

DESPERDÍCIO DE ALIMENTOS EM UNIDADES DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO: ESTRATÉGIAS PARA REDUÇÃO E APROVEITAMENTO INTEGRAL

ZOTIS, Taiana Luiza; MEES, Mara Célia; MARCON, Josiane; PRIETO, Ligia Machado.

Resumo**1 INTRODUÇÃO:**

O desperdício de alimentos é uma preocupação nos serviços de alimentação, especialmente em estabelecimentos que produzem refeições em grande escala. Nas Unidades de Alimentação e Nutrição, pequenas perdas que acontecem diariamente podem representar volumes significativos de alimentos descartados ao longo do tempo, além de gerar custos desnecessários ao estabelecimento. As perdas podem estar relacionadas a diferentes momentos da produção, como aquisição de matérias-primas em quantidades inadequadas, armazenamento incorreto, falhas durante o preparo, excesso de produção e alimentos que retornam nos pratos dos consumidores. Além do impacto financeiro, o descarte de alimentos representa desperdício de água, energia, mão de obra e outros recursos empregados durante sua preparação. Para Akitaya e Machado (2022), o desperdício de alimentos em UANs está relacionado a diversos fatores presentes ao longo de toda a cadeia de produção de refeições. Portanto, conhecer os pontos em que ocorrem maiores perdas é essencial para estabelecer ações de controle. Uma ferramenta importante nesse processo é a avaliação das sobras e dos restos alimentares. Massarollo, Fagundes e Prieto (2020) demonstram que o acompanhamento desses indicadores possibilita identificar situações de desperdício e fornece informações para a tomada de decisões dentro dos serviços de alimentação. Relacionado à redução das perdas, o aproveitamento integral dos alimentos é uma alternativa para diminuir a quantidade de resíduos produzidos. A utilização de partes como cascas, talos, folhas e sementes, quando apropriadas para consumo, permite ampliar a possibilidades de utilização das matérias-primas e pode contribuir para uma alimentação mais sustentável. Nesse sentido, torna-se relevante discutir os principais fatores associados ao desperdício de alimentos em UANs, bem como estratégias que possam contribuir para sua redução.

2 OBJETIVO:

Este trabalho tem como objetivo discutir os principais fatores associados ao desperdício de alimentos em Unidades de Alimentação e Nutrição (UANs) e apresentar estratégias que contribuam para sua redução, com destaque ao planejamento da produção, o monitoramento de sobras e restos, o treinamento da equipe e o aproveitamento integral dos alimentos.

3 MÉTODO:

Foi feita uma revisão de estudos científicos sobre o desperdício de alimentos em Unidades de Alimentação e Nutrição (UANs), utilizando uma abordagem qualitativa e descritiva. A pesquisa buscou trabalhos que tratassem da produção de resíduos, sobras e restos de alimentos, planejamento da produção, uso de fichas técnicas e aproveitamento integral de frutas e hortaliças. Para encontrar os estudos, foram utilizados termos como "desperdício de alimentos", "UAN", "sobras alimentares", "restos", "aproveitamento integral" e "sustentabilidade". A busca foi delimitada a publicações a partir do ano de 2020, de modo a priorizar estudos que refletissem o cenário mais atual do desperdício de alimentos em UANs no Brasil, incluindo os desdobramentos da Lei nº 14.016/2020. Após a seleção dos estudos, as informações encontradas foram organizadas de acordo com as principais causas do desperdício e as formas apresentadas pelos autores para reduzir as perdas nos serviços de alimentação.

4 RESULTADOS:

A análise dos estudos mostra que o desperdício em UANs não está concentrado em uma única etapa. Ele pode surgir desde a seleção e compra dos alimentos até o momento em que a refeição é consumida. Por esse motivo, as medidas de redução precisam considerar todo o fluxo de produção. O planejamento do número de refeições e das quantidades necessárias é um dos pontos fundamentais. Quando a produção ultrapassa a demanda, aumenta a possibilidade de formação de sobras. Por outro lado, uma produção insuficiente pode comprometer o atendimento aos consumidores. O conhecimento do histórico de consumo e a avaliação da aceitação dos cardápios podem auxiliar na definição de quantidades próximas da necessidade real. Nesse contexto, as

Fichas Técnicas de Preparação podem funcionar como instrumento de apoio ao controle da produção. Souza Vieira et al. (2023) destacam que essas fichas permitem reunir informações referentes aos ingredientes, quantidades, rendimento e modo de preparo, favorecendo a padronização das preparações, por meio de instrumentos tecnológicos que auxiliam sua elaboração. A utilização correta dessas informações pode contribuir para evitar o uso excessivo de matérias-primas e melhorar o controle das porções. Outro indicador importante é a quantidade de alimentos que permanece após a distribuição e aquela que retorna nos pratos dos consumidores. Massarollo, Fagundes e Prieto (2020) apontam a avaliação do resto-ingesta como uma forma de acompanhar o desperdício e identificar possíveis inadequações. Quando os valores encontrados são elevados, é necessário investigar suas causas antes de definir as intervenções.

