

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO
CENTRO MULTIDISCIPLINAR UFRJ MACAÉ
INSTITUTO DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO

ALEXANDRA DE SOUSA GOMES

PERCEPÇÃO DOS ESTUDANTES DA CIDADE UNIVERSITÁRIA ACERCA DO
AMBIENTE ALIMENTAR UNIVERSITÁRIO

MACAÉ - RJ
2024

ALEXANDRA DE SOUSA GOMES

PERCEPÇÃO DOS ESTUDANTES DA CIDADE UNIVERSITÁRIA ACERCA DO
AMBIENTE ALIMENTAR UNIVERSITÁRIO

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Graduação em Nutrição da Universidade Federal do Rio de Janeiro - Campus Macaé como requisito à qualificação e obtenção de título de nutricionista. Coordenador: Prof. Leandro Oliveira Batista.

Orientadora: Prof^a Dr^a Naiara Sperandio
Coorientadora: Me^a Laís Vargas Botelho

MACAÉ - RJ
2024

ALEXANDRA DE SOUSA GOMES

PERCEPÇÃO DOS ESTUDANTES DA CIDADE UNIVERSITÁRIA ACERCA DO
AMBIENTE ALIMENTAR UNIVERSITÁRIO

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Graduação em Nutrição da Universidade Federal do Rio de Janeiro - Campus Macaé como requisito à qualificação e obtenção de título de nutricionista. Coordenador: Prof. Leandro Oliveira Batista.

Cidade, __ de _____ de ____

BANCA EXAMINADORA

Orientadora: Prof^ª Dr^ª Naiara Sperandio
Universidade Federal do Rio de Janeiro - Campus Macaé

Coorientadora: Dr^ª Laís Vargas Botelho
Universidade Federal do Rio de Janeiro - Campus Macaé

Prof^ª Dr^ª

Universidade Federal do Rio de Janeiro - Campus Macaé

Prof^ª Dr^ª

Universidade Federal do Rio de Janeiro - Campus Macaé

Acima de tudo, dedico este trabalho a Deus, que guiando meu sonho, fez possível todas as coisas.

Dedico à minha mãe, Maria Santíssima, que com sua intercessão moldou minha formação acadêmica.

Dedico aos meus pais, a quem devo toda a minha determinação.

AGRADECIMENTOS

A Deus, meu Senhor, que me fortaleceu desde o início do meu sonho em ingressar na UFRJ até o momento atual, sem ele nada seria possível. Agradeço também à minha mãezinha do céu, Aparecida, que intercedeu pela minha aprovação na universidade.

À professora e orientadora Naiara Sperandio, que me inspira como nutricionista e ativista na luta pela garantia à saúde e alimentação, no qual, é exemplo de profissional inteligente, competente e dedicada. Agradeço em especial pelas ideias e incentivo para elaboração da pesquisa.

À minha coorientadora Laís Botelho que com toda sua simpatia e paciência dispões do seu tempo para acolher minhas dúvidas e aperfeiçoar meus conhecimentos sobre Ambiente Alimentar.

Ao meu professor do ensino fundamental Oséias Linhares, que me ensinou o básico da educação com excelência e paciente confiando na minha capacidade de conquistar as melhores qualificações profissionais.

Ao meu pai, Alex, e à minha mãe, Elzenir, que sempre me incentivaram a construir uma formação de qualidade e subsidiaram toda minha educação para que eu fosse capaz de conquistar o que eles nunca puderam ter.

Às minhas irmãs Alexia e Andreza, no qual sempre acreditaram no meu potencial e me aconselharam em todas as decisões difíceis.

Às minhas madrinhas Edileuza e Sabrina e ao meu falecido padrinho José Luiz, por serem minha família e vibrarem pelas minhas conquistas, me dando forças para jamais desistir dos meus sonhos apesar das adversidades.

Ao meu companheiro, Gabriel, que me deu forças durante as fragilidades, incentivando todos os meus sonhos, me dando forças para superar os dias difíceis e me preenchendo de amor.

Às minhas amigas, companheiras e irmãs de coração, Ana Beatriz, Bianca, Gabriela, Jenifer e Milena que apoiam todos os meus projetos e dividem comigo momentos de risadas, alegrias e tristezas.

À UFRJ pelo ensino de qualidade, pela oportunidade de concretizar meus sonhos e projetos e por me tornar um ser humano mais humanizado com desejo de lutar por um Brasil mais justo.

"Além de um ato de conhecimento, a educação é também um ato político (...)" (Paulo Freire).

RESUMO

Os Ambientes Alimentares que os jovens estão inseridos são capazes de estimular e influenciar práticas saudáveis. Dessa forma, é fundamental que o Ambiente Alimentar Universitário garanta aos alunos alimentos in natura e minimamente processados. Contudo, diversos estudos demonstram que os acadêmicos apresentam uma alimentação inadequada, devido ao excesso de ultraprocessados nas Universidades e seus arredores. Com esse objetivo, a pesquisa avaliou a percepção dos alunos acerca do ambiente alimentar universitário da Cidade Universitária de Macaé (RJ). O estudo do tipo transversal com universitários de 3 instituições de ensino superior presentes na Cidade Universitária, envolve dados de saúde, estilo de vida e a avaliação da percepção dos estudantes acerca do ambiente alimentar educacional. Foi avaliado que grande parte dos estudantes possuem um estado nutricional eutrófico. Além disso, os estudantes, em maioria, apresentam um estilo de vida em que o álcool é ingerido esporadicamente, o tabagismo é inabitual, a prática de atividade física é baixa e o hábito alimentar é inadequado. Na perspicácia dos entrevistados, o ambiente da Cidade Universitária e seu entorno favorece uma alimentação inadequada, de forma que a implementação de um restaurante universitário contribuiria para promoção da alimentação saudável. Os alimentos que compõem as quitinias da UFRJ foram caracterizados como saudáveis, no qual, se tornam um facilitador para a alimentação saudável, assim como a presença dos micro-ondas, bebedouros e feiras agroecológicas. Em contrapartida, o preço inacessível dos alimentos comercializados na cantina e no Shopping e a escassez da comercialização de alimentos saudáveis foram indicados como dificultadores da alimentação saudável na Cidade Universitária e seu entorno. Tal como evidenciado em outros estudos, o Ambiente Alimentar Universitário influencia nos hábitos de saúde dos estudantes, do mesmo modo que os preços inacessíveis dos estabelecimentos que comercializam alimentos saudáveis e a péssima qualidade nutricional dos alimentos comercializados no entorno da universidade, não favorecem para as práticas alimentares saudáveis.

Palavra chave: Ambiente Alimentar; Universidade; Estilo de vida; Hábitos Alimentares

ABSTRACT

The Food Environments in which young people are inserted are capable of stimulating and influencing healthy practices. Thus, it is essential that the University Food Environment guarantees students fresh and minimally processed food. However, several studies show that students have an inadequate diet, due to the excess of ultra-processed foods in Universities and their surroundings. With this objective, the research evaluated the students' perception of the university food environment of the University City of Macaé (RJ). The cross-sectional study with university students from 3 higher education institutions present in the University City, involves health data, lifestyle and the evaluation of students' perception of the educational food environment. It was assessed that most of the students have a eutrophic nutritional status. In addition, the majority of students have a lifestyle in which alcohol is ingested sporadically, smoking is unusual, physical activity is low, and eating habits are inadequate. In the perspicacity of the interviewees, the environment of the University City and its surroundings favors an inadequate diet, so that the implementation of a university restaurant would contribute to the promotion of healthy eating. The foods that make up the UFRJ hot meals were characterized as healthy, in which they become a facilitator for healthy eating, as well as the presence of microwaves, drinking fountains and agroecological fairs. On the other hand, the unaffordable price of the food sold in the canteen and in the mall and the scarcity of the sale of healthy foods were indicated as hindering healthy eating in the University City and its surroundings. As evidenced in other studies, the University Food Environment influences the health habits of students, in the same way that the unaffordable prices of establishments that sell healthy foods and the poor nutritional quality of the food sold in the vicinity of the university, do not favor healthy eating practices.

