

## Oferta de alimentos ultraprocessados em restaurante de uma universidade pública

### Ultra-processed foods offer in a restaurant at a public university

### Oferta de ultraprocessados en restaurante público universitario

Recebido: 24/02/2022 | Revisado: 04/03/2022 | Aceito: 11/03/2022 | Publicado: 19/03/2022

#### Ivy de Figueiredo Espinheira Almeida

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2184-5702>

Universidade Federal da Bahia, Brasil

E-mail: [ivydefigueiredo@gmail.com](mailto:ivydefigueiredo@gmail.com)

#### Iracema Santos Veloso

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4544-0651>

Universidade Federal da Bahia, Brasil

E-mail: [iravel4@hotmail.com](mailto:iravel4@hotmail.com)

#### Resumo

O presente estudo teve como objetivo analisar a oferta de alimentos ultraprocessados na produção de refeições servidas a estudantes de uma universidade pública, com base na classificação Nova, e verificar sua adequação com as recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira. Metodologia: Foi analisada a lista de alimentos adquiridos para confecção dos cardápios dos meses de outubro e novembro de 2019, bem como os dados sociodemográficos dos estudantes que realizam suas refeições no local. Resultados: Os alimentos ultraprocessados representaram 18,79% do total de alimentos adquiridos; dentre eles observa-se uma maior frequência na aquisição de doces (35,71%), condimentos e molhos (17,85%), seguido de biscoitos e bebidas prontas. Conclusão: A presença desses alimentos interfere negativamente na qualidade da refeição servida, além de representar um risco para a saúde da população estudantil que realiza suas refeições neste restaurante. Ações educativas de formação de hábitos saudáveis devem ser implementadas ou reforçadas de forma a possibilitar que o RU se mantenha como um espaço privilegiado para ações de promoção à saúde da comunidade estudantil, oportunizando escolhas alimentares saudáveis, autônomas e conscientes.

**Palavras-chave:** Guias alimentares; Alimentação coletiva; Serviços de alimentação; Universidade.

#### Abstract

The present study aimed to analyze the supply of ultra-processed foods in the production of meals served to students at a public university, based on the Nova classification, and to verify its adequacy with the recommendations of the Food Guide for the Brazilian Population. Methodology: The list of foods purchased to the preparation of menus for the months of October and November 2019 was analyzed, as well as the sociodemographic data of the students who had their meals in the place. Results: Ultra-processed foods represent 18.79% of total purchased foods; among them, it was observed a higher frequency in the purchase of sweets (35.71%), condiments and sauces (17.85%), followed by cookies and ready-to-eat beverages. Conclusion: The presence of these foods negatively interferes in the quality of the meal served, in addition to representing a risk to the health of the student population that eats at this restaurant. Educational actions for the formation of healthy habits must be implemented or reinforced in order to allow the RU to remain a privileged space for actions to promote the health of the student community, providing healthy, autonomous and conscious food choices.

**Keywords:** Food guide; Collective feeding; Food processing; University.

#### Resumen

El presente estudio tuvo como objetivo analizar la oferta de alimentos ultraprocessados en la producción de comidas servidas a estudiantes de una universidad pública, con base en la clasificación Nova, y verificar su adecuación a las recomendaciones de la Guía de Alimentos para la Población Brasileña. Metodología: Se analizó el listado de alimentos adquiridos para la elaboración de los menús de los meses de octubre y noviembre de 2019, así como los datos sociodemográficos de los estudiantes que realizan sus comidas en el lugar. Resultados: Los alimentos ultraprocessados representaron el 18,79% del total comprado; entre ellos, hay una mayor frecuencia en la compra de dulces (35,71%), condimentos y salsas (17,85%), seguidos de galletas y bebidas listas para comer. Conclusión: La presencia de estos alimentos interfiere negativamente en la calidad de la comida servida, además de representar un riesgo para la salud de la población estudiantil que come en este restaurante. Las acciones educativas para la formación de hábitos saludables deben ser implementadas o reforzadas para permitir que la RU siga siendo un espacio privilegiado de acciones para promover la salud de la comunidad estudiantil, brindando opciones alimentarias saludables, autónomas y conscientes.

