

Natália das Graças Teixeira de Oliveira¹
Angélica Cotta Lobo Leite Carneiro¹

¹Departamento de Nutrição, Universidade Federal de Juiz de Fora, campus Governador Valadares, Governador Valadares, Minas Gerais, Brasil.

RESUMO

Introdução: O restaurante universitário proporciona alimentação segura, saudável e de qualidade para estudantes universitários, além de ser uma estratégia de assistência estudantil. Para que as refeições ofertadas sejam ajustadas às expectativas e ao perfil de consumo dos estudantes, é importante que sejam realizadas pesquisas que investiguem o perfil e as preferências destes. **Objetivo:** Identificar o perfil e as preferências alimentares dos estudantes que utilizam um restaurante universitário. **Material e Métodos:** Realizou-se um estudo transversal com estudantes usuários de dois restaurantes universitários de uma Universidade Pública Federal localizada no estado de Minas Gerais. Foi elaborado um questionário estruturado autoaplicável online, que investigou a utilização do restaurante universitário, preferências dos usuários, estilo de alimentação e condição de saúde dos participantes. **Resultados:** Um total de 88,6% e 31,6% dos estudantes almoçam e jantam, respectivamente, diariamente ou no mínimo três vezes por semana no restaurante. A maioria dos estudantes indicou preferir uma refeição igual ao cardápio do almoço no jantar, quando realizam a refeição no restaurante universitário escolhem fruta como sobremesa e fazem consumo da salada servida. Identificou-se que 14,5% dos participantes possuem intolerância a lactose ou alergia à proteína do leite e 3,3% são ovolactovegetarianos e 3,1% são veganos ou vegetarianos. **Conclusão:** A maioria dos jovens universitários realizava pelo menos uma das refeições por dia no restaurante universitário e apresentava consumo frequente de proteína animal. Os estudantes consumiam salada e escolhiam, na maioria das vezes, frutas como sobremesa. Em relação ao estilo de alimentação, identificou-se a presença de indivíduos veganos, vegetarianos, lactovegetarianos e ovolactovegetarianos, com intolerância à lactose ou alergia à proteína do leite e refluxo entre as doenças diagnosticadas.

Palavras-chave: Restaurante; Universidade; Estudantes; Alimentação Coletiva.

ABSTRACT

Introduction: The university restaurant provides safe, healthy and quality food for university students, in addition to being a student assistance strategy. In order for the meals offered to be adjusted to students' expectations and consumption profile, it is important that research is carried out to investigate their profile and preferences. **Objective:** To identify the profile and preferences of students who frequent a university restaurant. **Material and Methods:** A cross-sectional study was carried out with student users of two university restaurants at a Federal Public University located in the state of Minas Gerais, Brazil. A structured self-administered online questionnaire was developed, which investigated the use of the university restaurant, user preferences, eating style and health condition of the participants. **Results:** A total of 88.6% and 31.6% of students have lunch and dinner, respectively, daily or at least three times a week in the restaurant. Most students indicated a meal similar to the lunch menu for dinner, when they prefer the meal in the university restaurant they choose fruit as dessert and eat the salad served. It was identified that 14.5% of participants have lactose intolerance or milk protein allergy and 3.3% are lacto-ovo vegetarians and 3.1% are vegans or vegetarians. **Conclusion:** The majority of young university students ate at least one meal a day in the university restaurant and frequently consumed animal protein. The students ate salad and, most of the time, chose fruit for dessert. In relation to the eating style, the presence of vegans, vegetarians, lacto-vegetarians and ovolacto-vegetarians, with lactose intolerance or allergy to milk protein and reflux among the diseases diagnosed.

Keywords: Restaurant; University; Students; Collective Feeding.

✉ Natália de Oliveira

Av. dos Pioneiros, 103/101, Centro, Santa Rita de Minas, MG.
CEP: 35326-000

📧 nataliadagraca@gmail.com

Submetido: 12/08/2024

Aceito: 15/01/2025



INTRODUÇÃO

A alimentação adequada é um direito fundamental garantido por lei pela Constituição Federal, consiste em um fator condicionante e determinante do estado de saúde do indivíduo. O Direito Humano à Alimentação Adequada (DHAA) estabelece que “toda pessoa tem direito de ter acesso regular, permanente, irrestrito, a alimentos seguros e saudáveis, em quantidade e qualidade adequadas e suficientes”.¹ Cabe ao Estado assegurar essa prerrogativa por meio da promoção de políticas públicas baseadas na Segurança Alimentar e Nutricional (SAN).²

Os Restaurantes Universitários (RU) são locais que fornecem refeições para estudantes, servidores técnico-administrativos, docentes e terceirizados de universidades públicas federais, estaduais ou municipais. Essa oferta de refeições constitui uma das possibilidades de atender o preconizado pelas políticas de SAN, pois proporcionam uma alimentação segura, saudável e de qualidade para estudantes universitários.³ O fornecimento de refeições pelos RU apresenta-se também como uma importante estratégia de assistência estudantil, especialmente de universidades públicas, visto que colabora para a permanência do estudante no ensino superior. Comumente, além de ofertar refeições a um custo acessível, os RU se localizam próximos às universidades, permitindo ao estudante fácil acesso à alimentação saudável e equilibrada.⁴

O estudo realizado por Perez et al⁵, ao investigar o efeito da implantação do RU em uma universidade pública e seu impacto na alimentação dos estudantes, identificou uma associação positiva entre o consumo das refeições no RU e o aumento da ingestão de alimentos considerados marcadores da alimentação saudável, quando comparado aos dados anteriores à implantação do restaurante,⁶ o que confirma a relevância dos RUs para a promoção da alimentação adequada e saudável. Para que essa oferta seja ainda mais ajustada às necessidades e preferências dos usuários do RU, se faz fundamental conhecer o perfil alimentar, as expectativas dos consumidores, perceber quais fatores influenciam as escolhas alimentares e as preferências diante das opções oferecidas no restaurante. Isso permite que os gestores compreendam as expectativas dos clientes, possam avaliar os pontos relevantes destacados e utilizar os dados como subsídio para elaboração do cardápio e fornecimento de refeições adequadas, atendendo às suas necessidades.⁶

A maioria dos estudos relacionados à alimentação universitária investiga a satisfação dos usuários de restaurantes universitários em relação à qualidade das refeições e aos serviços prestados ou aos cardápios oferecidos nesses ambientes.^{7,8,9} Foram encontrados poucos estudos que abordam a percepção do cliente, seu perfil de consumo e suas preferências, na intenção

de obter informações sobre as motivações para consumo dos alimentos oferecidos no restaurante.^{10,11} Tal investigação poderá fornecer subsídios para que os processos licitatórios para o fornecimento de refeições nas universidades públicas, sejam mais ajustados às necessidades, expectativas e perfil de consumo dos estudantes que a consumirão.

