

FATOR DE CORREÇÃO E ÍNDICE DE COCÇÃO DE ALIMENTOS EM UAN

Isadora Claudiano Gouveia, Rullian Michael Durante De Melo, Vanessa De Castro Gomes Araújo.

Resumo: O planejamento de refeições é fundamental para garantir a qualidade higiênico-sanitária e um bom gerenciamento das Unidades de Alimentação e Nutrição (UAN). Na produção de refeições, a mão-de-obra é essencial, pois impacta diretamente nos resultados de qualidade e custo de matéria-prima. O nutricionista elabora o planejamento alimentar considerando a composição do alimento na sua forma crua e cozida para maior precisão dos cálculos do per capita e do rendimento. Com isso utiliza-se o fator de correção (FC) para calcular a perda do alimento na hora da sua manipulação e o Índice de cocção (IC) para informar o rendimento do alimento quando pronto. O objetivo desta pesquisa foi de calcular o fator de correção e índice de cocção dos alimentos mais utilizados na produção de refeições em unidades de alimentação e nutrição e comparar com os dados da literatura. A metodologia deu-se pela coleta de dados, por meio de cálculos e pesagem dos alimentos: crus, sem cascas, sem talos, sem sementes e coccionados. Foram utilizadas o equivalente a 100 alimentos pesados, dentro destes foram calculados 80 fator de correção e 42 índice de cocção. Comparando com a literatura, os valores estão semelhantes. O maracujá, a pinha, o coco seco e o milho verde foram os alimentos que sofreram maior perda de peso ao serem limpos com o FC 2,0. O arroz arbóreo, o feijão preto e carioca, as massas secas principalmente a massa para lasanha ganharam mais peso ao serem cozidos em calor úmido. Os métodos de cocção usados foram calor seco e o calor úmido. Assim conclui-se que o fator de correção e o índice de cocção, traz resultados favores para a padronização dentro de uma UAN, evitando erros na quantidade de alimentos que deve ser pedida e preparada para cada ocasião.

Palavras-chave: Fator de correção; índice de cocção; UAN.

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

SIMÕES, B. S.; CARDOSO, L. O.; BENSEÑOR, I. J. M.; SCHMIDT, M. I.; DUNCAN, B. B.; LUFT, V. C.; MOLINA, M. C. B.; *et al.* Consumption of ultra-processed foods and socioeconomic position: a cross section analysis of the Brazilian Longitudinal Study of Adult Health. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 2, n. 8, p. 35-58, 2018.

SANTOS, M. C. A.; BASSO, C; Análise Do Fator De Cocção E De Correção Dosalimentos Em Instituição Hospitalar. *Disciplinarum Scientia. Série: Ciências da Saúde*, Santa Maria, v. 20, n. 2, p. 505-516, 2019

SÃO PAULO, CVS. **Portaria CVS 5/2013**. Regulamento técnico sobre boas práticas para estabelecimentos comerciais de alimentos e para serviços de alimentação. São Paulo SP, 2013