**Palabras clave:** Guías alimentarias; Alimentación colectiva; Servicios de comida; Universidad.

## 1. Introdução

O padrão alimentar da população mundial tem variado ao longo dos séculos e pode ser observado a partir da substituição de dietas com predominância de cereais, ricas em frutas, verduras e proteína animal, por uma dieta com elevado teor de açúcares, gorduras e sódio (Drewnowski & Popkin, 1997). No Brasil, as mudanças no padrão alimentar puderam ser constatadas, a partir da pesquisa do ENDEF em 1974/75 e posteriormente com as cinco Pesquisas de Orçamentos Familiares realizadas pelo IBGE entre os anos de 1987/88 e 2017/18. A análise dessas pesquisas identificou uma redução do consumo de alimentos fontes de carboidratos no Brasil, tanto no grupo dos cereais e derivados como no das leguminosas, raízes e tubérculos, verduras, legumes, frutas e sucos naturais (IBGE 1996; IBGE 2019).

Este padrão de dieta está relacionado ao processo de urbanização, a globalização dos hábitos alimentares, a importação de alimentos, os *fast foods*, o *marketing* das indústrias alimentícias, o surgimento de grandes redes de supermercados, além da intensificação do processo de industrialização ocasionando alterações nas técnicas de produção e do consequente aumento no processamento de alimentos (Moratoya *et al.*, 2013).

Com base no processamento industrial dos alimentos, Monteiro e colaboradores descreveram em 2010, uma nova classificação e distribuíram os alimentos em três grupos: não processados e minimamente processados (Grupo 1); ingredientes processados da culinária ou da indústria alimentícia (Grupo 2); produtos alimentícios ultraprocessados (Grupo 3). Nesse mesmo estudo, analisaram dados da POF 2002/2003 e encontraram que 20% das calorias das compras de alimentos dos domicílios vieram de produtos alimentícios ultraprocessados, principalmente de pães, biscoitos, doces, refrigerantes e carnes processadas (IBGE, 2003).

Posteriormente, o Guia Alimentar para a População Brasileira, publicado em 2014 pelo Ministério da Saúde, trouxe uma classificação ampliada dos alimentos de acordo com o seu processamento, agora com quatro grupos, denominada classificação “NOVA”, com a orientação de evitar o consumo dos alimentos ultraprocessados, por possuírem alta densidade energética, baixa saciedade, serem ricos em sódio, açúcar e gorduras não saudáveis, com maior potencial de riscos à saúde (Brasil, 2014).

Estudos tem mostrado um consumo elevado de alimentos ultraprocessados - AUP ao redor do mundo. O consumo desses produtos foi avaliado em mais de cinco mil domicílios no Canadá e encontrou-se que 61,7% da energia dietética vieram de produtos ultraprocessados (Moubarac *et al.*, 2013). Em outro estudo realizado com dados dos participantes da Pesquisa Nacional de Exame de Saúde e Nutrição 2005-2014 dos Estados Unidos, os autores encontraram que o maior consumo de alimentos ultraprocessados estava associado ao excesso de peso, e que a associação é mais acentuada entre as mulheres (Juul *et al.*, 2018). Ainda nos EUA, em uma amostra representativa de adultos norte-americanos, os pesquisadores encontraram que a maior frequência de ingestão de alimentos ultraprocessados estava associada a um risco 31% maior de mortalidade por todas as causas (Kim *et al.*, 2019).

No Brasil, estudo realizado entre os participantes da coorte do Estudo Longitudinal Brasileiro de Saúde do Adulto (ELSA-Brasil), verificou que o consumo de alimentos ultraprocessados representou 22,7 % do consumo total de energia e uma associação entre maior contribuição energética de alimentos ultraprocessados e maior Índice de Massa Corporal e Circunferência da Cintura (Silva *et al.*, 2018). Do mesmo modo, estudo realizado com dados da POF 2008/2009 concluiu que uma maior disponibilidade domiciliar de produtos alimentícios ultraprocessados no Brasil está positiva e independentemente associada à maior prevalência de excesso de peso e obesidade em todas as faixas etárias (IBGE, 2011; Canella *et al.*, 2014).

Dados mais recentes da Pesquisa de Orçamentos Familiares (2017/2018) publicados pelo IBGE em 2019, evidenciam que os ultraprocessados representam agora 18,4% da disponibilidade calórica nas famílias brasileiras, diferentemente de 2002/2003 que era 12,6% e de 2008/2009 que alcançou 16%. Ressalta-se que nas famílias de maior renda, a disponibilidade calórica dos ultraprocessados foi o dobro das famílias de menor renda (IBGE, 2019; IBGE, 2011).

