



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
FUNDO NACIONAL DE DESENVOLVIMENTO DA EDUCAÇÃO – FNDE
DIRETORIA DE AÇÕES EDUCACIONAIS – DIRAE
COORDENAÇÃO – GERAL DO PROGRAMA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – CGPAE
COORDENAÇÃO DE SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL - COSAN
SBS Q.2 Bloco F Edifício FNDE – 70.070-929 – Brasília/DF
Telefones: (61) 2022-5663 – E-mail: cotan@fnde.gov.br

Nota Técnica nº 01/2014 – COSAN/CGPAE/DIRAE/FNDE

Assunto: Restrição da oferta de doces e preparações doces na alimentação escolar.

A Coordenação de Segurança Alimentar e Nutricional – COSAN do Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE no cumprimento da sua missão de criar mecanismos gerenciais destinados à promoção do direito humano à alimentação adequada e ao estímulo à inserção da educação alimentar e nutricional no ambiente escolar, apresenta seu entendimento quanto à restrição da oferta de doces e preparações doces na Alimentação Escolar, com base em evidências científicas.

Alimentos industrializados geralmente tendem a apresentar alta densidade energética, menos fibras, mais gordura, açúcar e sal, além de substâncias químicas (conservantes, estabilizantes, aromatizantes) prejudiciais à saúde¹.

O processo de industrialização de alimentos tem encontrado espaço para a sua expansão, fato que, associado a outros fatores, reflete em um menor consumo de alimentos *in natura* e no aumento do consumo de alimentos industrializados, tendência demonstrada pelos resultados da última Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF) 2008-2009 realizada pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística².

Destaca-se que a dieta do brasileiro ainda possui alimentos tradicionais, como o arroz e o feijão, no entanto há crescente consumo de alimentos com teor reduzido de nutrientes e de alto valor calórico. Observa-se, por exemplo, consumo muito abaixo do recomendado para frutas, verduras e legumes e consumo elevado de bebidas com adição de açúcar, como sucos, refrigerantes e refrescos, principalmente pelos adolescentes².

O frequente consumo de alimentos industrializados, característica da alimentação na atualidade, é uma das principais causas do aumento dos casos de excesso de peso e obesidade, dentre outras complicações à saúde¹.

De acordo com Organização Mundial de Saúde e a Organização Panamericana de Saúde, as recomendações que objetivam contribuir para garantir o crescimento e o desenvolvimento adequados, a promoção da saúde e a prevenção das doenças relacionadas à alimentação, preconizam³:

- manter o peso saudável;



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
FUNDO NACIONAL DE DESENVOLVIMENTO DA EDUCAÇÃO – FNDE
DIRETORIA DE AÇÕES EDUCACIONAIS – DIRAE
COORDENAÇÃO – GERAL DO PROGRAMA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – CGPAE
COORDENAÇÃO DE SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL - COSAN
SBS Q.2 Bloco F Edifício FNDE – 70.070-929 – Brasília/DF
Telefones: (61) 2022-5663 – E-mail: cotan@fnde.gov.br

- limitar o consumo energético procedente das gorduras, substituir as gorduras saturadas por gorduras insaturadas e eliminar as gorduras trans;
- aumentar o consumo de frutas, legumes e verduras e de cereais integrais;
- limitar o consumo de sal (sódio);
- **limitar o consumo de açúcares** (grifo nosso).

A elevada ingestão de açúcares diminui a qualidade nutritiva da dieta, pois há um alto consumo de energia concomitante a baixa ingestão de nutrientes, além dos açúcares contribuírem para a densidade energética global da dieta, promovendo um balanço energético positivo. Ademais, os açúcares e doces possuem alto índice glicêmico e alta carga glicêmica e o seu consumo pode estar associado ao aumento do risco para o desenvolvimento de diabetes tipo 2, doença coronariana, dentre outras⁴.

A restrição da oferta de açúcares contribui para a redução do risco de obesidade, dentre outras alterações metabólicas. Na pirâmide dos alimentos, instrumento utilizado como orientação para uma alimentação saudável, os açúcares e doces - principalmente constituídos de carboidratos de cadeia curta e mais rápida absorção, dos tipos monossacarídeo e dissacarídeo - encontram-se no ápice, devendo contribuir com a menor parcela das calorias da dieta e ser consumidos de forma moderada e com baixa frequência quando comparados aos alimentos da base (cereais, tubérculos e raízes, frutas e hortaliças, leguminosas, carnes e ovos, leite e produtos lácteos)⁴.