Keywords: Food Environment; University; Lifestyle; Eating Habits

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 - Características sociodemográficas e socioeconômicas de estudantes da Cidade Universitária de Macaé-RJ (2023), (n=449).....	18
Tabela 2 - Curso, turno e instituição de ensino de estudantes da cidade universitária de Macaé - RJ, 2023.....	18
Tabela 3 - Estado nutricional dos estudantes da cidade universitária de Macaé - RJ, 2023.....	20
Tabela 4 - Consumo de álcool e cigarro, prática de atividade física e hábitos alimentares dos estudantes antes e/ou após ingressarem nas instituições de ensino superior de Macaé-RJ, 2023 (n=449).....	20
Tabela 5 - Classificação dos estudantes das instituições de nível superior em Macaé quanto ao estado de saúde atual e as doenças que exigem tratamentos contínuos, 2023 (n=449).....	22
Tabela 6 - Número de refeições e os locais em que os estudantes consomem refeições, 2023.....	23
Tabela 7 - Percepção dos estudantes sobre o ambiente alimentar universitário, a implementação do RU e as opções de alimentos do serviço de quentinha da Cidade Universitária de Macaé-RJ, 2023.....	23
Tabela 8 - Resposta dos estudantes da UFRJ de Macaé-RJ do porque eles não consideram as refeições do serviço de quentinha saudável (n=80), 2023.....	24
Tabela 9 - Respostas dos estudantes sobre os facilitadores e dificultadores da alimentação saudável na Cidade Universitária Macaé e seu entorno, 2023.....	25

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

AA - Ambiente Alimentar

AAU - Ambiente Alimentar Universitário

APB - alimentos, preparações e bebidas

CAAE - Certificado de Apresentação de Apreciação Ética

Cm - centímetro

ex: exemplo

FeMASS - Faculdade Municipal Miguel Ângelo da Silva Santos (FeMASS)

http - Hiper Text Transfer Protocol

IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística

IMC - índice de massa corporal

kg - quilograma

MA - Maranhão

N - Número

ODG - oficina em dinâmica de grupos

OMS - Organização Mundial da Saúde

PNAN - Política Nacional de Alimentação e Nutrição

PTN - proteína

POF - Dados da Pesquisa de Orçamento Familiar

RJ - Rio de Janeiro

RU - Restaurante Universitário

TCLE - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

UERJ - Universidade do Estado do Rio de Janeiro

UFRJ - Universidade Federal do Rio de Janeiro

UFF - Universidade Federal Fluminense

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	11
2. DESENVOLVIMENTO	12
2.1 AMBIENTE ALIMENTAR E SAÚDE.....	12
2.1.1 AMBIENTE ALIMENTAR UNIVERSITÁRIO.....	13
2.1.1.1 PERCEPÇÃO DOS ESTUDANTES ACERCA DO AMBIENTE ALIMENTAR.....	14
3. JUSTIFICATIVA	15
4. OBJETIVOS	15
4.1 OBJETIVO GERAL.....	15
4.1.1 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	16
5. MATERIAIS E MÉTODOS	16
5.1 POPULAÇÃO E DESENHO DO ESTUDO.....	16
5.2 COLETA DE DADOS.....	16
5.2.1 AVALIAÇÃO DA PERCEPÇÃO DOS UNIVERSITÁRIOS ACERCA DO AMBIENTE ALIMENTAR UNIVERSITÁRIO.....	16
5.2.1.1 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO E EXCLUSÃO.....	17
5.2.1.1.1 ANÁLISES ESTATÍSTICAS.....	17
5.2.1.1.1.1 ASPECTOS ÉTICOS.....	17
6. RESULTADOS	18
6.1 DADOS PESSOAIS E DE SAÚDE.....	18
6.1.1 CONSUMO E PERCEPÇÃO SOBRE O AMBIENTE ALIMENTAR.....	23
7. DISCUSSÃO	25
7.1 PERFIL DE SAÚDE DOS ESTUDANTES.....	26
7.1.1 NÚMEROS E LOCAIS DE REFEIÇÕES.....	27
7.1.1.1 PERCEPÇÃO SOBRE O AMBIENTE ALIMENTAR DA CIDADE UNIVERSITÁRIA.....	27
8. CONCLUSÃO	29
REFERÊNCIAS	31
ANEXO A - PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP.....	35
ANEXO B - QUESTIONÁRIO DE PESQUISA.....	36

1 INTRODUÇÃO

O Ambiente Alimentar (AA) onde se vive, estuda ou trabalha, de maneira geral, é definido como o conjunto dos ambientes físico, econômico, político e sociocultural (Swinburn *et al.*, 1999). Segundo Glanz *et al.* (2005), o que vai determinar a escolha de uma alimentação adequada e saudável são questões étnicas, sociais, culturais e socioeconômicas.

Segundo o Guia Alimentar para a População Brasileira, alimentos intitulados como in natura, são de origem animal ou vegetal que não sofrem nenhuma alteração após deixar a natureza, já os minimamente processados são alimentos que foram submetidos a processos que não envolvam adição de substâncias ao alimento original (Ministério da Saúde, 2014, p. 29). Em contrapartida, os alimentos ultraprocessados são produtos industriais com substâncias extraídas de alimentos, derivadas de constituintes de alimentos ou sintetizadas em laboratório, como, por exemplo, os biscoitos, sorvetes, balas, macarrão instantâneo, refrescos e refrigerantes (Ministério da Saúde, 2014, p. 41). Desse modo, a dieta brasileira, baseada no consumo de alimentos in natura e minimamente processados, tem sido substituída por uma dieta rica em alimentos ultraprocessados (Martins *et al.*, 2013; LOUZADA *et al.*, 2015; 2017). Dados da Pesquisa de Orçamento Familiar (POF), realizada pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), referiu que em 2008 e 2009 os alimentos mais consumidos fora de casa foram salgados fritos e assados, salgadinhos industrializados, cerveja, chocolates, refrigerantes, sanduíches, entre outros. Nessa perspectiva, é necessário implementar políticas que promovam saúde em ambientes saudáveis.

De acordo com Swinburn *et al.* (1999), a dimensão microambiental, como escolas, universidades, locais de trabalho e bairros, tem capacidade de influenciar indivíduos e coletividades. Ao longo da vida, o comportamento alimentar pode alterar-se devido ao nível educacional, mudanças na disponibilidade de alimentos, entre outros (Turano W. *et al.*, 1999). Logo, o início da vida universitária pode causar diversas mudanças no comportamento alimentar de um indivíduo, devido à repentina mudança de realidade e meio social (Carvalho *et al.*, 2013).

Aliado a isso, avaliar as percepções dos jovens acerca do ambiente alimentar universitário possibilita o levantamento da influência nas escolhas e hábitos alimentares dos estudantes e conseqüentemente, no seu estado de saúde. Um estudo qualitativo realizado no período entre 2010 e 2015, com acadêmicos de nutrição dos cursos integral e noturno na instituição de ensino superior do Rio de Janeiro, revelou que a acessibilidade, disponibilidade,

qualidade, variedade, tempo adequado e custo financeiro dos alimentos e refeições são barreiras que impossibilitam estes estudantes de alimentarem-se adequadamente dentro dos campi (Cardozo *et al.*, 2017).

Fabian e Girz (2013) afirmam que o incentivo a hábitos alimentares mais saudáveis ocorre quando os universitários estão inseridos num ambiente que promova saúde. Portanto, os autores analisaram que o ambiente alimentar universitário (AAU), desencoraja uma alimentação saudável e/ou estimula práticas alimentares não saudáveis, considerando a alta carência nutricional dos alimentos presente nos estabelecimentos comerciais existentes (Tam *et al.*, 2017; Franco *et al.*, 2020). Para Brillat-Savarin (2008), “o destino das nações depende daquilo e de como as pessoas se alimentam”. Contudo, uma alimentação saudável só é possível em ambientes alimentares que asseguram acesso a estes alimentos (Glopan, 2017).

2 DESENVOLVIMENTO

2.1 AMBIENTE ALIMENTAR E SAÚDE

Os Ambientes Alimentares (AA) são definidos por aspectos físicos, sociais, econômicos, culturais e políticos que podem impactar a acessibilidade, disponibilidade e adequação de alimentos em uma comunidade ou região (Redeout; Mah; Minaker, 2015). O AA físico envolve perspectivas culturais como o som, a presença de outros comensais, a temperatura, o cheiro, a cor, o tempo, a distração, dentre outros. Tais aspectos influenciam o comportamento e a ingestão alimentar (Stroebele; De Castro, 2004). Nessa perspectiva, os fatores culturais, assim como a má qualidade da alimentação, são considerados desafios para que a população alcance saúde nutricional (Ministério da Saúde, 2012).

Por muitas décadas, no Brasil, a prevalência de desnutrição foi uma problemática. Contudo, nos últimos anos, a objeção está no aumento do excesso de peso em crianças e adolescentes, proveniente das mudanças no padrão de consumo alimentar deste grupo (Brasil, 2011; Brasil, 2010). Nesse contexto, para Deram (2018, p.18), “Nunca se falou tanto de nutrição e dietas, e nunca a população ganhou tanto peso”. Esta frase faz representações atuais sobre a magnitude de ações eficientes sobre alimentação saudável. Além disso, as mudanças alimentares também são responsáveis pelo aumento da prevalência de doenças crônicas na população brasileira, dado que, segundo o IBGE (2019), em 2019, 52% da população brasileira com 18 anos ou mais tinha pelo menos uma doença crônica.

Na tentativa de prevenir o avanço das doenças crônicas, foi implementado mundialmente, ao longo dos anos, políticas governamentais que favorecessem ambientes alimentares saudáveis como: a inserção de painéis de informação nutricional, rotulagem frontal e regulamentos sobre o uso de alegações nutricionais e de saúde em alimentos, redução de publicidade de alimentos não saudáveis para crianças, leis e políticas de zoneamento para colocar limites na densidade ou localização de restaurantes de serviço rápido (Phulkerd *et al.*, 2015). Em Niterói, cidade do Rio de Janeiro–RJ, foi aprovada a lei n.º 3.766/2023, que proíbe a venda, comercialização e distribuição de produtos ultraprocessados, tendo em vista que esses alimentos contribuem para a obesidade infantil nas escolas (Fórum DCNTS, 2023).

