



**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
DEPARTAMENTO DE ASSISTÊNCIA AO EDUCANDO
EQUIPE DE NUTRIÇÃO**

**PROTOCOLO DE FORNECIMENTO DE ALIMENTAÇÃO
ESCOLAR PARA ALUNOS COM NECESSIDADES
NUTRICIONAIS ESPECÍFICAS**

Elaborado por:
Cristiane Santini
Gabriela da Silva
Jaqueline Maffezzoli

Itajaí, Fevereiro de 2017.

**Secretaria Municipal de Educação
Departamento de Assistência ao Educando
Equipe de Nutrição**

SÚMARIO

1. INTRODUÇÃO.....	2
2. FLUXOGRAMA PARA SOLICITAÇÃO DE ALIMENTAÇÃO ESPECIAL.....	4
3. FLUXOGRAMA PARA CANCELAMENTO OU SUSPENSÃO DA ALIMENTAÇÃO ESPECIAL.....	5
4. CRITÉRIOS VÁLIDOS PARA FORNECIMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESPECIAL:.....	5
5. CRITÉRIOS CONSIDERADOS “INVÁLIDOS” PARA FORNECIMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESPECIAL:.....	6
6. PATOLOGIAS E CONDIÇÕES ESPECIAIS ENCONTRADAS NA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DE ITAJAÍ.....	8
6.1. ALERGIAS ALIMENTARES.....	8
6.1.1 Alergia a Corantes e Aromatizantes Artificiais.....	8
6.1.2. Alergia ao Ovo.....	8
6.1.3. Alergia à Soja.....	9
6.1.4. Alergia à Proteína do Leite de Vaca (APLV).....	10
6.1.5. Outras alergias alimentares e a aditivos.....	11
6.2. ANEMIA.....	12
6.3. CONSTIPAÇÃO INTESTINAL.....	12
6.4. DESNUTRIÇÃO/BAIXO PESO.....	13
6.5. DIABETES.....	13
6.6. DISFAGIA E REFLUXO GASTROESOFÁGICO.....	15
6.7. DISLIPIDEMIAS.....	15
6.8. DOENÇA CELÍACA OU INTOLERÂNCIA AO GLÚTEN.....	16
6.9. FENILCETONÚRIA.....	17
6.10. INTOLERÂNCIA À LACTOSE.....	18
6.11. SOBREPESO/OBESIDADE.....	18
6.12. OUTRAS SITUAÇÕES ESPECIAIS.....	19
7. EDUCAÇÃO NUTRICIONAL.....	20
8. ANEXOS.....	21
FICHA DE SOLICITAÇÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR ESPECIAL.....	21
FICHA DE CANCELAMENTO OU SUSPENSÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR ESPECIAL.....	22
9. REFERÊNCIAS.....	23

1. INTRODUÇÃO

O Programa Nacional de Alimentação Escolar objetiva atender as necessidades nutricionais dos alunos durante o período em que permanecem no ambiente de ensino, propiciando adequado crescimento, desenvolvimento e aprendizado dos alunos, além de ter o importante papel de auxiliar na educação nutricional.

Algumas pessoas necessitam de cuidados específicos na alimentação devido a problemas de alergias, intolerâncias ou doenças metabólicas, o que caracteriza a Alimentação Especial, que é composta por uma adaptação da alimentação normal, visando atender às necessidades nutricionais especiais.

A Resolução FNDE Nº. 26, de 17 de junho de 2013, norteia o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE). Esta coloca em seu Art. 14, Parágrafo Quinto, que os cardápios deverão atender aos alunos com necessidades nutricionais específicas, tais como doença celíaca, diabetes, hipertensão, anemias, alergias e intolerâncias alimentares, dentre outras.

Tendo em vista que é de competência do nutricionista zelar pela preservação, promoção e recuperação da saúde, alimentação e nutrição no ambiente escolar, cabe às Nutricionistas da Secretaria Municipal de Educação juntamente com a comunidade escolar, promover cuidados nutricionais específicos àqueles que necessitem de alimentação específica, evitando preconceitos e discriminações.

Desta forma, todo aluno portador de uma necessidade especial de alimentação, devidamente diagnosticada, tem direito a receber atenção especial relacionada à sua alimentação na unidade escolar. Na rede municipal de educação de Itajaí esta atenção pode se dar por meio de lista de substituição dos alimentos/ingredientes que não são permitidos na alimentação dos alunos conforme laudo médico/nutricional, ou, através de cardápio individualizado para os casos mais complexos ou de associação de vários diagnósticos / necessidades nutricionais especiais.

