

COMPORTAMENTO ALIMENTAR DE CONSUMIDORES DE UM RESTAURANTE SELF-SERVICE EM PELOTAS

GOMES, Aline Brauner¹; BADIA, Lúcia¹; CAVADA, Leslie da Rosa²; CARVALHO, Clarissa²; BOTELHO, Fabiana Torma³.

¹ Acadêmica da Faculdade de Nutrição da UFPel

² Nutricionista do Hospital São Francisco de Paula em Pelotas

³ Docente da Faculdade de Nutrição da UFPel

: alinebrauner@hotmail.com

1 INTRODUÇÃO

As Unidades de Alimentação e Nutrição (UAN) têm como principal objetivo oferecer alimentação adequada às necessidades nutricionais, além de respeitar os hábitos e as preferências alimentares da clientela (BEZERRA; SICHIERI 2010). Segundo Pitta, Botelho e Antonini.(2003), em uma UAN, é necessário que se garanta a satisfação das expectativas e tendências alimentares dos consumidores sendo esse um diferencial de vantagem competitiva. Dessa forma, o cardápio deve ser elaborado pelo nutricionista de forma balanceada, garantindo a saúde do consumidor e respeitando suas preferências e hábitos regionais (AMORIM; JUNQUEIRA, 2005).

Na última década se observa as crescentes modificações nas preferências alimentares da população. Alguns autores mostram que o padrão alimentar, principalmente da população de menor escolaridade, passou a ser caracterizado pelo incremento do consumo de grãos refinados, açúcar, produtos de origem animal, gorduras saturadas, alimentação fora do domicílio e um maior acervo de produtos industrializados (HOFELMANN; GARCIA 2005). No entanto uma pesquisa realizada pelo IBOPE (2010) mostra que 43% dos consumidores de alimentos das classes sociais C e D, visualizam primeiro a informação nutricional no rótulo dos produtos antes de comprá-los. As camadas mais ricas da população também começaram a tomar consciência que consumiam mais alimentos do que precisavam, passando a procurar tanto por alimentos que proporcionassem uma sensação maior de saciedade, como por alimentos mais leves e de digestão mais rápida (LAMBERT, 2005).

Esta mudança de comportamento está relacionada com a preocupação com a saúde e com doenças crônicas não-transmissíveis, como por exemplo obesidade, diabetes e problemas cardiovasculares (COLLE, & SOUZA, 2008). Levando em consideração a crescente mudança de hábitos alimentares e a preocupação com a saúde, podemos observar que o processo de conhecer o perfil dos comensais que utilizam os diversos tipos de serviços de alimentação se torna difícil. Por esse motivo, o presente trabalho objetiva, conhecer as preferências alimentares dos clientes, a fim de atender as suas necessidades nutricionais, através de seus hábitos alimentares e realizar um processo significativo que aborde a educação nutricional.

2 METODOLOGIA

Esta pesquisa foi realizada em um restaurante *self-service* localizado em um hospital universitário na cidade de Pelotas/RS. Os questionários foram aplicados entre os dias 14 e 25 de Maio de 2010, durante a realização da refeição, das 11h30min às 14h00min e obtivemos uma amostra de 80 comensais, representando 80% da clientela atendida no restaurante. O questionário era composto de nove perguntas fechadas de múltipla escolha, relacionadas ao perfil de consumidores e comportamento no consumo de alimentos, de acordo com as preparações oferecidas no restaurante.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Dos 80 questionários aplicados, 11 foram descartados, pois estavam com mais de uma alternativa assinalada por questão, não identificando a principal preferência. Deste modo a amostra analisada foi correspondente a 69% dos comensais do restaurante. Em relação ao perfil dos consumidores, 76,8% eram do sexo feminino, 15,9% estudantes, 37,7% funcionários do hospital, 36,2% acompanhantes de pacientes e 10,2% não descreveram sua atividade. A faixa etária das pessoas que freqüentam o restaurante é de 2,9% até 19 anos, 94,2% entre 20 e 65, e 2,9% mais que 65 anos.

Dos nove modos de preparação do arroz repassados como alternativa, o preferido de consumo pela grande maioria foi o arroz branco (68,1%). Depois, em ordem decrescente de preferência vem o arroz com galinha (7,2%), arroz carreteiro e com legumes (5,8% em ambos), integral e com linhaça (4,3% em ambos) com legumes e carnes (2,9%) e com gergelim (1,4%). Em relação ao consumo de feijão, 72,5% dos entrevistados consomem este alimento. Porém, devemos levar em consideração que mais de 25% dos entrevistados não consomem feijão. Estes dados estão de acordo com o que foi relatado por Fisberg (2002), que constataram a preferência do consumo de arroz com feijão entre a população brasileira, embora estejam sendo substituídos por alimentos de menor valor nutricional tanto em suas residências, quanto em restaurantes com *buffet self service*, devido à ampla variedade de alimentos disponíveis.

