

Caracterização do perfil dos usuários vegetarianos que frequentam o Restaurante Universitário de uma universidade pública, práticas alimentares e satisfação das preparações oferecidas

Characterization of the profile of vegetarian users who attend the University Restaurant of a public university, food practices and satisfaction with the preparations offered

Caracterización del perfil de los usuarios vegetarianos que asisten al Restaurante Universitario de una universidad pública, prácticas alimentarias y satisfacción con las preparaciones ofrecidas

Recebido: 28/02/2022 | Revisado: 08/03/2022 | Aceito: 15/03/2022 | Publicado: 23/03/2022

Allan do Nascimento Cruz

ORCID <https://orcid.org/0000-0002-0486-3730>
Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Brasil
E-mail: allandeperto@gmail.com

Amanda Macêdo Cardoso

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2091-3977>
Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Brasil
E-mail: amanda_nut@hotmail.com

Patrícia Maria Périco Perez

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9849-5587>
Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Brasil
E-mail: patriciapericoperez@gmail.com

Shigeno de Paiva Kuriya

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5018-7684>
Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Brasil
E-mail: shigenokuriya@gmail.com

Resumo

Objetivou-se caracterizar o perfil dos usuários vegetarianos que frequentam o Restaurante Universitário (RU) de uma universidade pública, suas práticas alimentares e a satisfação em relação às preparações oferecidas. Trata-se de um estudo seccional descritivo quali-quantitativo, realizado via *internet*, utilizando um questionário eletrônico autoaplicável, com questões que abarcaram a caracterização da população estudada, a realização de almoço e jantar, o consumo de determinados alimentos e satisfação das preparações proteicas vegetarianas oferecidas no RU. O estudo compreendeu apenas os usuários do RU que responderam “sim” para a questão “Você é vegetariano?” e que assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Dos 662 participantes, 67 (10,1%) afirmaram ser vegetarianos, com predomínio de ovolactovegetarianos, sendo a maioria do sexo feminino (82,1%) e mais da metade (56,7%) na faixa etária entre 20-24 anos. Observou-se maior assiduidade do público vegetariano no almoço (55,2%), sendo o preço (82,0%) o motivo principal para frequentar e a fila de espera para se servir (25,4%) a razão mais citada para não frequentar. A maioria do público estudado consumia regularmente alimentos marcadores de alimentação saudável (MAS) e foi observado que 67,2% dos vegetarianos estavam insatisfeitos com as preparações vegetarianas oferecidas. Os achados deste estudo apontaram que o RU se constituiu como ambiente facilitador de práticas alimentares saudáveis e contribuiu para a manutenção da saúde dos usuários vegetarianos; contudo há necessidade de elaboração de estratégias para aumentar a satisfação dos usuários quanto as preparações oferecidas.

Palavras-chave: Dieta vegetariana; Alimentação coletiva; Consumo de alimentos; Hábitos alimentares; Estudantes; Universidade.

Abstract

The objective was to characterize the profile of vegetarian users who attend the University Restaurant (RU) of a public university, their eating habits and satisfaction with the preparations offered. This is a cross-sectional, qualitative and quantitative study, carried out via the internet, using a self-administered electronic questionnaire, with questions that covered the characterization of the studied population, lunch and dinner, consumption of certain foods and satisfaction with vegetarian protein preparations offered in the RU. The study included only RU users who answered “yes” to the question “Are you a vegetarian?” and who signed the Free and Informed Consent Form. Of the 662 participants, 67 (10.1%) claimed to be vegetarian, with a predominance of lacto-ovo vegetarians, the majority being female (82.1%) and more than half (56, 7%) in the age group between 20 and 24. There was a greater attendance of the vegetarian public at lunch (55.2%), with the price (82.0%) being the main reason to attend and the

queue to get serve (25.4%) the most cited reason for not attending. Most of the population studied regularly consumed foods that are markers of healthy eating (MAS) and it was observed that 67.2% of vegetarians were dissatisfied with the vegetarian preparations offered. of this study pointed out that the RU constituted an environment that facilitated healthy eating practices and contributed to the maintenance of the health of vegetarian users; however, there is a need to develop strategies to increase users' satisfaction with the preparations offered.

Keywords: Diet, vegetarian; Collective feeding; Food consumption; Feeding behavior; Students; Universities.

Resumen

El objetivo fue caracterizar el perfil de los usuarios vegetarianos que asisten al Restaurante Universitario (RU) de una universidad pública, sus hábitos alimentarios y la satisfacción con las preparaciones ofrecidas. Se trata de un estudio transversal, cualitativo y cuantitativo, realizado vía internet, mediante un cuestionario electrónico autoadministrado, con preguntas que abarcaron la caracterización de la población estudiada, almuerzo y cena, consumo de determinados alimentos y satisfacción con la proteína vegetariana preparados ofrecidos en el RU. El estudio incluyó solo a usuarios del RU que respondieron "sí" a la pregunta "¿Eres vegetariano?" y que firmaron el Término de Consentimiento Libre e Informado. De los 662 participantes, 67 (10,1%) afirmaron ser vegetarianos, con predominio de ovolactovegetarianos, siendo la mayoría mujeres (82,1%) y más de la mitad (56,7%) en el grupo de edad entre 20 y 24 años. Hubo una mayor asistencia del público vegetariano al almuerzo (55,2%), siendo el precio (82,0%) el principal motivo de asistencia y la cola para ser atendido (25,4%). la razón más citada para no asistir la mayoría de la población estudiada consumía regularmente alimentos que son marcadores de alimentación saludable (MAS) y se observó que el 67,2% de los vegetarianos estaban insatisfechos con las preparaciones vegetarianas ofrecidas de este estudio señalaron que la RU constituyeron un ambiente que facilitó prácticas de alimentación saludable y contribuyó al mantenimiento de la salud de los usuarios vegetarianos, sin embargo, existe la necesidad de desarrollar estrategias para aumentar la satisfacción de los usuarios con las preparaciones ofrecidas.