O cardápio da alimentação escolar é um instrumento de planejamento que visa assegurar a oferta de uma alimentação saudável e adequada, que garanta o atendimento das necessidades nutricionais dos alunos durante o período letivo⁵.

Ademais, a oferta da alimentação escolar configura um elemento pedagógico, caracterizando uma importante ação de educação alimentar e nutricional. Assim, o PNAE, visando limitar a oferta de alimentos processados de baixo valor nutricional, estabelece em sua normativa, Resolução CD/FNDE nº 26 de 17 de junho de 2013⁶:

Art. 16. Parágrafo único. A oferta de doces e/ou preparações doces fica limitada a duas porções por semana, equivalente a 110 kcal/porção.



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
FUNDO NACIONAL DE DESENVOLVIMENTO DA EDUCAÇÃO – FNDE
DIRETORIA DE AÇÕES EDUCACIONAIS – DIRAE
COORDENAÇÃO – GERAL DO PROGRAMA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – CGPAE
COORDENAÇÃO DE SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL - COSAN
SBS Q.2 Bloco F Edifício FNDE – 70.070-929 – Brasília/DF
Telefones: (61) 2022-5663 – E-mail: cotan@fnde.gov.br

Para o PNAE, são considerados doces e preparações doces (ANEXO A – Exemplos de Doces e Preparações Doces)⁷:

- balas, confeitos, bombons, chocolates e similares;
- bebidas lácteas;
- produtos de confeitaria com recheio e/ou cobertura;
- biscoitos e similares com recheio e/ou cobertura;
- sobremesas;
- gelados comestíveis;
- doces em pasta;
- geleias de fruta;
- doce de leite;
- mel;
- melaço, melado e rapadura;
- compota ou fruta em calda;
- frutas cristalizadas;
- cereais matinais com açúcar;
- barras de cereais.

OBSERVAÇÃO: são consideradas exceções a esta restrição, as seguintes preparações doces: arroz doce; canjica/mungunzá; curau (mingau de milho) e mingau.

Tais exceções justificam-se em função das diferentes realidades existentes no país, no processo que envolve o planejamento até a execução dos cardápios da alimentação escolar, processo no qual devem ser consideradas a diversidade das realidades relacionadas com as condições das estruturas das cozinhas das escolas, condições de estocagem e armazenamento, especialmente para gêneros perecíveis, recursos humanos disponíveis, bem como às associadas com a logística disponível para o transporte e distribuição dos alimentos.

Foi levada ainda em consideração que tais preparações podem contribuir para a variedade da alimentação escolar, especialmente nas escolas onde são ofertadas mais de uma refeição por dia, realidade esta em expansão na educação pública brasileira com a ampliação da educação infantil, do programa Mais Educação e da Educação integral. Essas citadas



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
FUNDO NACIONAL DE DESENVOLVIMENTO DA EDUCAÇÃO – FNDE
DIRETORIA DE AÇÕES EDUCACIONAIS – DIRAE
COORDENAÇÃO – GERAL DO PROGRAMA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – CGPAE
COORDENAÇÃO DE SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL - COSAN
SBS Q.2 Bloco F Edifício FNDE – 70.070-929 – Brasília/DF
Telefones: (61) 2022-5663 – E-mail: cotan@fnde.gov.br

preparações podem, ainda, servir como opções nutritivas, principalmente se adicionadas de frutas e hortaliças, contribuindo para o alcance das necessidades nutricionais de micronutrientes.

Vale ainda ressaltar que tais opções de preparações não devem ser ofertadas com muita frequência, atentando para as prioridades na oferta de frutas e preparações a base de frutas.

Dessa forma, para análise da frequência de doces e preparações doces nos cardápios da alimentação escolar, essa Coordenação- COSAN analisará as Fichas Técnicas de Preparações e seus respectivos ingredientes e per capitas, levando em consideração para o cálculo das 110 Kcal por porção, apenas os ingredientes fonte de açúcar. Por exemplo, caso seja ofertado um bolo de cenoura com recheio e com cobertura, serão considerados para cálculo do valor calórico apenas os ingredientes utilizado no complemento da preparação do bolo. Ou seja, serão levados em consideração o açúcar e o achocolatado utilizados na elaboração da cobertura e do recheio, e não o utilizado na preparação como um todo. Outro exemplo seria a oferta de um iogurte com cereal matinal açucarado, será considerado, neste caso, somente o cereal matinal adicionado.

