

## Preferências alimentares: análise de consumo por grupos em refeições institucionais

Laleska Pâmela Rodrigues da Silva<sup>1</sup>, Ana Rita de Oliveira Tucan<sup>2</sup>, Elisana Lima Rodrigues<sup>2</sup>, Thayana Regina de Souza Grance<sup>3</sup>, Deise Bresan<sup>4</sup>, Priscila Milene Angelo Sanches<sup>4</sup>, Patrícia Vieira Del Ré<sup>4</sup>.

<sup>1</sup>Discente, Curso de Nutrição, Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS), Campo Grande, MS, Brasil. Autor correspondente: laleskapamela@hotmail.com.

<sup>2</sup>Discente, Curso de Nutrição, UFMS, Campo Grande, MS, Brasil.

<sup>3</sup>Nutricionista, Clínica Escola Integrada, UFMS, Campo Grande, Brasil.

<sup>4</sup>Docente, Curso de Nutrição, UFMS, Campo Grande, MS, Brasil.

**Introdução:** A alimentação diz respeito à ingestão de nutrientes presentes nos alimentos de diferentes grupos, que combinados entre si e preparados conforme as dimensões culturais e sociais de uma população influenciam a saúde e o bem-estar. Nesse sentido, se alimentar fora do lar passou a ser cotidiano, influenciando nas preferências e escolhas alimentares.

**Objetivo:** Avaliar o consumo dos diferentes grupos alimentares nas refeições dos usuários do Restaurante Universitário.

**Metodologia:** Trata-se de um estudo transversal, com 352 usuários de uma universidade pública, selecionados randomicamente. A coleta de dados foi realizada durante 5 dias consecutivos, no almoço, em novembro de 2015 por meio da observação direta da montagem do prato. O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética para Pesquisa em seres humanos (Parecer nº 867.367). As escolhas alimentares foram analisadas qualitativamente tomando como base os grupos de alimentos descritos no Guia Alimentar para a População Brasileira, sendo: cereais; feijões; legumes e verduras; frutas e carnes e ovos. A análise dos dados foi realizada por meio do software *Statistical Package for the Social Sciences*, considerando um intervalo de confiança de 95%. **Resultados:** Neste estudo a mediana de idade dos usuários foi de 20 anos, sendo 56% do sexo masculino. Quanto ao consumo alimentar observou-se que o grupo de cereais foi consumido por 99,4% dos usuários, sendo que 41,5% optaram pelo arroz integral. O grupo do feijão foi escolhido por 78,1% dos usuários. Para o grupo de legumes e verduras o consumo foi de 94,6%, sendo as escolhas de 8,5% legumes, 11,9% folhosos e 74,1% de ambos. Em relação as carnes apenas 4,3% não fez consumo desse grupo, optando pelo prato vegetariano. Já para as frutas o consumo foi menor, 50,9% a escolheu como sobremesa, 22,7% optou pelo doce e 26,4% não consumiram. **Conclusão:** O consumo alimentar desses usuários apresentou uma maior inadequação para o grupo alimentar das frutas. Esses alimentos são fundamentais na composição de uma refeição saudável, uma vez que são fontes de micronutrientes e fibras.

Palavras-chave: Consumo alimentar; Grupo alimentar; Restaurante universitário.