



UNIVERSIDADE FEDERAL DO CEARÁ
INSTITUTO DE CULTURA E ARTE
CURSO DE BACHARELADO EM GASTRONOMIA

AMANDA MOURA BARBOSA

**CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS PELOS BOLSISTAS
PERTENCENTES AO PROGRAMA BOLSA DE INICIAÇÃO ACADÊMICA NA
UNIVERSIDADE FEDERAL DO CEARÁ NO CAMPUS DO PICI**

FORTALEZA

2023

AMANDA MOURA BARBOSA

CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS PELOS BOLSISTAS
PERTENCENTES AO PROGRAMA BOLSA DE INICIAÇÃO ACADÊMICA NA
UNIVERSIDADE FEDERAL DO CEARÁ NO CAMPUS DO PICI

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Curso de Bacharelado em
Gastronomia da Universidade Federal do
Ceará, como requisito parcial para a à
obtenção do título de Bacharel em
Gastronomia.

Orientador: Profa. Dra. Alessandra
Pinheiro de Góes Carneiro

.

FORTALEZA

2023

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação
Universidade Federal do Ceará
Sistema de Bibliotecas

Gerada automaticamente pelo módulo Catalog, mediante os dados fornecidos pelo(a) autor(a)

B195c Barbosa, Amanda Moura.

Consumo de alimentos ultraprocessados pelos bolsistas pertencentes ao programa bolsa de iniciação acadêmica na Universidade Federal do Ceará no Campus do Pici / Amanda Moura Barbosa. – 2023.

48 f. : il. color.

Trabalho de Conclusão de Curso (graduação) – Universidade Federal do Ceará, Instituto de cultura e Arte, Curso de Gastronomia, Fortaleza, 2023.

Orientação: Prof. Dr. Alessandra Pinheiro de Góes Carneiro.

1. Alimentos ultraprocessados. 2. Estudantes universitários. 3. Bolsa de iniciação acadêmica. I. Título.

CDD 641.013

AMANDA MOURA BARBOSA

CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS PELOS BOLSISTAS
PERTENCENTES AO PROGRAMA BOLSA DE INICIAÇÃO ACADÊMICA NA
UNIVERSIDADE FEDERAL DO CEARÁ NO CAMPUS DO PICI

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Curso de Bacharelado em
Gastronomia da Universidade Federal do
Ceará, como requisito parcial para à
obtenção do título de Bacharel em
Gastronomia.

Aprovada em:

BANCA EXAMINADORA

Profa. Dra. Alessandra Pinheiro de Góes Carneiro (Orientadora)
Universidade Federal do Ceará (UFC)

Profa. Dra. Diana Valesca Carvalho
Universidade Federal do Ceará (UFC)

Profa. Dra. Eveline de Alencar Costa
Universidade Federal do Ceará (UFC)

A Deus.

Aos meus pais, por terem me dado todo suporte familiar.

A todos que me acompanham e me apoiaram até aqui.

AGRADECIMENTOS

A Deus por ter me dado força em todos os momentos de dificuldades.

A minha família, que em todos os momentos me forneceu um suporte psicológico e financeiro para que mantivesse meus estudos dentro da universidade.

A minha querida avó, que sempre me incentivou e incentiva a ser uma profissional dedicada.

Aos meus amigos, que sempre me apoiaram em todas as minhas decisões e foram imprescindíveis para concluir esse ciclo tão importante na minha vida.

A Universidade Federal do Ceará, e a todos que a compõem, pelo suporte acadêmico e acesso a um ensino, extensão e pesquisa de qualidade.

Aos professores, que me acompanharam ao longo de toda a minha jornada acadêmica e que se disponibilizaram em proporcionar um ensino de qualidade, ético e imprescindível para me tornar um profissional de gastronomia.

As professoras, em especial, a professora Alessandra Carneiro e a professora Eveline Alencar, que me deram oportunidade de me vincularem aos seus projetos e tornarem a minha jornada acadêmica muito mais proveitosa e única, vocês são incríveis.

A todos que passaram pela minha vida e contribuíram de alguma forma para minha formação.

Aos meus colegas de turma, pelas reflexões, críticas e sugestões recebidas.

“Cozinhar é a atividade humana por excelência; é o ato de transformar um produto "da natureza" em algo profundamente diferente.” (MONTANARI, 1949).

RESUMO

Este trabalho tem como objetivo analisar o consumo de alimentos ultraprocessados entre os estudantes pertencentes a Bolsa de Iniciação Acadêmica (BIA), da Universidade Federal do Ceará (UFC), considerando os fatores que influenciam esse padrão alimentar. A pesquisa foi realizada por meio da aplicação de um questionário sobre os hábitos alimentares, rotina e acesso à alimentação oferecida pela Universidade, especialmente pelo Restaurante Universitário (RU). Os resultados demonstraram que o consumo de alimentos ultraprocessados é elevado entre os bolsistas, sendo motivado principalmente pela praticidade que esses alimentos fornecem, pela falta de tempo e pela influência do ambiente social. Embora o RU tenha papel fundamental no acesso à alimentação de qualidade e nutritiva, o estudo apontou que, ainda sim, o consumo desses alimentos são elevados. O trabalho conclui que é necessário maior conscientização dos estudantes sobre o consumo dos ultraprocessados, bem como mais ações educativas que promovam práticas mais saudáveis e sustentáveis entre os estudantes.

Palavras-chave: alimentos ultraprocessados; estudantes universitários; Bolsa de Iniciação Acadêmica.

ABSTRACT

This study aims to analyze the consumption of ultra-processed foods among students enrolled in the Academic Initiation Scholarship (BIA) program at the Federal University of Ceará (UFC), considering the factors that influence this dietary pattern. The research was conducted through the application of a questionnaire addressing eating habits, daily routines, and access to food provided by the University, especially through the University Restaurant (RU). The results showed a high consumption of ultra-processed foods among scholarship students, mainly motivated by the convenience of these products, lack of time, and the influence of the social environment. Although the RU plays a fundamental role in providing access to quality and nutritious food, the study found that the intake of ultra-processed foods remains high. The research concludes that there is a need for greater student awareness regarding the consumption of ultra-processed foods, as well as more educational initiatives that promote healthier and more sustainable practices among university students.

Keywords: ultraprocessed foods; university students; Academic Initiation Scholarship;

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1 – Faixa etária	23
Gráfico 2 – Consumo de alimentos ultraprocessados pelos bolsistas BIA da UFC, Campus do Pici, Fortaleza.....	24
Gráfico 3 – Percentual referente a frequência alimentar	25
Gráfico 4 – Motivação para o consumo de alimentos industrializados pelos bolsistas BIA da UFC, Campus do Pici, Fortaleza, 2022.....	26
Gráfico 5 – Percentual referente a tabela nutricional	27
Gráfico 6 – Percentual referente às refeições realizadas no dia-dia	28
Gráfico 7 – Alimentos consumidos pelos discentes	31
Gráfico 8 – Referente a alimentação dos discentes	32
Gráfico 9 – Sobre a dinâmica social na alimentação dos discentes	34
Gráfico 10 – Referente ao preparo e consumo dos alimentos	35
Gráfico 11 – A importância do Restaurante Universitário	36

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

BIA	Bolsa de Iniciação Acadêmica
FAO	Organização das Nações Unidas para a Alimentação e Agricultura
NUPENS	Núcleo de Pesquisas Epidemiológicas em Nutrição e Saúde
PRAE	Pró-Reitoria de Assuntos Estudantis
PROGRAD	Pró-Reitoria de Graduação
RU	Restaurante Universitário
UFC	Universidade Federal do Ceará
USP	Universidade de São Paulo

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	11
2	OBJETIVOS	14
3	REFERENCIAL TEÓRICO	14
3.1	Alimentação.....	14
3.2	A gastronomia e sua interdisciplinaridade	15
3.3	Comensalidade	16
3.4	Classificação dos alimentos	17
3.4.1	<i>Alimentos minimamente processados</i>	17
3.4.2	<i>Alimentos processados</i>	17
3.4.3	<i>Alimentos ultraprocessados</i>	17
3.5	Bolsa de Iniciação Acadêmica	19
4	METODOLOGIA	20
5	RESULTADOS E DISCUSSÃO	22
5.1	Perfil dos discentes	23
5.2	Consumo de alimentos industrializados	23
6	CONSIDERAÇÕES FINAIS	37
	REFERÊNCIAS	38
	APÊNDICE A – A – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO.....	42
	APÊNDICE B – CONSUMO DE ALIMENTOS INDUSTRIALIZADOS PELOS DISCENTES DA BOLSA DE INICIAÇÃO ACADÊMICA DO CAMPUS DO PICI DA UNIVERSIDADE DO CEARÁ.....	44

1 INTRODUÇÃO

Com o advento da globalização e das mudanças nos hábitos alimentares, alguns alimentos considerados tradicionais, como arroz e o feijão, além de elementos que compõe a vegetação local e a própria proteína animal, vão se tornando cada vez mais substituídos por alternativas que levam menos tempo de preparo e que possuem maior praticidade, a exemplo disso, tem-se os alimentos ultraprocessados (BRASIL, 2021).

A Organização das Nações Unidas para a Alimentação e a Agricultura (FAO), em documento apresentado pela Fiocruz, publicado em 2019, juntamente com os pesquisadores do Núcleo de Pesquisas Epidemiológicas em Nutrição e Saúde da Universidade de São Paulo, (NUPENS/USP) revelou que o impacto dos alimentos ultraprocessados na saúde não está associado apenas aos alimentos que passam por algum tipo de processamento, na medida que vários componentes alimentícios passam por algum tipo de processamento, o problema está no consumo exacerbado de gorduras, açúcares e sódio que estão presentes nos biscoitos, bolachas, embutidos e nos enlatados (BRASIL, 2021).

A Fiocruz destaca ainda que o consumo desses alimentos se tornou bastante expressivo, principalmente pelos jovens, pois esses indivíduos entram em contato com esse tipo de alimentação muito cedo, em anos iniciais de vida, ocasionando a curto e longo prazo doenças crônicas e problemas como a compulsão alimentar. De acordo com Beserra *et al.* (2020), o consumo de produtos processados aumentou consideravelmente nos últimos anos, não apenas em países desenvolvidos, mas em países em desenvolvimento. Em se tratando do Brasil, houve um crescimento entre o ano de 1987 e 2009 respectivamente, 20,3% para 32,1%, variando entre a população adulta, crianças e adolescentes.