2.1.1 AMBIENTE ALIMENTAR UNIVERSITÁRIO

Pode ser encontrado em um Ambiente Alimentar Universitário (AAU) alimentos, preparações e bebidas (APB), acessibilidade física e financeira, promoção de APB, informação nutricional e propaganda dentro do campus (Franco *et al.*, 2022). Ademais, por definição, a universidade pode ser caracterizada também como um AA institucional e organizacional.

Um local onde os alimentos são vendidos ou fornecidos a trabalhadores, estudantes ou outros membros que trabalham em instituições e organizações. Inclui escolas, universidades, empresas, serviços públicos, hospitais, prisões e associações da sociedade civil e os respectivos centros de alimentação (refeitórios, quiosques e máquinas de venda automática de alimentos). (GALVEZ ESPINOZA *et al.*, 2017, p. 4)

O ensino superior é um período da vida que implica inúmeras mudanças no desenvolvimento pessoal, social e familiar (Ferreira, 2014). Ao ingressar na universidade, a grande maioria dos estudantes alcançam liberdade e responsabilidade pela escolha das suas refeições diárias. Perante isso, um estudo quanti-qualitativo realizado, em 2004, com residentes em moradia estudantil no município de São Paulo, revelou que a alimentação dos universitários varia por afinidades e interesses pessoais, como, por exemplo, novas experiências e descobertas, novos relacionamentos, lazer e cultura. Além disso, o estudo indica que as escolhas alimentares ocorrem por relações formadas com outros comensais, onde cerca de 50% dos universitários analisados relataram que comer acompanhado de outras pessoas altera de modo positivo a alimentação (Alves; Boog, 2007). Nesse contexto, a universidade caracteriza-se como ambiente sociocultural mediante valores comunitários e/ou sociais pertencentes à alimentação (Oliveira, 2017).

Paralelo a isso, o âmbito educacional, pode influenciar os hábitos alimentares dos estudantes, encorajando ou desencorajando um estilo de vida mais saudável. O estudo de Pulz *et al.* (2016), realizado em uma universidade privada de Santa Catarina, mostrou um ambiente desfavorável para uma alimentação adequada, no qual, apenas 17% dos estabelecimentos encorajavam os consumidores a escolher opções saudáveis. Ademais, um experimento natural com controle histórico, realizado por Perez *et al.*, revelou que a Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ) não incluía oferta de alimentação saudável a preço acessível para os comensais, sendo grande parte dos alimentos comercializados nos estabelecimentos: guloseimas e bebidas açucaradas. Contudo, em 2011, foi inaugurado o Restaurante Universitário (RU), que, desde sua abertura, oferece almoço e jantar a preços subsidiados para os discentes. Nesse sentido, a existência de RU é fundamental no consumo regular de alimentos saudáveis acessíveis como feijão, hortaliças e frutas (Perez *et al.*, 2019).

À vista disso, Story *et al.* (2008), indica que fatores individuais como os conhecimentos, comportamentos, fatores biológicos e demográficos, assim como os ambientes social, físico e macro, necessitam de diferentes intervenções de políticas públicas. Portanto, é fundamental a criação de ambientes saudáveis mediante políticas públicas voltadas para estratégias e promoção à saúde.

2.1.1.1 PERCEPÇÃO DOS ESTUDANTES ACERCA DO AMBIENTE ALIMENTAR

Conforme o IBGE (2021), em 2021, o número de pessoas abaixo de 30 anos no Brasil é de 93,3 milhões. Desse modo, é primordial conhecer a percepção da juventude e suas práticas alimentares dentro dos campus e escolas.

Um estudo quantitativo, realizado por Cardozo *et al.* 2017, no período entre 2010 e 2015, em uma instituição de ensino superior do Rio de Janeiro, sinalizou que a maioria dos discentes relatou ter uma alimentação com elevadas quantidades de bebidas industrializadas, doces e biscoitos. Tal preferência alimentar pode ser influenciada devido à baixa oferta no espaço educacional de alimentos in natura e minimamente processados. Como mostra o estudo, realizado na Universidade do Sul do Brasil, que identificou que mais da metade dos salgados comercializados eram feitos de farinha refinada e 67% dos recheios continham embutidos, queijos e molhos com alto teor de gordura (Veiros *et al.*, 2012). Além disso, uma oficina em dinâmica de grupos (ODG), realizada com estudantes de escolas públicas, demonstrou que, segundo a percepção das crianças, a escola não tem suporte necessário para

as escolhas salutaras. Os resultados evidenciam a clareza dos escolares para reconhecer uma alimentação adequada e saudável (Albuquerque, 2014). Em uma dessas cartas, um estudante ressalta: “Eu acho que deveria servir fruta e verdura na merenda da escola. Na lanchonete, abrir dia sim, dia não. Esta é uma das maneiras para reduzir o vício pelo óleo e pelo doce. Muitas pessoas estão obesas por causa dessa alimentação ruim” (Albuquerque, 2014, p. 609).

A Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN) enfatiza em suas diretrizes, “O reforço da ação comunitária e a criação de ambientes favoráveis à saúde nos quais indivíduos e comunidades possam exercer o comportamento saudável” (Brasil, 2012, p. 34). Diante do exposto, autores analisaram a qualidade nutricional da alimentação atual dos universitários e concluíram que no Brasil, há um alto consumo de alimentos industrializados e uma baixa ingestão de micronutrientes e fibras (Cansian *et al.*, 2012; Maciel *et al.*, 2012; Ramalho, Dalamaria, Souza, 2012). Outrossim, um estudo de Cansian *et al.* (2012), que avaliou os hábitos alimentares de universitários brasileiros, concluiu que apenas 28% consomem três ou mais porções diárias de frutas e a maioria consome quantidades inadequadas de hortaliças. Além disso, um estudo com escolares da 4ª à 8ª série do ensino fundamental em escolas públicas e particulares de São Luís–MA revelou que crianças declararam consumir regularmente biscoitos, açúcares e doces, óleos e gorduras e baixo consumo de frutas e hortaliças (Conceição *et al.*, 2010).

Em vista disso, é imprescindível que os Estados adotem medidas de saúde em instituições educacionais, tendo em vista a baixa oferta de alimentos saudáveis nesses ambientes.

3 JUSTIFICATIVA

A coleta de dados ratifica a importância da percepção dos estudantes acerca do ambiente alimentar para construção de estratégias de promoção à saúde e ações de políticas públicas, visto a influência do Ambiente Alimentar no comportamento alimentar e na escolha de uma alimentação de qualidade nutricional (Swinburn B. *et al.*, 2013; Story M., 2008).

4 OBJETIVOS

4.1 OBJETIVO GERAL

Avaliar a percepção dos alunos acerca do ambiente alimentar universitário.

4.1.1 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Descrever características sociais, econômicas e de saúde dos universitários frequentadores da cidade universitária;
- Analisar as práticas alimentares, de saúde e doença dos estudantes;

5 MATERIAIS E MÉTODOS

5.1 POPULAÇÃO E DESENHO DO ESTUDO

Estudo do tipo transversal, descritivo com amostragem não probabilística, realizado na Cidade Universitária, em Macaé-RJ. A Cidade Universitária compreende 3 instituições de ensino superior, sendo elas: a Universidade Federal Fluminense (UFF), Faculdade Municipal Miguel Ângelo da Silva Santos (FeMASS) e a Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ); são oferecidos 16 cursos de graduação. A população do estudo é composta pelos universitários destas 3 instituições de ensino superior presentes na Cidade Universitária. Respectivamente, a pesquisa envolve a avaliação da percepção dos estudantes acerca deste ambiente, além de informações sobre dados de saúde e estilo de vida. Para participarem, foi necessário se enquadrar nos critérios de inclusão e responder um formulário virtual desenvolvido para obter os dados necessários para validação da pesquisa.

5.2 COLETA DE DADOS

5.2.1 AVALIAÇÃO DA PERCEPÇÃO DOS UNIVERSITÁRIOS ACERCA DO AAU

Para avaliação da percepção dos universitários, em relação ao AAU, foi aplicado um questionário no período de agosto a novembro de 2023, via aplicativo de gerenciamento de pesquisas Google Forms, dividido em cinco blocos de questões: (1) assinatura do TCLE e apresentação da pesquisa; (2) dados socioeconômicos (ex. sexo, idade, cor da pele, residência, etc.); (3) estilo de vida e dados de saúde (ex. tabagismo, consumo de bebidas alcoólicas, atividade física, hábitos de refeições, peso e altura, etc.); (4) dados institucionais (ex.

instituição de ensino, curso atual e período); e (5) percepção pessoal acerca do ambiente alimentar universitário. No questionário não é possível a identificação dos participantes, garantindo sigilo quanto à sua identidade.

A coleta dos dados foi realizada com o envio do questionário por meio de diferentes plataformas digitais, como *WhatsApp*, *e-mails* e *Instagram*, para os estudantes da Cidade Universitária. Também foi realizado contato com as coordenações dos cursos de graduação e pós-graduação, a fim de que as mesmas possam auxiliar no envio do questionário aos seus respectivos discentes, buscando capitalizar o máximo possível a pesquisa.

5.2.1.1 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO E EXCLUSÃO

A primeira parte do questionário do estudo envolve a descrição do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Só será possível preencher e enviar as respostas, os participantes que marcarem a opção “Li e CONCORDO em participar da pesquisa” que vem logo abaixo da descrição do TCLE. Os critérios de inclusão são: ser discente de algum curso de graduação da Cidade Universitária e possuir mais de 18 anos.

