

IMPORTÂNCIA DA QUALIDADE NUTRICIONAL DA RAÇÃO OPERACIONAL UTILIZADA PELO EXÉRCITO BRASILEIRO

Palavras-Chaves: Alimentos; Exército brasileiro; Qualidade nutricional; Ração operacional.

1. INTRODUÇÃO

Na atualidade, as pessoas estão cada vez mais preocupadas com a qualidade dos alimentos, e não mais em relação ao seu sabor ou textura, como foi por muito tempo, e sim em relação a sua qualidade nutricional. Isso porque a cultura da boa alimentação tem se espalhado positivamente cada vez mais na sociedade. Muitas pessoas já se conscientizaram de que a alimentação correta produz impactos favoráveis ao desenvolvimento da boa saúde.

A alimentação tem um papel importante na vida das pessoas, pois envolve não apenas uma simples incorporação de material nutritivo necessário para a sobrevivência, mas algo que possui um profundo significado no desenvolvimento das pessoas, influenciando não só a sua saúde, mas também sua vida social e cultural, por exemplo (FAZZIO, 2012). Ou seja, a qualidade da alimentação, sua percepção nutricional, influencia na vida das pessoas por completo.

Segundo Gomes e Teixeira (2017), a nutrição é um fenômeno pluridimensional, que envolve o corpo, os sentidos, a vida de relação, o intelecto, o afeto, a sociabilidade e as relações sociais. Nesse sentido, a observação nutricional dos alimentos vai além de uma perspectiva prática, mas envolve o hábito de se preocupar com a qualidade verdadeira dos alimentos, e não apenas a sua aparência.

No caso da alimentação corporativa, ou seja, aquela distribuída nas organizações para os trabalhadores também tem sido influenciada pelo movimento da alimentação de qualidade, tema da consciência nos últimos tempos, e até mesmo tem sido regularizada como direito pelas legislações do trabalho. Essa conduta não é diferente no mundo militar.

Os militares do Exército Brasileiro são constantemente submetidos a condições adversas, em que são exigidos fisicamente. Para isso, necessitam ter um bom condicionamento físico para suportar a sua jornada de trabalho. Muitas vezes se confunde a condição física do militar apenas por sua força aparente, mas na realidade, sua alimentação também interfere no seu condicionamento físico.

Por esse motivo, nos últimos anos os profissionais da área da segurança pública, juntamente com o Estado, têm desenvolvido perspectivas para que a alimentação dos mesmos possa ser cada vez mais com qualidade, e, conseqüentemente, condições físicas para desenvolver o seu trabalho da melhor maneira possível, e promover não só a sua segurança, mas a das outras pessoas.

No Exército brasileiro, esta alimentação é denominada ração operacional, ou seja, é aquele alimento pensado e desenvolvido para os militares em serviço, e destinado para as diversas situações que esses possam enfrentar e que necessitam de alimentos que ajudem a sua condição física a conseguir concluir com bem-estar a sua jornada de trabalho.

Em 2003, foi criada a Comissão de Estudos de Alimentação para as Forças Armadas (CEAFA), do Ministério da Defesa (MD), que deu novos rumos para os padrões de rações de comida e alimentação da tropa, convencional ou operacional. A partir desta época, os alimentos passaram a ser preparados com maior teor nutricional mediante aos avanços tecnológicos e descobertas científicas que proporcionaram uma maior segurança alimentar.

2. QUALIDADE NUTRICIONAL DE ALIMENTOS

No início do século XX, a ciência da nutrição estava preocupada em prevenir deficiências e apoiar o crescimento corporal. Após a Segunda Guerra Mundial, embora a suficiência de nutrientes e a adequação nutricional básica continuassem importantes, o crescimento econômico desfrutado por vários países promoveu uma abordagem mais hedonística do consumo de alimentos, com foco nas preferências e aversões.

Isso levou, no final do século, ao reconhecimento pelos cientistas de que o consumo de alguns componentes dos alimentos poderia ter um impacto negativo na saúde, se consumidos em quantidades exageradas. Esse é o caso dos alimentos gordurosos, muito salgados, açucarados, entre outros.