Verifica-se, portanto, que fatores socioeconômicos como a disponibilidade de alimentos e a falta de poder aquisitivo também são premissas que influenciam no tipo de alimentação das pessoas, fato esse comprovado com a atual conjuntura de pobreza e o retorno do Brasil ao mapa da fome (BRASIL, 2021). Vale ressaltar, que a indústria alimentícia promove uma maior difusão desses produtos, que possuem em sua tabela nutricional alto valor energético, porém ricos em gorduras e sódio, mas com preços considerados acessíveis por uma grande parcela da população que se encontra em situação de vulnerabilidade social. (BESERRA, *et al.*, 2020).

Partindo do ponto de vista da segurança alimentar, que tem como base o direito ao acesso a alimentos de qualidade e em quantidade sem que comprometa outras necessidades básicas essenciais (MULLER, *et.al*, 2010), o que tem se notado é a inversão desses valores citados, ou seja, a presença da insegurança alimentar e nutricional, pois evidencia-se que a problemática da má alimentação assola a sociedade atual, ao passo que muitas pessoas estão vivendo com alta nos preços dos alimentos e não têm muitas vezes acesso a uma proteína animal de qualidade, legumes, frutas e verduras que proporcionem verdadeiramente nutrientes essenciais para manter o bem-estar (MULLER, *et.al*, 2010).

Ainda neste contexto, o desaparecimento de práticas importantes na cultura alimentar, como o hábito de cozinhar e a própria desvalorização de insumos regionais também são uma problemática associada a esse consumo. Para além disso, a cultura alimentar possui um conjunto de práticas e saberes que estão diretamente vinculadas aos hábitos alimentares locais e do próprio contexto histórico-cultural, ao qual os vários povos estão inseridos (GARCIA, 2003).

Consoante a isso, percebe-se a necessidade de estudar o porquê que alguns hábitos alimentares estão sendo esquecidos na sociedade atual e o que gerou essa desvalorização, se está atrelado às problemáticas políticas sociais, a vulnerabilidade social e ao pouco incentivo no consumo de alimentos que levem benefícios à saúde dos comensais (GARCIA, 2003). Ademais, uma alimentação baseada em alimentos ultraprocessados, por exemplo, podem prejudicar o desenvolvimento dos jovens por meio de doenças, como a obesidade, hipertensão e problemas cardíacos.

A gastronomia, portanto, tem um papel fundamental nesse cenário, pois promove o resgate de alimentos e práticas alimentares que foram esquecidas ou abandonadas. Dessa forma, o profissional da gastronomia consegue reintroduzir esses elementos e torná-los novamente parte da mesa dos comensais proporcionando uma alimentação saborosa, além de levar cultura, história, nutrição e memória para quem os consome (BEZERRA, 2018, p. 110).

Dentro dessa perspectiva, buscou-se entrevistar estudantes da Universidade Federal do Ceará (UFC), que participam da Bolsa de Iniciação Acadêmica (BIA), a fim de compreender e analisar se ocorrem as problemáticas supracitadas. A BIA tem como objetivo fornecer uma ajuda de custo e o envolvimento dos alunos nas mais variadas unidades pertencentes à Universidade Federal do

Ceará, possui ainda o caráter de incentivar a permanência do discente na UFC, principalmente, estudantes em situação de vulnerabilidade socioeconômica comprovada e que possuam desempenho acadêmico eficiente.

2 OBJETIVOS

Investigar a presença de alimentos ultraprocessados na rotina alimentar dos bolsistas da BIA.

3 REFERENCIAL TEÓRICO

3.1 Alimentação

A alimentação cada vez mais tem acompanhado as novas demandas que surgiram com a urbanização e, claro, com a necessidade de mudanças no estilo de vida das pessoas, seja por questões financeiras, disponibilidade de alimentos, tempo ou pela praticidade (GARCIA, 2003). É preciso compreender que diante dessa perspectiva também ocorreu o desenvolvimento de práticas e técnicas que facilitaram a produção alimentícia, principalmente diante da mecanização dos setores e serviços, na mudança das pessoas do campo para a cidade além da maneira pela qual as pessoas se relacionavam com o comércio, à medida que surgiram as indústrias diante do fenômeno da globalização (GARCIA, 2003).

Para além disso, a alimentação objetiva também uma análise de fenômenos dentro da sociedade, como a própria dinâmica civilizatória que fez com que ocorresse o processo de introdução alimentar e também resistência com alguns outros alimentos dentro do contexto de colonizadores e colonizados. A alimentação surge como símbolo estruturante da sociedade, à medida que ajuda na construção de identidades, etnias, do próprio prazer à mesa, na promoção de saúde ou que leva danos à saúde, configurando-se também como uma fonte de análise social (AZEVEDO, 2017).

Segundo Portilho *et al.* (2011), a alimentação não retrata apenas questões ligadas à segurança alimentar e nutricional, aos direitos humanos ou as desigualdades sociais no acesso à comida, também está intimamente relacionada com a dominância da indústria, das multinacionais, do crescimento mercadológico e, claro, do agronegócio. O que retrata muito o que será fornecido em forma de alimentos para as pessoas, principalmente se for levado em consideração o contexto social de cada indivíduo.

Partindo desse ponto de vista, Garcia (2003) afirma que a renda é um

fator determinante para o tipo de comida que as pessoas terão acesso, na medida que os indivíduos que possuem baixa renda muitas vezes são submetidos a comprarem alimentos de baixa qualidade, ricos em gorduras e açúcares e que, portanto, podem prejudicar a saúde dos mesmos. Vale mencionar que ainda existe a problemática da desinformação, em que muitas pessoas desconhecem a funcionalidade da tabela nutricional, o que prejudica ainda mais o entendimento do indivíduo acerca do alimento que está sendo ingerido.

Nesse contexto, a alimentação tem grande papel na vida das pessoas, a partir do alimento ingerido, é possível indicar os benefícios e malefícios do seu consumo. Ademais, a comida pode agir como um indicador de qualidade de vida, à proporção que além do prazer e saciedade, os alimentos fornecem nutrientes essenciais, à exemplo, das proteínas, das vitaminas e dos minerais (MORATOYA *et al.* 2013). Além disso, a alimentação é um direito garantido constitucionalmente, logo independente da renda ou classe social todas as pessoas devem se alimentar de forma adequada (MORATOYA *et al.* 2013).

3.2 A gastronomia e sua interdisciplinaridade

A gastronomia dentro da sua transversalidade fomenta alguns conceitos importantes para que se compreenda a complexidade de tudo aquilo que pode ser nutrido. Nesse contexto, exige-se conhecimentos que perpassam apenas os de cunho técnico e prático, o entendimento sobre a antropologia, sociologia, economia, química, agricultura, saberes tradicionais e que acompanham o avanço tecnológico (PETRINI, 2006).

Em se tratando de gastronomia, Sugizaki (2021) menciona que os projetos políticos pedagógicos dos cursos de gastronomia, já introduzem domínios e saberes que viabilizam o estudo das mais variadas vertentes que compõe a dinamicidade que se tem dentro dessa área. São estudos voltados para valorização da gastronomia regional, promoção da saúde, preservação da saúde e da biodiversidade, diminuição do desperdício de alimentos e a utilização integral dos alimentos e, claro, a preservação do meio ambiente.

Para além disso, Franzoni *et al.* (2016) cita que a alimentação sempre teve papel fundamental na história do homem, à medida que os estudiosos possuem interesses pela disponibilidade de perspectivas e ramificações que a gastronomia

fornece enquanto área de estudo teórico-prática, permitindo o conhecimento das mais variadas vertentes pertencentes na sociedade, como já citado acima.

3.3 Comensalidade

A relação da comensalidade está intimamente ligada aos hábitos alimentares e com o tipo de alimento que as pessoas irão consumir. Segundo Aparecida (2010), a alimentação e comensalidade compreendem aspectos históricos e antropológicos, que desde os primórdios o homem compartilha os alimentos como forma também de socializar.

A descoberta do fogo, por exemplo gerou interações sociais, bem como a cocção dos alimentos, revelando que o hábito de cozinhar se torna uma prática importante não apenas para o preparo de refeições nutritivas, mas a união à mesa, ela ainda afirma que essa união proporciona benefícios emocionais, nutricionais e relacionais para uma melhor qualidade de vida entre os jovens e, claro, os familiares (APARECIDA, 2010).

Woortmann (2009), pontua que os hábitos alimentares, bem como os padrões alimentares estão relacionados com as escolhas dos alimentos, à exemplo disso, tem-se o tipo de comida preferida e as refeições que são consideradas proibidas culturalmente ou que devem ser evitadas e que acabam por constituir uma identidade, linguagem e memória. As relações familiares, portanto, também ressaltam a importância do alimento, ou seja, a comensalidade juntamente com o alimento, estão estritamente ligadas e expressam por meio da sociabilidade, a importância de hábitos tão costumeiros, como o de comer à mesa, o próprio pré-preparo das refeições e, claro, do cozimento dos alimentos (WOORTMANN, 2009).

Além disso, o consumo de alimentos maléficos à saúde também pode estar atrelado aos fatores sociais e ao tipo de relação familiar que os indivíduos têm em seu lar. Sendo importante enfatizar que além dessas problemáticas supracitadas, algumas questões são determinantes no acesso aos alimentos, principalmente na sociedade moderna, em que a estrutura socioeconômica determinará o tipo de alimento ao qual as pessoas poderão consumir. Vale ressaltar, que mesmo diante das disparidades econômicas entre países desenvolvidos e países em desenvolvimento, estudos epidemiológicos revelam semelhanças no consumo alimentar, sobretudo relacionado ao padrão alimentar que se tornou uma

preocupação nos países em desenvolvimento devido ao avanço tecnológico na indústria de alimentos e pela capitalização da economia (DIEZ-GARCIA, R.W. 2003).

3.4 Classificação dos alimentos

3.4.1 Alimentos minimamente processados

De acordo com o Guia Alimentar para a População Brasileira (2014), os alimentos minimamente processados passam por alterações mínimas dentro da indústria, como a moagem, secagem e pasteurização, à exemplo disso tem-se as frutas frescas e as frutas secas, verduras, legumes, arroz, milho, cogumelos, iogurte (sem açúcar ou outras substâncias), ovos e leite (BRASIL, 2014).