Palabras clave: Dieta vegetariana; Alimentación colectiva; Consumo de alimentos; Conducta alimentaria; Estudiantes; Universidade.

1. Introdução

Vegetarianismo é o regime alimentar que exclui todos os tipos de carnes, porém dependendo da inclusão dos derivados animais às práticas alimentares, é concedida uma terminologia distinta. Assim, são chamados de vegetarianos estrito aqueles que buscam o não consumo de qualquer alimento proveniente do reino animal, enquanto os veganos estendem essas restrições a itens do vestuário, produtos testados em animais, cosméticos etc. Os ovolactovegetarianos, lactovegetarianos e ovovegetarianos são outros tipos de vegetarianos, dos quais, respectivamente, há consumo de leite e ovos, leite e ovos (Sociedade Vegetariana Brasileira, 2020). Existem dietas que restringem o consumo de alguns tipos carnes e, portanto, não são consideradas vegetarianas, como o semivegetarianismo ou flexitarianismo, que permite a ingestão de carne de forma ocasional (Derbyshire, 2017) e o pescetarianismo, em que os indivíduos consomem peixes e frutos do mar, mas excluem outros tipos de carnes (Slywitch, 2012).

Pesquisa realizada pelo IBOPE inteligência, em 2018, apontou que que 14% da população se declarava vegetariana. Nas regiões metropolitanas de São Paulo, Rio de Janeiro, Curitiba e Recife este percentual subiu para 16%, representando um crescimento de 75% em relação a 2012, quando a mesma pesquisa revelou que 8% da população era adepta à alimentação vegetariana. A preocupação com o impacto ambiental negativo da pecuária e a indignação com as condições de vida impostas aos animais usados nos processos de produção, bem como, os benefícios de uma alimentação vegetariana para a saúde e as crenças religiosas são fatores que impulsionaram este crescimento (Abonizio, 2016).

Tal tendência aumentou a procura por serviços de alimentação com opções vegetarianas, contribuindo para o crescimento de restaurantes vegetarianos e veganos nos centros urbanos (Sociedade Vegetariana Brasileira, 2017). Contudo, ainda é escasso o número de estabelecimentos que oferecem esse tipo de preparações a preços acessíveis, principalmente para estudantes universitários.

Os Restaurantes Universitários (RU) são unidades de alimentação e nutrição (Teixeira et al., 2010) cujo objetivo é fornecer refeições saudáveis a preço acessível aos estudantes oriundos da rede pública de ensino superior como forma de

garantir a permanência do estudante no campus, dando-lhe oportunidade para otimizar seu tempo de vida acadêmica e contribuindo para seu melhor desempenho e formação integral.

Estudo conduzido por Benvindo et al. (2017) revelou que os RU localizados nas regiões Centro-oeste, Norte e Nordeste do Brasil apresentaram baixa oferta (33%) de prato proteico vegetariano nos cardápios quando comparado às demais regiões Sul, Sudeste e Centro-oeste.

A Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ), objeto do presente estudo, possui um Restaurante Universitário localizado no campus principal, cujo termo de referência (parte integrante do contrato celebrado entre a UERJ e a empresa terceirizada produtora de refeições) sofreu alterações em 2017 e, a partir dessa data, passou a ser obrigatória a inclusão diária de uma opção ovolactovegetariana no cardápio oferecido aos usuários que frequentam o restaurante no RU. Com isso, surgiu a necessidade de se conhecer o perfil dos usuários vegetarianos e sua satisfação em relação a essa nova opção, de forma a permitir uma melhoria contínua no serviço prestado no restaurante.

Assim, o presente estudo teve por objetivo caracterizar o perfil dos usuários vegetarianos que frequentam o restaurante universitário de uma universidade pública, e descrever suas práticas alimentares e a satisfação quanto as preparações ovolactovegetarianas oferecidas.

2. Metodologia

2.1 Delineamento da população de estudo

Conforme Pereira e colaboradores (2018), trata-se de um estudo seccional descritivo, de natureza qualitativa (motivos para frequentar o restaurante universitário (RU); satisfação das preparações proteicas vegetarianas oferecidas no RU; preferências e rejeições alimentares de preparações que compõem o cardápio do RU) e quantitativa (tipo de usuário do RU; sexo; idade; consumo de alimentos; rotinas alimentares; assiduidade ao RU). A população de estudo foi composta apenas pelos usuários que frequentam o RU da UERJ e que responderam “sim” para questão intitulada “Você é vegetariano?”.

2.2 Coleta de dados

A coleta de dados foi realizada através do questionário eletrônico Google Forms, o qual é uma ferramenta on-line, utilizando formulários previamente estruturados para a coleta de dados. Nele, o usuário pode produzir pesquisas de múltipla escolha, fazer questões discursivas, solicitar avaliações em escala numérica, entre outras opções (<https://www.google.com/intl/pt-BR/forms/about/>).

Antes de ocorrer efetivamente a coleta de dados, entre o período de maio e julho de 2018, a pesquisa foi amplamente divulgada por meio de mídias sociais, como Facebook® e Instagram®, amplamente acessadas pelos alunos e funcionários que frequentam a UERJ no período de março à abril de 2018.