Caso algum estudante que não atenda os critérios de inclusão responda ao questionário, suas informações não serão consideradas para as análises deste estudo.

O risco em participar do estudo será mínimo, relacionado apenas ao possível desconforto em responder ao questionário. Em relação aos riscos, como medidas para mitigá-los, foram elaboradas perguntas objetivas que garantem a privacidade do participante. Os benefícios estão envolvidos com a contribuição científica sobre o AAU da cidade universitária, que poderá subsidiar estratégias para promoção da alimentação saudável.

5.2.1.1.1 ANÁLISES ESTATÍSTICAS

As variáveis categóricas foram descritas por frequências absolutas e relativas, descritas para cada categoria das variáveis analisadas. As análises estatísticas foram realizadas no programa R: *A Language and Environment for Statistical Computing* (R Foundation for Statistical Computing, Viena, Áustria, 2015).

5.2.1.1.1.1 ASPECTOS ÉTICOS

O presente projeto de pesquisa faz parte de um projeto maior intitulado “Ambiente alimentar universitário: percepções e desafios para promoção da alimentação saudável e adequada”, que está aprovado pelo Comitê de Ética da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ), Centro Multidisciplinar UFRJ-Macaé (CAAE: 52465321.8.0000.5699).

6. RESULTADOS

6.1 DADOS PESSOAIS E DE SAÚDE

Foram alcançados 449 estudantes, sendo a maioria, 73,5%, do sexo feminino, com idade entre 20 a 25 anos (68,4%) e cor da pele branca (57,5%). Dentre os quatrocentos e quarenta e nove universitários, 57,5% se autodeclararam brancos. Ademais, 82,2% dos estudantes não recebem nenhum tipo de auxílio estudantil e 52,7% moram com os pais (tabela 1).

Tabela 1 - Características sociodemográficas e socioeconômicas de estudantes da Cidade Universitária de Macaé-RJ (2023), (n=449).

Característica	n	%
Sexo		
Feminino	330	73,5%
Masculino	113	25,1%
Prefere não informar	6	1,4%
Faixa etária		
Até 19 anos	65	14,5%
20 a 25 anos	307	68,4%
Acima de 26 anos	77	17,1%
Raça/cor		
Branco	258	57,5%
Pardos	122	27,2%
Pretos	61	13,6%
Amarelos	4	0,9%
Não declararam	4	0,9%

Característica	n	%
Auxílio estudantil		
Não recebem nenhum auxílio estudantil	369	82,2%
Recebem um tipo de auxílio da PR7	31	7%
Recebem dois tipos de auxílios da PR7	26	5,8%
Recebem três tipos de auxílios da PR7	7	1,5%
Recebem outros auxílios estudantis	16	3,5%
Moradia		
Moram com os pais	237	52,7%
Moram sozinhos	115	25,6%
Moram em repúblicas	41	9,1%
Moram com parentes	19	4,2%
Moram com o(a) cônjuge ou parceiro(a)	18	4%
Moram em casas ou apartamentos compartilhados com amigos(as)	15	3,2%
Outros	5	1,2%

Fonte: Elaborado pela autora.

A instituição de ensino, curso e turno mais alcançados na pesquisa, foram, respectivamente, a Universidade Federal do Rio de Janeiro (n=328), o curso de Nutrição (n=109) e o turno integral (n=336).

Tabela 2 - Curso, turno e instituição de ensino de estudantes da cidade universitária de Macaé - RJ, 2023.

Cursos	Total	UFRJ	UFF	FeMASS	Integral	Noturno	Vespertino
Nutrição	109	109	-	-	109	-	-
Enfermagem e Obstetrícia	71	71	-	-	71	-	-
Farmácia	40	40	-	-	40	-	-
Medicina	35	35	-	-	35	-	-
Ciências Biológicas	6	6	-	-	6	-	-

Cursos	Total	UFRJ	UFF	FeMASS	Integral	Noturno	Vespertino
Química	16	16	-	-	3	9	4
Administração	39	-	8	31	-	38	1
Direito	21	-	21	-	21	-	-
Matemática	7	-	-	7	-	7	-
Ciências Contábeis	11	-	11	-	-	11	-
Sistemas de Informação	24	-	-	24	-	24	-
Engenharias	68	49	-	19	49	19	-
Total	449	328	40	81	336	108	5

Fonte: Elaborado pela autora.

Foram encontrados, em ambos os sexos, classificações de índice de massa corporal (IMC) variados, tendo como destaque os valores de IMC eutrófico no sexo masculino (60,1%) e feminino (61,9%) (tabela 3).

Tabela 3 - Estado nutricional dos estudantes da cidade universitária de Macaé - RJ, 2023.

Estado Nutricional	Feminino (n=330)	Masculino (n=113)	Não informado (n=6)	Total (n=449)
Baixo peso	5,7%	1%	33,3%	4,9%
Eutrofia	61,9%	60,1%	16,7%	60,8%
Sobrepeso	21,2%	27,4%	33,3%	23%
Obesidade	11,2%	11,5%	16,7%	11,3%

Fonte: IMC = Índice de massa corporal segundo a WHO (1995) e WHO (2007).

No que diz respeito aos hábitos dos acadêmicos, 88% já consumiram alguma vez na vida bebida alcoólica, dos quais 52% atualmente bebem álcool. Além disso, 96% dos estudantes não fumam cigarro, 40% pararam a atividade física e 57,7% pioraram os hábitos alimentares após ingressar na universidade (tabela 4).

Tabela 4 - Consumo de álcool e cigarro, prática de atividade física e hábitos alimentares dos estudantes antes e/ou após ingressarem nas instituições de ensino superior de Macaé-RJ, 2023 (n=449).

Hábitos dos universitários	% (n)
-----------------------------------	--------------

Hábitos dos universitários		% (n)
Ingestão de álcool antes de ingressar na universidade		
	Beberam alguma vez na vida bebida alcoólica	88% (395)
	Nunca ingeriram álcool em nenhum momento da vida	12% (54)
Ingestão de álcool após ingressar na universidade		
	O consumo de álcool se manteve o mesmo	49% (220)
	O consumo de álcool aumentou	22% (99)
	O consumo de álcool diminuiu	10,7% (48)
	Não consumiram álcool	18,2% (82)
Ingestão de álcool atualmente		
	Bebem álcool esporadicamente	52% (236)
	Não consomem bebidas alcoólicas	31,4% (141)
	Bebem semanalmente bebidas alcoólicas	15,8% (71)
	Bebem diariamente bebidas alcoólicas	0,2% (1)
Tabagismo		
	Nunca fumou cigarro em nenhum momentos a vida	70,6% (317)
	Já fumou cigarro em algum momento da vida	29,4% (132)
Tabagismo após ingressar na universidade		
	Atualmente não fumam cigarro	96% (431)
	Atualmente fumam cigarro	4% (18)
Prática de atividade física antes de ingressar na universidade		
	5 a 6 dias/semanas	26,5% (119)
	3 a 4 dias/semanas	26,5% (119)
	1 a 2 dias/semanas	10,7% (48)
	Diariamente (incluindo final de semana)	3,6% (16)
Prática de atividade física antes de ingressar na universidade		
	Não praticava exercício físico e/ou esporte	32,7% (147)
	Parou a atividade física	40% (179)
	Manteve a prática	23,1% (104)

Hábitos dos universitários		% (n)
Prática de atividade física antes de ingressar na universidade		
	Iniciou algum exercício físico e/ou esporte	21,8% (98)
	Nunca fez exercícios físicos e/ou esportes	15,1% (68)
Hábitos alimentares ao ingressar na universidade		
	Os hábitos alimentares mudaram	83,7% (376)
	Os hábitos alimentares não mudaram	16,2% (73)
Hábitos alimentares após ingressar na universidade		
	Os hábitos alimentares pioraram	57,7% (259)
	Os hábitos alimentares melhoraram	27,6% (124)

Fonte: Elaborado pela autora.

Um total de 83 estudantes faz tratamento contínuo para uma ou mais doenças de caráter mental e/ou física, sendo a Síndrome do Ovário Policístico (n=9), a Ansiedade (n=8) e a Depressão (n=8) os tratamentos mais destacados (tabela 5). Sete respostas foram descartadas, pois não se enquadram na categoria doença. Além disso, a autodeclaração do estado de saúde foi considerada em maioria boa (43,9%).

Tabela 5 - Classificação dos estudantes das instituições de nível superior em Macaé quanto ao estado de saúde atual e às doenças que exigem tratamentos contínuos, 2023 (n=449).

Doenças de tratamento contínuo	% (n)
Depressão	1,8% (8)
Ansiedade e Depressão	0,9% (4)
Síndrome do Ovário Policístico	2% (9)
Endometriose	0,6% (3)
Outros	8% (36)
Autoavaliação de saúde	% (n)
Muito bom	9% (40)
Bom	43,9% (197)
Regular	37,8% (170)
Ruim	8% (36)
Muito ruim	1,3% (6)

Fonte: Elaborado pelo autor.