Tendo em vista a escassez de estudos sobre esse tema, o presente trabalho tem por objetivo identificar o perfil e as preferências alimentares dos estudantes que utilizam o restaurante universitário.

MATERIAL E MÉTODOS

Foi realizado um estudo transversal, descritivo de abordagem quantitativa, com estudantes de graduação, de ambos os sexos, maiores de 18 anos, usuários dos dois restaurantes universitários de uma Universidade Pública Federal localizada no estado de Minas Gerais. Foram excluídos da pesquisa indivíduos que não assinaram o TCLE, além de estudantes de pós-graduação, servidores, terceirizados e pessoas externas à universidade. Esse estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal de Juiz de Fora (parecer 6.336.411).

No RU da pesquisa, são atendidos estudantes matriculados nos cursos de graduação e pós-graduação, servidores técnico-administrativos, docentes, terceirizados da universidade e eventualmente, o público externo à universidade. A fim de garantir a oferta da alimentação aos estudantes, o campus avançado possui dois RU que se localizam próximo aos prédios que concentram a maioria dos estudantes. A unidade 2 funciona de segunda a sexta-feira, servindo almoço, enquanto a unidade 1 funciona nos mesmos dias, com distribuição de desjejum, almoço e jantar, e aos finais de semana apenas com o fornecimento do almoço. Em média, são produzidas por dia 1400 refeições para atender as duas unidades, sendo o almoço a refeição com maior número de usuários (em média 875 refeições).

A coleta de dados da pesquisa foi realizada com o uso de um questionário estruturado autoaplicável *online* pela plataforma *Google Forms*, elaborado pela equipe de pesquisadores, tendo como referência o estudo de Costa et al.¹⁰ Ele foi disponibilizado aos participantes por meio de um *link*, compartilhado nas redes sociais pessoais e institucionais, nos grupos de *WhatsApp* dos estudantes, enviado pelo *e-mail* com auxílio das coordenações de curso, também pôde ser acessado pelo *QR Code* impresso e afixado nas mesas do salão de refeições e nas saídas dos dois RU.

O questionário possuiu 24 questões de múltipla escolha cujas opções de resposta variaram quanto ao número e as opções de resposta e duas questões discursivas, uma em que o participante indicou o motivo pelo qual não frequentava o restaurante diariamente e a outra destinada a comentários, críticas e sugestões.

As questões de múltipla escolha foram organizadas em grupos: 1) identificação do participante (5 questões); 2) utilização do RU (4 questões); 3) preferências dos usuários do RU (14 questões); 4) estilo de alimentação e condições de saúde do participante (3 questões) (Anexo A).

Os dados coletados foram tabulados e analisados descritivamente por meio de planilhas e gráficos elaborados utilizando software *Microsoft Excel*[®]. Os dados quantitativos foram analisados por distribuição de frequência e as respostas das questões discursivas foram numeradas de forma aleatória, a fim de não identificar o respondente. Algumas dessas respostas foram apresentadas nos resultados, de forma a ilustrar ou auxiliar na compreensão dos resultados quantitativos obtidos nas questões fechadas.

RESULTADOS

A universidade onde a pesquisa foi realizada conta com cursos de graduação, mestrado e doutorado e possui, além do *campus* sede, situado à sudeste do estado de Minas Gerais, um *campus* avançado no leste deste mesmo estado. Este *campus* avançado oferta dez cursos de graduação e três de mestrado, que abarcam 2.723 alunos.¹² Ele não possui sede própria para alocar as atividades administrativas e acadêmicas, dessa forma, possui diversos espaços alugados ao longo da cidade, para desenvolvimento das atividades. Devido a isso, os estudantes precisam se deslocar por distâncias maiores para fazer suas refeições nos RU, o que pode impactar no acesso e frequência de uso dos restaurantes.

A produção das refeições é realizada por uma empresa de alimentação coletiva terceirizada, contratada por processo licitatório. O preço do almoço e jantar é R\$ 13,06 e do desjejum é R\$ 1,77. Essas refeições são subsidiadas pela universidade, cabendo ao estudante pagar o valor de R\$ 1,40 por cada refeição do almoço e do jantar e R\$ 0,50 pelo desjejum.

Os cardápios são elaborados por nutricionistas da empresa terceirizada e supervisionados por nutricionistas fiscais de contrato da universidade. As refeições são servidas na modalidade *self-service* parcial, sendo o consumo limitado da opção proteica e da sobremesa, esses possuem especificação do tamanho da porção a ser servida. O cardápio possui padrão simples, sendo composto por quatro saladas simples (um ingrediente cada, sendo obrigatório dois folhosos e dois legumes crus ou cozidos), dois pratos proteicos (um à base de carne e outro de proteína equivalente à carne), acompanhamento (arroz branco, integral e feijão), uma guarnição, uma sobremesa (a qual o cliente escolhe entre fruta ou doce), suco concentrado e café. O cardápio do almoço se repete no jantar, com acréscimo das opções de sopa e pão.

Em relação aos participantes da pesquisa, 428 pessoas responderam ao questionário, das quais três

eram estudantes de pós-graduação, três pertencentes ao público externo e um do terceirizado que, por estes últimos não fazerem parte do público-alvo, foram excluídos da pesquisa. Assim, obtiveram-se 421 respostas de estudantes de graduação de todos os cursos do *campus*. Considerando a média de refeições servidas no restaurante durante os dias de realização da pesquisa (923 refeições), houve uma adesão de 45,6% à pesquisa.

Dentre os participantes, 70,8% eram do sexo feminino, a faixa etária predominante foi 18 a 25 anos (90,3%). Os cursos em que os estudantes mais aderiram à pesquisa foram Medicina (21,1%), Direito (20,0%) e Nutrição (17,1%) (Tabela 1).