Na página inicial da pesquisa, antecedendo as perguntas, havia o esclarecimento aos participantes de que as informações fornecidas poderiam ser utilizadas para estudos e que o anonimato das respostas seria garantido. Portanto, constituíram a pesquisa aqueles que concordaram com esses termos, clicando no comando “aceito participar da avaliação” e que responderam ao questionário.

2.3 Questionário

O instrumento virtual utilizado na pesquisa foi elaborado pelos pesquisadores do presente estudo e sua versão final consistiu de 31 questões (28 fechadas e três abertas) que abarcaram: a caracterização da população estudada, suas práticas alimentares, incluindo sua rotina alimentar no RU (realização do almoço e/ou jantar) e o consumo de determinados alimentos (incluindo grupos de alimentos ou preparações) dentro e fora do RU, assiduidade ao RU, motivos para frequentar (ou não) o

RU, satisfação das preparações proteicas vegetarianas oferecidas no RU, bem como preferências e rejeições alimentares de preparações que compõem o cardápio do RU dos usuários vegetarianos.

Os alimentos selecionados para compor este estudo foram considerados marcadores de alimentação saudável (MAS) e não saudável (MANS). Sua escolha baseou-se nas recomendações nutricionais para uma alimentação saudável (WHO, 2003). O consumo dos alimentos MAS foi avaliado através das preparações oferecidas no RU. Já o consumo dos alimentos MANS foi examinado por meio de alimentos consumidos fora do RU, visto que estes não são contemplados no cardápio, pois de acordo com o termo de referência, é proibido ofertar. Vale mencionar que se incluiu o consumo dos alimentos MANS para ser ter uma visão abrangente da alimentação do usuário vegetariano.

2.4 Variáveis e indicadores do estudo

As seguintes variáveis foram analisadas para a caracterização da população estudada: tipo de usuário do RU (docente, técnico-administrativo, estudante cotista, estudante não cotista, estudante de pós-graduação e outros), sexo, idade (categorizada em ≤ 19 ; 20-24; ≥ 25 anos de idade), motivos para frequentar ou não o RU e o tipo de vegetarianismo (ovolactovegetariano, lactovegetariano, ovovegetariano, vegetariano estrito ou vegano), informado pelo respondente.

Em relação ao consumo, analisou-se sete alimentos, grupos de alimentos e/ou preparações. Os alimentos foram: 1) feijão; 2) arroz integral; 3) hortaliças cruas; 4) hortaliças cozidas (excluindo batata, aipim e inhame); 5) frutas *in natura*; 6) guloseimas (doce, bala, chocolate, bombom, chiclete, pirulito etc.) e; 7) bebidas açucaradas (refrigerantes, suco de caixinha, suco em pó, achocolatado, suco com adição de açúcar, café com adição de açúcar etc.). Os cinco primeiros são considerados alimentos MAS e os dois últimos MANS.

Com base na frequência semanal de consumo de cada um dos alimentos, grupos de alimentos e/ou preparações selecionados, foi construído o indicador proporção de usuários vegetarianos que consumiam regularmente (de três a cinco vezes na semana), às vezes (de um a dois dias na semana) e "nunca" (não consome os alimentos selecionados em nenhum dia da semana).

Quanto aos indicadores de utilização do RU, criou-se a variável assiduidade RU, a qual examinou-se com base no número de dias em que o estudante se dirigiu ao RU para realizar suas rotinas alimentares (almoço e/ou jantar) (PEREZ *et al.*, 2019). As seguintes categorias foram consideradas: usuário ocasional (não frequentou o RU ou foi no máximo uma a três vezes por mês), usuário eventual (foi ao RU um ou dois dias úteis da semana) e usuário assíduo (foi ao RU de três a cinco dias úteis da semana).

A satisfação do conjunto de indivíduos estudado foi avaliada através das suas preferências e rejeições alimentares a partir da estrutura do cardápio oferecido diariamente no RU, a saber: entrada: preparações sob a forma de salada crua e cozida (ex: alface, beterraba ralada, chuchu cozido, etc); prato proteico vegetariano (ex: omelete de legumes, abobrinha recheada com soja, quiche de queijo, etc); guarnição (ex: espaguete ao alho e óleo, berinjela ao alho, legumes refogados, farofa de couve, etc); sobremesa: fruta (ex: banana, melancia etc) ou doce (ex: goiabada, pudim, etc) e qual seria sua opção de escolha entre doce e fruta. Também foram avaliadas a satisfação global da preparação ovolactovegetariana presente no cardápio.

O banco de dados para a análise foi gerado pelo próprio *Google Forms*. As variáveis foram descritas por meio de frequências absoluta e relativa e a análise dos dados foi realizada com apoio do aplicativo *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versão 21.0.

2.5 Aspectos éticos

O presente estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Hospital Universitário Pedro Ernesto da UERJ (CAAE: 30694520.0.0000.5259) e aceitação do termo de consentimento livre e esclarecido pelos usuários que frequentam o RU, campus Maracanã da UERJ.

3. Resultados

Dos 662 (100%) participantes da presente pesquisa, 67 (10,1%) afirmaram ser vegetarianos, os quais foram estudados. A identificação e a caracterização dos usuários vegetarianos que frequentam o RU da UERJ estão apresentadas na Tabela 1. Observou-se que, 95,5% são estudantes de graduação, sendo a maioria deles não cotista (73,1%). A maior parte era do sexo feminino (82,1%) e mais da metade (56,7%) se encontrava na faixa etária entre 20-24 anos. Também se identificou cinco tipos de vegetarianos, sendo predominante o ovolactovegetariano (44,8%) seguido pelo vegetariano estrito (34,3%).