6.1.1 CONSUMO E PERCEPÇÃO SOBRE O AMBIENTE ALIMENTAR

Quanto aos hábitos alimentares, 92,2% realizam alguma refeição na Cidade Universitária ou em estabelecimentos próximos, sendo o almoço e o lanche da tarde as preparações mais consumidas pelos estudantes (tabela 6). Desses, 42,2% realizam apenas uma refeição, sendo que os principais locais de realização de refeições são o Shopping (50%), o Bloco B, onde são atendidos pelo serviço de quentinhas da UFRJ (47,6%), e no espaço onde ficam os micro-ondas (46,5%).

Tabela 6 - Número de refeições e os locais em que os estudantes consomem refeições, 2023.

Números de refeições	%
Nenhuma refeição	7,8%
1 refeição	42,2%
4 refeições	4,7%
5 refeições	0,9%
Locais onde as refeições são realizadas (mais de uma opção)	
	n
Shopping	224
Bloco B (quentinha UFRJ)	214
Polos onde ficam os microondas	209
Cantina do pólo universitário	184
Casa	111
Outros	8

Fonte: Elaborado pela autora.

80% não consideram que o Ambiente da Cidade Universitária e seu entorno favorece para uma alimentação saudável, 97,5% considera que a implementação de um restaurante universitário na Cidade Universitária contribuiria para promoção da alimentação saudável e 50,4% considera que o serviço de alimentação (quentinha) da UFRJ oferece opções de refeições saudáveis (tabela 7).

Tabela 7 - Percepção dos estudantes sobre o ambiente alimentar universitário, a implementação do RU e as opções de alimentos do serviço de quentinha da Cidade Universitária de Macaé-RJ, 2023.

O ambiente da Cidade Universitária e seu entorno favorece uma alimentação saudável?	Sim (%)	Não (%)
	20%	80%

A implementação de um restaurante universitário na Cidade Universitária, contribuiria para promoção da alimentação saudável?

Sim (%)	Não (%)
97,5%	2,2%

As opções de refeições oferecidas pela quentinha da UFRJ são saudáveis?

Sim (%)	Não (%)	Não utilizo (%)
50,4%	11,6%	38%

Fonte: Elaborado pela autora.

Na tabela abaixo (tabela 8), 17,8% (n=80) apontaram os motivos pelos quais não consideram as refeições do serviço de quentinha da UFRJ saudáveis, sendo o excesso de carboidrato (8,3%) e a presença de objetos, cabelo ou larvas nas quentinhas (5,7%) as respostas mais prevalentes. No entanto, na tabela 7, apenas 11,6% relataram que não consideram as opções de refeições saudáveis.

Tabela 8 - Resposta dos estudantes da UFRJ de Macaé-RJ do porquê eles não consideram as refeições do serviço de quentinha saudável (n=80), 2023.

Marcou não na questão anterior, porque:	n	%
Excesso de carboidratos	16	8,3%
Presença de objetos como parafusos (porca), cabelos, insetos ou larvas	11	5,7%
Comida sem tempero e apresentação feia dos alimentos	8	4,1%
A comida causou mal-estar e/ou infecção alimentar	6	3,1%
Baixa qualidade e quantidade de PTN	5	2,6%
Quantidade exagerada de comida	5	2,6%
Excesso de gordura	3	1,5%
Outros	14	7,3%

Fonte: Elaborado pela autora.

Na perspectiva dos entrevistados, 338 alunos identificam a presença de micro-ondas como um facilitador da alimentação saudável e 360 alunos consideram que a falta de comercialização de alimentos mais saudáveis é um dificultador da alimentação saudável na Cidade Universitária e seu entorno (tabela 9).

Tabela 9 - Respostas dos estudantes sobre os facilitadores e dificultadores da alimentação saudável na Cidade Universitária Macaé e seu entorno, 2023.

Facilitador da alimentação saudável na Cidade Universitária e seu entorno (pode marcar mais de uma opção):	n
Presença da cantina	36
Presença do serviço de quentinha da UFRJ	252
Presença de micro-ondas para esquentar comida	338
Realização da feirinha com alimentos da agricultura familiar	209
Presença de bebedouros com água filtrada para consumo	289
Acesso rápido à praça de alimentação do <i>shopping</i>	78
Outros	13
Dificultador da alimentação saudável na Cidade Universitária e seu entorno (pode marcar mais de uma opção):	n
O preço da refeição/alimentos da cantina	323
A falta de comercialização de alimentos mais saudáveis	360
O preço da quentinha da UFRJ	16
O preço das refeições/alimentos do <i>shopping</i>	277
Número de micro-ondas é insuficiente, gerando muita fila	134
O espaço disponível (mesas/cadeiras) para consumo na Cidade Universitária é ruim	102
Tempo para realizar as refeições é pequeno em decorrência da minha grade curricular	139
A má qualidade de higiene e conservação dos alimentos da cantina	8
A qualidade dos alimentos da cantina e a restrição de opções	5
Outros	10

Fonte: Elaborado pela autora.

7 DISCUSSÃO

A pesquisa alcançou mais estudantes do sexo feminino e de cor branca. Diante disso, o Censo da Educação Superior do Inep mostra que a raça branca e o sexo feminino são características sociodemográficas predominantes nos estudantes de ensino superior. O levantamento revela que, em 2021, 52,1% dos estudantes matriculados em instituições de ensino superior são mulheres e 46,7% dos universitários de instituições públicas se autodeclararam brancos (Semesp, 2023). Somado a isso, identificou-se que 82,8% apresentam idade entre 18 a 24 anos. Essa faixa etária concorda com os dados do Censo da Educação Superior, no qual 64,2% dos estudantes universitários da rede pública do Brasil têm até 24 anos (Semesp, 2023).

As bolsas de auxílios estudantis são destinadas para estudantes que apresentam baixa renda familiar salarial (Emília, [s.d.]), nessa perspectiva, pode-se afirmar que os 82,2% dos

acadêmicos não recebem nenhum tipo de auxílio estudantil, pois os critérios para receber esses auxílios não se aplicam.

Foram alcançados mais estudantes do curso de Nutrição e do turno integral, tendo em vista que a pesquisa foi realizada por estudantes do curso de Nutrição. Isso explica o elevado percentual de respostas, cuja maior proximidade entre os alunos da mesma. Além disso, nota-se que o tema da pesquisa sobre Ambiente Alimentar Universitário é de interesse do curso de Nutrição, uma vez que os estudantes têm conhecimento e afinidade sobre o tema. Ademais, foram realizados contatos presenciais e virtuais com as coordenações dos cursos da UFRJ, UFF e FeMASS para solicitação da divulgação da pesquisa. Portanto, as divulgações do questionário de pesquisa foram prevalentes nas redes sociais do curso de Nutrição. Desse modo, explica-se a prevalente coleta de dados de alunos que pertencem ao curso de Nutrição e à UFRJ.

7.1 PERFIL DE SAÚDE DOS ESTUDANTES

Quanto à saúde dos entrevistados, destaca-se que 43,9% dos estudantes classificam o seu estado de saúde como bom. Os resultados da pesquisa mostraram que ambos os sexos apresentam um estado nutricional eutrófico, segundo a classificação de IMC pelo critério WHO (1995) para adultos e WHO (2007) para adolescentes. Esses dados podem ser explicados devido à abundante quantidade de alunos alcançados na pesquisa que pertencem aos cursos da área da saúde.

Além disso, 96% não fumam cigarro, 52% consomem álcool esporadicamente, 40% pararam as atividades físicas e apenas 83 alunos apresentam algum tipo de doença de tratamento contínuo. O perfil de tabagismo foi semelhante ao encontrado por MOTA et al. (2020) em estudo transversal sobre os hábitos alimentares de estudantes de uma universidade pública no sudoeste goiano, no qual 90,3% dos entrevistados não fumam cigarro. No entanto, é sustancial observar a quantidade de alunos que fazem uso de álcool e que estão em inatividade física. A OMS alerta que a inatividade física, em conjunto com o consumo de alimentos ultraprocessados e o excesso de peso corporal, são fatores de risco para as Doenças Crônicas Não Transmissíveis (Who, 2018).

Desse modo, sabendo que a universidade é um ambiente sociocultural e tem capacidade de influenciar indivíduos e coletividades (Swinburn *et al.* 1999), é imprescindível que as universidades incentivem práticas saudáveis mediante ações educativas voltadas à

alimentação, esporte e lazer.

7.1.1 NÚMEROS E LOCAIS DE REFEIÇÕES

Foi identificado que a maioria dos universitários realiza apenas uma refeição, nos estabelecimentos do *Shopping* e/ou no bloco B, onde é oferecida às quentinhas. Conforme a comparação de dados (tabela 1), a variável do núcleo familiar não interferiu significativamente na quantidade e qualidade de refeições dos estudantes. Contudo, a preferência pelas refeições comercializadas no *Shopping* pode estar relacionada com o comportamento alimentar dos universitários. Um estudo quantitativo conduzido em uma instituição de ensino superior do RJ demonstra que a maioria dos discentes afirma ter uma alimentação com elevadas quantidades de bebidas industrializadas, doces e biscoitos (Cardozo *et al.*, 2017). Outros estudos que analisaram a qualidade nutricional da alimentação dos universitários no Brasil, constaram que há um alto consumo de alimentos industrializados e baixa ingestão de micronutrientes e fibras (Cansian *et al.*, 2012; Maciel *et al.*, 2012; Ramalho, Dalamaria, Souza, 2012).