O presente manual foi elaborado com o objetivo de oferecer informações que auxiliem ações no desenvolvimento e operacionalização das atividades inerentes ao

Secretaria Municipal de Educação
Departamento de Assistência ao Educando
Equipe de Nutrição

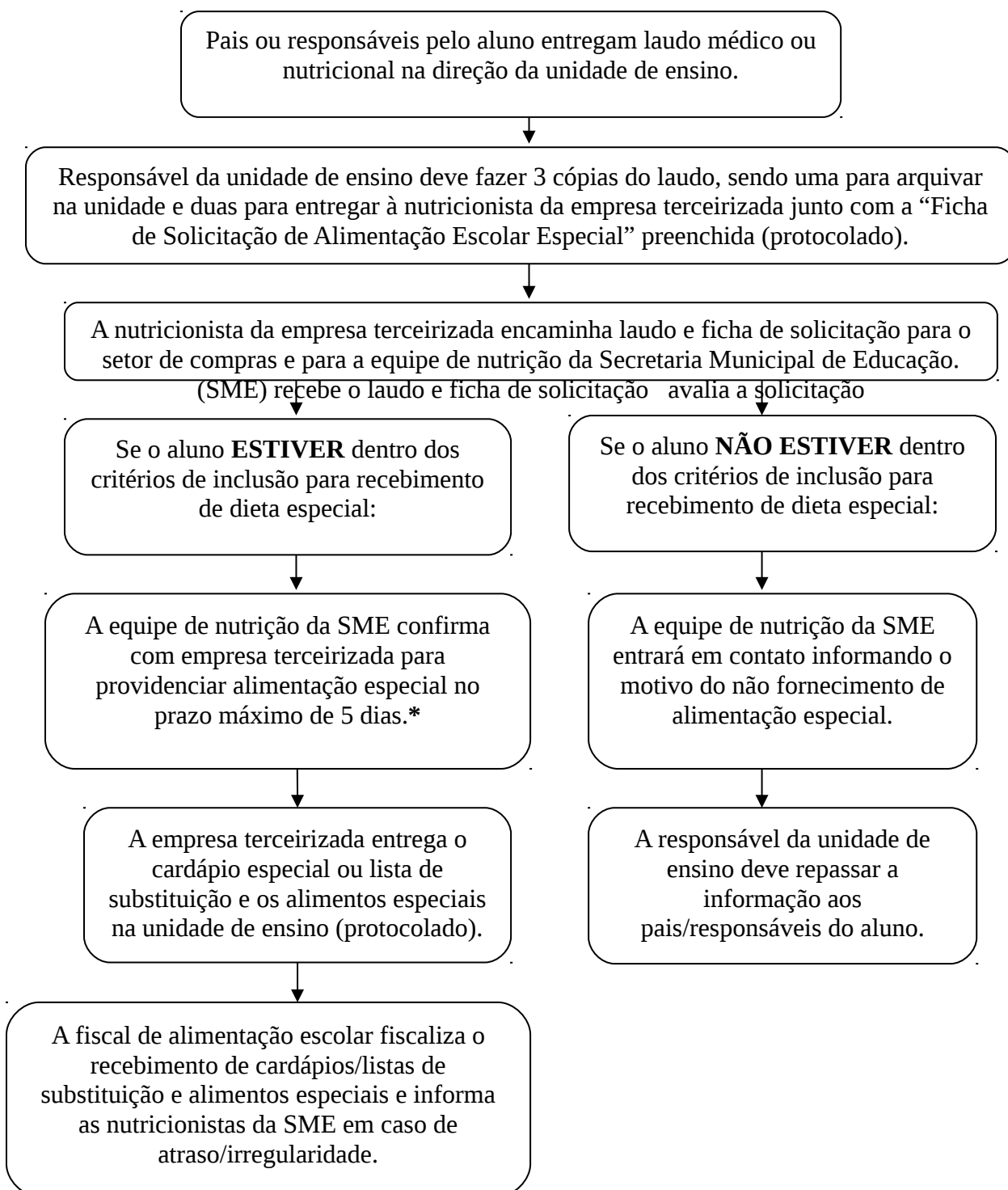
PNAE quando relacionadas ao fornecimento de alimentação escolar àqueles que apresentam necessidades nutricionais específicas.

As principais necessidades nutricionais específicas da rede de Itajaí encontram-se listadas no quadro a seguir:

Diagnóstico / situação especial
Alergia a Corantes e Aromatizantes
Alergia ao Ovo
Alergia à Proteína do Leite de Vaca
Alergia / intolerância à Soja
Alergias gerais (embutidos, conservantes, temperos industrializados, tomate, vinagre, cacau, oleaginosas, frutos do mar, entre outros)
Anemia
Constipação intestinal
Desnutrição / baixo peso
Dislipidemias (hipercolesterolemia e/ou hipertrigliceridemia)
Diabetes / Glicemia alterada
Disfagia e Refluxo Gastroesofágico
Doença Celíaca / Intolerância ao Glúten
Fenilcetonúria
Intolerância à Lactose / sem lactose
Sobrepeso / obesidade

A solicitação de cardápios especiais deve ser realizada conforme indicado no Fluxograma para solicitação de Alimentação Escolar Especial.

2. FLUXOGRAMA PARA SOLICITAÇÃO DE ALIMENTAÇÃO ESPECIAL



* Em caso de impossibilidade de entrega do Laudo para a nutricionista Supervisora da Empresa Terceirizada de forma rápida (em casos que a Supervisora não passou na Unidade Escolar), o Laudo poderá ser encaminhado por e-mail para a Coordenadora da empresa (e-mail informado para as Unidades)

para acelerar o processo de compra. Mas o e-mail não substitui a entrega da Ficha de Solicitação com laudo à Nutricionista Supervisora da unidade.