3.4.2 Alimentos processados

Ainda de acordo com Guia alimentar para a População Brasileira (2014), os alimentos processados são definidos como ingredientes que podem ser minimamente processados ou *in natura*, mas que são acrescidos de algum aditivo para que lhe deem maior durabilidade, como o sal ou açúcar, alguma substância de uso culinário como o próprio óleo e o vinagre, conservas de legumes, compotas de frutas, queijos e pães, vale mencionar, que essas substâncias podem alterar de certa forma a composição nutricional dos alimentos dos quais derivam. (BRASIL, 2014)

As técnicas desse processamento possuem semelhanças com as do uso culinário, tendo como exemplo o acondicionamento dos alimentos, secagem, fermentação, salmoura e a cocção (BRASIL, 2021).

Entende-se, dessa forma, que os processados realmente têm o objetivo de promover uma maior durabilidade dos alimentos. Entretanto, é preciso citar a perda de nutrientes dos alimentos devido aos processamentos que eles passam, pois ocorre uma alteração considerada negativa na composição nutricional desses alimentos, havendo uma perda (BRASIL, 2021).

3.4.3 Alimentos ultraprocessados

Os alimentos ultraprocessados passam por várias etapas de

processamento, técnicas, ingredientes como, o sal, o açúcar, as gorduras e as substâncias que são de uso das grandes indústrias, por exemplo, substâncias obtidas com o processamento de óleos, gorduras e carboidratos, bem como outras obtidas a partir da extração de fontes orgânicas como o petróleo e o carvão (BRASIL, 2014). Os alimentos ultraprocessados podem ser desde o macarrão instantâneo, como os salgadinhos de pacotes, bolachas, biscoitos, tempero pronto, sopas em pó, entre outros (BRASIL, 2014).

Recomenda-se evitar o consumo desses alimentos, entretanto, de acordo com Belik (2014), os brasileiros nos últimos anos têm consumido de forma considerável os alimentos processados e ultraprocessados. Belik (2014), ainda faz um paralelo dos alimentos *in natura*, expondo que o consumo desses alimentos obteve queda de 7% em relação ao consumo dos ultraprocessados, que obteve aumento de 46%, além disso, o consumo de refeições prontas e congeladas (lasanhas e pizzas) cresceu cerca de 250%; esses dados retratam a diminuição do consumo de alimentos que exigem preparo e cozimento em casa, com processos mais longos, estando isso atrelado ao tempo reduzido que os indivíduos possuem atualmente em seu dia-dia, além do pouco incentivo em preparar-se o próprio alimento e os diversos fatores socioeconômicos que impactam na aquisição dos alimentos.

Além disso, esse alto consumo revelado por Belik (2014), é prejudicial à medida que esses alimentos apresentam em sua composição nutricional, como já citado, altos índices de gorduras, açúcares e sódio, que se consumidos de forma indiscriminada acabam por desenvolver várias patologias, à exemplo disso, tem-se a diabetes e a hipertensão. Vale mencionar que não são apenas problemas relacionados à saúde, mas a perda de hábitos culturais ligados à culinária e o desuso de alimentos que fazem parte do dia-dia das pessoas e caracterizam a cultura alimentar regional.

3.5 Bolsa de Iniciação Acadêmica

A Bolsa de Iniciação Acadêmica (BIA) é uma iniciativa da Universidade Federal do Ceará mediada pela Pró-Reitoria de Assuntos Estudantis, a bolsa visa incentivar a permanência dos estudantes em situação de vulnerabilidade socioeconômica comprovada, principalmente nos semestres iniciais de curso, na

Universidade, dessa forma, fornecendo além de ajuda financeira, a inserção dos estudantes nos mais variados projetos de extensões e pesquisas pertencentes a Universidade.

A bolsa promove um maior engajamento dos alunos na Universidade, à medida que os discentes possuem uma variedade de projetos, com diversas áreas de atuação, contribuindo para o crescimento acadêmico e pessoal dos alunos.

4 METODOLOGIA

Acerca dos pressupostos metodológicos, a presente pesquisa se caracteriza como de campo, visto que foi realizada com discentes pertencentes a Bolsa de Iniciação Acadêmica da Universidade Federal do Ceará. Nesse contexto, Lakatos e Marconi (2003), pontuam que a pesquisa de campo, é um objeto para obtenção de informações pertinentes que fornecem conhecimentos a partir de um problema para o qual se procura uma resposta, comprovação ou a descrição de quais os fenômenos envolvidos e as relações entre eles.

Além disso, salienta-se o caráter descritivo da pesquisa possuindo uma abordagem qualitativa, à proporção que se constroem teorias referentes ao tema pressuposto. Ademais, foi aplicado um questionário/formulário que foi gerado a partir de um roteiro de perguntas sobre os alimentos industrializados. Por meio da plataforma *Google Forms* em meio eletrônico, referente ao consumo de alimentos processados e ultraprocessados presente no (APÊNDICE A).

O formulário foi principalmente divulgado nas redes sociais, como *Whatsapp* e com o auxílio da própria Pró-Reitoria de Assuntos Estudantis (PRAE), por meio do e-mail, que se disponibilizou em divulgar para os bolsistas a pesquisa proposta (APÊNDICE A).

Todavia, a pesquisa também se caracteriza como quantitativa, pois houve uma coleta de dados estatísticos que foram categorizados por meio das informações obtidas nas respostas do formulário eletrônico com os bolsistas (PRODANOV, FREITAS, 2003).

Com relação aos objetivos da pesquisa, ela se caracteriza como descritiva e explicativa. Segundo Gil (2017), as pesquisas descritivas têm como objetivo estudar as populações, os fenômenos e as relações que estão correlacionadas com as características de um determinado grupo, sexo, procedência, nível de escolaridade, estado de saúde físico e mental, bem como a utilização técnicas padronizadas para a coleta de dados referentes a questionários, observação e sistemática.

O método abordado na pesquisa foi indutivo, pois parte de uma premissa menor e generaliza (PRODANOV; FREITAS, 2013). A priori, realizou-se uma pesquisa bibliográfica, permitindo uma imersão nos estudos que discorrem sobre a temática supracitada, o que proporcionou o contato do pesquisador com o objeto de

pesquisa. (LAKATOS; MARCONI, 2003).

Dessa maneira, foi adicionado estudos que abordaram de forma coesa a correlação do consumo de alimentos processados e ultraprocessados com o abandono de práticas culinárias, à exemplo disso o hábito de cozinhar. Essa busca bibliográfica ajudou o processo de coleta de dados para o levantamento das eventuais problemáticas envolvidas no consumo de alimentos processados e ultraprocessados, além dos determinantes que condicionam para a elaboração da pesquisa e, em específico, com os discentes pertencentes a Bolsa de Iniciação Acadêmica.

Vale ressaltar, que o questionário foi aplicado no período de maio a junho de 2022. Considerando porcentagem a partir do universo das questões baseados nos itens respondidos. A construção da análise de dados se deu por meio de leituras, anotações, artigos, dissertações, teses, livros, no meio virtual, como os periódicos da capes, *Google Acadêmico*, entre outros. Sempre enfatizando a importância da gastronomia para a construção da pesquisa para uma maior compreensão.

Realizou-se uma busca virtual intitulada “Alimentos industrializados”, para elencar as perguntas direcionadas ao formulário, após essa análise os resultados obtidos através da coleta de dados via *Google Forms*, de forma quantitativa e qualitativa, proporcionou identificação dos principais motivantes relacionados ao consumo de alimentos industrializados.

5 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Nesta seção, serão fornecidos os resultados obtidos por meio do formulário direcionado para os discentes pertencentes a bolsa de iniciação acadêmica (BIA) da Universidade Federal do Ceará. O método de participação da BIA depende do cadastro dos orientadores responsáveis pelos projetos.

Neste contexto, após a aplicação do formulário intitulado “Pesquisa sobre o consumo de alimentos industrializados pelos discentes da Bolsa de Iniciação Acadêmica da Universidade Federal do Ceará no Campus do Pici”, ao qual haviam 19 perguntas referente a temática acima, obtiveram-se 28 respostas. O questionário teve como premissa investigar a presença de alimentos industrializados no consumo alimentar de estudantes do programa BIA da UFC, observando sua relação com as condições socioeconômicas.

Segundo o edital da Pró Reitoria de Assuntos Estudantis (PRAE), são disponibilizadas até 1800 vagas para os estudantes matriculados regularmente na UFC que frequentam as aulas de forma presencial e que se adequam aos requisitos socioeconômicos e acadêmicos. Dessas 1800 vagas, até 1460 são disponibilizadas para o Campus de Fortaleza.

Diante da quantidade supracitada de vagas disponibilizadas, percebe-se uma baixa adesão do formulário, à medida que se obteve apenas 28 respostas. A dificuldade também aconteceu na divulgação do formulário, pois mesmo com a difusão nas redes sociais, e via e-mail com o auxílio da PRAE, não houve uma adesão significativa dos estudantes, em contrapartida, percebe-se que alunos de cursos diversos da Universidade participaram, à exemplo os cursos de agronomia, biotecnologia, ciências atuariais, ciências biológicas, educação física, engenharia elétrica, engenharia civil, engenharia de pesca, engenharia química, física, matemática industrial, teatro, engenharia de alimentos e estatística .

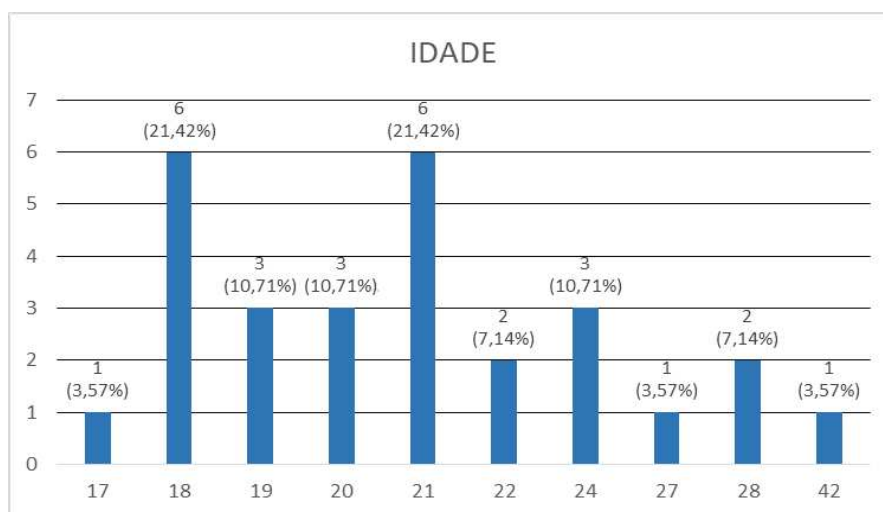
Ainda nesse contexto, a escolha dos indivíduos deve-se pela proximidade da pesquisadora com a UFC e pela compreensão de que muitos discentes encontram na universidade pública, através do Restaurante Universitário, que oferta desde arroz, feijão, proteínas, frutas e sobremesas.

