor, as gelatinas, as polpas de fruta e os snacks de queijo e frutos secos merece discussão para inclusão na atual legislação.

Agradecimentos

Um especial obrigado à Universidade Católica Portuguesa campus do Porto.