Ademais, estudo publicado pela OPAS em 2018, mostrou que os ultraprocessados são mais vendidos em estabelecimentos modernos como supermercados e hipermercados e que as vendas têm aumentado no mundo inteiro. Por exemplo, na América Latina a compra per capita de *fast food* aumentou 38,9% entre os anos 2000 e 2013, passando de 13,6 para 18,9%, respectivamente. No Brasil, esse aumento representou 25% e, em 2013, brasileiros e peruanos foram os maiores consumidores de *fast food* da América Latina (OPAS, 2018). Com base nesses estudos, é plausível concluir que alimentos ultraprocessados estão sendo consumidos não somente nos domicílios, mas também em restaurantes comerciais, lanchonetes, dentre outros estabelecimentos. De fato, as despesas com refeições fora do lar, subiram nas áreas urbanas de 33,1% para 33,9% entre as duas últimas pesquisas de Orçamentos Familiares, e representa aproximadamente um terço dos gastos com alimentação, o que pode sugerir um maior consumo de alimentos e bebidas ultraprocessadas (IBGE, 2019).

No segmento de refeições coletivas, objeto deste estudo, não foram encontrados dados sobre o consumo dos alimentos ultraprocessados, embora, essas refeições para coletividades alcancem importante parcela da população geral com oferta de cerca de 14 milhões de refeições/dia no Brasil (ABERC, 2008).

Nesse contexto, o presente estudo tem por objetivo analisar a oferta da alimentação servida a estudantes de uma universidade pública na cidade de Salvador – Bahia, com base na classificação NOVA, e verificar sua adequação com as recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira.

## 2. Metodologia

Este é um estudo descritivo (Pereira, 2018), realizado com dados secundários, referentes aos itens alimentícios adquiridos pela empresa prestadora de serviços para confecção de refeições a serem servidas no restaurante universitário - RU de uma Universidade pública de Salvador, Estado da Bahia, durante os meses de outubro a novembro de 2019 e dados sociodemográficos dos estudantes que realizam suas refeições nesse restaurante.

Trata-se de um restaurante universitário considerado de grande porte com refeitórios descentralizados, servindo em média 2500 refeições diárias, café da manhã, almoço e jantar, de segunda a domingo para os estudantes da Residência Universitária e almoço de segunda a sábado para os bolsistas. Os cardápios são padronizados com base no Contrato estabelecido entre a universidade e a prestadora de serviços, mediante processo licitatório. O cardápio é composto de dois tipos de salada, uma crua e outra cozida, três opções de prato principal, sendo uma opção para atender aos estudantes que fazem opção por dieta vegetariana, um tipo de guarnição, dois acompanhamentos, em geral arroz e feijão, uma sobremesa de fruta ou doce e um suco de frutas.

Os dados sobre os alimentos adquiridos foram disponibilizados para o Grupo de Pesquisa e Extensão do Restaurante Universitário – GPERU pela equipe de fiscalização do RU que mantém o arquivamento do registro de todos os alimentos adquiridos pela empresa prestadora de serviços para a confecção das refeições servidas. Esses dados foram referentes aos meses de outubro e novembro de 2019 e espelham o padrão da compra regular de alimentos para o RU.

Para classificar os alimentos, foi utilizada a classificação NOVA recomendada no Guia Alimentar para a População Brasileira (BRASIL, 2014) que categoriza os alimentos em quatro grupos: 1 - In natura ou minimamente processados; 2 - ingredientes de uso culinário; 3 - alimentos processados e 4 - ultraprocessados. Os alimentos foram agrupados segundo o grau de processamento a que foram submetidos e posteriormente foram calculados os percentuais de participação de cada grupo no total de itens adquiridos. Uma vez estabelecida tal classificação, verificou-se os alimentos mais frequentes em cada grupo de processamento.

A utilização da compra de alimentos de apenas dois meses pode se constituir em uma limitação deste estudo. Todavia, considerando que a composição dos cardápios segue o padrão estabelecido contratualmente, é possível que a lista de compras do RU não sofra muita variação ao longo do ano.

Para caracterizar o público-alvo do restaurante universitário foram analisados dados de estudantes, beneficiários do Programa Nacional de Assistência Estudantil, que realizaram as principais refeições no restaurante universitário em 2017, devido a impossibilidade da obtenção dos dados de 2019.

A base de dados referente aos estudantes foi disponibilizada pela coordenação do GPERU, cuja equipe desenvolve diversos projetos no referido restaurante para avaliação das refeições e monitoramento da saúde dos estudantes. As informações sobre os estudantes consistem em dados pessoais de identificação, dados de natureza sociodemográfica, de estilo de vida, padrão alimentar e registros antropométricos. Os estudantes preencheram um formulário contendo perguntas sobre as informações sociodemográficas e de estilo de vida e foi aplicado um questionário sobre consumo alimentar, analisado posteriormente pela equipe; dados antropométricos e indicadores do estado nutricional foram coletados pela equipe de bolsistas do GPERU, devidamente treinada, sob supervisão dos professores pesquisadores. Todos esses dados foram descritos através de frequências relativas.