**** Deve ocorrer suspensão imediata de alimentos restritos em laudo, com orientação da nutricionista terceirizada responsável pela unidade e substituição dos alimentos em, no máximo, 5 dias úteis. Sendo que nesse período em que os produtos necessários e cardápio ou lista de substituição são providenciados será de responsabilidade dos PAIS OU RESPONSÁVEIS o controle da alimentação.**

Para cancelar o fornecimento de cardápios e alimentos especiais deve-se seguir o indicado no fluxograma abaixo:

3. FLUXOGRAMA PARA CANCELAMENTO OU SUSPENSÃO DA ALIMENTAÇÃO ESPECIAL

A unidade de ensino preenche “Ficha de Cancelamento ou Suspensão de Alimentação Escolar Especial” e entrega para a Supervisora responsável da empresa Terceirizada.



A empresa terceirizada encaminha às nutricionistas da SME para que avaliem e confirmem cancelamento ou suspensão das compras e dos cardápios/lista de substituição à empresa terceirizada.

Para a avaliação das solicitações de alimentação especial, as nutricionistas da SME se nortearão pelos critérios a seguir:

4. CRITÉRIOS VÁLIDOS PARA FORNECIMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESPECIAL:

1. Estar matriculado na rede de ensino municipal de Itajaí.
2. As solicitações de alimentos especiais e fórmulas infantis serão fornecidas quando necessário à substituição de determinado alimento do cardápio fornecido para a turma em que o aluno está matriculado. Todos os cardápios serão adaptados com base no

cardápio padrão, o mais semelhante possível, conforme estipula a Resolução FNDE Nº. 26, de 17 de junho de 2013.

3. Para os casos de modificação alimentar por questões religiosas ou filosóficas será necessária apresentação de documento assinado pelos pais ou responsáveis do aluno com a solicitação. Neste caso o cardápio será adaptado apenas com a exclusão dos itens solicitados.

4. Crianças em investigação de doenças/situações especiais receberão a alimentação especial pelo período solicitado, mediante apresentação de laudo. Após o período de investigação será necessário trazer novo laudo com confirmação de diagnóstico, se for o caso. (Exemplo: criança em investigação de APLV que precisa de dieta de exclusão de leite de vaca e derivados).

5. CRITÉRIOS CONSIDERADOS “INVÁLIDOS” PARA FORNECIMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESPECIAL:

1. Solicitação sem laudo médico/nutricional (exceto para casos religiosos/filosóficos).

2. Laudo com diagnóstico incompreensível ou inexistente.

Ex: Laudo com diagnóstico de “Intolerância Intestinal” a alguma fórmula específica.

Nesse caso, não caracteriza um DIAGNÓSTICO como Intolerância ou Alergias, é necessário que o Laudo apresente diagnóstico CONFIRMADO de doença/situação especial para que seja possível a troca da Fórmula a ser oferecida, bem como, alterações na alimentação.

3. Laudos que não condizem com a orientação nutricional conforme Diretrizes.

Ex 1: Laudo com diagnóstico e orientação não correspondentes, como: Paciente com Intolerância à lactose com laudo solicitando EXCLUSÃO de leite e derivados OU Paciente com Alergia ao leite com laudo solicitando uso de Leite Sem Lactose.

Ambos acima estão incorretos, visto que, a orientação para Intolerância à Lactose é de uso de leite de vaca e derivados ISENTOS DE LACTOSE, e no caso de ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA, todos os alimentos fontes de leite ou que contenham traços dessa proteína deverão ser EXCLUÍDOS da dieta.

Ex 2: Laudo com solicitação de farináceos ou leite de vaca para crianças menores de 2 anos.

Esses laudos não serão aceitos, pois, de acordo com Diretrizes impostas pela Sociedade Brasileira de Pediatria, recomendações da Organização Mundial da Saúde entre outros órgãos nacionais e internacionais, o consumo destes alimentos deve ser EVITADO até 2 anos de idade, e após a sua inclusão, deverão ser oferecidos com restrição e controle da oferta, visto que, o consumo frequente e/ou precoce desses alimentos está diretamente associado à várias doenças. Pode-se citar que o consumo excessivo de farináceos relaciona-se com: aumento dos casos de sobrepeso e obesidade, aumento do risco de diabetes mellitus, dislipidemias, etc. Já a inclusão precoce do leite de vaca associa-se a: alergias alimentares, alterações intestinais, má absorção de nutrientes, alterações respiratórias, etc.

4. Não será aceita prescrição de marca específica. Podendo ocorrer substituição por produto similar, desde que este atenda as necessidades nutricionais para o diagnóstico/situação especial.