Em relação às questões que investigaram a utilização do RU, observou-se que a unidade 1 (74,3%) foi a mais frequentada pelos estudantes. Verificou-se que 10,2% dos estudantes consumiam o café da manhã, 88,6% e 31,6% almoçavam e jantavam, respectivamente, diariamente ou no mínimo três vezes por semana (Figura 1).

Os principais motivos pelos quais os estudantes não realizavam as refeições do almoço e do jantar diariamente no RU, incluem o fato das aulas serem longe das unidades do restaurante (13,2%), a preferência por comer em casa (11,1%), a falta de tempo para almoçar no RU (7,6%) e por não gostar da comida ou cardápio servido (7,3%) (Tabela 2).

Na questão discursiva, alguns participantes relataram outros motivos para não frequentarem diariamente o RU: “*prefiro uma comida com mais tempero*” (P177), “*eu acho o cardápio muito repetitivo, a cada semana que passa aparece as mesmas opções*” (P168), “*às vezes não gosto da opção do cardápio*” (P76). Nesta questão, um dos participantes ponderou sobre a necessidade de mais variedade na opção proteica e não se restringir somente a oferta de ovo, por ser enjoativo, também sugeriu a inclusão de novos pratos como: “[...] *lentilha refogada com legumes, hambúrguer de ervilha, purê de grão-de-bico [...]*” (P424).

Em relação aos estudantes que moram longe do RU ou tem aula e não conseguem o frequentar no jantar, alguns sugeriram alternativas para melhorar o acesso a essa refeição: “[...] *eu gostaria muito que servisse jantar no RU do São Pedro, acho que ajudaria mais estudantes que moram na região*” (P42), “[...] *podia ter opção de marmitex para jantar no RU São Pedro ou servir jantar. Fica inviável para os alunos que têm aula nesta unidade jantarem*” (P69). Mesmo com algumas reclamações em relação à refeição servida no RU, alguns estudantes a elogiam como demonstrado na questão discursiva, “*gosto muito da comida, é incrível como consigo comer tão bem com apenas 1,40 [...]*” (P193), “*o cardápio comemorativo da festa junina deste ano estava sensacional [...]*” (P265).

Foi investigada a preferência dos estudantes pelo tipo de refeição servida no jantar, para isso foram

excluídos desta análise aqueles participantes que nunca realizavam a refeição do jantar ou aqueles que marcaram a opção não sei na frequência. Encontrou-se que 52,1% indicaram que preferiam consumir a mesma refeição servida no almoço, enquanto 29,0% preferiam que fossem servidas preparações diferentes e 15,0% preferiam comer lanches.

Sobre o consumo dos alimentos servidos, a maioria dos estudantes consumia salada todas as vezes que fazia suas refeições no RU (72,2%) e escolhem a

fruta como sobremesa (54,4%) (Tabela 3). Na questão discursiva um estudante relatou: “*eu gosto demais e até prefiro fazer minha refeição do almoço no RU pela variedade de salada e lá eu consigo consumir uma quantidade muito maior do que se eu estivesse fazendo em casa, além da opção de fruta!*” (P412).

Apesar de ter sido encontrado quantidade significativa de participantes que consomem salada e fruta (Tabela 3), na questão discursiva foi possível observar algumas ressalvas sobre a qualidade dessas

Tabela 1: Distribuição dos participantes segundo sexo, idade e curso de graduação da pesquisa sobre perfil e preferências alimentares dos usuários realizada em um restaurante universitário de uma universidade pública em Minas Gerais, 2023.

Variáveis	n (421) %
Sexo	
Feminino	298 (70,8)
Masculino	123 (29,2)
Idade	
18 a 25 anos	380 (90,3)
25 a 35 anos	32 (7,6)
35 a 45 anos	7 (1,6)
Acima de 45 anos	2 (0,5)
Curso	
Administração	19 (4,5)
Ciências contábeis	18 (4,3)
Ciências econômicas	14 (3,3)
Direito	84 (20,0)
Educação física	18 (4,3)
Farmácia	28 (6,7)
Fisioterapia	38 (9,0)
Medicina	89 (21,1)
Nutrição	72 (17,1)
Odontologia	41 (9,7)

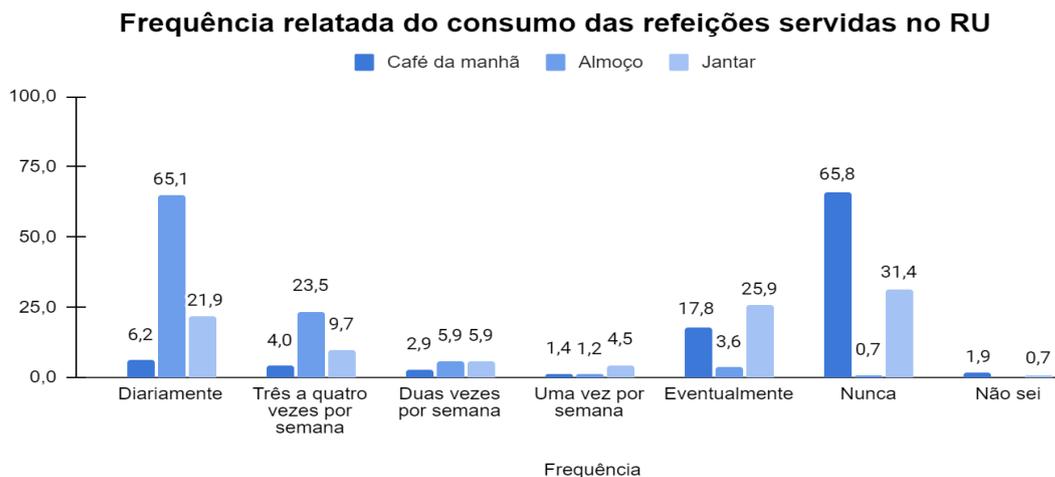


Figura 1: Frequência do consumo das refeições servidas no restaurante universitário obtido pela pesquisa sobre perfil e preferências alimentares dos usuários realizada em um restaurante universitário de uma universidade pública em Minas Gerais, 2023.

Tabela 2: Motivos pelos quais os estudantes não utilizam, com maior frequência, o restaurante universitário de uma universidade pública em Minas Gerais, 2023.