### 3. Resultados

Estavam disponíveis para análise 149 itens alimentícios que constavam da lista de compras para confecção das refeições dos estudantes universitários de uma universidade pública, referentes aos meses de outubro e novembro de 2019. Esses itens foram agrupados levando-se em conta a classificação NOVA.

Na Tabela 1, observa-se que os maiores percentuais estão distribuídos entre os alimentos in natura ou minimamente processados (69,13%), seguidos dos alimentos Ultraprocessados (18,79%).

**Tabela 1.** Frequência por grupo de alimentos segundo classificação NOVA.

Variáveis	Número de alimentos	Frequência (%)
Grupo 1 <sup>I</sup>	103	69,13
Grupo 2 <sup>II</sup>	11	7,38
Grupo 3 <sup>III</sup>	07	4,70
Grupo 4 <sup>IV</sup>	28	18,79
<b>Total</b>	<b>149</b>	<b>100%</b>

<sup>I</sup>In natura ou minimamente processados; <sup>II</sup>Ingredientes culinários; <sup>III</sup>Processados; <sup>IV</sup>Ultraprocessados. Fonte: Autores.

**Tabela 2.** Frequência de itens alimentícios segundo classificação NOVA.

Grupos/ alimentos	Frequência Absoluta (N)	Frequência Relativa (%)
<b>In natura ou M. Processado*</b>	<b>103</b>	<b>100</b>
Frutas/Polpa de frutas	16	15,53
Especiarias	12	11,65
Castanha e amendoim sem sal	02	1,94
Leite UHT/ Leite em pó	02	1,94
Macarrão	02	1,94
Hortaliças frescas	28	27,18
Cereais	02	1,94
Farinhas/Féculas	07	6,80
Leguminosas	07	6,80
Raízes /Tubérculos/Bulbos	10	9,72
Ovos	01	0,97
Carnes e peixes	13	12,62
Café	01	0,97
<b>Ingredientes culinários</b>	<b>11</b>	<b>100</b>
Sal	02	18,18
Açúcar	01	9,09
Gorduras	05	45,46
Amido	01	9,09
Vinagre	01	9,09
Fermento em pó	01	9,09
<b>Processados</b>	<b>07</b>	<b>100</b>
Enlatados	02	28,57
Queijos	02	28,57
Proteína texturizada	02	28,57
Tapioca	01	14,29
<b>Ultraprocessados</b>	<b>28</b>	<b>100</b>
Doces	10	35,71
Batata em flocos	01	3,58
Biscoitos de pacote	03	10,71
Condimentos/molhos prontos	05	17,85
Embutidos	02	7,14
Pães Industrializados	01	3,58
Bebidas prontas	03	10,71
Margarina	02	7,14
Amaciante para carne	01	3,58

\*In natura ou Minimamente Processado. Fonte: Autores.

Para verificar quanto representa a participação de cada item alimentar dentro de cada grupo de processamento, os itens foram agrupados e foram calculadas as frequências relativas de cada Grupo (Tabela 2). Assim, no Grupo 1, as hortaliças (27,18%), as frutas/polpa de frutas (15,53%), as Carnes e os peixes (12,62%) foram os alimentos mais predominantes nas compras, considerando serem alimentos mais perecíveis e, certamente adquiridos com mais frequência. Já no Grupo 2, dentre os ingredientes culinários utilizados, as gorduras, como azeite, óleos vegetais e manteiga representaram os maiores percentuais de compra (45,46%), seguido pela aquisição de sal (18,18%), o que demonstra que ainda são ingredientes bastante utilizados na confecção das preparações culinárias nesta instituição. Entre os alimentos processados, Grupo 3, houve um equilíbrio na distribuição, não havendo predominância entre os alimentos constantes na lista, embora chame a atenção que queijos, enlatados e proteína texturizada tenham sido adquiridos na mesma proporção.

Os alimentos Ultraprocessados representaram 28 do total de 149 itens adquiridos pelo Restaurante Universitário. Analisando os itens que fazem parte deste grupo, chama a atenção uma maior frequência na aquisição de doces (35,71%), condimentos e molhos prontos (17,85%), seguido de biscoitos e bebidas prontas, ambos com frequência equivalente a (10,71%). Embutidos, e margarina aparecem em menor proporção (7,14%). Cabe destacar a presença de amaciante para carne na lista de produtos adquiridos pelo Restaurante Universitário.