Na perspectiva de que a pesquisa alcançou mais estudantes da UFRJ, justifica-se a quantidade de estudantes que realizam as refeições do serviço de quentinha. Além disso, visto que 50,4% dos estudantes consideram saudáveis as refeições do serviço de quentinha e 252 consideram o serviço de quentinha um facilitador da alimentação saudável, entende-se a numerosa quantidade de estudantes da UFRJ que almoçam as refeições servidas na quentinha.

7.1.1.1 PERCEPÇÃO SOBRE O AMBIENTE ALIMENTAR DA CIDADE UNIVERSITÁRIA

A maior parte dos acadêmicos não consideram que o Ambiente da Cidade Universitária de Macaé e seu entorno favorecem para uma alimentação saudável. Esses resultados se relacionam com o perfil alimentar, no qual, 57,7% dos estudantes pioraram os hábitos alimentares após ingressar na universidade.

Ademais, a maioria referiu que a baixa comercialização de alimentos salubres, o preço da refeição/alimentos da cantina, o espaço insuficiente para consumo e o tempo curto para realizar as refeições em decorrência da grade curricular são dificultadores da alimentação saudável (tabela 9).

Esses resultados endossam os resultados de uma pesquisa realizado na Austrália com estudantes do ensino superior que concluiu que o Ambiente Alimentar Universitário desencoraja uma alimentação saudável e/ou estimula práticas alimentares não saudáveis, tendo em vista a carência nutricional dos alimentos presentes nos estabelecimentos comerciais existentes na universidade e seu entorno (Tam *et al.* 2017). Em suma, os dados se assemelham com o estudo de Cardozo *et al.* (2017) com acadêmicos de nutrição dos cursos integral e noturno na instituição de ensino superior do Rio de Janeiro que revela a acessibilidade, disponibilidade, qualidade, variedade, tempo adequado e custo financeiro dos alimentos e refeições como barreiras que impossibilitam os estudantes de alimentarem-se adequadamente dentro dos *campi*.

Cabe ainda ressaltar que o preço dos alimentos da cantina se dá de modo que, apesar do preço elevado de bebidas e alimentos processados ou minimamente processados, a cantina garante os consumidores devido à restrição de concorrências. Por outro lado, percebe-se a escassez de alimentos saudáveis na Cidade Universitária e seu entorno, de modo que os estabelecimentos que fornecem alimentos para esses estudantes, como *shopping* e cantina comercializam em maioria alimentos ultraprocessados e fast-foods. Diante da perspectiva dos graduandos e das características do AAU, pode-se dizer que Cidade Universitária se caracteriza como Deserto Alimentar, de modo que o acesso a alimentos in natura ou minimamente processados é escasso (Forapani, 2019).

Em contrapartida, grande parte dos estudantes entrevistados consideram a presença de micro-ondas e realização da feirinha da agricultura familiar como facilitadores de alimentação saudável, dessa forma, as refeições caseiras e os alimentos das feiras agroecológicas são um caminho favorável para o aumento do consumo de alimentos in natura e minimamente processados. Destaca-se, que os estudantes (n=289) reconhecem o papel da água como facilitador da alimentação saudável, tendo em vista que a água é considerada um alimento fundamental para formação, manutenção e desenvolvimento do organismo (Água, 2023). Por outro lado, 78 alunos consideram que o acesso rápido a praça de alimentação do *shopping* é um facilitador da alimentação saudável, isso reflete a condição socioeconômica desses entrevistados, de modo que os mesmos conseguem consumir alimentos in natura e minimamente processados apesar dos preços altos.

Além disso, 97,5% dos alunos consideram que a implementação de um restaurante universitário (RU) na Cidade Universitária, contribuiria para promoção da alimentação saudável. Alinhado à percepção dos estudantes, o estudo de Perez *et al.* (2019) que avalia o Ambiente Alimentar Universitário, demonstrou que a existência de RU é fundamental no

consumo regular de alimentos saudáveis e acessíveis como feijão, hortaliças e frutas. Paralelo a isso, esse resultado se deve ao fato da Cidade Universitária comercializar refeições a preço inacessível e limitar o acesso das quentinhas apenas para os cursos da UFRJ. Cabe ressaltar que com a implementação do RU grande parte dos dificultadores demonstrados na tabela 11, desapareceriam, de modo que os estudantes teriam um espaço ampliado para realizar as refeições, opções de variedades e acesso a refeições saudáveis a preço acessível.

Em suma, é fundamental ressaltar os pontos positivos e negativos desta pesquisa. Sabendo da realidade social dos estudantes e das demandas acadêmicas, a conexão limitada às redes de *internet* e a ausência de carga horária livre das grades curriculares são fatores que dificultam e desestimulam a adesão do questionário *online*. Além disso, a baixa participação de estudantes de outras instituições foi um aspecto desfavorável do estudo.

Como tópico positivo, o estudo investiga os hábitos de saúde dos acadêmicos e reforça a importância da opinião dos universitários, ação que contribui para a criação de disparadores de políticas para melhoria do ambiente alimentar universitário.

8 CONCLUSÃO

As características de saúde dos entrevistados demonstram que o Ambiente Alimentar Universitário influencia nos hábitos de saúde, contudo, apesar das mudanças desfavoráveis nos hábitos alimentares e, na prática de atividade física, os estudantes apresentam condições de saúde favoráveis.

Foi possível caracterizar o Ambiente Alimentar da Cidade Universitária de Macaé-RJ, de modo que existem barreiras que impossibilitam uma alimentação saudável, como a falta de estabelecimentos que comercializam alimentos saudáveis a preço acessível, a restrição do serviço de quentinha e a alta carência nutricional dos alimentos presente nos estabelecimentos comerciais nos entornos. Nesse sentido, nota-se a escassez de estudos analisando as práticas alimentares associadas ao ambiente alimentar dos campus universitários.

Quanto à percepção dos universitários sobre o ambiente alimentar da universidade, identifica-se que os estudantes não consideram a Cidade Universitária e seu entorno ambientes que promovam hábitos saudáveis, além disso, os entrevistados possuem insatisfação com a cantina e com a inexistência de um restaurante universitário. Desse modo, espera-se que esse estudo contribua para a mobilização dos tomadores de decisão em favor da implementação de um restaurante universitário e a oferta de alimentos saudáveis acessíveis

nos estabelecimentos da cantina.

REFERÊNCIAS

ALVES, H. J.; BOOG, M. C. F. **Comportamento alimentar em moradia estudantil: um espaço para promoção da saúde.** Revista de Saúde Pública, v. 41, n. 2, p. 197–204, abr. 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rsp/a/bxWxfRbq8HnD4bCCgxF4vtS/?lang=pt>

ALBUQUERQUE, O. M. R. DE *et al.* **Percepção de estudantes de escolas públicas sobre o ambiente e a alimentação disponível na escola: uma abordagem emancipatória.** Saúde e Sociedade, v. 23, n. 2, p. 604–615, jun. 2014.

ALMEIDA, L. B. **O ambiente alimentar, os indivíduos e suas práticas: um estudo no município de São Paulo.** São Paulo, 2015.

ÁGUA, F. Filtro de Água. **Água é Alimento.** FUSATI, 2023. Disponível em: <https://www.fusati.com.br/agua-e-alimento/#:~:text=A%20>. Acesso em: 30 dez. 2023.

BORTOLOT BS, PEREZ PMP, FRANCO AS. **Avaliação da disponibilidade de frutas e hortaliças nos estabelecimentos que comercializam refeições na Universidade do Estado do Rio de Janeiro.** Demetra 2019; 14:e37913 1-17.

BATISTA, C. DE A. *et al.* **Caracterização do ambiente alimentar de uma universidade pública do estado do Rio de Janeiro.** Cadernos Saúde Coletiva, v. 31, p. e31010492, 6 mar. 2023.

BRASIL. Secretaria de Atenção à Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira: promovendo a alimentação saudável / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde.** – Brasília : Ministério da Saúde, 2008.

COSTA, B. V. DE L. *et al.* **Ambiente alimentar: validação de método de mensuração e caracterização em território com o Programa Academia da Saúde.** Cadernos de Saúde Pública, v. 34, n. 9, 2018.

CARVALHO PHB, FILGUEIRAS JF, NEVES CM, COELHO FD, FERREIRA MEC. **Checagem corporal, atitude alimentar inadequada, insatisfação com a imagem corporal de jovens universitários.** J Bras Psiquiatr. 2013; 62(2):108-14.

CRUZ, C. B. M.; MENEZES, P. M. L. de. **A cartografia no Ordenamento Territorial do Espaço Geográfico Brasileiro.** In: ALMEIDA, F. G. de; SOARES, L. A. A. Ordenamento Territorial: coletânea de textos com diferentes abordagens no contexto brasileiro/. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, p. 195-226, 2009.

EMÍLIA. **Benefícios atuais – Universidade Federal do Rio de Janeiro.** Disponível em: <https://ufrj.br/ensino-e-pesquisa/assistencia-estudantil/beneficios-atuais/>.

DERAM S. **O peso das dietas.** Emagreça de forma sustentável dizendo não às dietas. 1ª edição. Brasil: Editora Sextante, 2018.