5.1 Perfil dos discentes

Em relação ao curso a que pertence os discentes participantes da pesquisa, os cursos de agronomia, biotecnologia, ciências atuariais, ciências biológicas, educação física, engenharia elétrica, engenharia civil, engenharia de pesca, engenharia química, física, matemática industrial, teatro, engenharia de alimentos, engenharia de telecomunicações, design de moda e estatística, obtiveram a porcentagem de 3,6% (n=1). Enquanto o curso de geografia e de gastronomia obtiveram 10,7% (n=3); sistemas e mídias digitais obteve 7,1% (n=2).

Desse quantitativo, 71,4% (n=20) encontravam-se no primeiro semestre; 14,2% (n=4) são do sexto semestre; e 3,6% (n=1) são pertencentes ao quinto e ao sétimo semestre. Dentre os pesquisados, a idade variava entre 17 e 42 anos, como demonstra o Gráfico 1.

Gráfico 1 – Faixa etária (n=28)



Fonte: Autor (2022).

5.2 Consumo de alimentos industrializados

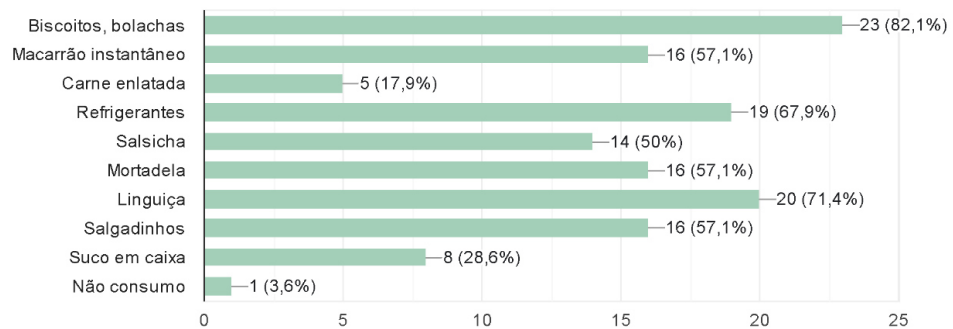
Após a análise do formulário observou-se que os 28 participantes da pesquisa conhecem os alimentos industrializados, o que totalizou 100% (n=28) das respostas para essa pergunta. Dentre esses, 85,7% (n=24) têm o hábito de consumi-los, enquanto 10,7% (n=3) não têm o hábito de consumi-los e apenas 3,6% (n=1) não souberam responder.

Quanto às escolhas dos alimentos, dentro da categoria dos ultraprocessados verificou-se, como mostrado no Gráfico 2, que o consumo de biscoitos e bolachas tiveram uma maior porcentagem com relação aos demais alimentos citados, tendo seu consumo sido relatado por cerca de 82,1% (n=23) dos participantes, seguido de linguiça, com 71,4% (n=20) e refrigerantes 67,9% (n=9), esta informação é muito expressiva tendo em vista que esses elementos têm alto teor de açúcares e gorduras, que em consumo excessivo são maléficos para a saúde.

Gráfico 2 – Consumo de alimentos ultraprocessados pelos bolsistas BIA da UFC, Campus do Pici, Fortaleza, 2022 (n=28)

3. Quais os alimentos industrializados abaixo você diria que consome? Pode marcar mais de uma opção

28 respostas



Fonte: Autor (2022)

Nesse contexto, SILVA *et al.* (2021), pontua que o fornecimento de alguns alimentos no mercado brasileiro, como refrigerantes, bebidas açucaradas, embutidos, biscoitos recheados, salgadinhos fritos e assados, guloseimas, macarrão instantâneo e pizzas compreendem os alimentos ultraprocessados (AUP) mais consumidos, principalmente pelos adolescentes, ainda pontua-se que é uma tendência crescente na atualidade e que vai de confronto com a ideia do consumo de alimentos minimamente processados (AMP), frutas hortaliças, feijão e o próprio consumo de leite. Dessa maneira, gerando uma problemática do menor consumo de alimentos nutritivos.

Ainda para SILVA *et al.* (2021), pela característica multifatorial, no que se trata do consumo alimentar, ainda é possível modificar alguns hábitos alimentares

que sejam prejudiciais à saúde, como o consumo corriqueiro de AUP, por meio de uma educação alimentar e nutricional.

Observa-se, no Gráfico 4, que a frequência de ingestão de alimentos industrializados é evidenciada pelo menos de 1 a 2 vezes por semana representando 50% (n=14) dos discentes, em contrapartida 32,1% (n=9) consomem esses alimentos de 3 a 4 vezes um dado alarmante, à medida que esse consumo pode levar danos à saúde.

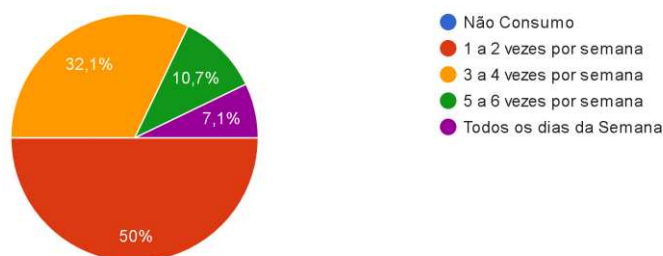
Segundo Bielemann, *et al.* (2014), os indivíduos que consomem alimentos e não verificam o que será ingerido acabam sendo atrativos para a indústria, à medida que esse setor objetiva fornecer cada vez mais alimentos de fácil manipulação, práticos para o consumo, sensorialmente saborosos e com uma durabilidade boa para a população.

Para Andretta *et al.* (2021), a importância de uma educação alimentar e nutricional favorece uma diminuição nesse consumo, à medida que a substituição de lanches industrializados por alimentos minimamente processados traz mais saúde aos comensais.

A prevalência de hábitos que não permitam uma maior aproximação do comensal com o seu alimento favorece esse consumo, principalmente na atual conjuntura do crescimento de alimentos rápidos e práticos classificados como processados e ultraprocessados (ANDRETA *et al.*, 2021).

Gráfico 3 - Percentual referente a frequência alimentar (n=28)

4. Com que frequência você consome esses alimentos? Considere um ou mais dos alimentos listados acima.
28 respostas

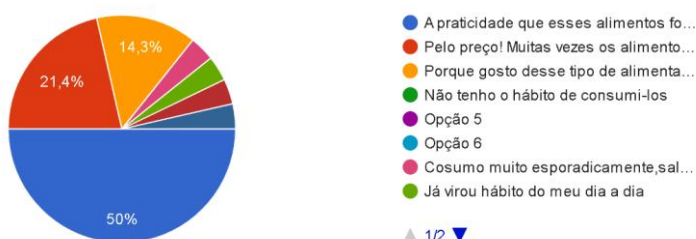


Fonte: Autor (2022).

Aos aspectos para o consumo de alimentos dessa categoria, identificou-se que 50% (n=14), dos discentes consumiam esses alimentos pela praticidade, como observa-se no Gráfico 4, precisamente no item “A praticidade que esses alimentos fornecem”, que indubitavelmente teve o maior percentual em comparação aos outros itens listados, vale ainda salientar que 21,4% (n=6) informaram que o consumo de AUP estava relacionado ao preço e 14,3% (n=4) porque gostavam. Os motivadores para este consumo revelam que a praticidade dos alimentos ultraprocessados tornam-se uma opção na hora das refeições principalmente pela sua praticidade no preparo e também pelo seu baixo preço que consequentemente proporciona um maior acesso para a população em situação aquisitiva mais vulnerável.

Gráfico 4 – Motivação para o consumo de alimentos industrializados pelos bolsistas BIA da UFC, Campus do Pici, Fortaleza, 2022. (n=28)

5. O que te faz optar por alimentos industrializados?
28 respostas



Fonte: Autor (2022)

Outro dado avaliado foi relativo ao hábito dos entrevistados em verificar as informações fornecidas nos alimentos, onde 57,1% (n=16) responderam que “sim”, enquanto 42,2% (n=12) responderam que “não”.

No que se trata da verificação da tabela nutricional (Gráfico 5), como um dos itens pontuados no formulário, 14,3% (n=4) observam os índices de sódio, 17,9% (n=5) de gordura e 28,6% (n=8) verificam a quantidade de calorias; já a data de validade é conferida por 64,3% (n=18) e a presença de glúten por 3,6% (n=1). Em um outro item, pontuado pelo próprio pesquisado, demonstra que não há uma

verificação do rótulo, porque ele entendia que muitos dos alimentos escolhidos para a sua alimentação poderiam ser prejudiciais à saúde.

Tendo em vista as respostas, verifica-se que a rotulagem tem extrema importância para aproximar o consumidor do alimento ao qual ele está adquirindo. Dessa forma, a rotulagem nutricional, por exemplo, pode ser definida como um informativo sobre as propriedades nutricionais de um alimento para que haja a compreensão de valores energéticos dos nutrientes, toda via é necessária que os consumidores entendam as informações contidas nas embalagens (CAVADA *et al.*, 2012).

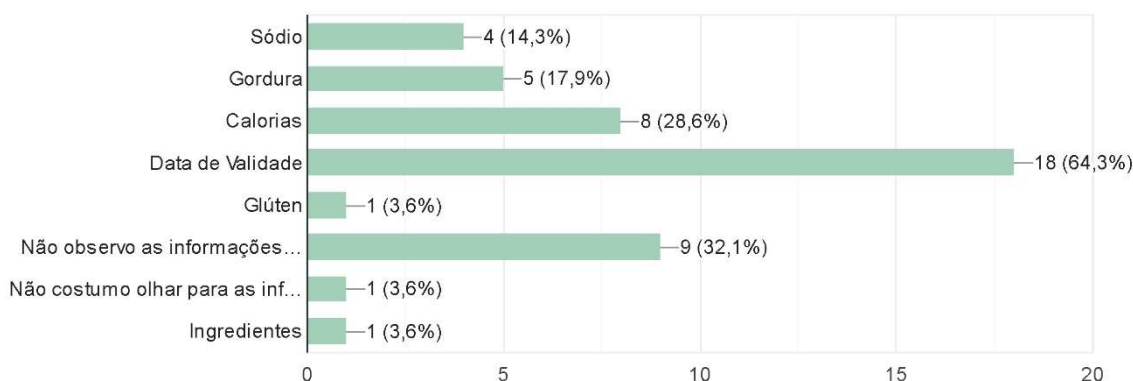
Nesse mesmo contexto, Almeida (2022) pontua que a tabela nutricional tem o papel de fornecer, de maneira detalhada, o valor energético dos alimentos, seus nutrientes, bem como as substâncias que possam estar presentes nas bebidas, nos ingredientes, e nos aditivos alimentares.