Motivos para não frequentar mais vezes o RU*	n (287) %
Aulas longe do RU	38 (13,2)
Prefere comer em casa	32 (11,1)
Não tem tempo de almoçar no RU	30 (7,7)
Não gosta da comida	24 (7,3)
Estágio longe do RU	10 (3,5)
Reside longe do RU	5 (1,7)
Unidade 2 não abre para jantar	5 (1,7)
Prefere não responder	154 (53,7)

*Para o cálculo não foram consideradas as respostas daqueles que indicaram frequentar o restaurante diariamente ou três a quatro vezes por semana nas duas refeições.

Tabela 3: Variáveis sobre consumo alimentar e preferências dos usuários da pesquisa sobre perfil alimentar e preferências realizada em um restaurante universitário de uma universidade pública em Minas Gerais, 2023.

Variáveis	n (421) %
Consumo de salada no RU	
Sim, sempre	304 (72,2)
Sim, às vezes	75 (17,8)
Sim, eventualmente	22 (5,2)
Não, nunca consome	20 (4,8)
Principal sobremesa escolhida	
Fruta	229 (54,4)
Doce	179 (42,5)
Não consome sobremesa	13 (3,1)
Frequência de consumo do arroz integral	
Diariamente	65 (15,4)
Três a quatro vezes por semana	24 (5,7)
Duas vezes por semana	11 (2,6)
Uma vez por semana	7 (1,7)
Eventualmente	104 (24,7)
Nunca	210 (49,9)
Opinião sobre a porção de proteína servida	
Adequada	177 (42,0)
Insuficiente	228 (54,2)
Excessiva	14 (3,3)
Não sei opinar	2 (0,5)
Frequência de consumo da opção proteica	
Diariamente	12 (2,9)
Três a quatro vezes por semana	8 (1,9)
Duas vezes por semana	14 (3,3)
Uma vez por semana	12 (2,9)
Eventualmente	135 (32,1)
Nunca	238 (56,5)
Não sei	2 (0,5)

Tabela 4: Estilo de alimentação e doenças diagnosticadas entre os estudantes respondentes da pesquisa sobre perfil e preferências alimentares realizada em um restaurante universitário de uma universidade pública em Minas Gerais, 2023.

Variáveis	Total 421 (%)
Estilo de alimentação*	
Vegano	3 (0,7)
Vegetariano	10 (2,4)
Ovolactovegetariano	14 (3,3)
Lactovegetariano	4 (1,0)
Nenhum desses	400 (95,0)
Intolerância ou alergia diagnosticada	
Leite e/ou derivados	53 (12,6)
Proteína do leite	8 (1,9)
Soja e/ou milho	2 (0,5)
Trigo, aveia, cevada e/ou centeio	4 (1,0)
Frutos do mar	4 (1,0)
Nenhuma dessas	364 (86,5)
Doenças diagnosticadas	
Diabetes	5 (1,2)
Hipertensão	4 (1,0)
Dislipidemia	3 (0,7)
Refluxo	23 (5,5)
Síndrome do intestino irritável	12 (2,9)
Retocolite ulcerativa	1 (0,2)
Arritmia cardíaca	1 (0,2)
Não possuo nenhum	378 (89,8)

*Os estudantes puderam marcar mais de uma opção.

preparações: “salada com folhas, às vezes, estão muito murchas, principalmente no jantar” (P141), “a higienização das saladas cruas precisam ser mais rigorosas” (P16), “[...] não como salada crua, pois já achei larvas e caramujo” (P299), “muitas vezes deixo de consumir as frutas por estarem podres” (P114), “as frutas frequentemente não estão em condições ideais para consumo, o que me leva a não consumir” (P311).

Em relação à porção de carne servida, 54,2% dos respondentes a consideraram insuficiente, o que também foi evidenciado na questão discursiva: “[...] a quantidade servida da opção proteica não condiz com a quantidade presente no contrato” (P29), “deveria pesar a carne servida para garantir que os 100g sejam oferecidos” (P38), “gosto muito do RU, mas ultimamente, diminuiu a quantidade de carne servida” (P106). Sobre a opção proteica, 56,5% dos participantes indicaram que nunca consomem e 32,1% consomem eventualmente.

Sobre as questões que investigaram o estilo de alimentação e as condições de saúde, nota-se que a maioria relatou não possuir um estilo de alimentação definido (95,0%). Do total, 3,3% se consideram ovolactovegetariano e 3,1% vegetariano ou vegano (Tabela 4), um estudante comentou: “o RU deveria ser mais inclusivo nas refeições para pessoas que tem um

tipo de alimentação diferente do padrão, como no meu caso que sou vegano” (P209).

Quanto a restrições alimentares, 14,5% possuem alergia à proteína do leite ou intolerância à lactose. Devido ao cardápio servido no restaurante atualmente, alguns estudantes relataram dificuldades em consumir as refeições no RU em dias que há oferta de mais de uma preparação com leite ou derivados: “[...] sou intolerante a lactose, mas faço quase todas as refeições no RU por questão de acessibilidade” [...] “eu não como as opções com lactose e vejo colegas com intolerância que sempre precisam tomar remédio ou não comer proteína (assim como eu). É chato isso, uma vez que é frequente ter várias vezes na semana proteínas com leite, acho que poderia ser algo mais eventual, ou pelo menos ter opção sem leite” (P81).

Em relação à condição de saúde, a doença mais encontrada entre os estudantes foi refluxo (5,5%), seguida de síndrome do intestino irritável (2,9%) (Tabela 4).

DISCUSSÃO

Os RU são espaços importantes que possibilitam ao estudante acesso à alimentação de qualidade e de

baixo custo. Além disso, são ambientes propícios para adoção de práticas alimentares mais saudáveis e da promoção da saúde.¹³

Em uma pesquisa rápida nos sites das universidades públicas do estado de Minas Gerais sobre o preço da refeição principal servida em RU,¹⁴⁻²⁰ foi possível observar que o restaurante estudado possui o menor valor de refeição oferecida em todo o estado, R\$ 1,40, em relação ao valor médio da refeição principal, R\$ 7,20. No RU pesquisado, o estudante pode ter o baixo custo da refeição principal como motivador para fazer suas refeições lá. Apesar desse custo reduzido, foi encontrada boa adesão ao almoço, porém baixa em relação ao jantar e ao café da manhã.