Quanto ao modo de preparo de legumes mais consumidos, os refogados mostraram uma preferência de 44,9% entre os usuários pesquisados. Porém todos os modos de preparo sugeridos como alternativas obtiveram boa aceitabilidade tais como, torta de legumes e legumes gratinados (13,0%), bolinho de legumes e à milanesa (10,1%), refogado com molho (2,9%) e outros (5,8%). Estes resultados mostram que, provavelmente, estes clientes preocupam-se com o modo de preparo das refeições, preferindo os alimentos preparados de forma saudável.

Com relação ao preparo de carnes, as preferências da população estudada demonstraram os seguintes resultados: o modo de preparo da carne melhor consumida foi assada (43,5%), depois a grelhada (30,4%) e o restante se divide entre refogada com molho (8,7%), frita e à milanesa ambas com (5,8%), cozida (4,4%), sendo que 1,5% não consome qualquer tipo de carne. Um fato interessante observado neste estudo, ressalta que as preparações com carnes fritas e à milanesa estão entre as menos preferidas, demonstrando a possível tendência da população a procurar alimentos mais saudáveis. Neste sentido, pesquisa realizada em restaurante comercial na cidade de Florianópolis/SC, mostrou que a preferência pelo preparo grelhado foi de 51%, demonstrando mais uma vez a procura pelo modo de preparo do alimento mais saudável (Pitta, Botelho e Antonini, 2003).

Além disso, a carne bovina representou 49,3% da preferência de consumo. Em segundo lugar, observamos que 34,8% da população de estudo preferiu a carne de frango. A carne de peixe teve (10,2%) de preferência superando a preferência por carne suína (4,4%). Observando este resultado, sugere-se que seja revisto o oferecimento de preparações com carne de peixe no cardápio. Além de ter boa aceitabilidade, a carne de peixe possui excelentes efeitos fisiológicos no organismo humano, dentre os quais prevenção e tratamento de doenças cardiovasculares, hipertensão, inflamações e vários tipos de câncer, pois este alimento apresenta quantidade satisfatória de ácidos graxos ômega-3 e ômega-6 (MAHECHA *et al.*, 2002).

Em relação aos acompanhamentos sugeridos como alternativas de refeições, foram citados em ordem de consumo: massa com molho vermelho (23,2%), lasanha (21,7%), batata (11,6%), panqueca com carne (10,1%), massa com molho branco (7,3%), panqueca com legumes (7,3%), panqueca doce (5,8%), massa com alho e óleo (4,4%), panqueca com molho branco (2,9%), *Kreps* (2,9%), outros (2,9%). Muitos dos entrevistados demonstraram vontade de marcar mais de uma alternativa, fato que pode demonstrar além da boa aceitabilidade, o hábito de se servir de diversas fontes de carboidratos ou mesmo proteínas e gorduras.

Quanto ao tipo de salada preferido, os resultados mostraram que 36,2% das pessoas preferem consumir salada crua, como tomate e cenoura. Esse resultado mostra a adequação do cardápio nesse quesito, pois geralmente é oferecida mais de uma variedade de salada crua, além das cozidas e folhosas. Os temperos para as saladas também foram avaliados e as respostas indicam que grande parte dos comensais demonstram gostar de adicionar sal (cloreto de sódio) às saladas, mostrando que 18,8% utilizam somente sal, 42,0% utilizam misturados sal com azeite e vinagre e apenas 7,3% não adicionam temperos às saladas. Resultado preocupante já que segundo Molina *et al.* (2003), as populações ocidentais e com alto consumo de sal apareceram como tendo os maiores percentuais de hipertensão, enquanto as populações rurais ou primitivas que não faziam uso de sal de adição apresentaram menores prevalências ou nenhum caso de hipertensão arterial.

No que se refere ao consumo de frutas, a preferência de consumo preferida foi *in natura* (46,4%), seguido de frutas em calda (26,1%), banana com canela (14,5%), outros (8,7%), sendo o abacate a fruta menos aceita (2,8%). Estes dados mostram que as frutas *in natura* ainda possuem maior aceitabilidade em relação às frutas com açúcar no momento da refeição-almoço.