Dentre os participantes da amostra deste estudo, são mais frequentes os estudantes do sexo feminino, com idade igual ou abaixo de 25 anos, negros e pardos, em sua maioria, com renda familiar menor ou igual a 1,5 Salários-Mínimos, além de 60% serem oriundos de outros municípios do Estado da Bahia (Tabela 3).

**Tabela 3.** Características sociodemográficas dos estudantes de uma Universidade Pública que fazem refeições no Restaurante Universitário. (N=70).

Variáveis	Número de indivíduos	Frequência (%)
<b>Sexo</b>		
Feminino	37	52,86
Masculino	33	47,14
<b>Idade</b>		
≤ 25 anos	45	64,29
>25 anos	25	35,71
<b>Cor da pele</b>		
Branca	8	11,43
Parda	30	42,86
Negra	28	40,00
Outro	04	5,71
<b>Naturalidade</b>		
Salvador	17	24,29
Outro município da BA	42	60,00
Fora do Estado da BA	10	14,28
NI*	01	1,43
<b>Renda Familiar</b>		
≤ 1,5 SM	38	54,28
>1,5 SM	30	42,86
NI*	02	2,86

\*Não Informado. Fonte: Autores.

Os dados relativos ao estilo de vida e a antropometria apresentados na Tabela 4 mostram que os estudantes, em sua maioria não têm o hábito de consumir tabaco ou bebida alcoólica; para aqueles que consomem álcool, a frequência de consumo é esporádica; em relação à prática de atividade física, mais da metade dos estudantes disse não cultivar esse hábito saudável, corroborando com os dados do percentual de gordura corporal que se encontra acima da média para 80% dos estudantes. Em relação às medidas antropométricas, os estudantes apresentam-se eutróficos em sua maioria (67,14%) com um padrão alimentar avaliado como regular.

**Tabela 4.** Dados referentes à estilo de vida e antropometria dos estudantes de uma Universidade Pública que fazem refeições no Restaurante Universitário. (N=70).

Variáveis	Número de indivíduos	Frequência (%)
<b>Consumo de Tabaco</b>		
Não Fuma	68	97,14
Fuma	02	2,86
<b>Consumo de Álcool</b>		
Não bebe	38	54,29
Bebe	32	45,71
<b>Frequência de consumo</b>		
Final de semana	04	12,50
Esporadicamente	24	75,00
Outros	04	12,50
<b>Atividade Física</b>		
Prática	32	45,71
Não pratica	38	54,29
<b>Estado Nutricional</b>		
Baixo peso	05	7,14
Eutrofia	47	67,14
Sobrepeso	18	25,72
<b>Gordura Corporal</b>		
Acima da média	56	80,00
Abaixo da média	11	15,71
Adequada	03	4,29
<b>Padrão Alimentar</b>		
Ruim	11	15,71
Regular	49	70,00
Bom	10	14,29

Fonte: Autores.

#### 4. Discussão

A presença de doces, condimentos e molhos prontos, biscoitos e bebidas prontas, embutidos e margarina, além de amaciante para carne na lista de compras do RU, fornecem evidências que alimentos ultraprocessados, AUP, estão sendo adquiridos para a confecção dos cardápios servidos no restaurante universitário objeto deste estudo. Encontrou-se também uma certa predominância na aquisição de alimentos saudáveis, como hortaliças e frutas, mas também, gorduras, sal, doces, biscoitos, dentre outros alimentos considerados não saudáveis.

Esses achados são consistentes com estudos realizados no Brasil, embora comparações estejam limitadas pelos distintos propósitos e métodos. Um estudo realizado por Benvindo e colaboradores (2017) para avaliar a qualidade nutricional de cardápios planejados para restaurantes universitários de diversas regiões do Brasil, encontrou uma oferta adequada de folhosos, carnes e conservas nas cinco regiões estudadas, embora, a maior parte dos restaurantes disponibilize doces ultraprocessados, como pudins, gelatinas e doces em barra aos comensais, cuja maior frequência, 83,33% dos dias avaliados, foi encontrada na região Nordeste. Vale ressaltar, que nesses dias houve oferta de frutas in natura como opção aos estudantes. Assim, ainda que se tenha conhecimento da baixa qualidade nutricional dos alimentos ultraprocessados, sua oferta é frequentemente justificada por fatores ambientais como acessibilidade, disponibilidade, publicidade e preço (Claro *et al.*, 2016; Martins *et al.*, 2013).