Tabela 1: Caracterização dos usuários vegetarianos que frequentam o Restaurante Universitário na Universidade do Estado do Rio de Janeiro. Rio de Janeiro, Brasil, 2018.

Caracterização dos usuários vegetarianos	Total (%)
Identificação (n=67)	
Docente	1,5
Técnico-administrativo	0
Estudante de graduação cotista ¹	22,4
Estudante de graduação não cotista ²	73,1
Estudante de pós-graduação	1,5
Outro	1,5
Sexo (n= 67)	
Masculino	17,9
Feminino	82,1
Faixa etária (em anos completos) (n=67)	
≤19	19,4
20-24	56,7
>25	23,9
Tipo de Vegetarianismo (n=67)	
Ovolactovegetariano ³	44,8
Vegetariano estrito ⁴	34,3
Vegano ⁵	10,4
Lactovegetariano ⁶	7,5
Ovovegetariano ⁷	3,0

1 – Cotista – Estudantes ingressantes, via vestibular, na universidade através de sistema de reserva de vagas, por meio de cotas, estabelecido com base em critérios raciais e sociais. 2 - Não cotista - Estudantes ingressantes, via vestibular, na universidade pelo sistema universal. 3 - Ovolactovegetariano - Além dos alimentos vegetais, também é permitido consumir ovos e leite e derivados. 4 – Vegetariano estrito - Não consome nenhum alimento de origem animal. 5 – Vegano - Não consome nada de origem animal - alimentação, vestuário, cosmético, entretenimento. 6 – Lactovegetariano - Além dos alimentos vegetais, também é permitido consumir leite e derivados. 7 – Ovovegetariano - Além dos alimentos vegetais, também é permitido consumir ovos. Fonte: Autores.

Quanto às rotinas alimentares realizadas no RU, observou-se que mais da metade (55,2%) dos usuários vegetarianos frequentava assiduamente (em pelo menos três dos cinco dias úteis da semana) o RU no almoço e 56,7% ocasionalmente no jantar (não frequentou ou frequentou de uma a três vezes por mês) (Tabela 2).

Tabela 2: Frequência de realização de almoço e jantar (ou rotinas alimentares) dos usuários vegetarianos que frequentam o Restaurante Universitário da Universidade do Estado do Rio de Janeiro segundo assiduidade dos usuários ao restaurante. Rio de Janeiro, Brasil, 2018.

Assiduidade ao RU	Total (%)
Almoço (n=67)	
Usuário ocasional ¹	29,9
Usuário eventual ²	14,9
Usuário assíduo ³	55,2
Jantar (n=67)	
Usuário ocasional ¹	56,7
Usuário eventual ²	13,4
Usuário assíduo ³	29,9

1- Usuário ocasional: Não frequentou o RU ou frequentou no máximo uma a três vezes por mês. 2- Usuário eventual: Foi ao RU em um ou dois dias úteis da semana. 3- Usuário assíduo: Foi ao RU em pelo menos três dias nos cinco dias úteis da semana. Fonte: Autores.

No tocante à frequência de consumo regular (≥ 3 dias dos cinco dias úteis da semana) de alimentos MAS, verificou-se maior proporção de usuários que consumia no RU, hortaliças cozidas (89,1%), hortaliças cruas (87,5%), feijão (75,0%) e frutas *in natura* (67,2%) (Tabela 3), enquanto menor proporção de usuários vegetarianos consumia regularmente fora do RU bebidas açucaradas (29,2%) e guloseimas (23,9%), alimentos considerados MANS (Tabela 3).

Tabela 3: Frequência (%) de consumo de alimentos marcadores de alimentação saudável (MAS) no Restaurante Universitário (RU) e não saudável (MANS) fora do RU, dos usuários vegetarianos da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ). Rio de Janeiro, Brasil, 2018.

Consumo	Nunca ¹ (%)	Raramente/as vezes ² (%)	Regular ³ (%)
Alimentos MAS no RU da UERJ			
Feijão (n=67)	3,1	21,9	75,0
Arroz integral (n=67)	9,4	18,8	71,9
Hortaliças cruas (n=67)	1,6	10,9	87,5
Hortaliças cozidas ⁴ (n=67)	0	10,9	89,1
Frutas frescas (n=67)	1,6	31,3	67,2
Alimentos MANS fora do RU da UERJ			
Guloseimas ⁵ (n=67)	17,9	58,2	23,9
Bebidas Açucaradas ⁶ (n=67)	31,7	29,8	29,2

1- Nunca – Não consome os alimentos selecionados em nenhum dia da semana. 2 - Raramente/às vezes - Consome os alimentos selecionados de um a dois dias na semana. 3 - Regular - Consome os alimentos selecionados de três a cinco vezes na semana. 4- Excluindo batata, aipim e inhame (raízes e tubérculos). 5- Doce, bala, chocolate, bombom, chiclete, pirulito etc. 6- Refrigerante, suco de caixinha, suco em pó, achocolatado, suco com adição de açúcar, café com adição de açúcar etc. Fonte: Autores.