Nesta pesquisa, a frequência de utilização do RU pelos estudantes para consumo do almoço foi maior que aquela observada por Moreira et al.¹⁰ no RU da Universidade Federal de Santa Maria, em que 76,0% dos usuários o frequentavam diariamente ou no mínimo três vezes por semana. Este é um aspecto positivo, uma vez que, ao realizar pelo menos uma das refeições no restaurante, o estudante tem acesso a alimentos que o permitem escolhas alimentares mais saudáveis.

No presente estudo, essa maior utilização do RU pelos estudantes no horário do almoço pode estar relacionada ao baixo custo da refeição e à facilidade de acesso, considerando que todos os cursos ofertados no *campus* são de horário integral e os RU são localizados muito próximos aos locais onde são ministradas as aulas. Esses também são os principais motivos para a maior frequência dos estudantes no RU, encontrados por diferentes autores.^{10,11}

Em relação à refeição do jantar, a baixa adesão é um achado comum em outros estudos, cujos autores a justificam pelo horário em que os estudantes chegam para as atividades noturnas na universidade, à falta de tempo para realizar essa refeição e também ao seu custo, apesar de, na presente pesquisa, não se entender que essa última justificativa seja um dos motivos da menor adesão.^{10,21} Sugere-se que sejam realizados outros estudos, nessa mesma Universidade, a fim de investigar, com mais detalhes, os motivadores para essa menor frequência ao RU para a realização do jantar.

No estudo de Rossetti e Silva²², no qual investigaram a percepção dos universitários sobre a alimentação servida no RU, a monotonia do cardápio e o sabor dos alimentos foram algumas das justificativas para a menor frequência ao RU. No estudo de Cavalcante et al.⁸, a baixa variedade das preparações do cardápio, foi o motivo de maior insatisfação relatado por 43,0% dos comensais. No presente estudo, observa-se que morar longe do RU ou ter aula à noite em locais distantes da unidade 1 que serve o jantar são algumas limitações dos estudantes para menor frequência ao jantar. Algumas estratégias podem ser utilizadas para tentar minimizar este problema, como, por exemplo, verificar a possibilidade da disponibilização de marmitex para o

jantar, a ser retirado nas primeiras horas da distribuição, ou estender o serviço do jantar também para a unidade 2 do RU.

A baixa frequência dos estudantes para a refeição do café da manhã pode estar relacionada às poucas opções de alimentos oferecidos, à distância do local onde o estudante tem a primeira aula do dia, ao horário de funcionamento e às questões relacionadas aos hábitos alimentares dos estudantes, como a omissão do café da manhã. É difícil compreender com mais clareza esses motivos, visto que não foram encontrados estudos que investigam especificamente a realização da refeição do café da manhã no RU pelos estudantes, o que justifica a realização de estudos que possuam esse objeto.

A maior frequência dos estudantes à unidade 1 do RU se deve, principalmente, à maior concentração deles em aula no prédio próximo a essa unidade e à disponibilidade de ônibus que direciona os alunos de outros prédios para lá. Além disso, sua localização no centro da cidade facilita o acesso. A presença do RU no ambiente do *campus* da universidade proporciona acesso a refeições de boa qualidade nutricional, a custos reduzidos e contribui para um melhor desempenho acadêmico do estudante.¹³ Estudos que investigaram fatores que influenciam as escolhas alimentares dos estudantes universitários demonstraram ser a falta de tempo o principal obstáculo para adesão à alimentação saudável, associado a rotina universitária com carga horária extensa de estudos.^{23,24}

Em relação às preferências alimentares dos estudantes, observa-se que a maioria prefere comer no jantar uma refeição igual àquela servida no almoço. A repetição das preparações do almoço no jantar (acrescido de sopa e pão), acontece por determinação contratual. Entretanto, Leonhardt et al.²⁵ não recomendam a repetição das preparações, pois torna o cardápio monótono e pouco atrativo, podendo impactar na satisfação do cliente. Além disso, ao executar o mesmo cardápio nas duas refeições, pode ocorrer o reaproveitamento descriterioso de sobras limpas e aumentar o risco de contaminação, visto que para realização deste procedimento as preparações precisam ser reaquecidas de forma adequada, garantindo combinações seguras de tempo e temperatura durante o aquecimento, armazenamento e distribuição.^{26,27}

A Organização Mundial da Saúde recomenda o consumo diário de no mínimo cinco porções de frutas, legumes e verduras.²⁸ Entretanto, estudos realizados sobre o consumo alimentar de estudantes universitários demonstram que a ingestão desses alimentos se encontra abaixo da recomendação diária.^{29,30} No presente estudo, foi observado elevado consumo de saladas e frutas quando realizadas as refeições no RU, podendo ser este o único momento em que os estudantes consomem esses alimentos ao longo do dia. Dessa forma, o RU representa uma importante oportunidade para o consumo de alimentos desses grupos pelos estudantes,

os quais são essenciais para a saúde, visto que são considerados marcadores da alimentação saudável e seu consumo deve ser estimulado.³¹

Supõe-se que um dos motivadores para esse consumo elevado de hortaliças e frutas pelos estudantes do presente estudo pode estar relacionado à composição do cardápio servido, o que inclui a oferta diária de quatro opções de saladas simples e fruta como opção de sobremesa. A composição do cardápio pode contribuir de forma significativa para promoção de hábitos alimentares saudáveis e para a melhora da alimentação dos estudantes, pois a oferta de alimentos *in natura* e minimamente processados diariamente pode incentivar o seu consumo.⁹

Mesmo com o considerável consumo de frutas e saladas pelos participantes da pesquisa, entende-se que podem ser realizadas melhorias para aumentá-lo ainda mais. Como houve o relato de experiências negativas em relação à qualidade higiênico-sanitária das saladas e a presença de frutas deterioradas, torna-se essencial intensificar a capacitação dos manipuladores em boas práticas de manuseio de alimentos, especialmente nas etapas de pré-preparo e preparo para garantir a qualidade higiênico-sanitária. Também é importante definir critérios para a aquisição de matéria-prima e a seleção das frutas que serão expostas para o consumo, de modo que não estejam deterioradas, além de reforçar as orientações para os clientes no momento de se servir, a fim de evitar contaminação dos alimentos por perigos físicos ou biológicos.^{26,32}