FRANCO ADS, CANELLA DS, PEREZ PMP, BANDONI DH, CASTRO IRR. **University food environment: Characterization and changes from 2011 to 2016 in a Brazilian public university.** Rev Nutr 2020;

FRANCO, A. DA S. et al. **Validade de conteúdo e confiabilidade de instrumento de avaliação do ambiente alimentar universitário.** Ciência & Saúde Coletiva, v. 27, p. 2385–2396, 27 maio 2022.

FÓRUMDCNTS. **Niterói proíbe venda de alimentos ultraprocessados nas escolas após Projeto de Lei.** Disponível em: <<https://www.forumdcnts.org/post/lei-ultraprocessados-escolas>>.

FORAPANI, G. **Desertos alimentares: o que são e como influenciam na composição das dietas das famílias.** Repositorio.ufu.br, 2019. Disponível em: <https://repositorio.ufu.br/bitstream/123456789/31230/4/DesertosAlimentaresSão.pdf>

GÁLVEZ ESPINOZA, P. et al. **Propuesta de un modelo conceptual para el estudio de los ambientes alimentarios en Chile.** Revista Panamericana de Salud Pública, p. 1–9, 2017.

GLOPAN. **Melhoria da nutrição através do aprimoramento dos ambientes alimentares.** Londres, Reino Unido. Painel Global sobre Agricultura e Sistemas Alimentares para a Nutrição; 2017.

IBGE. **Desnutrição cai e peso das crianças brasileiras ultrapassa padrão internacional.** Censo, 2010.

IBGE, [s.d.]. Agência de Notícias. **População cresce, mas número de pessoas com menos de 30 anos cai 5,4% de 2012 a 2021.**

IBGE: pelo menos uma doença crônica afetou 52% dos adultos em 2019. Disponível em: <<https://agenciabrasil.ebc.com.br/saude/noticia/2020-11/ibge-pelo-menos-uma-doenca-cronica-a-afetou-52-dos-adultos-em-2019#:~:text=No%20Brasil%2C%2052%25%20das%20pessoas>>.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Guia alimentar para a população Brasileira.** [s.l: s.n.]. Disponível em: <https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf>.

MOTA, A. et al. **HÁBITOS ALIMENTARES DE ESTUDANTES DE UMA UNIVERSIDADE PÚBLICA NO SUDOESTE GOIANO - UM ESTUDO TRANSVERSAL / EATING HABITS OF STUDENTS AT A PUBLIC UNIVERSITY IN SOUTHWESTERN GOIANIA - A CROSS-SECTIONAL STUDY.** Brazilian Journal of Development, v. 6, n. 10, p. 79301–79317, 2020.

NERI M. **Secretaria de assuntos estratégicos da Presidência da República.** Juventude que conta. Brasília, 2013.

NASCIMENTO, J. DA S.; PULZ, I. DOS S. **Ambiente alimentar de uma universidade privada de Santa Catarina/Food environment of a private university of Santa Catarina.** Brazilian Journal of Development, v. 6, n. 11, p. 85624–85638, 6 nov. 2020.

OLIVEIRA, J.; XAVIER, A. R.; ALCÓCER, J. C. A.; XAVIER, L. C. V.; RODRIGUES, R. M. **Educação Ambiental e a legislação brasileira: contextos, marco legal e desafios para a educação básica.** Educação Ambiental em Ação, n. 59, Ano XV, mar./mai. 2017.

Organização Mundial de Saúde – OMS. **Physical status: the use and interpretation of anthropometry.** Geneva: WHO, 1995. Disponível em:
http://www.unu.edu/unupress/food/FNBv27n4_sup_pl_2_final.pdf

Organização Mundial de Saúde – OMS. **Growth reference data for 5-19 years.** 2007. Disponível em:
<https://www.who.int/tools/growth-reference-data-for-5to19-years/indicators/bmi-for-age>

PEREZ, P. M. P. *et al.* **Effect of implementation of a University Restaurant on the diet of students in a Brazilian public university.** Ciência & Saúde Coletiva, v. 24, p. 2351–2360, 2019.

PHULKERD, S. *et al.* **A review of methods and tools to assess the implementation of government policies to create healthy food environments for preventing obesity and diet-related non-communicable diseases.** Implementation Science, v. 11, n. 1, dez. 2015. Disponível em:
<https://implementationscience.biomedcentral.com/articles/10.1186/s13012-016-0379-5>. Acesso em: 11 jun. 2023.

PEREIRA DE CASTRO JUNIOR. **Ambiente Alimentar Comunitário medido e percebido: descrição e associação com Índice de Massa Corporal de adultos brasileiros.** Rio de Janeiro, 2018.

PEREIRA, R.; RECINE, E. **Valores e práticas sobre alimentação de estudantes da Universidade de Brasília.** n. 1, p. 3–25, 2015.

PERES, C. M. DA C. *et al.* **O ambiente alimentar comunitário e a presença de pântanos alimentares no entorno das escolas de uma metrópole brasileira.** Cadernos de Saúde Pública, v. 37, n. 5, 2021.

STORY M. GLANZ K. *et al.* **Creating healthy food and eating environments: policy and environmental approaches.** Annu Rev Public Health 2008; 29: 253 272

SWINBURN B., VANDEVIJVERE; KRAAK V., SACKS G., SNOWDON W., HAWKES C., *et al.* **Monitoring and benchmarking government policies and actions to improve the healthiness of food environments: a proposed Government Healthy Food Environment Policy Index.** *Obes Rev.* 2013 Oct;14(Suppl. 1):24-37.

SWINBURN *et al.* **Strengthening of accountability systems to create healthy food environments and reduce global obesity.** Volume 385, 2015.

SWINBURN; SACKS, VANDEVIJVERE; KUMANYIKA, LOBSTEIN, NEAL, *et al.* **INFORMAS (International Network for Food and Obesity/non-communicable diseases Research, Monitoring and Action Support): overview and key principles.** *Obes Rev.* Oct; 2013.

SWINBURN, EGGER, RAZA. **Dissecting obesogenic environments: the development and application of a framework for identifying and prioritizing environmental interventions for obesity.** *Preventive Medicine*, v.29, n.1, p. 563-70, 1999.

SEMESP – **Mapa do Ensino Superior, 2023.** Disponível em: <<https://www.semesp.org.br/3d-flip-book/mapa-do-ensino-superior-2023/>>. Acesso em: 29 dez. 2023.

RIDEOUT, K.; MAH, C.; MINAKER, L. **Food Environments: An Introduction for Public Health Practice.** 2015.

RAJ M., KUMAR RK. **Obesity in children & adolescents.** *Indian J Med Res.* 2010;132:598-607.

TAM, R. *et al.* **University students' on-campus food purchasing behaviors, preferences, and opinions on food availability.** *Nutrition*, v. 37, p. 7–13, 2017.

TURANO W, ALMEIDA CCC. **Educação nutricional.** In: Gouveia ELC. *Nutrição, saúde & comunidade.* 2ª ed. Rio de Janeiro: Revinter; 1999.p.57-76.

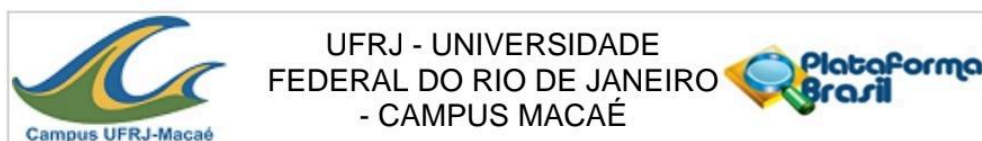
NOVAES. **Ambiente Alimentar no território das escolas urbanas de Viçosa, Minas Gerais.** Minas Gerais. 2018.

VENÂNCIO; OLIVEIRA. **Caracterização dos ambientes alimentares da universidade de São Bernardo do Campo e do seu entorno.** São Bernardo do Campo, 2022.

VIDAL, N. A. C. **Análise do ambiente alimentar da cidade de Rio Largo, Alagoas.** 10 nov. 2020.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Obesity and overweight.** Disponível em: <<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>>.

ANEXO A - PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: AMBIENTE ALIMENTAR UNIVERSITÁRIO: PERCEPÇÕES E DESAFIOS PARA PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO ADEQUADA E SAUDÁVEL

Pesquisador: Naiara Sperandio

Área Temática:

Versão: 4

CAAE: 52465321.8.0000.5699

Instituição Proponente: Universidade Federal do Rio de Janeiro Campus Macaé

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 5.575.330

Apresentação do Projeto:

Conforme descrito nas Informações Básicas do Projeto, a hipótese do projeto é que o atual ambiente alimentar da cidade universitária de Macaé não favorece a promoção da alimentação adequada e saudável. Sendo o desenho do projeto um estudo do tipo transversal, descritivo com amostragem não probabilística, a ser realizado na Cidade Universitária em Macaé. A Cidade Universitária compreende 3 instituições de ensino superior, são elas a Universidade Federal Fluminense (UFF), Faculdade Municipal Miguel Ângelo da Silva Santos (FeMASS) e UFRJ Campus Macaé; são oferecidos 18 cursos de graduação e oito de pósgraduação nos níveis de mestrado e doutorado, e, cerca de 6 mil pessoas passavam pela Cidade Universitária antes da pandemia (MACAÉ, 2020). Para caracterização do AAU, será utilizado dois tipos de abordagens: a caracterização dos tipos de estabelecimentos presentes na Cidade Universitária através de auditorias para aplicação de um checklist e a avaliação da percepção dos discentes que frequentam a Cidade Universitária acerca do AAU, disponibilizado de maneira remota.