De acordo com esses estudos, a oferta e o consumo de alimentos ultraprocessados tem sido uma realidade, não somente entre estudantes universitários, mas também na população em geral. Louzada e colaboradores (2015) analisaram a Pesquisa de Orçamentos Familiares, POF, realizada em 2008-2009 em uma amostra representativa da população brasileira acima de dez anos e encontraram que 21,5% da contribuição calórica da dieta provinha do consumo de alimentos ultraprocessados. Avaliando ainda os dados da POF em um estudo comparativo entre os anos de 2002/2003 e 2008/2009, os pesquisadores identificaram que, entre as duas pesquisas, a contribuição calórica dos produtos prontos para o consumo aumentou de 23,0 para 27,8%, especialmente entre os ultraprocessados que passaram de 20,8 para 25,4%, com uma redução dos alimentos in natura ou minimamente processados (IBGE, 2003; IBGE, 2011; Louzada *et al.*, 2015).

Em relação a qualidade da dieta, estudo feito por Moubarac *et al.* (2013) demonstrou que os ultraprocessados reduzem a qualidade global da refeição e favorecem uma alimentação menos nutritiva e mais densa energeticamente. Em outro estudo, que avaliou o impacto dos AUP sobre o teor de micronutrientes da dieta, encontrou-se que o aumento da participação desses alimentos mostra-se inversa e significativamente associado ao teor de vitaminas B12, D, E, niacina e piridoxina e de cobre, ferro, fósforo, magnésio, selênio e zinco. Situação oposta foi observada apenas para cálcio, tiamina e riboflavina (Santos *et al.*, 2019).

De fato, o Guia Alimentar para a População Brasileira – GAPB (Brasil, 2014) não recomenda a utilização desses tipos de alimentos na dieta por serem considerados formulações industriais feitas inteiramente ou majoritariamente de substâncias extraídas de óleos, gorduras, açúcar, amido, proteínas ou derivadas de constituintes de alimentos (gorduras hidrogenadas, amido modificado) ou sintetizadas em laboratório com adição de corantes, aromatizantes, realçadores de sabor e vários tipos de aditivos usados para dotar os produtos de propriedades sensoriais atraentes. Ainda de acordo com o GAPB, alimentos ultraprocessados favorecem doenças do coração, diabetes e vários tipos de câncer, além de contribuir para aumentar o risco de deficiências nutricionais. Em uma revisão sistemática realizada com onze estudos para verificar evidências da associação entre consumo AUP e fatores cardiometabólicos em adultos e idosos, encontrou-se uma associação moderada para excesso de peso e obesidade e fraca para hipertensão arterial e síndrome metabólica (Pagliai *et al.*, 2021). Em uma outra revisão com metanálise, os pesquisadores encontraram, em dez estudos transversais, associação positiva estatisticamente significativa com sobrepeso/obesidade, síndrome metabólica e obesidade abdominal; não foram encontradas associações significantes para hipertensão arterial e hiperglicemia (Monteiro *et al.*, 2010).

Embora não se possa afirmar, os resultados dos estudos indicam que o consumo de alimentos ultraprocessados pode ter impacto desfavorável sobre a saúde dos indivíduos. Por outro lado, o GAPB recomenda compor as refeições por alimentos in natura ou minimamente processados e predominantemente de origem vegetal. A análise dos alimentos do Grupo 1 do RU em estudo mostrou que as hortaliças, as frutas/polpa de frutas, as carnes e os peixes foram os alimentos predominantes na lista de compras; uma possível explicação é que esses alimentos constituam a base dos cardápios, uma vez que se caracterizam por serem excelentes fontes de vitaminas, minerais e fibras, sendo imprescindíveis para compor uma dieta mais nutritiva e podendo



proporcionar uma refeição saborosa e balanceada em todas as fases da vida. Chama a atenção a ausência de alimentos integrais na lista de compras.

Encontrou-se também que os ingredientes culinários, Grupo 2, a exemplo de gorduras e sal aparecem frequentemente na lista de compras sugerindo uma alta frequência na preparação dos alimentos. O consumo excessivo de sódio e de gorduras saturadas aumenta o risco de doenças do coração, e, portanto, tais alimentos devem ser utilizados em quantidades moderadas. Embora seja reconhecido que a gordura acrescenta sabor às preparações, a capacitação da equipe na elaboração de técnicas adequadas de preparo, aliada ao uso de equipamentos existentes no mercado que realizam preparações com reduzida utilização de gorduras, podem contribuir na qualidade da alimentação.