Além disso, a tabela nutricional tem suma relevância e por isso é obrigatória nos produtos alimentícios, principalmente pelo consumidor não participar de maneira direta da produção dos mesmos. A legislação vigente relacionada a nova rotulagem nutricional 429/2020 e IN 75/2020 ressalta sobre as informações obrigatórias na tabela nutricional frontal que é direito consumidor compreender sobre que tipo de alimento ele está comendo.

Gráfico 5 – Percentual referente a tabela nutricional (n=28)

7. Se você olha para as informações contidas nos rótulos dos alimentos, o que você costuma verificar?

28 respostas

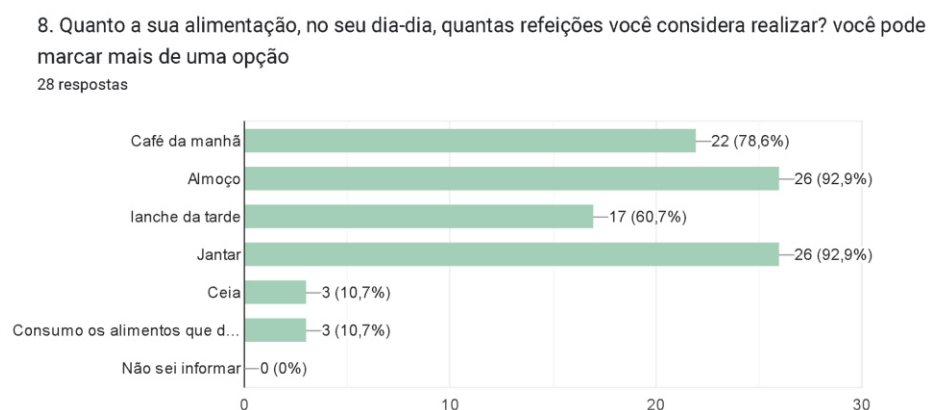


Fonte: Autor (2022)

Quanto a alimentação dos discentes (Gráfico 6), precisamente do número de refeições, pontuando: o café da manhã, almoço, lanche da tarde, jantar, ceia e a opção “consumo os alimentos que desejo durante o meu dia”. Dentre os 28 participantes, 78,6% (n=22) realizavam o café da manhã; 92% (n=26) almoçavam, enquanto que 60,7% (n=17) tomavam café da tarde, já durante o jantar 92% (n=26) realizavam essa refeição e 10,7% (n=3) revelaram que consomem os alimentos que desejam.

De acordo com Trancoso *et al.* (2010), o guia alimentar para a população brasileira revela que para uma alimentação saudável é necessário existir uma variedade de alimentos com os tipos e quantidades recomendadas, sendo necessário realizar pelo menos as 3 refeições do dia, café da manhã, almoço e jantar, além de pequenos lanches realizados ao longo do dia. Trancoso ainda revela a importância do café da manhã, à média que é a primeira refeição realizada no dia, possuindo como sinônimo o desjejum que vem do latim e significa o rompimento do jejum mantido durante o sono.

Gráfico 6 – Percentual referente às refeições realizadas no dia-dia (n=28)



Fonte: Autor (2022)

Quanto aos dados obtidos referentes sobre a contribuição e interferência de uma rotina de estudos no consumo de alimentos industrializados, verificou-se que 100% (n=28) responderam que existia sim uma influência neste tipo de alimentação.

É importante salientar que em âmbito universitário os discentes possuem hábito de se alimentar de maneira rápida e prática, principalmente pela rotina intensa muitas vezes de estudos e carga horária longa, dessa maneira contribuindo para que não ocorra a realização das refeições de maneira adequada, principalmente para os estudantes que moram longe da universidade (ARAUJO, 2016). Indubitavelmente estudantes que veem de outra cidade ou que vivem em alojamentos estudantis podem sofrer influência de alimentos industrializados principalmente tratando-se de lanches rápidos com teor de calorias elevadas, bem como as mudanças sociais e de cunho comportamental (CARVALHO, 2021).

De acordo com Carvalho (2021), numa pesquisa realizada com os estudantes de uma universidade do Nordeste, no que trata de mudança de cidade para estudar, os estudantes relacionam a alimentação prática e rápida e muitas vezes inadequada com o desempenho acadêmico e também na preocupação em participar das relações sociais e culturais muitas vezes não se preocupando com a sua alimentação, principalmente no que se trata de refeições nutritivas.

Com relação a preocupação com a ingestão de alimentos que são consumidos (Gráfico 7) 71,6% dos estudantes responderam que se preocupam, enquanto 28,6% responderam que não. Os itens 11 e 12 avaliados no questionário revelaram-se interessantes quanto ao consumo de frutas; legumes e vegetais; ovos; carne vermelha; frango; peixe; arroz; feijão; macarrão; cuscuz; leite; queijo; suco natural; os discentes consideravam sua alimentação, em que os itens pontuam se a alimentação dos participantes da pesquisa era composta de frutas, legumes e proteínas; ou se era uma alimentação composta por alimentos nutritivos e também industrializados; ou se era uma alimentação composta por alimentos industrializados na maioria das refeições realizadas.

Dentre as porcentagens obtidas observa-se que no item frutas 75% (n=21) os consomem, enquanto no item legumes e vegetais 64,3% (n=18) consomem esses alimentos, um dado não tão discrepante no que se trata das frutas. Em se tratando dos ovos, 64,3% (n=18) os insere na alimentação, enquanto nos itens, carnes vermelhas, frangos e peixes, obtendo-se respectivamente que 53,6% (n=15); 100% (n=28); 17,9% (n=5), no que se trata do consumo de arroz, feijão, macarrão, cuscuz obteve-se respectivamente 96,4% (n=27); 85,7% (n=24); 67,9% (n=19) para os dois últimos itens.

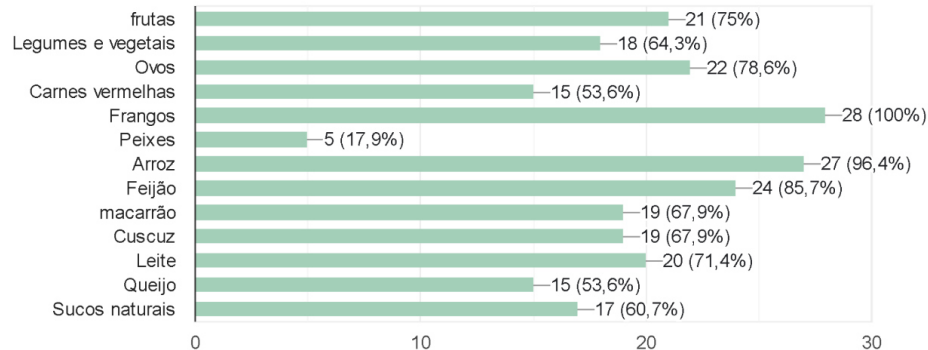
Para Sichieri (2013), o consumo de alimentos nutricionalmente favoráveis ao organismo na população brasileira, como preparações que levam feijão, milho, batata doce, aboboras, cará, quiabo, que são ricos em vitaminas, por exemplo, contém alto índice de fibras e um consequente baixo índice glicêmico são características primordiais para uma alimentação saudável, pois reduzem os riscos de doenças como colesterol alto e previne os aparecimentos de doenças crônicas como a diabetes. Fator interessante é que se evidencia o seu maior consumo em populações com renda baixa e em áreas rurais (SICHIERI, 2013).

Em contrapartida, Filho (2021) revela que devido aos processos de globalização e mudança nos hábitos alimentares tem se tornado mais evidenciado desde o final do século XX. Segundo a Avaliação Nutricional da Disponibilidade domiciliar de alimentos no Brasil realizada pelo IBGE, obtidas dos dados dos orçamentos familiares entre (2017-2018), ocorreu uma incrementação dos ultraprocessados na alimentação e consequente diminuição do consumo de alimentos *in natura* e minimamente processados no que refere as calorias ingeridas nas casas dos brasileiros (FILHO, 2021).

Já para Agência Brasil (2020), em estudo feito pela USP, dentro do cenário pandêmico que o mundo inteiro vivenciou com a presença do COVID 19, houve uma mudança considerável no consumo de alimentos “frescos” e a ingestão de uma comida mais caseira. Dessa maneira, um estudo feito pela NutriNetBrasil, ao qual foram entrevistados 10 mil participantes indica o aumento do consumo de frutas hortaliças e feijão de 40, 2% para 44,6%, no entanto, essa evolução positiva na alimentação também veio acompanhada na alta do consumo de alimentos ultra processados, principalmente na região Norte e Nordeste e entre pessoas de baixa escolaridade, efetivamente associado às desigualdades sociais presentes na conjuntura de pandemia (AGÊNCIA BRASIL, 2020).

Gráfico 7 – Alimentos consumidos pelos discentes (n=28)

11. Da lista abaixo, quais os alimentos que você mais consome? você pode marcar mais de um.
28 respostas



Fonte: Autor (2022)

Ao perguntar sobre a alimentação dos discentes, precisamente como eles a consideravam, verificou-se que 92,2% (n=26) consideram que consomem alimentos ricos em nutrientes e industrializados. Esse dado revela que mesmo existindo o consumo de alimentos industrializados, ainda sim, existe a presença de refeições com elementos que ajudam na manutenção da saúde (Gráfico 8).

De acordo com Martinelli *et.al.* (2018), uma alimentação nutritiva parte do pressuposto do consumo de vegetais e legumes, por exemplo, é imprescindível na alimentação dos comensais, pois nesses elementos é possível encontrar micronutrientes, como aos polifenóis, ácidos fenólicos, ômega 3, proteínas, gordura, principalmente se veem de origem orgânica.

Gráfico 8 – Referente a alimentação dos discentes (n=28)

12. Como você considera sua alimentação?
28 respostas



Fonte: Autor (2022)

De acordo com as respostas sobre como costumam se alimentar, constatou-se que 42,9%(n=12) mencionaram “acompanhado”, e que este momento contribuía para o que iriam comer. Logo, percebe-se que o contexto social está intimamente ligado ao tipo de alimentação que as pessoas podem ter (Gráfico 9).