A importância da educação nutricional em UAN é demonstrada pelo estudo de Colle; Souza (2008) onde obteve-se um aumento de 9,260g no consumo de saladas servidas antes e após um programa de educação nutricional em UAN. Confirmando a afirmação de Fisberg *et al.* (2002) que as pessoas podem optar por alimentos mais saudáveis, desde que tenham conhecimento dos princípios de uma alimentação equilibrada o que muitas vezes não ocorre, podendo-se observar uma supervalorização das carnes em detrimento do arroz com feijão, aumentando não apenas o teor de gordura das refeições mas também, o teor protéico, que geralmente encontra-se alto na dieta atual.

4 CONCLUSÃO

Com base nos dados obtidos, conclui-se que o perfil dos consumidores vem sofrendo modificações em função do aumento da preocupação com a saúde assim

como do conhecimento em relação à alimentação saudável. Os consumidores estudados demonstraram certo conhecimento em relação à importância na qualidade da alimentação ao dar preferência para o consumo de saladas cruas e alimentos com teor reduzido de gorduras, como preparações refogadas e carnes grelhadas, podendo ser uma demonstração de preocupação com a saúde e prevenção de doenças.

Contudo, ainda é preciso estar atento às mudanças que ainda se fazem necessárias, quanto ao consumo de arroz e feijão. Pois este alimento base do prato do brasileiro, vem perdendo espaço, possivelmente em função do crescente aumento no número de pessoas que necessitam fazer refeições em restaurantes com serviço de *buffet self-service*, onde a oferta de alimentos é maior e a escolha acaba sendo por alimentos mais elaborados, ricos em carboidratos e gorduras, substituindo a combinação nutritiva do arroz e feijão por preparações deficientes em nutrientes importantes.

5 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AMORIM, Maria Marta Amâncio; JUNQUEIRA, Roberto Gonçalves; JOKL, Lieselotte. Adequação nutricional do almoço self-service de uma empresa de Santa Luzia, MG. **Rev. Nutr.**, Campinas, v. 18, n. 1, Feb. 2005.

BEZERRA, Ilana Nogueira; SICHIERI, Rosely. Características e gastos com alimentação fora do domicílio no Brasil. **Rev. Saúde Pública**, São Paulo, v. 44, n. 2, abr. 2010.

COLLE, Gabriela Dalmolin; SOUZA, Maria Cristina Gonçalves de. Educação Nutricional com Enfoque no Aumento do Consumo de Legumes e Vegetais para Clientes da Unidade de Alimentação e Nutrição da Empresa X da Cidade de Içara – SC. **UNESC Revista de Iniciação Científica**, v.6, n.1, 2008.

FISBERG. **Um, Dois, Feijão com Arroz - A Alimentação no Brasil de Norte a Sul**. 1a Ed.: ATHENEU, 2002. 418p.

HOFELMANN, Doroteia Aparecida; GARCIA, Luciana. Análise das Preferências Alimentares dos Clientes de um Restaurante de Culinária Internacional *a la carte*. **Revista Nutrição em Pauta**. São Paulo, março/abril, 2005.

IBOPE Disponível em http://WWW.fiesp.com.br/agencianoticias/2010/05/18/pesquisa_fiesp_ibope_-_perfil_do_consumo_alimentos_Brasil.pdf. Acessado em 05 de junho de 2010.

LAMBERT, Jean Louis et al . As principais evoluções dos comportamentos alimentares: o caso da França. **Rev. Nutr.**, Campinas, v. 18, n. 5, Oct. 2005

MAHECHA, Héctor Suaréz; FRANCISCO, Alicia de, BEIRÃO, Luiz Henrique; BLOCK Jane Mara; SACCOL Adriana; CARRASCO Sandra Pardo. Importância de ácidos graxos poliinsaturados presentes em peixes de cultivo e de ambiente natural para a nutrição humana. **B. Inst. Pesca**, São Paulo, 28(1): 101 - 110, 2002.

MOLINA, Maria del Carmen Bisi; CUNHA, Roberto de Sá; HERKENHOFF, Luis Fernando; Mill, José Geraldo. Hipertensão arterial e consumo de sal em população urbana. **Rev. Saúde Pública**, São Paulo, v. 37, n. 6, Dez, 2003.

PITTA, Manuela Martinelli; BOTELHO, Fabiana Torma; ANTONINI, Bianca Oliveira. **Preferências alimentares de clientes de um restaurante por peso em Florianópolis**. Trabalho de conclusão de estágio em Administração em Serviços de Alimentação. Universidade do Vale do Itajaí. Balneário Camboriú/SC. 2003.