Objetivo da Pesquisa:

Objetivo Primário: Avaliar as características do ambiente alimentar universitário para promoção da alimentação adequada e saudável na Cidade Universitária Macaé e no entorno.

Objetivo Secundário: - Caracterizar os tipos de estabelecimentos presentes na Cidade Universitária Macaé e no entorno.

Endereço: Av. Aluizio da Silva Gomes, 50 - Prédio da UFRJ - Campus Macaé, sala 205, 2º andar do bloco B.
Bairro: Novo Cavaleiros **CEP:** 27.930-560
UF: RJ **Município:** MACAE
Telefone: (22)2141-4033 **E-mail:** cepufrjmacae@macae.ufrj.br

ANEXO B - QUESTIONÁRIO DE PESQUISA

Percepção dos discentes sobre o Ambiente Alimentar Universitário

Esse questionário tem o intuito de analisar a percepção dos discentes da Cidade Universitária de Macaé a respeito do Ambiente Alimentar Universitário.

Sua participação é muito importante para que possamos identificar as principais barreiras e facilitadores para promoção da alimentação adequada e saudável. Os dados são sigilosos e serão usados para traçar estratégias para enfrentamento da situação observada e para fins de pesquisa científica. Sua participação é voluntária e se efetivará a partir da resposta ao questionário a seguir. Se depois de consentir em participar, você desistir de continuar participando, terá o direito e a liberdade de retirar seu consentimento em qualquer fase da pesquisa, seja antes ou depois da coleta dos dados, independente do motivo e sem nenhum prejuízo a sua pessoa. Você não terá nenhuma despesa e também não receberá nenhuma remuneração. O risco em participar será mínimo, relacionado apenas ao possível desconforto em responder o questionário. Em relação aos riscos, como medidas para mitigá-los, foram elaboradas perguntas objetivas e que garantem a sua privacidade. Os benefícios estão envolvidos com a contribuição científica para a construção de estratégias de reconhecimento dos impactos que o ambiente alimentar universitário pode exercer sobre os hábitos alimentares dos estudantes do Campus.

Você terá garantia de acesso, em qualquer etapa da pesquisa, sobre qualquer esclarecimento de eventuais dúvidas e inclusive para tomar conhecimento dos resultados desta pesquisa. Neste caso, por favor, entre em contato pelo e-mail: nepaufRJ@gmail.com. Esta pesquisa foi submetida e aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade Federal do Rio de Janeiro – UFRJ Macaé. Se tiver perguntas sobre seus direitos como participante de pesquisa, você pode entrar em contato com o CEP da Universidade Federal do Rio de Janeiro (CEP UFRJ-Macaé) através do e-mail: cepufrjmacae@gmail.com.

** Indica uma pergunta obrigatória*

1. Li o termo de consentimento livre e esclarecido na descrição e: *

Marcar apenas uma oval.

NÃO concordo em participar da pesquisa

CONCORDO em participar da pesquisa

Dados pessoais e de saúde:

2. 1. Sexo *

Marcar apenas uma oval.

- Feminino
- Masculino
- Prefere não informar

3. 2. Data de nascimento (dia/mês/ano): *

4. 3. Cor/Raça/Etnia: *

Marcar apenas uma oval.

- Branca
- Preta
- Parda
- Amarela
- Indígena
- Prefiro não declarar

5. 4. Recebe algum auxílio estudantil? *

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não

6. 5. Se sim, qual?

7. 6. Instituição de ensino: *

Marcar apenas uma oval.

UFRJ

FeMASS

UFF

8. 7. Curso de graduação atual: *

9. 8. Período atual: *

10. 9. Turno do seu curso: *

Marcar apenas uma oval.

Integral

Matutino

Vespertino

Noturno

11. 10. Você mora atualmente: *

Marcar apenas uma oval.

Pais/responsáveis

Casa de parentes

República de alunos

Sozinho

Outro: _____

12. 11. Você considera que os seus hábitos alimentares mudaram após ingressar na universidade? *

Marcar apenas uma oval.

Sim

Não

13. 12. Se sim, com essa mudança:

Marcar apenas uma oval.

Melhorei meus hábitos alimentares

Piores meus hábitos alimentares

14. 13. Quantos dias na semana você costumava praticar exercício física e/ou esporte (antes do ingresso nas instituições)? *

Marcar apenas uma oval.

Todos os dias (inclusive sábado e domingo)

5 a 6 dias

3 a 4 dias

1 a 2 dias

Não tinha o hábito de fazer exercício físico e/ou praticar esporte

15. 14. Em relação aos exercícios físicos e/ou esporte, após ingressar na universidade você: *

Marcar apenas uma oval.

Iniciou algum exercício físico e/ou esporte

Parou com o hábito de fazer exercício físico e/ou esporte

Manteve a prática, já faz exercícios e/ou esporte há algum tempo

Não mudou os hábitos pois nunca fez exercícios físicos e/ou esportes

16. 15. Alguma vez na vida você já fumou cigarro? *

Marcar apenas uma oval.

Sim

Não

17. 16. Atualmente, você fuma cigarro? *

Marcar apenas uma oval.

Sim

Não

18. 17. Alguma vez na vida você tomou um copo ou uma dose de bebida alcoólica? *

Marcar apenas uma oval.

Sim

Não

19. 18. Atualmente, você tem o hábito de tomar um copo ou uma dose de bebida alcoólica? *

Marcar apenas uma oval.

Diariamente

Semanalmente

Esporadicamente

Não consumo bebida alcoólica

20. 19. Você considera que o seu consumo de bebidas alcoólicas após ingressar na universidade: *

Marcar apenas uma oval.

- Aumentou
- Não diminuiu e nem aumentou, se manteve o mesmo
- Diminuiu
- Nunca ingeriu bebidas alcoólicas

21. 20. Como você classificaria seu estado de saúde? *

Marcar apenas uma oval.

- Muito bom
- Bom
- Regular
- Ruim
- Muito ruim

22. 21. Qual seu peso (em kg) usual? *
apenas números

22. 21. Qual seu peso (em kg) usual? *
apenas números

23. 22. Qual sua estatura (em metros)? *
apenas números

24. 23. Faz tratamento contínuo para alguma doença? *

Marcar apenas uma oval.

Sim

Não

25. 24. Se sim, qual?

Consumo e percepção sobre o ambiente alimentar:

26. 1. Você tem o hábito de realizar alguma refeição na Cidade Universitária, ou em estabelecimentos próximos (ex: shopping)? *

Marcar apenas uma oval.

Sim

Não

27. 2. Qual(is) das refeições abaixo você realiza na Cidade Universitária, ou em estabelecimentos próximos (ex: Shopping) ? *

Marque todas que se aplicam.

Café da manhã

Lanche da manhã

Almoço

Lanche da tarde

Jantar

Lanche da noite

Não realizo nenhuma refeição na cidade universitária ou próximo a ela

28. 3. Em qual(s) do(s) local(ais) abaixo você costuma (costumava) realizar refeições? *

Marque todas que se aplicam.

- Cantina do Polo Universitário
- Serviço de alimentação (quentinha) da UFRJ
- Restaurante popular (Bairro Aroeira)
- Shopping
- Casa
- Trago comida pronta de casa e utilizo o micro-ondas para esquentar
- Outro: _____

29. 4. Você considera que o ambiente da Cidade Universitária e seu entorno favorece uma alimentação saudável? *

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não

30. 5. O que você identifica como facilitador da alimentação saudável na Cidade Universitária e seu entorno: (pode marcar mais de uma opção): *

Marque todas que se aplicam.

- Presença da Cantina
- Presença do serviço de Quentinha da UFRJ
- Presença de micro-ondas para esquentar comida
- Realização da feirinha com alimentos da agricultura familiar
- Presença de bebedouros com água filtrada para consumo
- Acesso rápido a praça de alimentação do shopping
- Outro: _____

31. 6. O que você identifica como dificultador da alimentação saudável na Cidade Universitária e seu entorno: (pode marcar mais de uma opção): *

Marque todas que se aplicam.

- O preço da refeição/alimentos da cantina
- A falta de comercialização de alimentos mais saudáveis
- O preço da quentinha da UFRJ
- O preço das refeições/alimentos do shopping
- Número de micro-ondas é insuficiente gerando muita fila
- O espaço disponível (mesas/cadeiras) para consumo na Cidade Universitária é ruim
- Tempo para realizar as refeições é pequeno em decorrência na minha grade curricular
- Outro: _____

32. 7. Você considera que a implementação de um restaurante universitário na Cidade Universitária, contribuiria para promoção da alimentação saudável? *

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não

33. 8. Em relação ao serviço de alimentação (quentinha) da UFRJ, você considera que as opções de refeições oferecidas são saudáveis? *

Marcar apenas uma oval.

- Sim
- Não
- Não utilizo esse serviço

34. 9. Se marcou não, na questão anterior, porque:

Este conteúdo não foi criado nem aprovado pelo Google.

Google Formulários