Sabe-se que a alimentação não é baseada apenas nas necessidades biológicas para a manutenção da vida, afinal de contas, as relações sociais também são motivações e influenciam no que será efetivamente consumido, principalmente quando se trata do que se deseja comer no momento e pelas relações histórico-culturais, ou seja, as escolhas alimentares são baseadas nas vivências em grupos e no que é também aceito culturalmente (JOMORI *et al.*, 2008).

Vale ainda mencionar, que os determinantes que viabilizam as escolhas alimentares podem vir das relações familiares, amigos, relações trabalhistas, e também de questões ligadas aos grupos que se gostaria de estar inserido, bem como o ato de ser aceito, nesse mesmo, contexto, observa-se que as relações socioculturais se vinculam nesse comportamento à medida que os indivíduos se relacionam e tem a liberdade de escolha alimentar determinada por questões antropológicas que podem ou não serem baseadas em crenças, confiança, expectativas, intenções, envolvimento e experiências (JOMORI, *et.al.*, 2008).

Entretanto, não se pode negar o fato de que a presença das multinacionais também trouxe os alimentos ultra processados, que por sua vez possuem baixo valor nutricional e que de certa forma influenciam na perda de alguns hábitos alimentares, históricos e culturais (VICENTINI *et al.* 2015).

De acordo com as respostas obtidas no item treze do questionário, como demonstrado no Gráfico 9, percebeu-se que no tópico “acompanhado! E contribui para o que irei comer”, obteve-se 42,9% das respostas, logo, percebe-se que o contexto social está intimamente ligado com o tipo de alimentação que as pessoas podem ter.

Com base nos dados obtidos, percebe-se que o ato de se alimentar está intimamente ligado com quem o indivíduo se reunirá para efetuar sua refeição. Para Vicentini *et al.* (2015), mesmo diante de um cenário globalizado, com a presença de indústrias e na mudança do padrão alimentar, ainda sim, a alimentação brasileira pode ser considerada como algo familiar, cultural, que envolve o bem-estar, além da própria identidade e sustentabilidade.

Sabe-se que a alimentação não é baseada apenas nas necessidades biológicas para a manutenção da vida, afinal de contas, as relações sociais também são motivações e influenciam no que será efetivamente consumido, principalmente quando se trata do que se deseja comer no momento e pelas relações histórico-culturais, ou seja, as escolhas alimentares são baseadas nas vivências em grupos e no que é também aceito culturalmente (JOMORI *et al.*, 2008).

Vale ainda mencionar que os determinantes que viabilizam as escolhas alimentares podem vir das relações familiares, amigos, relações trabalhistas, e também de questões ligadas aos grupos que se gostaria de estar inserido, bem como o ato de ser aceito, nesse mesmo, contexto, observa-se que as relações socioculturais se vinculam nesse comportamento à medida que os indivíduos se relacionam e tem a liberdade de escolha alimentar determinada por questões antropológicas que podem ou não serem baseadas em crenças, confiança, expectativas, intenções, envolvimento e experiências (JOMORI, *et.al.*, 2008).

Além disso, fatores associados à economia, sociais, demográficos, a própria urbanização, o aumento ou a diminuição da renda familiar, a falta de tempo, o aumento nos preços dos alimentos ou diminuição podem contribuir para o consumo de industrializados ou outros tipos de alimentos ricos em gordura, açúcares e sódio (BEZERRA *et al.*, 2013).

Na opinião de Batista *et al.* (2013), a presença de outras pessoas no contexto social em que se vive está intimamente ligada aos padrões comportamentais e por isso pode sim ocorrer a influência nas atitudes dos indivíduos sem que eles percebam efetivamente que estão sendo influenciados. Diante desse contexto, vale mencionar que os alimentos têm papel fundamental nas interações sociais, à medida que por meio da alimentação as pessoas podem gerar vínculos de amizade além do próprio compartilhamento das refeições.

Gráfico 9 – Sobre a dinâmica social na alimentação dos discentes

13. Você costuma se alimentar sozinho ou acompanhado? E você acredita que essa diferenciação contribui para o tipo de alimento que você irá escolher?

28 respostas



Fonte: Autor (2022)

O Gráfico 10, revela que a praticidade dos alimentos industrializados ainda sim é uma alternativa viável para quem tem uma rotina intensa. Para Garcia (2003), a globalização foi um dos principais motivantes para o aumento do consumo desses alimentos, principalmente quando se relaciona ao avanço tecnológico e as novas tendências da sociedade associadas a falta de tempo para a realização de refeições mais nutritivas e que demandem mais dedicação.

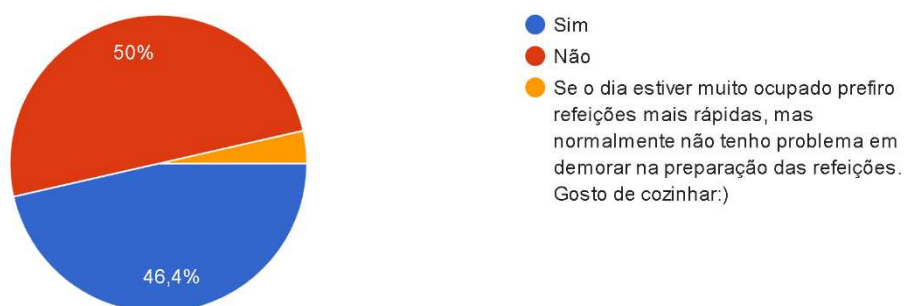
Questões referentes ao distanciamento da população do alimento são cada vez mais evidenciadas, percebe-se que com a constante mudança relacionada a maneira de produzir e também a sua distribuição (PROENÇA *et al.*, 2010). Proença *et al.* (2010), ainda destaca que a industrialização facilita esse distanciamento, à medida que dificulta o entendimento da origem dos alimentos e dos ingredientes que os compõem.

A escolha alimentar é introduzida desde a infância, sensações táteis, gustativas e olfativas sobre o que é comido fazem parte do crescimento do indivíduo, em contrapartida, as escolhas alimentares não são apenas derivadas do que se é mais nutritivo, e sim do que o setor mercadológico pode fornecer para a população e, claro, das dinâmicas e mecanismos que podem ou não interferir nas decisões que moldam e selecionam o que será ingerido, como a própria imposição de normas que prescrevem proíbem ou permitem o que se pode comer (CANESQUI, 2005).

Gráfico 10 – Referente ao preparo e consumo dos alimentos (n=28)

17. Se uma preparação exigir um longo preparo, você opta por alimentos já prontos?

28 respostas



Fonte: Autor (2022)

O Restaurante Universitário dentro de uma Universidade, promove as mais variadas refeições ao passo que existe uma dinâmica bem-organizada das refeições, contando com café da manhã para aqueles que residem nas residências universitárias, mas oferece também almoço e jantar para os discentes de toda a universidade, como é o caso da Universidade Federal do Ceará (Gráfico 11). A porcentagem obtida de 92,9% em que se pontuava se os discentes concordavam que restaurante universitário (RU), contribui para uma alimentação saudável demonstra a sua importância dentro da dinâmica estudantil. Um dado interessante é relatado por um dos discentes, referente a quantidade de proteína fornecida durante as refeições, ele questiona que a quantidade é indevida.

Nesse contexto, o RU ele fornece uma variedade de benefícios aos comensais, não somente na alimentação, à medida que as pessoas geram vínculos neste ambiente, mas o prazer de realizar uma refeição com o preço acessível, a própria praticidade que o restaurante fornece entre uma aula e outra e a necessidade que se tem de realizar uma refeição que forneça a energia necessária para lidar com o dia-dia da universidade (VIDRIK, 2006).

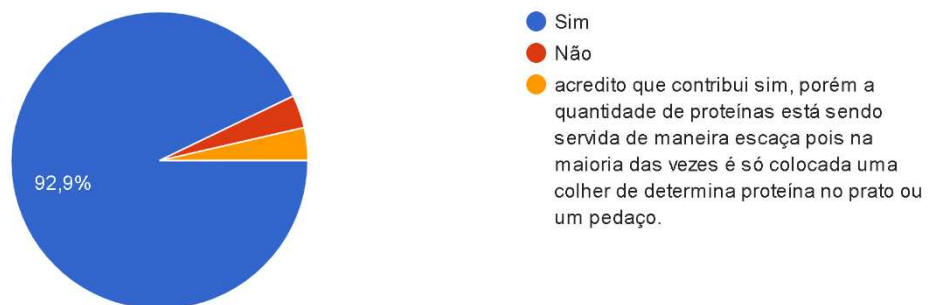
Para Klassen *et al.* (2005), o tipo de alimentação fornecido nos Campus é diferenciado do que acontece normalmente nos restaurantes convencionais, pois nestes as pessoas vão apenas com intuito de comer, e no segundo atende a dinâmica de estudos, principalmente para estudantes que estudam de forma integral.

Dessa maneira, compreende-se que o RU deve fornecer uma refeição de qualidade e baixo custo que atendam os discentes e os funcionários da Universidade, atendendo as necessidades nutricionais dos comensais, por isso o RU tem o fornecimento de um cardápio que atende qualitativamente como quantitativamente de forma variada e equilibrada, contando com o apoio de técnicos em alimentação e nutricionistas para o desenvolvimento dessas refeições, vale salientar que o acompanhamento higiênico-sanitário também se faz necessário (JUNIOR *et al.*, 2015).

Gráfico 11 – A importância do Restaurante Universitário
(n=28)

19. Você acredita que o restaurante universitário contribui para uma alimentação saudável, com a presença de vegetais, legumes, grãos (arroz; feijão), carnes e frutas?

28 respostas



Fonte: Autor (2022)

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante dessa perspectiva, a importância dessa pesquisa demonstra que o consumo de alimentos industrializados não está associado apenas a questões de cunho financeiro, à medida que os indivíduos pesquisados apontam que dentro do meio social existe sim a influência no que se irá comer e a própria dinâmica do dia-dia afeta também nas refeições realizadas ao longo do dia.

Em contrapartida, o consumo de alimentos processados e ultraprocessados mostra-se expressivo nos dados coletados, principalmente pela praticidade dos alimentos ultraprocessados, ao passo que muitos desses alimentos contêm altos teores de açúcares e gorduras, que de maneira temporária dar uma saciedade a quem os consomem.

Vale salientar, que quando se trata de leitura da rotulagem, principalmente do entendimento da tabela nutricional, os discentes mostram que não há tanto essa preocupação, até porque diante de um dia corrido, esse tipo de alimentação é bastante evidenciado. Percebe-se, portanto, que fatores econômicos são evidenciados nesse consumo, porém questões ligadas a comensalidade e a dinâmica do dia-dia do discente dentro da universidade também influenciam nesse consumo.