5 DISCUSSÃO:

Entre as possíveis medidas estão a revisão do tamanho das porções, alterações no cardápio, melhoria das características sensoriais das preparações e orientação dos consumidores. A participação dos funcionários é importante, pois procedimentos inadequados durante o pré-preparo podem levar ao aumento das perdas. A capacitação da equipe deve abordar técnicas de corte, armazenamento, manipulação e utilização correta das matérias-primas. Além disso, o acompanhamento sistemático dos resultados pode estimular os colaboradores a participarem ativamente das ações de redução do desperdício. O aproveitamento integral representa outra possibilidade de melhoria. Partes de alimentos que seriam descartadas podem ser utilizadas em novas preparações, desde que estejam em condições adequadas. Rocha e Ferreira (2022) destacam que a utilização de partes de frutas e hortaliças habitualmente descartadas, como folhas, talos, cascas e sementes, contribui para reduzir custos, aumentar o valor nutricional das preparações e diminuir os impactos à saúde da população associados ao desperdício. Essa prática pode resultar em maior aproveitamento das matérias-primas e redução da quantidade de resíduos descartados. Porém, não significa utilizar indiscriminadamente qualquer parte do alimento. É necessário avaliar as características do produto, realizar higienização adequada e respeitar as condições de armazenamento e segurança dos alimentos. O controle de estoque também possui papel importante. O sistema de armazenamento deve favorecer a utilização dos produtos dentro do prazo adequado, evitando perdas por deterioração ou vencimento. A organização dos alimentos e o acompanhamento das datas de validade permitem priorizar aqueles que precisam ser utilizados primeiro.

Nesse cenário, estudos mais recentes reforçam a relevância do tema no país. Miranda et al. (2022) demonstram que campanhas de conscientização voltadas aos comensais e à equipe de produção podem reduzir o desperdício em UANs, evidenciando que a mudança de comportamento é tão importante quanto os ajustes técnicos e operacionais. Esse movimento é acompanhado por iniciativas legais, como a Lei nº 14.016/2020 (BRASIL, 2020), que dispõe sobre o combate ao desperdício de alimentos e a doação de excedentes para o consumo, evidenciando que o tema extrapola o âmbito técnico das UANs e integra a agenda nacional de segurança alimentar e sustentabilidade. Portanto, a redução do desperdício deve ser compreendida como um conjunto de ações contínuas. Apenas o controle da quantidade descartada não é suficiente: é necessário utilizar os dados obtidos para descobrir as causas das perdas e modificar os procedimentos que estejam contribuindo para o problema.

6 CONCLUSÃO:

O desperdício de alimentos nas Unidades de Alimentação e Nutrição está relacionado a diversos fatores na cadeia de produção de refeições, podendo ocasionar prejuízos financeiros e ambientais. A literatura demonstra que medidas como planejamento da produção, padronização das preparações, organização do estoque, acompanhamento das sobras e restos, capacitação dos colaboradores e ações de conscientização podem contribuir para melhorar o aproveitamento dos alimentos. O aproveitamento integral também se destaca como uma alternativa sustentável, permitindo utilizar partes de frutas e hortaliças que frequentemente são descartadas e, conseqüentemente, diminuir a quantidade de resíduos produzidos. Conclui-se que o combate ao desperdício exige acompanhamento permanente e participação de todos os envolvidos no serviço de alimentação. Nesse processo, o nutricionista exerce papel importante na identificação das perdas, no planejamento das ações e na avaliação dos resultados, contribuindo para uma produção mais consciente, eficiente e sustentável. ingredientes, quantidades, modo de preparo, rendimento e porções favorece a uniformidade das preparações, o controle dos custos e a utilização racional dos recursos. As fichas também podem auxiliar no controle dos desperdícios, desde que sejam elaboradas, atualizadas e utilizadas conforme a realidade de cada unidade. Sua utilização sistemática fortalece a atuação do nutricionista na gestão dos processos produtivos, favorecendo uma produção organizada, econômica e com manutenção da qualidade.

Palavras-chave: Desperdício de alimentos. Unidade de Alimentação e Nutrição. Sobras alimentares. Aproveitamento integral. Sustentabilidade.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AKITAYA, Larissa Sayuri; MACHADO, Carla Carolina Batista. Desperdício de alimentos em unidades de alimentação e nutrição: uma revisão da literatura. *Revista Simbio-Logias*, Botucatu, v. 14, n. 20, 2022. DOI: <https://doi.org/10.32905/1983-3253/2022v14n20p102>.

BRASIL. Lei nº 14.016, de 23 de junho de 2020. Dispõe sobre o combate ao desperdício de alimentos e a doação de excedentes de alimentos para o consumo humano. *Diário Oficial da União*: seção 1, Brasília, DF, ano 119, 2020. Disponível em: <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/lei-n-14.016-de-23-de-junho-de-2020-263187111>. Acesso em: 16 set. 2026.

MASSAROLLO, Marina Daros; FAGUNDES, Elaine de Moura; PRIETO, Ligia Machado. Avaliação do resto-ingesta em um restaurante universitário do município de Francisco Beltrão-PR. *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, São Paulo, v. 13, n. 81, p. 703-707, 2020. Disponível em: <https://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/1044>. Acesso em: 16 set. 2026.

MIRANDA, Mayara Barbosa; SANTOS, Jeferson Marques; BEZERRA, Gislaine Barbosa; OLIVEIRA, Juliana Maranhão de. Efetividade de uma campanha para redução de desperdício em uma unidade de alimentação e nutrição. *Cadernos de Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 30, n. 3, p. 424-430, 2022. DOI: <https://doi.org/10.1590/1414-462X202230030285>.

ROCHA, J. S. da; FERREIRA, J. C. de S. Aproveitamento integral dos alimentos e reflexo na saúde da população. *Research, Society and Development*, v. 11, n. 6, e58711629210, 2022. DOI: <https://doi.org/10.33448/rsd-v11i6.29210>. SOUZA VIEIRA, T. K. et al. Instrumento tecnológico para elaboração de ficha técnica. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, v. 9, n. 9, p. 1571-1590, 2023. DOI: <https://doi.org/10.51891/rease.v9i9.11276>.

Emails: mara.c.m.ludwig@gmail.com;

taiana.zotis@unoesc.edu.br;

josianemarcon@unoesc.edu.br; ligia.prieto@unoesc.edu