5. A Secretaria Municipal de Educação NÃO fornece módulos nutricionais e dieta enteral.

6. PATOLOGIAS E CONDIÇÕES ESPECIAIS ENCONTRADAS NA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DE ITAJAÍ

6.1. ALERGIAS ALIMENTARES

As alergias alimentares são provocadas por reações exageradas do sistema imunológico à presença de determinadas substâncias nos alimentos. Os sintomas são bastante variáveis e pode acometer a pele, sistema gastrintestinal e respiratório.

Os alimentos mais frequentemente envolvidos com reações alérgicas são: leite de vaca e derivados, ovo, peixe, frutos do mar, soja e trigo.

6.1.1 Alergia a Corantes e Aromatizantes Artificiais

Os Corantes e Aromatizantes Artificiais são substâncias químicas presentes nos alimentos usados para melhorar o aspecto e o aroma deles. No entanto, podem causar alergias e outras reações adversas.

Entre os corantes mais conhecidos estão a tartrazina, amarelo crepúsculo, azul brilhante, vermelho bordô e vermelho eritrosina. Mesmo que raras, as manifestações alérgicas pela ingestão de corantes são preocupantes, costumam aparecer cerca de uma hora após a ingestão, mesmo quando ingeridos em pequenas quantidades.

Orientamos não oferecer alimentos que contenham corantes artificiais substituindo-os por alimentos naturais.

6.1.2. Alergia ao Ovo

A alergia ao ovo é uma reação alérgica do organismo à uma proteína presente na clara do ovo. Os principais causadores da alergia ao ovo estão na clara, são eles: ovoalbumina, ovomucoide e conalbumina. Porém, recomenda-se a exclusão da gema da dieta também, já que é inviável separá-las completamente.

O tratamento baseia-se principalmente na exclusão do ovo, seja isoladamente ou em preparações culinárias.

A escola, através dos profissionais da educação, deve trabalhar com a família e os estudantes, no sentido de fornecer orientações quanto aos cuidados necessários para o aluno com Alergia ao Ovo. Algumas dessas orientações são:

- A dieta de exclusão deve ser explicada a todos que convivem com a criança, como responsáveis, professores, colegas, etc.
- Rótulos sempre devem ser lidos.

As principais substituições de cardápio para alunos com alergia ao ovo serão realizadas com base na lista de substituições abaixo.

Lista de substituição:

ALIMENTOS DO CARDÁPIO PADRÃO	SUBSTITUIÇÕES
OMELETE/OVO MEXIDO	CARNE OU FRANGO
BISCOITO MARIA OU MAISENA	BISCOITO MARIA OU MAISENA SEM OVOS
BISCOITO ROSQUINHA	BROA OU BISCOITO SEM OVOS
BISCOITO SALGADO	BISCOITO SALGADO SEM OVOS
BOLO FEITO COM OVOS	BOLO FEITO SEM OVOS
MACARRÃO (ESPAGUETE, PARAFUSO, PENNE) E ALETRIA	MACARRÃO SEM OVOS
PÃES (DOCE, CASEIRO, ABÓBORA E LEITE)	PÃES SEM OVOS

*Obs.: todos os alimentos são submetidos à aprovação da equipe de nutrição da SME

6.1.3. Alergia à Soja

A soja pertence à família das leguminosas (grupos dos feijões, grão de bico, lentilha, ervilha seca, etc.), e sua proteína é a principal responsável por causar a alergia.

A soja é comumente utilizada nos alimentos industrializados, por isso é muito importante ler os rótulos para identificar a presença de soja e derivados nos alimentos industrializados e não oferecer os mesmos se constar alguns dos seguintes ingredientes: óleo vegetal, proteína vegetal texturizada ou hidrolizada, lecitina, missô, tofu, goma vegetal, soja, farelo ou fibra de soja, farinha de soja, extrato de soja, molho de soja. A única maneira de prevenir os sintomas da alergia à soja é evitar completamente os produtos de soja ou com ingredientes de soja

Os alunos com alergia a soja receberão lista de substituição para orientar a exclusão dos ingredientes citados.

6.1.4. Alergia à Proteína do Leite de Vaca (APLV)

A Alergia à Proteína do Leite de Vaca é uma reação adversa do sistema imunológico às proteínas presentes no leite, que causa sintomas como a diarreia, distensão abdominal, flatulência, lesões na pele, problemas respiratórios e inflamação da mucosa intestinal. O único tratamento eficaz é a alimentação isenta dessas proteínas.

Além do leite de vaca, também devem ser excluídos leites de outros mamíferos, como cabra e ovelha, já que há similaridade entre as proteínas do leite dos mamíferos e a ingestão de leite de outras espécies pode provocar reação cruzada.

É importante ler os rótulos de todos os alimentos que serão oferecidos às crianças com APLV para averiguar a presença da proteína de leite, até porque as manifestações ocorrem mesmo quando a ingestão é em quantidade mínima.