REFERÊNCIAS

- ABREU, Edeli Simioni de et al. **Alimentação mundial: uma reflexão sobre a história. Saúde e Sociedade**, [S.L.], v. 10, n. 2, p. 3-14, dez. 2001. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s0104-12902001000200002>.
- AGÊNCIA NACIONAL DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA – ANVISA. Resolução da Diretoria Colegiada - Rdc no 429, de 8 de Outubro de 2020 nº 429, de 8 de outubro de 2020. **Resolução da Diretoria Colegiada - Rdc no 429, de 8 de Outubro de 2020 (Publicada no Dou no 195, de 9 de Outubro de 2020)**. 195. ed. SI, MS, 9 out. 2020.
- ANDRETTA, Vitória et al. Consumo de alimentos ultraprocessados e fatores associados em uma amostra de base escolar pública no Sul do Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, [S.L.], v. 26, n. 4, p. 1477-1488, abr. 2021. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1413-81232021264.04422019>.
- AQUINO, Rita de Cássia de et al. Consumo infantil de alimentos industrializados e renda familiar na cidade de São Paulo. **Revista de Saúde Pública**, [S.L.], v. 36, n. 6, p. 655-660, dez. 2002. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s0034-89102002000700001>.
- BATISTA, Maria Toscano et al. Comer o quê com quem?: Influencia social indirecta no comportamento alimentar ambivalente. **Psicologia: Reflexão e Crítica**, [S.I.], v. 26, n. 1, p. 113-121, 16 maio 2013.
- BELIK, Walter (org.). **Um retrato do sistema alimentar brasileiro e suas contradições**. [S.I.]: Instituto de Manejo e Certificação Florestal e Agrícola - Imaflora, 2020. Disponível em: https://www.ibirapitanga.org.br/wp-content/uploads/2020/10/UmRetratoSistemaAlimentarBrasileiro_%C6%92_14.10.2020.pdf. Acesso em: 01 jan. 2023.
- BESERRA, Jéssica Batista et al. Crianças e adolescentes que consomem alimentos ultraprocessados possuem pior perfil lipídico? Uma revisão sistemática. **Ciência & Saúde Coletiva**, [S.L.], v. 25, n. 12, p. 4979-4989, dez. 2020. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1413-812320202512.29542018>.
- BEZERRA, Ilana Nogueira et al. Consumo de alimentos fora do domicílio no Brasil. **Revista de Saúde Pública [online]**. 2013, v. 47, suppl 1 [Acessado 12 Novembro 2022] , pp. 200s-211s. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0034-89102013000700006>>. Epub 20 Maio 2013. ISSN 1518-8787. <https://doi.org/10.1590/S0034-89102013000700006>.
- BEZERRA, Mariana Silva et al. Insegurança alimentar e nutricional no Brasil e sua correlação com indicadores de vulnerabilidade. **Ciência & Saúde Coletiva**, [S.L.], v. 25, n. 10, p. 3833-3846, out. 2020. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1413-812320202510.35882018>.
- BIELEMANN, Renata M et al. Consumo de alimentos ultraprocessados e impacto na dieta de adultos jovens. **Revista Saúde Pública**, Pelotas, v. 28, n. 49, p. 2-10, 30

set. 2014. Disponível em: chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.scielo.org/pdf/rsp/2015.v49/28/pt. Acesso em: 15 nov. 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira**. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

BRASIL. ONG BANCO DE ALIMENTOS. (org.). **O BRASIL QUE COME, ALIMENTA O QUE TEM FOME**. 2021. Disponível em: https://bancodealimentos.org.br/o-brasil-que-come-alimenta-o-que-tem-fome/?gclid=Cj0KCQiAraSPBhDuARIsAM3Js4rvIsUCsRWFk6PJdbef03Wzo1XfsBN1ti53ianUKugEpAbOzSRZa2kaAu2hEALw_wcB. Acesso em: 20 dez. 2021.

CANESQUI, Ana Maria (org.). **Antropologia e Nutrição: um diálogo possível**. 20. ed. Rio de Janeiro: Fio Cruz, 2005. 303 p.

CARVALHO, Mônica Regina Alves de. **AVALIAÇÃO DE CARDÁPIOS DE RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO**: uma abordagem a partir do Guia Alimentar para a População Brasileira e do Programa de Aquisição de Alimentos na modalidade Compra Institucional. 2021. 133 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Nutrição, Programa de Pós Graduação em Segurança Alimentar e Nutricional, Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2021. Cap. 1. Disponível em: chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/http://www.unirio.br/ppgsan/dissertacoes-1/2021/avaliacao-de-cardapios-de-restaurant-universitario-uma-abordagem-a-partir-do-guia-alimentar-para-a-populacao-brasileira-e-do-programa-de-aquisicao-de-alimentos-na-modalidade-compra-institucional. Acesso em: 04 nov. 2022.

CAVADA, Giovanna da Silva et al. Rotulagem nutricional: você sabe o que está comendo?. **Brazilian Journal Of Food Technology**, [S.L.], v. 15, p. 84-88, 30 nov. 2012. FapUNIFESP (SciELO). http://dx.doi.org/10.1590/s1981-67232012005000043

COMENSALIDADE. DEMETRA: **Alimentação, Nutrição & Saúde**, [S.l.], v. 10, n. 3, p. 507-522, jul. 2015. ISSN 2238-913X. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/demetra/article/view/16072>. Acesso em: 13 jan. 2022. doi:https://doi.org/10.12957/demetra.2015.16072.

CORREIA, Bianca Araujo. **Determinantes do consumo de alimentos processados e ultraprocessados em estudantes da Universidade de Brasília (UnB), Distrito Federal**. 2016. 61 f. TCC (Graduação) - Curso de Nutrição, Departamento de Nutrição, Universidade de Brasília, Brasília, 2016.

GARCIA, R. W. D. Reflexos da globalização na cultura alimentar: considerações sobre as mudanças na alimentação urbana. **Revista de Nutrição**, Campinas, dez. 2003.

GIL, A. C. Como elaborar projetos de pesquisa. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2017. JOMORI, Manuela Mika et al. Determinantes de escolha alimentar. **Revista de Nutrição**, [s. l.], v. 21, n. 1, p. 63-73, 02 abr. 2008. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/rn/a/kgXSTmYNgrjFQjCY9HWGPgv/#ModalArticles>. Acesso em: 03 dez. 2022.

JOMORI, Manuela Mika, PROENÇA, Rossana Pacheco da Costa e CALVO, Maria Cristina Marino. Determinantes de escolha alimentar. **Revista de Nutrição** [online]. 2008, v. 21, n. 1 [Acessado 13 Novembro 2022] , pp. 63-73. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1415-52732008000100007>>. Epub 02 Abr 2008. ISSN 1678-9865. <https://doi.org/10.1590/S1415-52732008000100007>.

KLASSEN, Kenneth J. et al. Planning food services for a campus setting. **International Journal Of Hospitality Management**, [S.L.], v. 24, n. 4, p. 579-609, dez. 2005. Elsevier BV. <http://dx.doi.org/10.1016/j.ijhm.2005.01.001>. Disponível em: <https://sci-hub.se/10.1016/j.ijhm.2005.01.001>. Acesso em: 03 dez. 2022.

LAKATOS, E. M. M. **Fundamentos de metodologia científica**. 5.ed. São Paulo: Atlas, 2003.

LIMA, Romilda de Souza; NETO, José Ambrósio Ferreira; FARIAS, Rita de Cássia Pereira. ALIMENTAÇÃO, COMIDA E CULTURA: O EXERCÍCIO DA FRANZONI, Elisa. **A gastronomia como elemento cultural, símbolo de identidade e meio de integração**. 2016. 74 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Ciências Sociais, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, Universidade de Nova Lisboa, Portugal, 2016.

MARTINELLI, Suellen Secchi e CAVALLI, Suzi Barletto Alimentação saudável e sustentável: uma revisão narrativa sobre desafios e perspectivas. *Ciência & Saúde Coletiva* [online]. v. 24, n. 11 [Acessado 12 Novembro 2022], pp. 4251-4262. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1413-812320182411.30572017>>. ISSN 1678-4561. <https://doi.org/10.1590/1413-812320182411.30572017>.

MINISTÉRIO DA SAÚDE (Brasília Df). Secretaria de Atenção À Saúde (org.). **Guia alimentar para a população brasileira**. 2. ed. Brasília: Departamento de Atenção Básica, 2014. 156 p.

MORATOYA, E *et al.* Mudanças no padrão de consumo alimentar no Brasil e no mundo. **Revista de Política Agrícola**, [S.L.], 22, mai. 2013. Disponível em: <<https://seer.sede.embrapa.br/index.php/RPA/article/view/283>>. Acesso em: 16 Dez. 2021.

MULLER, Silvana Graudenz; AMARAL, Fabiana Mortimer; REMOR, Carlos Augusto. Alimentação e Cultura: Preservação da Gastronomia Tradicional. **Anais do VI Seminário de Pesquisa em Turismo do Mercosul Saberes e Fazeres no Turismo: Interfaces**, Caixias do Sul, 10 jul. 2010.

PORTILHO, Fátima; CASTAÑEDA, Marcelo; CASTRO, Inês Rugani Ribeiro de. **A alimentação no contexto contemporâneo: consumo, ação política e sustentabilidade** *Ciência & Saúde Coletiva*, vol. 16, n. 1, 2011, pp. 99-106 Associação Brasileira de Pós-Graduação em Saúde Coletiva Rio de Janeiro, Brasil.

PRÓ- REITORIA DE ASSUNTOS ESTUDANTIS (Fortaleza). **Edital nº 03/2018 –**

Bolsa de Iniciação Acadêmica. 2018. Disponível em: <https://prae.ufc.br/pt/edital-no-03-2018-bolsa-de-iniciacao-academica/>. Acesso em: 25 nov. 2021.

PRODANOV, C. C.; FREITAS, E. C. **Metodologia do trabalho científico:** métodos e técnicas da pesquisa e do trabalho acadêmico. 2. ed. Novo Hamburgo: Feevale, 2013.

PROENÇA, Rossana Pacheco da Costa *et al.* Alimentação e globalização: algumas reflexões. **Ciência e Cultura**, São Paulo, v. 62, n. 4, p. 43-47, out. 2010.

SANTOS, Carlos Roberto Antunes dos. História: Questões & Debates, Curitiba, n. 42, p. 11-31, 2005. Editora UFPA. **ALIMENTAÇÃO E SEU LUGAR NA HISTÓRIA: OS TEMPOS DA MEMÓRIA GUSTATIVA.** Questões & Debates, Paraná, v. 42, n. 1, p. 11-3, 30 jun. 2005.

