

Universidade de São Paulo
Faculdade de Saúde Pública

**Campanha Um dia sem carne na alimentação escolar de
Barueri e seus impactos**

Letícia Freitas Zanon da Silva

**Área de concentração: Nutrição e Saúde
Pública**

**Orientadora: Profa. Dra. Aline
Martins de Carvalho**

São Paulo – SP
2023

RESUMO

SILVA, L. F. Z. **Campanha Um dia sem carne na alimentação escolar de Barueri e seus impactos.** Faculdade de Saúde Pública, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2023.

Introdução. Sabe-se que nos últimos anos o consumo de carne vermelha pelo brasileiro vem aumentando gradativamente e que o seu consumo excessivo está relacionado a impactos negativos na saúde humana e no meio ambiente. O incentivo a dietas sustentáveis, com menor consumo de carne, em ambientes institucionais como escolas, refeitórios e hospitais pode contribuir positivamente em diversos aspectos. Nesse contexto, o ambiente escolar é um cenário oportuno para estabelecimento das bases de uma alimentação adequada e saudável, pois os alunos estão em processo de crescimento físico e de formação de seus conceitos, conhecimentos e hábitos alimentares. **Objetivo.** Sendo assim, o presente estudo consiste na avaliação do impacto nutricional, econômico e ambiental de uma possível implantação de um cardápio mensal para campanha Um Dia Sem Carne na Alimentação Escolar da cidade de Barueri-SP, de maneira comparativa com um cardápio utilizado. **Metodologia.** O cardápio proposto para a campanha foi baseado em cardápios executados pela Prefeitura de Barueri-SP, mas com troca da preparação proteica de origem animal por uma preparação proteica de origem vegetal, em quatro dos vinte dias que compõem o mês. As preparações têm leguminosas como ingrediente principal e foram escolhidas com base em preparações utilizadas em projetos semelhantes. O novo cardápio proposto foi comparado com o tradicional, com o intuito de identificar e avaliar os possíveis impactos ambientais (emissão de gases de efeito estufa, uso de água, uso de terra, eutrofização), econômicos (preço) e nutricional de forma qualitativa e quantitativa, por meio do IQ COSAN e composição nutricional (energia, macronutrientes, vitamina A, vitamina C, ferro e cálcio). **Resultados.** Verificou-se que os quatro dias de cardápio modificado gerou menor impacto ambiental per capita relacionado aos valores de uso da terra, emissão de gases de efeito estufa e eutrofização, além de ofertar maiores quantidades de fibras e menores quantidades de colesterol. Observou-se também que a inserção de quatro dias sem carne no cardápio mensal, produziu um menor impacto ambiental absoluto, sem interferir na oferta nutricional e nos gastos públicos. **Conclusão.** Cardápios sem alimentos de origem animal em um dia na semana não comprometem as necessidades nutricionais dos estudantes, gerando menor impacto ambiental e sem interferir nos gastos públicos. Assim, a implementação de cardápios escolares sem carne uma vez na semana pode ser saudável e sustentável.

Palavras-chave: Alimentação saudável. Alimentação Escolar. Impacto ambiental. Impacto econômico. Cardápio.

ABSTRACT

SILVA, L. F. Z. “Um dia sem carne na alimentação escolar” campaign in Barueri and its impacts. College of Public Health. University of São Paulo, São Paulo, 2023.

Introduction. It is known that in recent years the consumption of red meat by Brazilians has been gradually increasing and that excessive consumption is related to negative impacts on human health and the environment. Encouraging sustainable diets, with less meat consumption, in institutional places such as schools, dining halls and hospitals can contribute positively in several ways. In this context, the school environment is an opportune scenario for establishing the foundations of an adequate and healthy diet, because students are in the process of physical growth and formation of their concepts, knowledge and eating habits. **Objective.** Therefore, the present study consists in evaluating the nutritional, economic and environmental impact of a possible implementation of a monthly menu for the "Um Dia Sem Carne na Alimentação Escolar" campaign in the city of Barueri-SP, brig-in a comparative way with a menu already used. **Methodology.** The menu proposed for the campaign was based on menus already implemented by the public administration of Barueri-SP, but with a substitution of the animal protein preparation for a plant-based protein preparation, on four of the twenty days that make up the month. The preparations have legumes as the main ingredient and were chosen based on preparations already used in similar projects. The new proposed menu was compared with the traditional one, in order to identify and evaluate the possible environmental impacts (emission of greenhouse gasses, water use, land use, eutrophication), economic (price) and nutritional impacts in a qualitative and quantitative ways, through IQ COSAN and nutritional composition (energy, macronutrients, vitamin A, vitamin C, iron and calcium). **Results.** It was found that the four days of the modified menu generated a lower per capita environmental impact related to land use, greenhouse gas emissions, and eutrophication, in addition to offering higher amounts of fiber and lower amounts of cholesterol. It was also observed that the inclusion of four meatless days in the monthly menu resulted in a lower absolute environmental impact without interfering with nutritional supply and public expenditure. **Conclusion.** Menus without animal-derived foods for one day a week do not compromise the nutritional needs of students, resulting in a lower environmental impact and without interfering with public expenditure. Therefore, the implementation of meatless school menus once a week can be both healthy and sustainable.

Keywords: Healthy eating. School meals. Environmental impact. Economic impact.
Menu.