É necessário evitar os alimentos que contenham leite ou quaisquer destes ingredientes: manteiga, gordura de manteiga, óleo de manteiga, ésteres de manteiga, torrão, soro de leite, soro de leite coalhado, caseína, caseína hidrolizada, caseinatos de sódio, caseinato de potássio, caseinato de cálcio, caseinato de magnésio, caseinato de amônia, traços de leite, queijos, coalhada, creme de leite, lactoalbumina, lactoferrina, lactose, leite condensado, vapor de leite, gordura do leite (nata), proteína hidrolizada de leite, proteína do soro do leite (Whey protein), creme azedo, composto lácteo, fermento lácteo, iogurte, proteína láctea, fosfato de lactoalbumina, lactoglobulina, lactato, lactoferrina, lactulose, lactulona.

É preciso ter muito cuidado com a contaminação cruzada, que ocorre quando alimentos com e sem leite entram em contato ou quando há contaminação por meio de objetos de uso comum, como talheres, liquidificador, entre outros. Os utensílios plásticos e a esponja para lavar louça precisam ser de uso exclusivo da criança com APLV, pois são materiais mais porosos e que aderem mais aos resíduos alimentares. Os demais podem ser bem higienizados e reutilizados.

Os alunos com APLV terão cardápio adaptado conforme lista de substituições.

Lista de substituição:

ALIMENTOS DO CARDÁPIO PADRÃO	SUBSTITUIÇÕES
BISCOITO MARIA OU MAISENA	BISCOITO MARIA OU MAISENA SEM LEITE
BISCOITO ROSQUINHA	BROA SEM LEITE
BISCOITO SALGADO	BISCOITO SALGADO OU BISCOITO DE POLVILHO SEM LEITE
BOLO FEITO COM LEITE	BOLO PREPARADO COM SUCO OU ÁGUA
IOGURTE	IOGURTE DE SOJA / SEM LEITE
LEITE INTEGRAL LONGA VIDA PARA VITAMINAS, CAFÉ E ACHOCOLATADO	LEITE VEGETAL OU CONFORME ORIENTAÇÃO EM LAUDO
FÓRMULA INFANTIL DE ROTINA	FÓRMULA INFANTIL SEM TRAÇO DE LEITE, CONFORME LAUDO
PÃO DOCE OU CASEIRO/ABÓBORA/LEITE	PÃO SEM LEITE
PURÊS E ESCONDIDINHO	PURÊS E ESCONDIDINHO PREPARADOS SEM

	LEITE
--	-------

*Obs.: todos os alimentos são submetidos à aprovação da equipe de nutrição da SME

** Não oferecer alimentos com corante caramelo

6.1.5. Outras alergias alimentares e a aditivos

As demais alergias alimentares serão tratadas individualmente (alergia a chocolate, frutos do mar, conservantes, embutidos, oleaginosas, tomate, vinagre, entre outros), com substituição dos alimentos restritos por outros permitidos, conforme laudo.

6.2. ANEMIA

A Anemia Ferropriva é o tipo mais comum de anemia, esta é causada pela deficiência de ferro. O aluno deve aumentar a ingestão de alimentos ricos em ferro como a carne vermelha, aves, peixes, ovos, verduras de folhas escuras (como espinafre, brócolis, agrião e couve) e leguminosas (como feijão, ervilha e lentilha). As frutas cítricas fonte de vitamina C como a laranja, maracujá, goiaba e tangerina auxiliam na absorção do ferro e devem ser ingeridas preferencialmente após as refeições.

Os alunos com anemia serão incentivados a aumentar o consumo dos alimentos ricos em ferro e frutas ricas em vitamina C nas unidades de ensino.

Os outros tipos de anemia, consideradas mais incomuns, serão tratadas conforme recomendação específica àquela anemia e apresentado em laudo médico/nutricional.

6.3. CONSTIPAÇÃO INTESTINAL

As principais causas da Constipação Intestinal são baixa ingestão de fibras e de líquidos.

O aluno que apresenta Constipação Intestinal deve ter uma alimentação rica em fibras através da ingestão de frutas (preferencialmente com casca), verduras e legumes, além de beber água em abundância. Alimentos integrais devem ser incluídos na alimentação, pois são ricos em fibra.

Lista de substituição:

ALIMENTOS DO CARDÁPIO PADRÃO	SUBSTITUIÇÕES
PÃO DOCE OU CASEIRO/ABÓBORA/LEITE	PÃO INTEGRAL
BISCOITO MARIA OU MAISENA	COOKIES INTEGRAL
BISCOITO ROSQUINHA	MINI BISCOITO DE ARROZ INTEGRAL
BISCOITO SALGADO	BISCOITO SALGADO INTEGRAL
MACARRÃO PENNE/ESPAGUETTI/PARAFUSO	MACARRÃO INTEGRAL
ARROZ PARBORIZADO	ARROZ INTEGRAL

*Obs.: todos os alimentos são submetidos à aprovação da equipe de nutrição da SME

6.4. DESNUTRIÇÃO/BAIXO PESO

As crianças devem ter uma atenção especial em relação à saúde, pois a infância é o período de intenso crescimento, desenvolvimento, aprendizado e formação de hábitos alimentares. O aluno que apresentar baixo peso deve receber cuidados dos profissionais de saúde, a fim de obter a recuperação do seu estado nutricional.