SILVA, Janiquelli Barbosa et al. Factors associated with the consumption of ultra-processed food by Brazilian adolescents: national survey of school health, 2015. **Revista Paulista de Pediatria**, [S.L.], v. 40, p. 2-10, 11 dez. 2022. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1984-0462/2022/40/2020362>.

SUGIZAKI, B. C.; OLIVEIRA, M. M. A soberania e segurança alimentar e nutricional na percepção da comunidade acadêmica de bacharelados em gastronomia no Brasil. **Revista Mangút: Conexões Gastronômicas.** ISSN 2763- 9029. Rio de Janeiro, v. 1, n.2, p. 133-146, dez. 2021

VASCONCELLOS, Ana Beatriz Pinto de Almeida; MOURA, Leides Barroso Azevedo de. Segurança alimentar e nutricional: uma análise da situação da descentralização de sua política pública nacional. **Cadernos de Saúde Pública**, Brasília, 2017.

VICENTINI, M. S. **Alimentos industrializados: abordagem da indústria, consumidores e governo.** Segurança Alimentar e Nutricional, Campinas, SP, v. 22, n. 1, p. 671–682, 2015. DOI: 10.20396/san.v22i1.8641609. Disponível em: <https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/san/article/view/8641609>. Acesso em: 10 nov. 2022.

VICENTINI, Mariana Scudeller et al. Alimentos industrializados: abordagem da indústria, consumidores e governo. **Segurança Alimentar e Nutricional**, Campinas, v. 22, n. 1, p. 671-682, 2015. Disponível em: <https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/san/article/view/8641609>. Acesso em: 03 dez. 2022.

WOORTMANN, Ellen Fensterseifer. **Temas em cultura e alimentação. Horizontes Antropológicos**, [S.L.], v. 15, n. 32, p. 355-359, dez. 2009. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s0104-71832009000200015>.

APÊNDICE A – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Você está sendo convidado(a) para participar, como voluntário(a), em uma pesquisa científica. A escolha de não participar não trará dano algum a você. Dito isso, para que sua participação seja confirmada você precisará ler todo esse documento e ao final concordar com essa participação.

Esse documento se chama Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, também chamado de TCLE, nele são contidas as principais informações sobre o presente estudo e seus objetivos. Este TCLE se refere ao projeto de O CONSUMO DE ALIMENTOS PROCESSADOS E ULTRAPROCESSADOS PELOS DISCENTES PERTECENTES A BOLSA DE INICIAÇÃO ACADEMICA DA UNIVERSIDADE FEDERAL DO CEARÁ NO CAMPUS DO PICI.

A pesquisa tem como objetivo investigar o consumo de alimentos processados e ultra processados e os principais motivadores para esse consumo, além de compreender se esse consumo tem relação com a renda familiar, questões ligadas ao cotidiano ou até a alta no preço dos alimentos. Para que possamos ter um resultado de forma satisfatória, é necessário um embasamento teórico e aplicação deste questionário para obter informações a partir do ponto de vista dos bolsistas. Para ter uma cópia deste TCLE você deverá imprimi-lo, ou deverá gerar uma cópia em PDF para guardá-lo em seu computador.

Você também poderá solicitar à pesquisadora do estudo uma versão deste documento a qualquer momento pelo e-mail registrados no final deste termo. A pesquisa será realizada por meio de um formulário online, constituído por 19 perguntas rápidas. Estima-se que você precisará de aproximadamente 10 minutos. A precisão de suas respostas é determinante para a qualidade da pesquisa. Você possivelmente não se beneficiará de modo particular ao participar deste estudo. No entanto, este projeto pode fortalecer indiretamente os debates sobre a alimentação e o consumo de alimentos industrializados no meio universitário.

Ressalta-se que essa pesquisa não acarretará nenhum malefício aos participantes e qualquer dado apresentado estará resguardado pelo pacto de formulário estará disponível para ser respondido entre os dias 26/05 e 14/06 de 2022. Você não será remunerado, visto que sua participação nesta pesquisa é de caráter voluntária. Caso decida desistir da pesquisa você poderá interromper o questionário e sair do estudo a qualquer momento, sem nenhuma restrição ou punição. Os pesquisadores

garantem e se comprometem com o sigilo e a confidencialidade de todas as informações fornecidas por você para este estudo.

Da mesma forma, o tratamento dos dados coletados seguirá as determinações da Lei Geral de Proteção de Dados (LGPD – Lei 13.709/18). Para contatar um dos pesquisadores da pesquisa, você poderá encaminhar um e-mail, a eles a qualquer momento.

E-mail da pesquisadora responsável: amandamoura608@gmail.com

CONSETIMENTO DE PARTICIPAÇÃO

Eu, discente da Universidade Federal do Ceará, pertencente a bolsa de iniciação acadêmica concordo em participar voluntariamente do presente estudo como participante. O pesquisador me informou sobre tudo o que vai acontecer na pesquisa, incluindo seus riscos e benefícios envolvidos na minha participação. O pesquisador me garantiu que eu poderei sair da pesquisa a qualquer momento, sem dar nenhuma explicação, e que esta decisão não me trará nenhum tipo de penalidade.

Fui informado também que possuo autoridade para imprimir ou gerar um pdf do TCLE para ter a minha cópia do TCLE e que posso solicitar uma versão dele via e-mail.

APÊNDICE B- CONSUMO DE ALIMENTOS INDUSTRIALIZADOS PELOS DISCENTES DA BOLSA DE INICIAÇÃO ACADÊMICA DO CAMPUS DO PICI DA UNIVERSIDADE DO CEARÁ

Dados do discente:

Nome:

Curso:

Semestre:

Idade:

Questionário

1. Você sabe o que são alimentos industrializados? marcar apenas uma opção.

☐ Sim ☐ Não

2. Você tem o hábito de consumi-los?

☐ Sim ☐ Não ☐ Não sei dizer

3. Quais os alimentos industrializados abaixo você diria que consome? Pode marcar mais de uma opção.



☐ Biscoitos/ bolachas ☐ Macarrão instantâneo



☐ Carne enlatada ☐ Refrigerantes



☐ Salsicha ☐ Mortadela



☐ Linguiça ☐ Salgadinhos
☐ suco em caixa ☐ Não consumo

4.Com que frequência você consome esses alimentos? Considere um ou mais itens dos alimentos listados acima.

- ☐ Não consumo
- ☐ 1 a 2 vezes por semana
- ☐ 3 a 4 vezes por semana
- ☐ 5 a 6 vezes por semana
- ☐ todos os dias da semana

5.O que te faz optar por alimentos industrializados?

- ☐ A praticidade que esses alimentos fornecem na hora do preparo
- ☐ Pelo preço! Muitas vezes os alimentos industrializados possuem um menor preço em comparação às frutas, grãos, carnes, etc.
- ☐ Porque gosto desse tipo de alimentação]
- ☐ não tenho o hábito de consumi-los
- ☐ Outro.

6.Na compra dos alimentos, você costuma verificar as informações contidas nos rótulos das embalagens?

Sim ☐ Não ☐

7.Se você olha para as informações contidas nos rótulos dos alimentos, o que você costuma verificar?

- ☐ Sódio
- ☐ Gordura
- ☐ Calorias
- ☐ Data de validade
- ☐ Glúten
- ☐ Não observo as informações contidas no rótulo
- ☐ Outro: _____

8.Quanto a sua alimentação, no seu dia-dia, quantas refeições você considera realizar? você pode marcar mais de uma opção.

- ☐ café da manhã

- ☐ Almoço
- ☐ Lanche da tarde
- ☐ Jantar
- ☐ Ceia
- ☐ Consumo os alimentos que desejo durante o meu dia
- ☐ Não sei informar

9. Na sua opinião, uma rotina intensa de estudos e de trabalho pode contribuir para uma alimentação, muitas vezes, ricas em alimentos industrializados?

- ☐ Sim
- ☐ Não

10. Você costuma se preocupar com os alimentos que ingere ?

- ☐ Sim
- ☐ Não

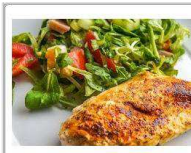
11. Da lista abaixo, quais os alimentos que você mais consome? você pode marcar mais de uma opção.



- ☐ Frutas
- ☐ Legumes e vegetais



- ☐ Ovos
- ☐ Carne vermelha



- ☐ Frango
- ☐ Peixe



- ☐ Arroz
- ☐ Feijão



☐ Macarrão



☐ Cuscuz



☐ Leite



☐ Queijo



☐ Sucos

12. Como você considera sua alimentação?

- ☐ Uma alimentação composta por frutas, legumes, proteínas
- ☐ Uma alimentação composta por alimentos nutritivos e também industrializados
- ☐ Uma alimentação composta por alimentos industrializados na maioria das refeições que realizo
- ☐ Não sei dizer

13. Você costuma se alimentar sozinho ou acompanhado? E você acredita que essa diferenciação contribui para o tipo de alimento que você irá escolher

- ☐ Acompanhado! E contribui para o que irei comer.
- ☐ Acompanhado! Não acredito que tenha correlação.
- ☐ Sozinho! E contribui para o que irei comer.
- ☐ Sozinho! Não tem correlação.
- ☐ Não sei opinar.

14. Você se sente influenciado a ingerir alimentos industrializados quando se reúne com algum grupo do seu meio social?

- ☐ Sim
- ☐ Não
- ☐ Não acredito que tenha influência

15. Na sua residência quem prepara as refeições?

- ☐ Você

- ☐ Membro da família (pai, mãe, companheiro(A) irmão (a), avós (a)
- ☐ Compra comida pronta
- ☐ Outra _____

16. quem faz as compras na sua residência ?

- ☐ Membro da família
- ☐ Você
- ☐ Não faz compras
- ☐ Outro _____

17. se uma preparação exige um longo preparo você opta por alimentos já prontos?

- ☐ Sim
- ☐ Não
- ☐ Outro _____

18. você costuma utilizar o Restaurante Universitário para fazer suas refeições?

- ☐ Sim
- ☐ Não

19. Você acredita que o Restaurante Universitário contribui para uma alimentação saudável , com a presença de vegetais, legumes, grãos (arroz, feijão), carnes e frutas?

- ☐ Sim
- ☐ Não
- ☐ outro _____

"Cozinhar é a atividade humana por excelência; é o ato de transformar um produto "da natureza" em algo profundamente diferente" (MASSIMO MONTANARI)