A alimentação empobrecida é a causa de diversas doenças, em que muitas vezes as pessoas não observam a qualidade dos alimentos que estão consumindo ou não possuem condições financeiras para escolher melhores alimentos. Segundo Silva e Ferreira (2019), a qualidade nutricional dos alimentos é um tema de interesse de saúde pública, pois afeta bilhões de pessoas no mundo, seja por desnutrição, subnutrição, sobrepeso ou obesidade.

Quando as pessoas não observam a qualidade do alimento que consomem, esta ação não se refere a somente analisar se está bom para o consumo ou impróprio, como os alimentos estragados, mas também, e, principalmente, refere-se à observação em relação a sua composição e seus nutrientes. Uma alimentação pobre em nutrientes está associada ao desenvolvimento de diversas doenças crônicas não transmissíveis, ou até mesmo na morte das pessoas, como as crianças, principais alvos da desnutrição.

Nessa perspectiva, a alimentação de qualidade é um dos fatores mais importantes para diminuir o risco de doenças crônicas não transmissíveis, devendo ser mais divulgada principalmente nas ações prioritárias de saúde (SILVA; FERREIRA, 2019). Por esse motivo, as pesquisas em saúde alimentar desenvolveram-se muito nas últimas décadas voltando os seus olhares para que a população repense sempre o caráter nutricional dos alimentos que consomem.

Com o aumento de doenças relacionadas ao estilo de vida, combinado com o aumento constante dos custos de saúde, novas pesquisas têm surgido para identificar ou produzir alimentos com funções que podem melhorar a saúde e o bem-estar e reduzir o risco ou retardar o aparecimento de doenças importantes. Hoje, o foco da ciência voltada para a qualidade nutricional dos alimentos tem o objetivo de otimizar a dieta diária em termos de macro e micronutrientes, bem como propriedades alimentares que favoreçam a manutenção da saúde.

A nutrição adequada e balanceada se baseia na qualidade e quantidade do consumo de alimentos para atender às necessidades energéticas e nutricionais das pessoas sem causar riscos à saúde. Infelizmente, a dieta moderna é apenas "aparentemente" rica no sentido de que, por um lado, a quantidade de comida aumentou, enquanto a outra dieta diminuiu sua qualidade (BASSINELLO; CASTRO, 2014).

Segundo Ferreira, Brazaca e Arthur (2016), na América do Norte, os consumidores acreditam que modificar sua dieta e usar suplementos são as duas opções mais importantes disponíveis para reduzir os custos de saúde e melhorar a saúde pessoal. Esta mudança nutricional recente é fortemente motivada por mudanças demográficas, especificamente o envelhecimento da população na maioria dos países desenvolvidos, a maior expectativa de vida e o desejo por uma melhor qualidade de vida.

É neste contexto que surge o conceito de alimento funcional. Um alimento funcional pode ser um produto natural que contém componentes biológicos ou um alimento obtido por meio de uma intervenção tecnológica que aumenta seu nível de compostos biologicamente ativos. Os compostos biologicamente ativos são componentes de alimentos que atuam positivamente em funções essenciais do corpo relevantes para a saúde. Eles reduzem o risco de desenvolver doenças como a hipertensão, hipercolesterolemia, diabetes, etc.

Essa perspectiva do alimento funcional é aplicada na ração operacional do Exército Brasileiro, e, portanto, é o assunto abordado neste artigo para uma maior compreensão da qualidade dos alimentos servidos para os militares em campanha.

3. QUALIDADE NUTRICIONAL DA RAÇÃO OPERACIONAL SERVIDA PARA OS PROFISSIONAIS DO EXERCITO BRASILEIRO

Como mencionado anteriormente, a CEAFA, busca melhorar a qualidade da alimentação das rações utilizadas pelas Forças Armadas desde 2003. E essa busca por melhorias é feita não somente pela comissão, mas também junto a outros órgãos do governo e de empresas privadas e institutos de pesquisa científica (BARROS; KOGLIN, 2022).

Para os dirigentes desta comissão, existe uma importância da alimentação militar, na qual se deve levar em consideração as fases da cadeia de produção dos alimentos, para que os mesmos possam ter cada vez mais qualidades. Essas fases são: procedência, preparo, manipulação, distribuição e armazenamento. Segundo essa comissão, se não houver esse controle não há como assegurar a qualidade dos alimentos e a eficácia na área operacional da tropa.