Os principais motivos referidos pelos usuários vegetarianos para frequentar o RU foram: preço (82,1%), qualidade da refeição (44,8%), praticidade de acesso (41,8%), quantidade da refeição (35,8%), variedade da refeição (25,4%) e bom atendimento (25,4%). Outros motivos também reportados compreenderam: curiosidade e conhecer pessoas de outros cursos. Por outro lado, a fila de espera para se servir (25,4%), o horário de aulas não compatível com o de funcionamento do restaurante (11,9%), não ter o cartão de acesso (6,0%), preferência por comer em casa (4,5%) e por trazer refeição de casa (3,0%), além de outros motivos (comer em outro lugar na universidade ou no entorno, não gostar da comida) foram citados como razões para não frequentar o RU.

Quanto à preferência dos usuários vegetarianos pelas preparações oferecidas no cardápio do RU, observou-se que entre as saladas o grão de bico se destacou, obtendo maior preferência. As preparações proteicas vegetarianas à base de aveia

foram preferidas e as elaboradas com ovos preteridas. A guarnição à base de batata inglesa obteve maior predileção dos usuários vegetarianos, enquanto o pirão de peixe menor predileção (Tabela 4).

Tabela 4: Frequência (%) das três maiores preferências e rejeições alimentares dos usuários vegetarianos das preparações oferecidas no Restaurante Universitário da Universidade do Estado do Rio de Janeiro. Rio de Janeiro, Brasil, 2018.

Salada ¹ (%)	Prato proteico Vegetariano (%)	Guarnição (%)
Mais preferidas		
Grão de bico – 24,0	Quiche de alho poró – 23,0	Batata corada ² – 25,0
Cenoura - 21,0	Hambúguer de aveia – 21,0	Batata rústica ³ - 24,0
Abobrinha – 19,0	Almôndegas de aveia – 19,0	Couve-flor gratinada – 18,0
Menos preferidas		
Jiló – 27,0	Ovos mexidos – 25,0	Pirão de peixe - 44,0
Berinjela – 20,0	Omelete simples – 25,0	Polenta ao sugo – 21,0
Rabaneite – 19,0	Omelete com legumes – 18,0	Chuchu refogado – 17,0

1 - Salada elaborada tanto com hortaliças cruas como cozidas. 2 - Cozimento da batata inglesa temperada com óleo de soja, sal e ervas em forno de ar seco. 3 - Cozimento da batata inglesa com casca em água fervente e posteriormente temperada com sal e ervas e assada em forno de ar seco. Fonte: Autores.

No cardápio servido diariamente no RU há oferta de frutas diariamente com uma opção de doce em dois dias da semana, a fim de saber qual seria a opção dos usuários vegetarianos nos dias em que ambos eram ofertados incluímos essa pergunta no questionário. Os resultados revelaram que a maioria dos estudados (64,1%) preferiu a opção fruta em detrimento de doces (23,4%).

Em relação à satisfação global das preparações proteicas ovolactovegetariana oferecidas no RU, 67,2 % dos respondentes estavam insatisfeitos e os principais motivos referidos foram: pouca variedade (31,3%), muitas preparações elaboradas à base de ovo (26,9%), pouca opção vegetariana estrita (25,4%) e muitas preparações elaboradas à base de soja (20,9%).

4. Discussão

Entre os usuários vegetarianos estudados foi observado que a maioria era estudante de graduação não cotista, do sexo feminino, com idade de pelo menos 20 anos e o tipo de vegetarianismo predominante era o ovolactovegetariano. As práticas alimentares realizadas por este grupo foram favoráveis à saúde: consumo regular de feijão, arroz integral, hortaliças cruas e cozidas e frutas, bem como baixa frequência de consumo de guloseimas e bebidas açucaradas.

No Brasil, dados do Instituto Brasileiro de Opinião Pública e Estatística (IBOPE), coletados em 2018, apontam que 14% (30 milhões de indivíduos) da população se declarava vegetariana (IBOPE inteligência, 2018). Dentre esses 14%, observou-se o predomínio de mulheres (65%) (Hargreaves *et al.*, 2020). No presente estudo, verificou-se valores superiores, visto que foram encontrados 82,1% de mulheres vegetarianas. Essa diferença entre os sexos pode ser explicada pela maior presença de mulheres na universidade (Brasil, 2018). Dados recentes da universidade estudada revelaram que, em 2018, ano em que o estudo foi realizado, as mulheres representavam 54,4% do total de matriculados e 55,3% do total de concluintes dos cursos (UERJ, 2018).

O ovolactovegetariano seguido pelo vegetariano estrito foram os tipos de vegetarianismo mais relatados pelo conjunto de indivíduos estudados, corroborando as pesquisas realizadas com vegetarianos que apontam predominância desses dois tipos de categoria (Slywitch, 2012).

A assiduidade ao RU foi maior durante o almoço do que no jantar e isso pode ser atribuído à maior oferta de cursos de graduação nos turnos manhã e/ou tarde (63,4%) na universidade estudada (UERJ, 2018), uma vez que o cardápio oferecido no almoço é igual ao do jantar devido ao uso de fichas técnicas de todas as preparações, garantindo a padronização das refeições oferecidas no RU.

Quanto aos alimentos MAS, nossos dados corroboraram os de outros estudos realizados com vegetarianos, que apontaram consumo elevado de frutas e hortaliças e baixo consumo de alimentos MANS (Siqueira et al., 2007, Turner-McGrievy et al., 2015; Loureiro, 2016, Hargreaves et al., 2020). Tais resultados ratificam a importância da existência do RU, com a oferta diária de cardápios diversificados e nutritivos (Benvido et al., 2017).