É papel do nutricionista no exercício das suas atribuições implementar e supervisionar todas as etapas da produção de refeições, dessa forma, ao ocorrer reclamações dos clientes, de qualquer natureza, mas em especial no que diz respeito às condições higiênico-sanitárias, visto que coloca em risco sua saúde, é necessário a elaboração de ações concretas para que essas situações sejam sanadas, evitadas ou reduzidas a níveis aceitáveis.^{6,33} Padronizar o processo de registro e tratamento das reclamações dos clientes é uma etapa importante, que possibilita uma maior proximidade com ele e uma melhoria contínua dos processos de gestão do serviço de alimentação, que culminam em uma maior satisfação e fidelidade do cliente.³⁴

No que se refere à satisfação do comensal em relação ao tamanho da porção proteica servida nos RU, é comumente observada significativa insatisfação.^{10,11} No restaurante objeto de pesquisa, a porção proteica a ser servida ao cliente é estabelecida contratualmente como de 100 a 120 gramas da preparação pronta para o consumo. Segundo Evangelista e Castro³⁵, o prato proteico representa um dos maiores investimentos dos serviços de alimentação. Ao utilizar a curva ABC para gerenciamento de uma unidade de alimentação e nutrição, eles identificaram que a curva A (composta por carne, leite, muçarela e ovos) representou, uma média de 59,8% do gasto com insumos. Assim, não há dúvida de

que o porcionamento adequado da preparação proteica deve ser padronizado e extremamente monitorado para que atenda às determinações contratuais, não desagrade o cliente e não represente um gasto acima do previsto, com a aquisição de gêneros alimentícios.

O consumo da opção proteica foi relatado por poucos participantes do estudo, o que pode ser explicado pelo reduzido percentual deles, que indicaram ser adeptos a algum estilo de alimentação com restrição à proteína animal. Em função do hábito alimentar brasileiro ser predominantemente onívoro, é esperado que o público em geral, não tenha costume e por isso não aceite bem, consumir ingredientes utilizados nas preparações da opção proteica que sejam fonte de proteína vegetal, como substituto da animal.³⁶

No que se refere às questões que avaliaram estilo de alimentação dos participantes, foi observado em estudos realizados em RU que a quantidade de estudantes que se declararam vegetarianos, veganos ou ovolactovegetarianos, varia de 4,2% a 10,4%, assim como constatado neste estudo.^{10,11,21} Segundo pesquisa conduzida pelo Instituto Brasileiro de Opinião Pública e Estatística (Ibope),³⁷ o número de vegetarianos no Brasil passou de 8,0% em 2012 para 14,0% no ano de 2018, com expectativa de aumento nos anos seguintes.

Em um estudo realizado por Feitosa et al³⁸, que investigou a prevalência de intolerância à lactose em adultos, verificou-se que a prevalência pode variar conforme as diferentes raças, chegando a 45,0% em pardos. Apesar do reduzido percentual de estudantes com essa intolerância ou com alergia à proteína do leite, encontrado na presente pesquisa, destaca-se que não há exigência, pelo atual contrato estabelecido com a concessionária que administra o RU, de fornecimento da opção proteica sem inclusão de leite ou ovos. Mesmo sendo poucos clientes, essas características precisam ser consideradas no momento da elaboração do cardápio para que atendam minimamente este público e para que se cumpra o direito humano à alimentação adequada. Esse público despender o mesmo valor que outros usuários para ter acesso à refeição, mas pode ficar limitado no momento de se servir, tendo menos opções de alimentos. Tal ação, além de atender ao público em pauta, também auxilia na promoção do estabelecido pelo Guia Alimentar para População Brasileira, que recomenda que o consumo de alimentos de origem animal seja limitado.³⁹ Diante disso, sugerem-se modificações no cardápio, para atender melhor as preferências dos comensais, como, por exemplo, aumentar a variedade das preparações e incluir opção proteica que atendam a indivíduos com restrições alimentares.

O refluxo foi a doença mais prevalente entre a população estudada, entretanto os achados desta pesquisa divergem daqueles encontrados por Costa et al¹⁰, nos quais a doença de maior ocorrência foi obesidade, seguida de hipertensão arterial sistêmica. Contudo, no presente estudo não foi investigado a

presença de obesidade entre os estudantes. O refluxo gastroesofágico é uma doença em crescimento nos últimos anos, com alta prevalência entre estudantes, o que pode estar associado a hábitos alimentares e à qualidade de vida destes, como consumo excessivo de café, refeições irregulares, ingestão de bebida alcoólica, intensificadas com a entrada na universidade.⁴⁰ Entretanto, entende-se que em relação ao cardápio oferecido no RU, não há muito o que fazer para atender a esse público, mas podem ser realizadas ações de educação alimentar com vista à promoção de bons hábitos alimentares e de vida.

CONCLUSÃO

Foi possível identificar o perfil alimentar e as preferências dos usuários do restaurante universitário, sendo que a maioria dos jovens universitários realizava pelo menos uma das refeições por dia no RU e apresentava consumo frequente de proteína animal em detrimento do consumo da opção à base de proteína vegetal. Em relação às preferências, foi observado que os estudantes consomem salada e escolhem, na maioria das vezes, frutas como sobremesa.

A identificação do estilo de alimentação e condições de saúde ressaltam a necessidade de adaptações nas preparações servidas devido à presença de indivíduos veganos, vegetarianos, lactovegetarianos e ovolactovegetarianos, com intolerância à lactose ou alergia à proteína do leite e refluxo entre as doenças diagnosticadas.

É importante considerar as preferências dos usuários do serviço de alimentação, visto que a satisfação do cliente se dá, em grande medida, pelo atendimento às suas necessidades e expectativas. Assim, a equipe gestora do RU deve realizar o monitoramento constante da qualidade do serviço oferecido, realizando pesquisas de satisfação, a fim de obter informações que poderão subsidiar os próximos processos licitatórios proporcionando a implantação de mudanças no cardápio e/ou serviços oferecidos no RU, além de oferecer refeições mais ajustadas às necessidades do comensal.