Ração Operacional

Nas últimas décadas muitas mudanças têm sido feitas na alimentação do soldado brasileiro, visando aumentar cada vez mais a sua qualidade. É possível perceber essa evolução, quando fica evidente a substituição da comida enlatada, usada inclusive desde as grandes guerras mundiais, por alimentos saudáveis, preparados com novas tecnologias e com itens mais saudáveis.

Nessa perspectiva, a ração operacional nada mais é do que uma composição de itens mais desidratados, liofilizados como macarrão instantâneo, doce, biscoitos, entre outros e

também aqueles alimentos termoprocessados. A combinação destes alimentos é feita sempre para que atenda o militar em operação da melhor maneira possível.

Assim, as Forças Armadas vêm utilizando rações operacionais que são produzidas com influência tecnológica dos alimentos termoprocessados, que são prontos para o consumo, que já vem cozidos, em embalagens bem fechadas e esterilizadas, para facilitar o manuseio na hora da alimentação. Isso porque os profissionais em operação estão sempre em movimento e muitas vezes não possuem condições para preparar um alimento (BARROS; KOGLIN, 2022).

Em geral, esses alimentos termoprocessados necessitam de uma temperatura de 120°C aproximadamente para serem preparados e as embalagens são pensadas para proteger o alimento de microrganismos, luz, calor e sujeiras, que é o caso daqueles militares que estão se alimentando em operação. Além disso, o controle de temperatura ajuda para que o alimento não venha a ser perdido devido as oscilações que podem ocorrer.

Segundo a CEAFA, existem quatro tipos de ração operacional, que são relacionadas ao tempo que o militar vai permanecer em operação. Uma delas é o alimento de combate que deve supri-lo por um período de 24 horas, e é composta por quatro refeições que são: café, almoço, jantar e ceia (BARROS; KOGLIN, 2022).

Existe também a ração de emergência, que é destinada para aqueles que estão em trabalho por 12 horas, e conta com duas refeições: café e almoço para os que trabalha de dia ou jantar e ceia para os que trabalham a noite. Outro tipo é a ração de adestramento, são destinadas para o trabalho com duração de até 6 horas, e contendo uma refeição: almoço ou jantar (BARROS; KOGLIN, 2022).

Segundo a CEAFA, existe também a possibilidade de se oferecer a ração coletiva, que é ofertada em casos de grandes demandas de trabalho em catástrofes naturais ou calamidade pública, por exemplo. Além disso, os alimentos pré-preparados, que utilizam a tecnologia a vácuo, também têm sido usado na alimentação dos militares em operação.

Segurança alimentar

A segurança alimentar não é uma preocupação apenas das pessoas civis da sociedade, mas é também interesse do Ministério da Defesa, principalmente em manter o seu pessoal com uma qualidade de vida necessária para realizar bem o seu trabalho. Para isso, existem regulamentações que orientam questões de higiene, manipulação, armazenamento e distribuição dos alimentos.

Essas questões foram estabelecidas em 2005 pela então Secretaria de Logística, Mobilização, Ciência e Tecnologia (SELOM). Posteriormente, em 2010, o Exército Brasileiro estabeleceu o Programa de Auditoria de Segurança Alimentar (PASA) a fim de verificar e melhorar os aspectos críticos nos serviços de alimentação das Forças Armadas.

Em relação a verbas para a promoção da segurança alimentar, em 2013, foram destinados aproximadamente R\$ 46 milhões para investimentos na melhoria da alimentação

dos funcionários da segurança pública, como a reforma de cozinhas e instalações militares, aquisições de novos equipamentos para controle de qualidade, etc.

No Brasil, a ideia da segurança alimentar na ração organizacional ainda é recente, datada a partir dos anos 2000, como mencionado anteriormente. Se formos observar, estamos um pouco atrasados em relação a este conceito. Nos Estados Unidos, por exemplo, essa perspectiva já é adotada a algumas décadas pelo conceito de Food Defense, que desenvolve ações de prevenção de contaminação dos alimentos servidos dentro das instituições militares.

Empresa de ração operacional

Como mencionei antes, a ração operacional das Forças Armadas é controlada pela CEFA, e esta visa estimular também não só a qualidade dos alimentos, mas a indústria e os centros de pesquisas que desenvolvem novos produtos, principalmente aqueles exclusivos para alimentação das Forças Armadas, que necessitam de alimentos pensados especialmente para a sua jornada de trabalho.

