



escuela de
NUTRICIÓN
UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA



programa
**SALUD
MENTAL**
UdelaR



***Oferta de Alimentos en las Cantinas de los Servicios
Universitarios que participan de la Propuesta de
Gimnasia Laboral del Programa de Salud Mental del
Servicio Central del Bienestar Universitario***

**VI JORNADA INSTITUCIONAL DE LA EN
en el marco del proyecto CSIC-FASE B
*26 de noviembre de 2015.***

Prof. Agda. Lic. Nut. Claudia Suarez
Prof. Agda. Lic. Nut. Raquel Palumbo
Prof. Agda. Lic. Nut. Griselda Rodríguez
Br. Cinthia Gramajo
Br. Mariana Tejera

Objetivos Generales



- Conocer la oferta de alimentos, comidas y bebidas de las cantinas instaladas en los servicios universitarios que participan de la propuesta de Gimnasia Laboral del Programa de Salud Mental del Servicio Central de Bienestar Universitario en el período setiembre – diciembre 2014.
- Valorar la calidad nutricional de la oferta alimentaria de las cantinas estudiadas en el período setiembre – diciembre del 2014.

Objetivos específicos



- 1.a) Identificar la variedad de alimentos, comidas y bebidas ofrecida en las cantinas universitarias.
- 1.b) Describir los menú para los diferentes tiempos de comida.
- 1.c) Identificar la procedencia de las comidas ofrecidas.

- 2.a) Determinar los grupos de alimentos que componen la oferta alimentaria.
- 2.b) Reconocer los métodos empleados para la cocción de las comidas.
- 2.c) Describir la disponibilidad de alimentos para trabajadores-as con necesidades nutricionales específicas.
- 2.d) Indagar en la capacitación técnica del encargado de elaborar las preparaciones en el servicio.

Diseño Metodológico



- Se trata un estudio de tipo descriptivo de corte transversal de las cantinas de los servicios universitarios que participan de la propuesta de gimnasia laboral: Facultad de Ciencias Sociales (FCSS), de Humanidades y Ciencia de la Educación (FHCE), de Odontología (FOdon) y de Psicología (FPsico), en el período setiembre – diciembre del 2014

Métodos e instrumentos de recolección de datos



- **ENCUESTA**

(FORMULARIO SEMI-ESTRUCTURADO A LOS RESPONSABLES DE LAS CANTINAS)

- **OBSERVACIÓN ESTRUCTURADA NO PARTICIPANTE**

(FORMULARIO DE REGISTRO DE LA OBSERVACIÓN)

Resultados



Variedad de alimentos, comidas y bebidas

- Predominan la preparaciones con alto contenido en sodio, grasas saturadas y azúcares simples.

Resultados



Menú según tiempo de comida.

- Ninguna cantina ofrece para desayuno y merienda.
- Solo la FOdon y la FHCE elaboran menús para el almuerzo.
- Las preparaciones se preparan con sal.
- En relación al almuerzo la cantina de FHCE es la que presenta la opción más saludable (todos los grupos de alimentos y verduras crudas diariamente).

Resultados por Grupos de Alimentos



Cereales, leguminosas y derivados:

- Se ofrecen como parte del menú en las minutas y en los productos de repostería y galletería. En general se asocian a azúcares simples y grasas saturadas. Únicamente la cantina de FPsico propone una preparación con leguminosas.

Resultados por Grupos de Alimentos



Verduras y frutas:

- Se combinan con cereales, huevo y manteca, en preparaciones como tartas, tortas o empanadas. Únicamente la cantina de FHCE las ofrece crudas, en ensaladas. Se propone una o dos variedades de preparaciones con verduras.
- Las cantinas que ofrecen menú (FOdon y FHCE) incluyen frutas o preparaciones con frutas como parte del postre.

Resultados por Grupos de Alimentos



Leches, yogures y quesos:

- Todas las cantinas ofrecen una amplia variedad de lácteos, incluyendo los reducidos en azúcares simples y en el tenor graso.

Resultados por Grupos de Alimentos



Carnes, derivados y huevos:

- La oferta de carnes está representada fundamentalmente por carne vacuna.
- El pescado frito integra la lista de minutas de la cantina de FOdon.
- El huevo se incluye en las preparaciones.
- Los fiambres forman parte de empanadas, sándwiches, medialunas y tortas.

Resultados por Grupos de Alimentos



Azúcares y dulces:

- Se identifica una amplia oferta de golosinas, helados y bebidas azucaradas, a excepción de la cantina de FHCE.

Resultados por Grupos de Alimentos



- **Grasa, aceites, frutas secas, semillas oleaginosas y chocolate**
- Las grasas son ingredientes de las preparaciones que conforman el menú, las minutas y los productos de repostería y galletería.
- El aceite se emplea como medio de cocción y no está disponible para ser usado como aderezo de las preparaciones al momento del consumo.
- Las frutas secas están incluidas solamente en la oferta de la cantina de FCCSS, como granola y galletones de granola.

Resultados



Métodos de preparación

- En la FCSS las preparaciones son fritas y en FPsico al horno.
- En FOdon y FHCE se ofertan de ambas formas.

Resultados



- FHCE y FOdon poseen áreas de elaboración instaladas en los respectivos servicios universitarios.
- Únicamente la cantina de FOdon cuenta con personal con capacitación técnica para adaptar los menús a planes alimentarios especiales.

	Facultad Odontología	Facultad Humanidades y Ciencias de la Educación	Facultad Psicología	Facultad Ciencias Sociales
Preparaciones alto contenido en sodio, grasas saturadas y Azúcares simples				
Lácteos				
Menús y frutas				
Verduras Crudas				
Carne vacuna				
Pescado				
No acceso a sal y aderezos				



	Facultad Odontología	Facultad Humanidades y Ciencias de la Educación	Facultad Psicología	Facultad Ciencias Sociales
Preparaciones fritas				
Preparaciones al horno				
Preparaciones fritas y al horno				
Adquisición de comidas listas para el consumo				
Manipuladores capacitados en adaptación a regímenes especiales				
Variedad limitada de comidas				



Conclusiones



- La propuesta alimentaria de las cantinas universitarias es monótona. Limitada oferta de preparaciones con verduras, frutas, cereales integrales, frutos secos y leguminosas.
- Predominan los alimentos y comidas de alto contenido en cloruro de sodio, grasas saturadas y azúcares simples.
- La ausencia de propuestas saludables para los distintos tiempos de comida, atenta contra la prevención y tratamiento de las enfermedades crónica no trasmisibles que presentan los trabajadores.

En suma



- Es primordial que la Universidad de la República implemente una política alimentaria, que incluya el control de la calidad nutricional de la oferta de las cantinas, como mecanismo para contribuir, al derecho a la alimentación saludable y a la salud de sus trabajadores y estudiantes.