A escola/creche deve atentar-se para:

- Orientar os alunos a comer devagar e mastigar bem os alimentos.
- Incentivar diariamente o consumo de frutas, verduras e legumes.
- Estimular a criança durante a alimentação, despertando a sua curiosidade para a descoberta de novos sabores, texturas e aromas.
- Não apressar a criança durante a alimentação.
- Evitar longos períodos de jejum, as refeições devem acontecer a cada 3 horas.

Os alunos com desnutrição/baixo peso serão incentivados a repetição da alimentação nas unidades de ensino e receberão fórmula infantil específica quando solicitado em laudo.

6.5. DIABETES

O Diabetes Mellitus é uma doença que acontece quando o organismo produz pouca ou nenhuma insulina, que é o hormônio responsável pela a entrada da glicose (açúcar) nas células para produzir energia ao corpo. A deficiência desse hormônio resulta em hiperglicemia crônica, associada à dificuldade de utilização de outros nutrientes como lipídeos, proteínas e carboidratos.

A escola/creche deve atentar-se para:

- O horário das refeições e o porcionamento (per capita) devem ser respeitados.
- Oferta de alimentos integrais.
- Substituição de alimentos contendo açúcar por aqueles contendo adoçantes ou o produto na sua versão Diet.
- Incentivar o consumo de frutas, verduras e legumes.
- Evitar o excesso de alimentos, principalmente daqueles que são fontes de carboidratos como arroz, farinha, pães e massas.

Lista de substituição:

ALIMENTOS DO CARDÁPIO PADRÃO	SUBSTITUIÇÕES
AÇÚCAR	ADOÇANTE STÉVIA
BISCOITO MARIA OU MAISENA	BISCOITO OU COOKIES INTEGRAL DIET
BISCOITO ROSQUINHA	MINI BISCOITO DE ARROZ INTEGRAL OU BISCOITO DIET
BISCOITO SALGADO	BISCOITO SALGADO INTEGRAL
BOLO	BOLO INTEGRAL DIET
PÃO DOCE OU CASEIRO/ABÓBORA/LEITE	PÃO INTEGRAL (SEM AÇÚCAR)

DOCE DE FRUTAS	DOCE DE FRUTAS DIET
MEL	DOCE DE FRUTAS DIET
ACHOCOLATADO	ACHOCOLATADO DIET
SUCOS DE POLPA OU NATURAL	SUCO NATURAL DILUÍDO E SEM AÇÚCAR, DE PREFERÊNCIA BATIDO COM FOLHOSO
LEITE INTEGRAL (VITAMINAS, ACHOCOLATADO...)	LEITE DESNATADO
IOGURTE DE FRUTA INTEGRAL	IOGURTE DE FRUTA DESNATADO DIET
ARROZ PARBORIZADO	ARROZ INTEGRAL
MACARRÃO PENNE/ESPAGUETTI/ PARAFUSO	MACARRÃO INTEGRAL

*Obs.: todos os alimentos são submetidos à aprovação da equipe de nutrição da SME

** As bebidas devem ser servidas sem açúcar ou com adoçante Stévia

6.6. DISFAGIA E REFLUXO GASTROESOFÁGICO

A Disfagia é a dificuldade de deglutição, que é o ato de engolir e possui a finalidade de levar o alimento ou saliva da boca até o esôfago. Já o Refluxo Gastroesofágico é a passagem do conteúdo gástrico para o esôfago.

O cardápio especial será elaborado de acordo com o grau de disfagia e solicitação de laudo médico.

6.7. DISLIPIDEMIAS

As Dislipidemias são alterações no metabolismo das gorduras, caracterizado por concentrações anormais de Colesterol e Triglicérides. O aluno deve evitar ingerir alimentos que contenham gordura trans, bem como carboidratos refinados (não integrais), além de controlar a porção a ser ingerida de cada alimento e tomar bastante água ao longo do dia. A equipe escolar deve incentivar o consumo diário de frutas (com casca, sempre que possível), pois são fontes de fibras, que irão auxiliar no funcionamento regular do intestino e retardar absorção de gorduras.

Lista de substituição:

Secretaria Municipal de Educação
Departamento de Assistência ao Educando
Equipe de Nutrição

ALIMENTOS DO CARDÁPIO PADRÃO	SUBSTITUIÇÕES
BISCOITO MARIA OU MAISENA	BISCOITO OU COOKIES INTEGRAL
BISCOITO ROSQUINHA	MINI BISCOITO DE ARROZ INTEGRAL OU BISCOITO DOCE INTEGRAL
BISCOITO SALGADO	BISCOITO SALGADO INTEGRAL
BOLO	BOLO INTEGRAL
PÃO DOCE OU CASEIRO/ABÓBORA/LEITE	PÃO INTEGRAL
LEITE INTEGRAL (VITAMINAS, ACHOCOLATADO...)	LEITE DESNATADO
IOGURTE DE FRUTA INTEGRAL	IOGURTE DE FRUTA DESNATADO
ARROZ PARBORIZADO	ARROZ INTEGRAL
MACARRÃO PENNE/ESPAGUETTI/PARAFUSO	MACARRÃO INTEGRAL

*Obs.: todos os alimentos são submetidos à aprovação da equipe de nutrição da SME

6.8. DOENÇA CELÍACA OU INTOLERÂNCIA AO GLÚTEN

A Doença Celíaca é caracterizada pela intolerância ao glúten, que é uma proteína encontrada no grão de trigo, centeio, aveia, cevada e malte. Portanto, estes devem ser excluídos da alimentação do aluno que tem esta doença, pois o único tratamento efetivo é uma alimentação isenta de glúten.