REFERÊNCIAS

1. Leão MM, Recine E, Rochet J, Côrtes N, Morais JG, Carvalho A. O direito humano à alimentação adequada e o sistema nacional de segurança alimentar e nutricional [Internet]. Ação Brasileira pela Nutrição e Direitos Humanos (ABRANDH). 2013 [citado em 2023 nov. 30]. Disponível em: https://www.mds.gov.br/webarquivos/publicacao/seguranca_alimentar/DHAA_SAN.pdf.
2. Teo CRPA, Gallina LS, Busato MA, Cibulski TP, Becker T. Direito humano à alimentação adequada: percepções e práticas de nutricionistas a partir do ambiente escolar. *Trab Educ e Saúde*. 2016; 15(1):245-67. DOI: [10.1590/1981-7746-sol00045](https://doi.org/10.1590/1981-7746-sol00045).
3. Assunção RCLN, Bastos PV, Silva BPL, Percegoni N, Mendes LL, Binoti ML. Perfil socioeconômico, demográfico e alimentar dos usuários do restaurante popular de Juiz de Fora - MG. *Demetra Aliment Nutr Saúde*. 2017; 12(1):289-304. DOI: [10.12957/demetra.2017.23577](https://doi.org/10.12957/demetra.2017.23577).
4. Hartmann Y, Akutsu RCCA, Zandonadi RP, Raposo A, Botelho RBA. Characterization, nutrient intake, and nutritional status of low-income students attending a Brazilian university restaurant. *Int J Environ Res Public Health*. 2021; 18(1):1-12. DOI: [/10.3390/ijerph18010315](https://doi.org/10.3390/ijerph18010315).
5. Perez PMP, Castro IRR, Canella DS, Franco ADS. Effect of implementation of a university restaurant on the diet of students in a Brazilian public university. *Cien Saude Colet*. 2019; 24(6):2351-60. DOI: [10.1590/1413-81232018246.11562017](https://doi.org/10.1590/1413-81232018246.11562017).
6. Barbosa MV, Rocha TG, Silva TM, Tonini KAD, Silva TTC, Garcia SRMC. Descritores da qualidade do serviço de restaurantes universitários com foco na percepção dos clientes. *Demetra*. 2019; 14(1):e33193-e33193. DOI: [10.12957/demetra.2019.33193](https://doi.org/10.12957/demetra.2019.33193).
7. Benvindo JLS, Pinto AMS, Bandoni DH. Qualidade nutricional de cardápios planejados para restaurantes universitários de universidades federais do Brasil. *Demetra Aliment Nutr Saúde*. 2017; 12(2):447-64. DOI: [10.12957/demetra.2017.25890](https://doi.org/10.12957/demetra.2017.25890).
8. Cavalcante JM, Antonio KLS, Baratto I. Pesquisa de satisfação em um restaurante universitário no Sudoeste do Paraná-PR [Internet]. *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, São Paulo. 2017 [citado em 2023 abr. 24]; 11(68):661-6. Disponível em: <http://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/624/489>.
9. Sabbagh MIR, Barbosa MCA, Carneiro ACLL. Análise qualitativa das preparações do cardápio de um restaurante universitário. *Rev da Assoc Bras Nutr - RASBRAN*. 2022; 12(4):213-23. DOI: [10.47320/rasbran.2021.2059](https://doi.org/10.47320/rasbran.2021.2059).
10. Costa SAA, Assis FBP, Fornazari G, Vieira PM, Naves EAA. Hábitos alimentares e grau de satisfação de discentes usuários do restaurante universitário da universidade federal do triângulo mineiro [Internet]. *RBONE*. 2021 [citado em 2023 mar. 29]; 15(93):336-46. Disponível em: <http://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/1705/1113>.
11. Moreira Junior FJ, Pafiadache C, Loose LH, Piaia R, Scher VT, Peripolli A, et al. Satisfação dos usuários do restaurante universitário da universidade federal de Santa Maria: uma análise descritiva. *Rev Sociais e Humanas*. 2016; 28(2):83-108. DOI: [10.5902/2317175814891](https://doi.org/10.5902/2317175814891).