No Brasil, existem algumas empresas que fornecem rações operacionais para as Forças Armadas, mas uma empresa que se destaca é a empresa Cellier que foi pioneira em desenvolver uma linha de rações termoprocessadas para o pessoal das Forças Armadas. Essa empresa é de Campinas – SP e foi fundada em 1990, sendo a única atualmente no país a trabalhar com esse tipo de alimento (CELLIER, 2022).

Essa fábrica é muito representativa nesse ramo, e fornece uma média de 430 mil rações dos tipos de combate e de emergência. Para atender ao Exército brasileiro, a empresa Cellier possui 10 opções de refeição, sendo que para a Marinha do Brasil tem 5 tipos de pratos e para a Aeronáutica a opção de 6 pratos diferentes (CELLIER, 2022).

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A segurança alimentar do pessoal das Forças Armadas é um quesito muito importante, e que é pouco comentado em pesquisas científicas. Porém, no campo nutricional e científico, muitas discussões têm sido levantadas nas últimas décadas, considerando a relevância que tem, para a saúde dos profissionais para que esses possuam qualidade de vida para realizar o seu trabalho.

Nesta pesquisa fiz apontamentos para reforçar a importância da qualidade dos alimentos, e o quanto essa qualidade impacta na saúde das pessoas, quando elas substituem os alimentos gordurosos, açucarados, para alimentos ricos em nutrientes e que favorecem a sua saúde e condição física.

A partir desse entendimento, pude concluir que a ração operacional do Exército Brasileiro tem o propósito muito relevante de alimentar equilibradamente, do ponto de vista saudável e nutritivo um militar durante sua jornada de trabalho em 24, 12 ou 6 horas. E esta é usada em combate, treinamento ou missão constitucional, sendo regulamentada pela CEFA, que controla atualmente a qualidade desses alimentos, manipulação, armazenamento e distribuição.

REFERÊNCIAS

BARROS, Patrícia Aparecida Camargo Zomer; KOGLIN, Gabriela. Ração Operacional de Combate do Exército Brasileiro: Uma Análise Nutricional. **Saúde e Desenvolvimento Humano**, v. 10, n. 2, 2022. Disponível em: https://revistas.unilasalle.edu.br/index.php/saude_desenvolvimento/article/view/7825. Acesso em: 26 set. 2022.

BASSINELLO, P. Z.; CASTRO, E. M. **Arroz como alimento**. Informe Agropecuário, Belo Horizonte, v. 25, n. 222, p.101-108, 2014. Disponível em: encurtador.com.br/ISX16. Acesso em: 26 set. 2022.

CELLIER. Ração Militar. **Quando não há condições de cozinhar**. Site Cellier.com [Online]. 2022. Disponível em: <https://www.cellier.com.br/racao-militar>. Acesso em: 24 set. 2022.

FAZZIO, Débora Mesquita Guimarães. Envelhecimento e qualidade de vida: uma abordagem nutricional e alimentar. **Revista de divulgação científica Sena Aires**, v. 1, n. 1, p. 76-88, 2012. Disponível em: <http://revistafacesa.senaaires.com.br/index.php/revisa/article/view/15>. Acesso em: 26 set. 2022.

FERREIRA, A. C. P.; BRAZACA, S. G. C.; ARTHUR, V. **Alterações Químicas e Nutricionais do Grão-de-bico (Cicer arietinum L.)** Cru Irradiado e Submetido à Cocção. 52 Ciênc. Tecnol. Aliment., Campinas, v. 26, n. 1, p.80-88, jan. 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cta/a/LvrjQkgDkRRNhSzBMcHDkGs/?lang=pt&format=pdf>. Acesso em: 26 set. 2022.

GOMES, Michelle Efigênia Moreno; TEIXEIRA, Catarina. Aproveitamento integral dos alimentos: qualidade nutricional e consciência ambiental no ambiente escolar. **Ensino, Saúde e Ambiente**, v. 10, n. 1, 2017. Disponível em: <https://periodicos.uff.br/ensinosaudeambiente/article/view/21257>. Acesso em: 26 set. 2022.

SILVA, Julyana Gall da; FERREIRA, Márcia de Assunção. Alimentação e saúde na perspectiva de adolescentes: contribuições para a promoção da saúde. **Texto & Contexto-Enfermagem**, v. 28, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/tce/a/L5bjjRshHWqpptbShNrmfBv/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 25 set. 2022.