A classificação NOVA considera que os alimentos processados, Grupo 3, também devem ser utilizados com moderação. Os métodos de processamento utilizados em sua fabricação tendem a alterar sua composição nutricional, com a adição de sal, açúcar ou outro ingrediente, de forma a aumentar sua duração, como também o deixar mais agradável ao paladar. Nas compras realizadas pelo RU, observa-se que os enlatados foram adquiridos na mesma proporção de outros alimentos, a exemplo dos queijos, o que pode gerar um acréscimo no consumo de sódio ou açúcar, comprometendo a qualidade da dieta ofertada. Essas conservas podem ser substituídas por alimentos in natura na preparação das refeições, contribuindo para que o Restaurante Universitário seja um espaço para promoção da qualidade de vida e saúde dos estudantes.

No Brasil, uma política voltada para estudantes universitários só foi instituída com a criação do Programa Nacional de Assistência Estudantil, PNAES, por meio do Decreto nº 7.234, de 19 de julho de 2010, tornando-se a primeira política voltada para estudantes universitários, com a finalidade de ampliar as condições de permanência dos jovens na educação superior pública federal. Inicialmente concebido como Programa pelo Ministério da Educação, Portaria Normativa nº 39 de 2007, teve sua importância reconhecida ao ser convertido em política governamental.

De acordo com o Decreto (2010), as ações de assistência estudantil devem considerar a necessidade de viabilizar a igualdade de oportunidades, contribuir para a melhoria do desempenho acadêmico e agir, preventivamente, nas situações de retenção e evasão decorrentes da insuficiência de condições financeiras.

Na amostra estudada, 54,28% dos beneficiários do PNAES têm renda familiar menor ou igual a 1,5 Salários-Mínimos e 60% são oriundos de municípios do interior do Estado da Bahia, condição de vulnerabilidade que atende às prerrogativas do Decreto e possivelmente reforçam a importância que um restaurante universitário tem na vida desses estudantes. Em apoio a essa realidade, 76% dos usuários do RU de uma instituição pública federal relataram que o almoço servido no RU se constituía em sua principal refeição (Cattafesta *et al.*, 2012).

Assim, a eliminação de AUP da lista de compras e a redução de itens processados, como enlatados e conservas vão ao encontro do conceito mais recente em termos de alimentação que é o *Green Kitchen*, cujo objetivo é trazer a natureza para a cozinha, sem utilização de produtos químicos, transgênicos, hormônios ou outras substâncias que possam alterar a qualidade do alimento e a saúde do comensal. O cuidado com a qualidade da água, do ar, o uso racional da energia, a eliminação do plástico, bem como de produtos não recicláveis estão cada dia mais presentes nos restaurantes classificados como sustentáveis, por certo, o futuro dos restaurantes no Brasil (Gambardella & Lopes, 2015).

## 5. Conclusão

O percentual de AUP encontrado na lista de compras do RU interfere negativamente na qualidade da refeição servida, além de representar um risco para a saúde da população estudantil que realiza suas refeições neste restaurante. Dessa forma, os achados desse estudo mostram a necessidade de adequações nas compras dos alimentos, com a substituição dos ultraprocessados, preferencialmente pelos *in natura*, tornando mais saudáveis as preparações culinárias. Ações educativas de formação de hábitos saudáveis devem ser implementadas ou reforçadas de forma a possibilitar que o RU, se mantenha como

um espaço privilegiado para ações de promoção à saúde da comunidade estudantil, oportunizando escolhas alimentares saudáveis, autônomas e conscientes, mesmo quando esteja fora deste ambiente. O Guia Alimentar para a População Brasileira, internacionalmente reconhecido na Política de Alimentação e Nutrição do Brasil, deve ser o instrumento orientador do planejamento alimentar para os usuários do Restaurante Universitário.

Finalmente, é plausível sugerir que estudos futuros possam identificar, em maior período de tempo, a aquisição de alimentos ultraprocessados por Unidades de Alimentação e Nutrição, quer seja por estudantes, trabalhadores, escolares ou idosos, de forma a alertar os diversos atores responsáveis pela definição do padrão alimentar para a necessidade de adequar a compra dos alimentos com a substituição dos ultraprocessados, a fim de prevenir a ocorrência de doenças.