12. Universidade Federal de Juiz de Fora [BR]. Relatórios acadêmicos: graduação Governador Valadares, ativos no campus GV [Internet]. 2024 [citado em 2023 dez. 3]. Disponível em: <https://lookerstudio.google.com/reporting/29f1e527-6c4a-4234-912d-64b1bf2225de/page/uNnsC>.
13. Perez PMP, Castro IRR, Franco AS. Trajetória de mudanças das práticas alimentares de estudantes de uma universidade pública brasileira [Internet]. Cien Saude Colet. 2022 [citado em 2023 abr. 7]; 27(7):2789-803. Disponível em: <http://www.scielo.br/j/csc/a/Dx8mzjbbk4nbkWBcxpmYXrm/?lang=pt>.
14. Universidade Federal de Juiz de Fora [BR]. RU retoma funcionamento com café da manhã, almoço e jantar [Internet]. 2023 [citado em 2023 nov. 28]. Disponível em: <https://www2.ufjf.br/noticias/2023/01/04/ru-retoma-funcionamento-com-cafe-da-manha-almoco-e-jantar/#:~:text=O%20valor%20permanece%20o%20mesmo,tivemos%20que%20fazer%20v%C3%A1rios%20ajustes>.
15. Pereira P. Universidade Federal de Ouro Preto - RU informa [Internet]. Universidade Federal de Ouro Preto. 2023 [citado em 2023 nov. 28]. Disponível em: <https://ufop.br/noticias/assistencia-estudantil/ufop-informa-novos-valores-das-refeicoes-do-ru>.
16. Universidade Federal de São João Del Rei [BR]. Restaurantes universitários [Internet]. 2024 [citado em 2023 nov. 28]. Disponível em: <https://www.ufsj.edu.br/proae/restaurantes.php>.
17. Universidade Federal de Viçosa [BR]. Restaurantes universitários do campus Viçosa alteram atendimento a partir deste mês [Internet]. 2023 [citado em 2023 nov. 28]. Disponível em: <https://www2.dti.ufv.br/noticias/scripts/exibeNoticiaMulti.php?codNot=39187>.
18. Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri [BR]. Assistência estudantil: campus do Mucuri inaugura restaurante universitário [Internet]. Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri. 2023 [citado em 2023 nov. 28]. Disponível em: <https://portal.ufvjm.edu.br/noticias/2023/campus-do-mucuri-inaugura-restaurante-universitario>.
19. Universidade Federal de Itajubá [BR]. Nota à comunidade UNIFEI sobre o RU-Itajubá [Internet]. Universidade Federal de Itajubá. 2022 [citado em 2023 nov. 28]. Disponível em: <https://unifei.edu.br/blog/nota-a-comunidade-unifei-sobre-o-ru-itajuba/>.
20. G1 Triângulo e Alto Paranaíba - Uberlândia. Restaurantes universitários da UFU vão reabrir com venda de tickets exclusivamente on-line; saiba os preços e como comprar [Internet]. 2022 [citado em 2023 nov. 28]. Disponível em: <https://g1.globo.com/mg/triangulo-mineiro/noticia/2022/04/07/restaurantes-universitarios-da-ufu-va>
- reabrir-com-venda-de-tickets-exclusivamente-on-line-saiba-precos-e-como-comprar.ghtml.
21. Berbigier MC, Magalhães C. Estado nutricional e hábito alimentar de estudantes universitários em instituição pública do Brasil. Saúde e Pesquisa. 2021; 14(1):e8767. DOI: 10.17765/2176-9206.2021v14n1.e8767.
22. Rossetti FX, Silva MV. Práticas e percepções de universitários sobre alimentação: estudo qualitativo utilizando grupos focais. Segurança Aliment e Nutr. 2018; 25(3):81-93. DOI: 10.20396/san.v25i3.8652959.
23. Olivier GPF, Almeida LC, Baptista EF, Zanini RV, Zanini CRV. Custo e tempo como obstáculos para uma alimentação saudável entre universitários. Demetra Aliment Nutr Saúde. 2023; 18(0):65478. DOI: 10.12957/demetra.2023.65478.
24. Kabir A, Miah S, Islam A. Factors influencing eating behavior and dietary intake among resident students in a public university in Bangladesh: a qualitative study. PLoS One. 2018; 3(6):e0198801. DOI: 10.1371/journal.pone.0198801.
25. Leonhardt MB, Kerber M, Fassina P. Análise qualitativa das preparações do cardápio de duas unidades de alimentação e nutrição. Arch Health Sci. 2019; 26(3):153-7. DOI: 10.17696/2318-3691.26.3.2019.1428.
26. Associação Brasileira de Empresas de Refeições Coletivas - ABERC (BR). Manual ABERC de práticas de elaboração e serviços de refeições para coletividades. São Paulo: ABERC; 2015.
27. Peixoto T, Carneiro ACLL, Cardoso L. Análise do binômio tempo e temperatura de preparações à espera para distribuição em um restaurante universitário. Rev da Assoc Bras Nutr - RASBRAN. 2020; 11(1):142-61. DOI: 10.47320/rasbran.2020.1826.
28. Ministério da Saúde (BR). Recomendações para o aumento do consumo de frutas, legumes e verduras [Internet]. Brasília: Ministério da Saúde; 2022 [citado em 2023 nov. 30]. Disponível em: https://bvsm.sau.gov.br/bvs/publicacoes/policy_brief_recomendacoes_aumento_consumo.pdf.
29. Lira CRN, Silva LR, Santos EB, Fonseca MCP. Estilo de vida, consumo alimentar e composição corporal de universitários. Mundo da Saúde. 2020; 44:239-49. DOI: 10.15343/0104-7809.202044239249.
30. Carneiro MNL, Lima PS, Marinho LM, Souza MAM. Estado nutricional de estudantes universitários associados aos hábitos alimentares [Internet]. Artig Orig Rev Soc Bras Clin Med. 2016 [citado em 2023 nov. 20]; 14(2):84-92. Disponível em: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2016/08/1248/14284.pdf>.
31. Lovatto AW, Molz P, Franke SIR. Fatores associados

- ao consumo de frutas, verduras e alimentos industrializados em idosos [Internet]. RBONE. 2019 [citado em nov. 13]; 13(82):984-91. Disponível em: <http://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/1103/902>.
32. Borges EVA, Alves L, Bonnas DS, Santos ENF, Jardim FBB. Avaliação das condições higiênico-sanitárias de serviços de alimentação do município de Unaí-MG: antes e depois. Ensaios e Ciência C Biológicas Agrárias e da Saúde. 2020; 24(2):153-8. DOI: 10.17921/1415-6938.2020v24n2p153-158.
33. Conselho Federal de Nutricionistas (BR). Resolução nº 600, 25 de fevereiro de 2018. Dispõe sobre a definição das áreas de atuação do nutricionista e suas atribuições, indica parâmetros numéricos mínimos de referência, por área de atuação, para a efetividade dos serviços prestados à sociedade e dá outras providências [Internet]. Brasília: Diário Oficial da União. 2018 [citado em 2023 nov. 27]. Disponível em: <http://sisnormas.cfn.org.br:8081/viewPage.html?id=600>.
34. Braga AC, Pereira TL, Andrade Junior P. Avaliação de restaurante universitário por meio de indicadores de qualidade. Desenvolv em Questão. 2015; 13(30):306. DOI: 10.21527/2237-6453.2015.30.306-326.
35. Evangelista KP, Castro KCE. Gestão de estoques por meio curva ABC: estudo de caso em um restaurante universitário de Patos de Minas [Internet]. Perquirere. 2020 [citado em 2023 nov 27]; 17(3):27-39. Disponível em: <https://revistas.unipam.edu.br/index.php/perquirere/article/view/2062>.
36. Fonseca JFA, Marques MA, Campagnaro LB, Santos LN, Pereira LR, Martinez OGE, et al. Análise comparativa da satisfação do cardápio e aceitabilidade de preparações vegetarianas em restaurante universitário. Res Soc Dev. 2021; 10(12):e44101220109. DOI: 10.33448/rsd-v10i12.20109.
37. Sociedade Vegetariana Brasileira. Pesquisa do IBOPE aponta crescimento histórico no número de vegetarianos no Brasil [Internet]. 2022 [citado em 2023 dez. 4]. Disponível em: <https://svb.org.br/2469-pesquisa-do-ibope-aponta-crescimento-historico-no-numero-de-vegetarianos-no-brasil/41>.
38. Feitosa KF, Habeck CNR, Santos JS. Prevalência do desenvolvimento de intolerância à lactose em adultos. Res Soc Dev. 2022; 11(7):e45011730200. DOI: 10.33448/rsd-v11i7.30200.
39. Ministério da Saúde (BR). Guia alimentar para a população brasileira [Internet]. Brasília: Ministério da Saúde; 2014 [citado em 2023 nov. 16]. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf
40. Cardoso TCA, Fleury LG, Carvalho JC, Carneiro RM, Lins AF, Rebelo BRR, et al. Prevalência de sintomas de refluxo gastroesofágico e o impacto na qualidade de vida em estudantes de medicina em uma instituição de ensino superior do centro-