



Lar Escola Francisco Cândido Xavier

Fundada em 07/03/1983 C.N.P.J. 51.455.178/0001-68
Entidade sem fins lucrativos – Instituição de Longa Permanência para Idosos

POLÍTICA DE ALIMENTOS PERMITIDOS E NÃO PERMITIDOS

O Lar Escola Francisco Cândido Xavier com o intuito de promover a qualidade de vida dos idosos, bem como amenizar possíveis comorbidades por meio da alimentação, supervisiona o cardápio dos acolhidos e as refeições são minuciosamente elaboradas.

Para tanto, as refeições são elaboradas para atender as necessidades nutricionais dos idosos, de forma equilibrada e saudável evitando assim todo e qualquer tipo de alimento ultra processado, que é rico em corantes, aromatizantes e conservantes artificiais. Também são controlados o oferecimento de alimentos ricos em sódio (sal), com o objetivo de amenizar hipertensão arterial e doenças renais; alimentos ricos em açúcares, que são responsáveis por desordens na glicemia, com a descompensação do diabetes; alimentos ricos em gordura, que são responsáveis pela dislipidemia. É controlado o oferecimento de todo e qualquer alimento que possa contribuir para o aumento de peso ou alimento que contribua para o surgimento de doenças crônicas.

Todo e qualquer alimento que será oferecido aos idosos deverá ter procedência, como nome do fabricante, data de fabricação, data de validade, lista de ingredientes e informação nutricional.

Todos os alimentos destinados aos idosos deverão ser entregues à equipe de enfermagem, que serão triados posteriormente pela nutricionista e assim distribuídos. Será avaliado o estado do alimento, condições da embalagem, procedência, data de validade, valor nutricional, ingredientes alergênicos, entre outros.

Para o oferecimento de café da manhã ou café da tarde, deverá ser entregue uma lista dos alimentos que serão servidos com antecedência de no mínimo 2 dias, para avaliação da refeição pela nutricionista.

Portanto, visando a manutenção da saúde e qualidade de vida dos idosos, segue lista de alimentos permitidos e proibidos:



Lar Escola Francisco Cândido Xavier

Fundada em 07/03/1983 C.N.P.J. 51.455.178/0001-68
Entidade sem fins lucrativos – Instituição de Longa Permanência para Idosos

Alimentos proibidos:

- - Balas de qualquer tipo
 - - Chicletes
 - - Biscoitos doce recheados
 - - Salgadinhos
 - - Refrigerantes com açúcar
 - - Suco de caixinha
 - - Bebidas lácteas tipo Toddyinho
 - - Bebidas lácteas tipo iogurte
 - - Pirulitos
 - - Doces, como suspiro, doce de leite, doce de amendoim e gomas
 - - Bolos com recheio ou cobertura
 - - Bolos industrializados, do tipo Ana Maria/Pulman
 - - Embutidos, como presunto, mortadela e salame
-

Alimentos permitidos:

- ✓ - Frutas (livre)
- ✓ - Biscoitos doce sem recheio (1 unidade)*
- ✓ - Biscoitos salgados (1 unidade)*
- ✓ - Refrigerantes sem açúcar (2 unidades lata ou 1 unidade garrafa 600 ml)*
- ✓ - Água de coco (2 unidades pequenas)*
- ✓ - Chocolates (1 unidade grande ou 2 unidades pequenas)*
- ✓ - Iogurtes (2 unidades pequenas)*

***Obs.: Porções individuais e não cumulativas para cada idoso**

Contamos com a colaboração de todos.

Fabiany Izabel Marquardt
Nutricionista CRN3 60000