## Referências

- ABERC. (2008). Associação Brasileira das Empresas de Refeições Coletivas. *Mercado Real*. <https://aberc.com.br/mercadoreal.asp?IDMenu=21>.
- Benvindo, J. L. D. S., Pinto, A. M. D. S. & Bandoni, D. H. (2017). Qualidade Nutricional De Cardápios Planejados Para Restaurantes Universitários De Universidades Federais Do Brasil. *DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde*, 12(2), 447–64.
- Brasil. (2010). *Decreto nº 7.234, de 19 de julho de 2010 (2010)*. Dispõe sobre o Programa Nacional de Assistência Estudantil - PNAES.
- Brasil. Ministério da Saúde. (2014). Guia alimentar para a população brasileira. Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. (2a ed.).
- Canella, D. S. et al. (2014). Ultra-processed food products and obesity in Brazilian households (2008-2009). *PLoS ONE*, 9(3), 1–6.
- Cattafesta, M. et al. (2012). Condições higiênico-sanitárias de um restaurante universitário e as práticas alimentares de seus usuários. *Revista Brasileira de Pesquisa em Saúde/Brazilian Journal of Health Research*, 14 (4), 36–43.
- Claro, R. M. et al. (2016). Preço dos alimentos no Brasil: prefira preparações culinárias a alimentos ultraprocessados. *Cadernos de Saúde Pública*, 32(8), 1–13.
- Drewnowski, A. & Popkin, B. M. (1997). The nutrition transition: New trends in the global diet. *Nutrition Reviews*, 55(2), 31–43.
- Gambardella, A.M.D. & Lopes J.A.C. (2015). *Restaurantes sustentáveis: um futuro em comum*. Editora Atheneu.
- IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. (1996). Estudo Nacional da Despesa Familiar - ENDEF - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística.
- IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, Coordenação de Trabalho e Rendimento. (2011). Pesquisa de Orçamentos Familiares: 2008-2009. Análise do Consumo Alimentar Pessoal no Brasil . Biblioteca do Ministério do Planejamento, Orçamento e Gestão.
- IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística.(2003). Pesquisa de Orçamentos Familiares 2002-2003. Primeiros resultados Brasil e Grandes Regiões, 46, 983–87.
- IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. (2019). Pesquisa de Orçamentos Familiares 2017- 2018 - Primeiros Resultados.
- Juul, F. et al. (2018). Ultra-processed food consumption and excess weight among US adults. *British Journal of Nutrition*, 120(1), 90–100.
- Kim H., Hu E.A. & Rebolz, C.M. (2019). Ultra-processed food intake and mortality in the USA: results from the Third National Health and Nutrition Examination Survey (NHANES III, 1988– 1994). *Public Health Nutrition*, 22, 777-1785.
- Louzada, M. L. DA C. et al. (2015). Impact of ultra-processed foods on micronutrient content in the Brazilian diet. *Revista de Saude Publica*, 49.
- Louzada, M. L. DA C. et al. (2015). Ultra-processed foods and the nutritional dietary profile in Brazil. *Revista de Saude Publica*, 49, 1–11.
- Martins, A. P. B. et al. (2013). Participação crescente de produtos ultraprocessados na dieta brasileira (1987-2009). *Revista de Saúde Pública*, 47(4), 656–65.
- Monteiro, C. A. et al. (2010). A new classification of foods based on the extent and purpose of their processing. *Cadernos de Saúde Pública*, 26(11), 2039–49.
- Moratoya, E. E. et al. (2013). Mudanças no padrão de consumo alimentar no Brasil. *Revista de Política Agrícola*, 22(1), 72–84.
- Moubarac, J. C. et al. (2013). Consumption of ultra-processed foods and likely impact on human health. Evidence from Canada. *Public Health Nutrition*, 16 (12), 2240–48.
- OPAS. Organização Pan-Americana de Saúde. (2018). Alimentos e bebidas ultraprocessados na América Latina: tendências, efeito na obesidade e implicações para políticas públicas. <http://iris.paho.org/xmlui/bitstream/handle/123456789/34918/9789275718643-por.pdf?sequence=5&isAllowed=y>
- Pagliai, G. et al. (2021). Consumption of ultra-processed foods and health status: A systematic review and meta-Analysis. *British Journal of Nutrition*, 125(3), 308–18.
- Pereira A.S. et al. (2018). Metodologia da pesquisa científica. UFSM.
- Santos, F. S. DOS et al. (2020). Processamento de alimentos e fatores de risco cardiometabólicos: revisão sistemática. *Revista de Saúde Pública*, 54(70), 1–15.
- Silva, F. M. et al. (2018). Consumption of ultra-processed food and obesity: Cross sectional results from the Brazilian Longitudinal Study of Adult Health (ELSA-Brasil) cohort (2008-2010). *Proceedings of the International Astronomical Union*, 21(12), 2271–79.