Cabe ressaltar que o cardápio servido na rotina do RU estudado foi elaborado seguindo-se as diretrizes da Estratégia Global para a Alimentação Saudável, Atividade Física e Saúde (WHO, 2004) e as recomendações do Guia alimentar para a população brasileira (Brasil, 2014). Diariamente há disponibilidade de alimentos *in natura* ou minimamente processados e de preparações culinárias feitas com esses alimentos nas refeições oferecidas aos usuários. São ofertadas hortaliças cruas no início do balcão de distribuição de refeições e distantes das demais preparações, a fim de estimular o seu consumo; frutas frescas fracionadas (melão, melancia, mamão, cortados em pedaços) tendo como intuito também facilitar e estimular seu consumo; hortaliças cozidas; arroz integral; feijão sem adição de carnes e embutidos e presença de azeite de oliva em detrimento de molhos para salada, entre outros.

O achado de que menor proporção de usuários vegetarianos consumia regularmente fora do RU (≥ 3 dias dos cinco dias úteis da semana) bebidas açucaradas (29,2%) e guloseimas (23,9%) foi similar a outros estudos conduzidos com vegetarianos (Parker, Vadiveloo, 2019, Hargreaves et al., 2020). Isto pode estar relacionado ao desejo de ter uma alimentação saudável e de que estes grupos de alimentos não pertencerem ao padrão alimentar da dieta vegetariana. Sendo assim, além de abolir o consumo de produtos cárneos, também eleva-se o consumo de vegetais, frutas, cereais, legumes e oleaginosas, contendo menor quantidade de gordura saturada e, relativamente, maior quantidade de gordura insaturada, carboidratos e fibras (Couceiro et al., 2005; Miranda et al., 2013; Papier et al., 2019; Parker & Vadiveloo, 2019; Hargreaves et al., 2020).

O RU estudado tem como objetivo principal oferecer refeições com qualidade nutricional e sensorial, a preços subsidiados para todos os estudantes e diferenciados para cotistas. Neste estudo, o preço foi um dos principais motivos alegados pelos usuários vegetarianos para frequentar o mesmo, além da qualidade da refeição e acessibilidade física, uma vez que o RU está localizado estrategicamente, próximo ao prédio central do campus, no qual se concentra a maioria dos cursos. Estudos conduzidos com estudantes universitários apontaram que fatores como preço, disponibilidade, acessibilidade aos alimentos e preferências de paladar influenciam positivamente para frequentar o RU (Duarte et al., 2013; Torresin et al., 2014; Santos, 2016; Perez et al., 2019).

Por outro lado, o principal motivo citado pelos usuários que participaram do estudo para não frequentar o RU foi o tempo de espera na fila para se servir (25,4%). Este índice de insatisfação é bem inferior aos encontrados em outros estudos realizados em universidades públicas do centro-oeste e sul do Brasil, sendo 54,3% para Härter et al. (2013), 73,2% para Torresin et al. (2014) e 49,2% para Moreira Jr et al. (2016).

É importante ressaltar que um dos desafios do nutricionista que atua no setor de alimentação coletiva, incluindo o RU, é aliar a saúde às outras questões importantes, como o atendimento das preferências e hábitos alimentares (Souza & Liboredo, 2015). Diversos estudos conduzidos em restaurantes universitários revelaram que é fundamental avaliar a satisfação dos clientes quanto à qualidade do serviço, mensurada pela aceitabilidade das preparações contidas nos cardápios, higiene nas acomodações, atendimento ao consumidor, dentre outros (Teixeira & Marreiro, 2010; Härter et al., 2013; Braga et al., 2015; Izel, 2016; Moreira Jr. et al., 2016). Assim, a satisfação do cliente é uma das maiores preocupações nos serviços de alimentação, à medida que a empresa realiza a pesquisa com os clientes, perguntando o que eles querem ou precisam, ela acaba

se antecipando aos desejos deles, captando as necessidades implícitas e superando expectativas, sendo a chave para a obtenção de sucesso no gerenciamento dessas empresas (Cavalcante et al., 2017; Moreira Jr et al., 2016).

Um aspecto notável foi a preferência pela maior parte dos vegetarianos estudados por frutas frescas quando oferecida conjuntamente com doces no RU, indo ao encontro com outros estudos, que sugerem que estes usuários fazem escolhas alimentares saudáveis (Teixeira et al., 2006; Couceiro et al., 2008; Slywitch, 2012; Miranda et al., 2013; Hargreaves et al., 2020).

Dessa forma, a identificação das preparações mais preferidas e menos preferidas informadas pelos indivíduos estudados foram fundamentais para o serviço de Nutrição existente na universidade, permitindo alterações na elaboração do cardápio servido na rotina do RU, bem como melhoria no serviço prestado, além de redução do desperdício de preparações alimentares não aceitas.

Podemos apontar como umas das potencialidades do estudo o pioneirismo. Não foram encontrados na literatura, até o momento, trabalhos conduzidos com usuários vegetarianos que frequentam o RU de universidades públicas no Brasil. Os estudos encontrados concentram-se na caracterização das práticas alimentares de estudantes universitários de forma geral (Torresin et al., 2014; UFU, 2014; Moreira Jr et al., 2016; Figueiredo, 2019) e na avaliação da qualidade da dieta de vegetarianos no Brasil e sua comparação entre os diferentes tipos de padrões alimentares vegetarianos, bem como com a população em geral no país (Hargreaves et al., 2020). Outro aspecto positivo foi o percentual de indivíduos vegetarianos que frequentam o RU da UERJ (10%), sendo superior aos encontrados em estudos, conduzidos em restaurantes universitários da Universidade federal de Santa Maria, Rio Grande do Sul (4,2%) (Moreira Jr et al., 2016) e da Universidade Federal de Uberlândia, Minas Gerais (8%) (UFU, 2014).