Rosane Nascimento

Coordenação de Segurança Alimentar e Nutricional – COSAN



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
FUNDO NACIONAL DE DESENVOLVIMENTO DA EDUCAÇÃO – FNDE
DIRETORIA DE AÇÕES EDUCACIONAIS – DIRAE
COORDENAÇÃO – GERAL DO PROGRAMA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – CGPAE
COORDENAÇÃO DE SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL - COSAN
SBS Q.2 Bloco F Edifício FNDE – 70.070-929 – Brasília/DF
Telefones: (61) 2022-5663 – E-mail: cotan@fnde.gov.br

REFERÊNCIAS

- ¹ MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Guia Alimentar para a População Brasileira**. Disponível em: <http://dtr2001.saude.gov.br/editora/produtos/livros/pdf/05_1109_M.pdf>.
- ² INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009. Análise do Consumo Alimentar no Brasil**. Disponível em: <http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/condicaodevida/pof/2008_2009_analise_consumo/pofanalise_2008_2009.pdf>.
- ³ ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Estratégia Global em Alimentação Saudável, Atividade Física e Saúde**. Disponível em: <<http://189.28.128.100/nutricao/docs/geral/ebPortugues.pdf>>.
- ⁴ PHILIPPI, S. T.; SILVA, G. V.; PIMENTEL, C. V. M. B. **Pirâmide dos Alimentos - Fundamentos Básicos da Nutrição**. Grupo dos açúcares e doces. Capítulo 8. 292-313p.
- ⁵ BRASIL. **Lei nº 11.947, de 16 de junho de 2009. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar e do Programa Dinheiro Direto na Escola aos alunos da educação básica, altera a Lei 10.880, de 9 de junho de 2004, e dá outras providências**.
- ⁶ BRASIL. **Resolução CD/FNDE nº 26, de 17 de junho de 2013. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE**. Disponível em: <<http://www.fnde.gov.br/fnde/legislacao/resolucoes/item/4620-resolu%C3%A7%C3%A3o-cd-fnde-n%C2%BA-26,-de-17-de-junho-de-2013>>.
- ⁷ BRASIL. **Portaria nº 1003, de 11 de dezembro de 1998. Lista e enumera categorias de alimentos para efeito de avaliação do emprego de aditivos**. Disponível em: <http://portal.anvisa.gov.br/wps/wcm/connect/35af2d0047458a8093f6d73fbc4c6735/PORTARIA_1003_1998.pdf?MOD=AJPERES>.



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
FUNDO NACIONAL DE DESENVOLVIMENTO DA EDUCAÇÃO – FNDE
DIRETORIA DE AÇÕES EDUCACIONAIS – DIRAE
COORDENAÇÃO – GERAL DO PROGRAMA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – CGPAE
COORDENAÇÃO DE SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL - COSAN
SBS Q.2 Bloco F Edifício FNDE – 70.070-929 – Brasília/DF
Telefones: (61) 2022-5663 – E-mail: cotan@fnde.gov.br

ANEXO A – EXEMPLOS DE DOCES E PREPARAÇÕES DOCES

DOCES E PREPARAÇÕES DOCES	EXEMPLOS
Balas, confeitos, bombons, chocolates e similares	Bananada/mariola, pé de moleque, cocada, paçoca, caramelos, balas de goma/gelatina, achocolatado em pó, achocolatado líquido, entre outros.
Bebida láctea	Sabores diversos
Produtos de confeitaria com recheio e/ou cobertura	Bolos recheados ou com cobertura, tortas doces, roscas doces, entre outros.
Biscoitos e similares com recheio e/ou cobertura	Wafer, bolachas ou biscoitos recheados, cookies, entre outros.
Sobremesas	Gelatina, pudim, manjar, sagu, quindim, entre outros.
Gelados comestíveis	Sorvetes, picolés, dindim/geladinho/sacolê
Doces em pasta	Marmelada, goiabada, entre outros.
Geleias de fruta	Geleias de frutas e chimia
Doce de leite	
Mel	
Melaço, melado e rapadura	
Compota ou fruta em calda	
Frutas cristalizadas	
Cereais matinais com açúcar	Flocos de cereais
Barras de cereais	Com ou sem chocolate