Ao preparar alimentos para celíacos, é preciso muito cuidado em todas as etapas do processo, desde a lista de compras dos ingredientes até o armazenamento, conservação, preparo e distribuição da preparação.

Um grande desafio ao trabalhar com coletividade, onde há indivíduos com e sem doença celíaca, é a contaminação dos alimentos e/ou preparações que não contem glúten com aqueles que contem. Os alimentos sem glúten não podem ser preparados em locais e horários onde estejam sendo preparados outros produtos que contenham glúten. O ambiente, a bancada de trabalho e os utensílios a serem utilizados devem estar totalmente limpos e isentos de quaisquer resíduos que contenham glúten.

Os indivíduos portadores de Intolerância ao Glúten, porém, sem a doença genética, possuem uma tolerância parcial ao contato ou consumo/absorção desse nutriente, diferente dos doentes celíacos que não podem ter nenhum contato. Nesses casos, geralmente, os sintomas são mais relacionados à parte digestiva/intestinal, caracterizados por: diarreia ou obstipação intestinal, inchaço abdominal, gases, dor gástrica, entre outros.

A leitura do rótulo também é muito importante para o aluno com Doença Celíaca, já que abaixo dos ingredientes nas embalagens sempre deve haver os dizeres “CONTÉM GLÚTEN” ou “NÃO CONTÉM GLÚTEN”.

Lista de substituição:

ALIMENTOS DO CARDÁPIO PADRÃO	SUBSTITUIÇÕES
AVEIA	NÃO OFERECER
BISCOITO MARIA OU MAISENA	BISCOITO OU SEQUILHOS SEM GLÚTEN
BISCOITO ROSQUINHA	BISCOITO OU SEQUILHOS SEM GLÚTEN
BISCOITO SALGADO	BISCOITO SALGADO SEM GLÚTEN OU BISCOITO POLVILHO (SEM GLÚTEN)
BOLO	BOLO SEM GLÚTEN
PÃES (DOCE, CASEIRO, ABÓBORA, LEITE)	PÃES SEM GLÚTEN
FUBÁ (POLENTA)	FUBÁ SEM GLÚTEN
CAFÉ	CAFÉ SEM GLÚTEN (SEM CEVADA)
MACARRÃO (ESPAGUETE, PARAFUSO, PENNE) E ALETRIA	MACARRÃO SEM GLÚTEN

*Obs.: todos os alimentos são submetidos à aprovação da equipe de nutrição da SME

** Demais alimentos industrializados que ocasionalmente tenham glúten devem ser substituídos por outro sem glúten.

6.9. FENILCETONÚRIA

A Fenilcetonúria é uma doença genética caracterizada pela ausência de uma enzima relacionada ao metabolismo do aminoácido fenilalanina, que pode provocar acúmulo deste no sangue e conseqüentemente causar danos ao sistema nervoso central.

O tratamento é baseado em alimentação com baixo teor de fenilalanina e controle dos níveis sanguíneos deste aminoácido.

Por ser um aminoácido essencial a fenilalanina não pode ser totalmente excluída da alimentação, já que deve-se garantir um nível sanguíneo adequado, entretanto é necessário controlar a ingestão para evitar toxicidade. Portanto os cardápios dos alunos com Fenilcetonúria devem ser personalizados, de acordo com a tolerância de cada indivíduo (conforme orientações do laudo).

6.10. INTOLERÂNCIA À LACTOSE

A Intolerância à Lactose é a diminuição da capacidade de degradar a lactose (açúcar do leite), sendo decorrente da produção reduzida ou ausente da enzima lactase responsável pela digestão.

O leite de vaca, derivados lácteos, produtos e preparações que contenham lactose não devem ser ofertados aos alunos.

Lista de substituição:

ALIMENTOS DO CARDÁPIO PADRÃO	SUBSTITUIÇÕES
BISCOITO MARIA OU MAISENA	BISCOITO MARIA OU MAISENA 0% LACTOSE
BISCOITO ROSQUINHA	SEQUILHOS, BROA OU BISCOITO SEM LACTOSE
BISCOITO SALGADO	BISCOITO SALGADO 0% LACTOSE OU BISCOITO POLVILHO SEM LEITE
BOLO FEITO COM LEITE	BOLO FEITO COM SUCO OU ÁGUA
IOGURTE	IOGURTE 0% LACTOSE
LEITE INTEGRAL LONGA VIDA PARA VITAMINAS, CAFÉ E ACHOCOLATADO	LEITE 0% LACTOSE

FÓRMULA INFANTIL DE ROTINA	FÓRMULA INFANTIL 0% LACTOSE, CONFORME LAUDO
PÃO DOCE OU CASEIRO/ABÓBORA/LEITE	PÃO SEM LEITE OU SEM LACTOSE
PURÊS E ESCONDIDINHO	PURÊS E ESCONDIDINHO PREPARADOS SEM LEITE

*Obs.: todos os alimentos são submetidos à aprovação da equipe de nutrição da SME

6.11. SOBREPESO/OBESIDADE

Sobrepeso e Obesidade podem ser definidos como o acúmulo de tecido gorduroso, localizado ou generalizado.