No que se refere às fragilidades, podemos comentar as limitações quanto à comparabilidade dos nossos achados com os de outras pesquisas, em função da escassez de estudos sobre vegetarianismo no ambiente alimentar universitário e práticas alimentares de usuários vegetarianos que frequentam o RU.

5. Conclusão

Observou-se que o público vegetariano que frequenta o RU apresentou práticas alimentares saudáveis, com alto consumo frequente de alimentos MAS e baixa frequência para alimentos MANS. Os usuários estavam satisfeitos com o preço e a qualidade das refeições oferecidas e insatisfeitos em relação ao tempo de espera na fila para se servir.

O RU estudado se constituiu como um ambiente facilitador da adoção de práticas alimentares saudáveis e contribuiu para a manutenção da saúde dos usuários vegetarianos, através da oferta de refeições saudáveis e variadas.

Os achados deste estudo permitiram identificar o perfil e as preferências alimentares dos usuários vegetarianos que frequentam o RU, sendo possível a elaboração de estratégias voltadas para a melhoria do serviço e consequentemente o aumento da satisfação dos usuários.

Recomenda-se desenvolver novas preparações culinárias vegetarianas para serem introduzidas ao cardápio oferecido, ampliando a variedade e aceitação por parte do público vegetariano. Após a introdução dessas novas preparações, sugerimos a realização de uma nova pesquisa de satisfação, com o objetivo de avaliar a aceitabilidade das preparações.

Referências

- 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 e Saúde*, 12 (2), 447-464. 10.12957/demetra.2017.25890. <http://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/demetra/article/view/25890>.
- Braga, A. C., Pereira, T. D. L. & Andrade Jr., P. P. (2015). Avaliação de Restaurante Universitário por meio de Indicadores de Qualidade. *Desenvolvimento em Questão*, 13 (30), 306-326. <https://doi.org/10.21527/2237-6453.2015>.

Brasil. Ministério da Saúde. (2014). Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. *Guia alimentar para a população brasileira* / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. (2a ed.).

Brasil. Inep. (2018). *Mulheres são maioria na Educação Superior Brasileira*. http://portal.inep.gov.br/artigo/-/asset_publisher/B4AQV9zFY7Bv/content/mulheres-sao-maioria-na-educacao-superior-brasileira/21206.

Cavalcante, J. M., Antonio, K. L. S. & Baratto, I. (2017). Pesquisa de satisfação em um restaurante universitário no sudoeste do Paraná-PR. *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição & Emagrecimento*, 11 (12), 661–666.

Couceiro, P., Slywitch, E. & Lenz, F. (2008). Padrão alimentar da dieta vegetariana. *Einstein*, 6, (3), 365–373.

Derbyshire, E. J. (2017). Flexitarian Diets and Health: A Review of the Evidence-Based Literature. *Frontiers in Nutrition*, 3, 1–8. 10.3389/fnut.2016.00055. <http://journal.frontiersin.org/article/10.3389/fnut.2016.00055/full>.

Duarte, F. M., De Almeida, S. D. S. & Martins, K. A. (2013). Alimentação fora do domicílio de universitários de alguns cursos da área da saúde de uma instituição privada. *Mundo da Saúde*, 37 (93), 288–298. <https://doi.org/10.15343/0104-7809.2013373288298>.

Figueiredo, L. M. L. (2019). Satisfação e Determinantes da Escolha de Refeições Vegetarianas em Utilizadores das Cantinas da Universidade do Porto. *Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação. Universidade do Porto*; 1–35.

Hargreaves, S. M., Araújo, W. M. C., Nakano, E. Y. & Zandonadi, R. P. (2020). Brazilian vegetarians diet quality markers and comparison with the general population: A nationwide cross-sectional study. *PLoS ONE*. 15.(5), 1–21. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0232954>.

Härter, A., Silva, C., SneydeR, D. & Freitas Siqueira, R. (2013). Estudo de Caso Sobre a Satisfação dos usuários do Restaurante Universitário-RU. *Revista de Estudos Sociais*, 15 (30), 33–42. <https://doi.org/10.19093/res.v15i30.2045>.

IBOPE Inteligência. (2018). *Pesquisa de opinião pública sobre vegetarianismo*. (1), 430–439.

Izel, P. A., Gaspar, L.P. & Costa, G.V. (2016). Percepção dos Usuários Sobre a Prestação dos Serviços de um Restaurante Universitário de uma Universidade Pública da Região Norte do Brasil, *Link Science Place*, 3, 63–78.

Loureiro, M. P. (2016). Estado nutricional e hábitos alimentares de universitários. *Segurança Alimentar e Nutricional*, 23 (2), 955. 10.20396/san.v23i2.8647612. <http://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/san/article/view/8647612>.

Matos, G. F. & Lima, C. M. A. M. (2018). *Avaliação da qualidade nutricional de receitas adaptadas para vegetarianos*. Centro Universitário de Brasília. <http://repositorio.uniceub.br/handle/235/12693>.

Miranda, D., GOMES, A., Morais, J., Tonetti, T. & Vassimon, H. (2013). Qualidade nutricional de dietas vegetarianas. *DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde*, 8, (2), 163–172. 10.12957/demetra.2013.4773. <http://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/demetra/article/view/4773>.

Moreira Jr, F. D. J., Pafiadache, C., Loose, L. H., Piaia, R., Scher, V. T., Peripolli, A. & Palm, B. (2015). Satisfação dos Usuários do Restaurante Universitário da Universidade Federal de Santa Maria: uma análise descritiva. *Revista Sociais e Humanas*, 28 (2). 10.5902/2317175814891. <http://cascavel.ufsm.br/revistas/ojs-2.2.2/index.php/sociaisehumanas/article/view/14891>.

Papier, K., Tong, T. Y., Appleby, P. N., Bradbury, K. E., Fensom, G. K., Knuppel, A., Perez-Cornago, A., Schmidt, J. A., Travis, R. C. & Key, T. J. (2019). Comparison of major protein-source foods and other food groups in meat-eaters and non-meat-eaters in the epic-oxford cohort. *Nutrients*, 11 (4).

Parker, H. W. & Vadeloo, M. K. (2019). Diet quality of vegetarian diets compared with nonvegetarian diets: A systematic review. *Nutrition Reviews*, 77 (3), 144–160.

Pedro, N. (2010). Artigos de Revisão Dieta vegetariana – factos e contradições Vegetarian diet – facts and contradictions. *Medicina Interna*, 17 (3), 173–178, 2010. 10.1186/1479-5868-2-4.

Pereira, A. S., Shitsuka, D. M., Parreira, F. J. & Shitsuka, R. (2018). *Metodologia da pesquisa científica (e-book)*. Santa Maria: Ed. UAB/NTE/UFMS.

Perez, P. M. P., Castro, I. R. R., Canella, D. S. & Franco, A.S. (2019). Effect of implementation of a University Restaurant on the diet of students in a Brazilian public university. *Ciência & Saúde Coletiva*, 24 (6), 2351–2360. 10.1590/1413-81232018246.11562017. http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232019000602351&tlng=en.

Sants, V. M. (2016). *Qualidade percebida e satisfação do consumidor quanto à prestação de serviços do restaurante universitário da UFPE*. Universidade Federal de Pernambuco, 1-26.

Siqueira, E. M.A., Mendes, J. F. R. & Arruda, S. F. (2007). Biodisponibilidade de minerais em refeições vegetarianas e onívoras servidas em restaurante universitário. *Revista de Nutrição*, 20 (3), 229–237. 10.1590/S1415-52732007000300001. http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-52732007000300001&lng=pt&tlng=pt.

SVB - Sociedade Vegetariana Brasileira. (2020) *Vegetarianismo*. <https://www.svb.org.br/vegetarianismo1>.

SVB - Sociedade Vegetariana Brasileira. (2017) *Mercado Vegetariano*. <http://svb.org.br/vegetarianismo1/mercado-vegetariano#:~:text=Crescimento%20do%20Mercado,restaurantes%20e%20lanchonetes%20n%C3%A3o-vegetarianas>.

Slywitch, E. (2012). Guia alimentar de dietas vegetarianas para adultos. *Sociedade Vegetariana Brasileira*, 1–66. <https://www.svb.org.br/livros/guia-alimentar.pdf>.

Slywitch, E. (2018). Nutrição Vegetariana. *Sociedade Vegetariana Brasileira*, 1–18.

Souza, A. L. F. & Liboredo, J. C. (2015). *Avaliação do Desperdício, Qualidade do Cardápio e Pesquisa de Satisfação de Clientes em uma Unidade de Alimentação e Nutrição na Cidade de Sete Lagoas, MG: Faculdades Ciências da Vida*, 1-5. <http://jornal.faculdadecienciasdavidacom.br/index.php/RBCV/article/view/70>.

Teixeira, I. L. L. & Marreiro, L. S. D. N. (2010). Satisfação de comensais do restaurante universitário da Universidade Federal do Ceará: *Avaliação e Perspectivas*. 2005, 1–12.

Teixeira, R. de C. M. A., Molina, M. D. C. B., Flor, D. S., Zandonade, E. & Mill, J. G. (2006). Estado nutricional e estilo de vida em vegetarianos e onívoros - Grande Vitória - ES. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, 9 (1),131–143. 10.1590/S1415-790X2006000100016. http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-790X2006000100016&lng=pt&tlng=pt.

Torresin, E., Gardin, D. E. O., Beatriz, E. & CruvineL, S. (2014). Avaliação da Satisfação dos Clientes do Restaurante Universitário (RU) do Câmpus Londrina Da Universidade Tecnológica Federal Do Paraná. *Universidade Tecnológica Federal Do Paraná*, , p. 36.

Turner-McGrievy, G. M., Davidson, C. R., Wingard, E. E., Wilcox, S. & Frongillo, E. A. (2015). Comparative effectiveness of plant-based diets for weight loss: A randomized controlled trial of five different diets. *Nutrition*, 31 (2), 350–358. 10.1016/j.nut.2014.09.002. <http://dx.doi.org/10.1016/j.nut.2014.09.002>.

UERJ - Universidade do Estado do Rio de Janeiro. (2018). *Anuário Estatístico Base de Dados 2017. Núcleo de Informação e Estudos de Conjuntura*. http://www2.datauerj.uerj.br/pdf/DATAUERJ_2018.pdf.

UFU. (2014). *Relatório Pesquisa de satisfação dos (as) usuários (as) dos Restaurantes Universitários (RUs) da Universidade Federal de Uberlândia (UFU)* v. 197. http://www.ru.ufu.br/sites/ru.ufu.br/files/files/pesquisa_de_satisfacao_rus.pdf.

WHO - World Health Organization. (2004). Resolution WHA57.17. Global strategy on diet, physical activity and health. *Proceedings of the 57th World Health Assembly*. WHO. https://apps.who.int/gb/ebwha/pdf_files/WHA57/A57_R17-en.pdf