A escola/creche deve atenta-se à:

- Controle de peso do aluno.
- Estimular a prática de atividade física.
- Controlar a porção de alimentos, respeitando a per capita.
- Não acrescentar açúcar nos sucos naturais.
- Incentivar o consumo de frutas.
- Orientar a família para controlar ou reduzir o consumo de alimentos processados, ricos em açúcares e gorduras.

As crianças com laudo de sobrepeso/obesidade devem receber lista de substituição.

Lista de substituição:

ALIMENTOS DO CARDÁPIO PADRÃO	SUBSTITUIÇÕES
BISCOITO MARIA OU MAISENA	BISCOITO OU COOKIES INTEGRAL
BISCOITO ROSQUINHA	MINI BISCOITO DE ARROZ INTEGRAL
BISCOITO SALGADO	BISCOITO SALGADO INTEGRAL
BOLO	BOLO INTEGRAL

PÃO DOCE OU CASEIRO/ABÓBORA/LEITE	PÃO INTEGRAL
LEITE INTEGRAL (VITAMINAS, ACHOCOLATADO...)	LEITE DESNATADO
IOGURTE DE FRUTA INTEGRAL	IOGURTE DE FRUTA DESNATADO
ARROZ PARBORIZADO	ARROZ INTEGRAL
MACARRÃO PENNE/ESPAGUETTI/ PARAFUSO	MACARRÃO INTEGRAL

*Obs.: todos os alimentos são submetidos à aprovação da equipe de nutrição da SME

Não deve ser oferecido repetição das refeições e deve-se incentivar o consumo de saladas e frutas com casca.

6.12. OUTRAS SITUAÇÕES ESPECIAIS

Demais situações especiais não previstas neste protocolo serão analisadas individualmente, assim como a associação de dois ou mais diagnósticos / necessidades nutricionais especiais.

7. EDUCAÇÃO NUTRICIONAL

As atividades de educação alimentar e nutricional que acontecem nas unidades de ensino visam incentivar uma alimentação saudável e adequada em conformidade com a faixa etária e o estado de saúde dos alunos, por isso é importante que estas incluam o tema das necessidades alimentares específicas nas unidades de ensino com alunos que recebem alimentação especial.

8. ANEXOS

(DOCUMENTOS SALVOS À PARTE, DISPONÍVEIS EM:
http://antigo.educacao.itajai.sc.gov.br/index.php?option=com_docman&task=cat_view&gid=345&Itemid=173)

9. REFERÊNCIAS

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ALERGIA E IMUNOLOGIA – ASBAI. **Alergia Alimentar**. Disponível em: <www.sbai.org.br/secao.asp?s=81&id=306> Acesso em 19 de abril de 2016.

BRASIL. **Lei nº. 11.947**, de 16 de junho de 2009 – Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar e do Programa Dinheiro na Escola aos alunos da educação básica.

BRASIL. **Lei nº. 12.982**, de 28 de maio de 2014 – Altera a Lei nº. 11.947, de 16 de junho de 2009, para determinar o provimento de alimentação escolar adequada aos alunos portadores de estado ou de condição de saúde específica.

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

BRASIL. Ministério da Saúde, Secretaria de Políticas de Saúde. **Dez passos para uma alimentação saudável**. Brasília: 2002.

BRASIL. **Portaria Interministerial nº. 1.010**, de 08 de maio de 2006 – Institui as diretrizes para a Promoção da Alimentação Saudável nas Escolas de Educação Infantil, Fundamental e nível Médio das redes públicas e privadas, em âmbito nacional.

BRASIL. **Resolução/CD/FNDE nº. 26**, de 17 de junho de 2013 – Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos de educação básica no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE.

BRASIL. Ministério da Educação. **Manual de orientação sobre a alimentação escolar para portadores de diabetes, hipertensão, doença celíaca, fenilcetonúria e intolerância a lactose**. [organizadores Francisco de Assis Guedes de Vasconcelos, et al.] – 2. ed. – Brasília : PNAE: CECANE-SC, 2012.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ALERGIA E IMUNOPATOLOGIA E SOCIEDADE BRASILEIRA DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO. **Rev. bras. alerg. imunopatol.** Guia prático da APLV mediada pela IgE. Vol. 35. nº. 6, 2012.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE DEFESA DO CONSUMIDOR – PROTESTE. Cartilha da Alergia Alimentar. Disponível em: <http://poenorotulo.com.br/CartilhaAlergiaAlimentar_29AGO.pdf> Acesso em: 10 de maio de 2016.