

ARTIGO ORIGINAL

VEGETARIANISMO EM CENTRO UNIVERSITÁRIO: ANÁLISE DA COMUNIDADE ACADÊMICA VEGETARIANISM IN A UNIVERSITY CENTER: ANALYSIS OF THE ACADEMIC COMMUNITY

Rivanna Sousa Moura*; Keila Cristiane Batista Bezerra Lopes **

*Graduanda do curso de Nutrição do Centro Universitário Santo Agostinho- UNIFSA, Teresina, PI, Brasil.

**Mestre em alimentos e nutrição pela Universidade Federal do Piauí, docente do curso de Bacharelado em Nutrição no Centro Universitário Santo Agostinho-UNIFSA, Teresina, PI, Brasil

Autor correspondente: Rivanna Sousa Moura,

E-mail: vanna-moura7138@hotmail.com

Resumo

Introdução: A prática do vegetarianismo obteve um crescente espaço na última década, principalmente no ramo alimentício. *Objetivo:* Analisar o perfil alimentar e socioeconômico, com foco no vegetarianismo, da comunidade acadêmica de um centro universitário do Piauí e verificar a percepção deste público frente à oferta de alimentos na instituição. *Metodologia:* Estudo transversal, de caráter descritivo, quali-quantitativo no qual a coleta de dados se deu pelo preenchimento de um questionário de vinte e duas perguntas sobre quesitos socioeconômicos e alimentares. *Resultados:* Público majoritariamente masculino, entre 18 e 22 anos, renda até um salário mínimo, religião católica e maior consumo de vegetais pelos vegetarianos comparado aos onívoros. A maioria do público vegetariano raramente consome preparações dos restaurantes da instituição, além de 95,2% relatarem não haver oferta adequada dos restaurantes para vegetarianos. Há também um grande interesse do público onívoro em relação à preparações com vegetais nos restaurantes da instituição, bem como 92,9% consideram importante que exista opções vegetarianas. *Conclusão:* Por fim, considera-se necessário mais estudos com vegetarianos

em meio acadêmico, inclusive privados, em busca de melhora da oferta alimentar para este público, bem como uma maior variedade e incentivo de preparações a base de vegetais para toda a comunidade acadêmica.

Palavras-chave: Dieta Vegetariana; Universidade; Consumo Alimentar.

Abstract

Introduction: The practice of vegetarianism has gained increasing space in the last decade, mainly in the food sector. Objective: To analyze the dietary and socioeconomic profile, with a focus on vegetarianism, of the academic community of a university center in Piauí and verify the perception of this public towards food supply at the institution. Methodology: Cross-sectional, descriptive, qualitative and quantitative study in which data collection took place by completing a questionnaire with twenty-two questions on socioeconomic and dietary issues. Results: Mostly male audience, between 18 and 22 years old, income up to one minimum wage, Catholic religion and greater consumption of vegetables by vegetarians compared to omnivores. The majority of the vegetarian public rarely consumes preparations from the institution's restaurants, in addition to 95.2% reporting that there is no adequate supply in the restaurants for vegetarians. There is also a great interest among the omnivorous public in relation to vegetable preparations in the institution's restaurants, with 92.9% considering it important that there are vegetarian options. Conclusion: Finally, more studies with vegetarians in academia, including private ones, are considered necessary, in search of improving the food supply for this public, as well as a greater variety and encouragement of vegetable-based preparations for the entire academic community.

Keywords: Vegetarian Diet; University; Food Consumption.

Introdução

O vegetarianismo é uma prática que vem se tornando cada vez mais conhecida e praticada no mundo todo, e refere-se a uma dieta ausente de carne. Classifica-se de acordo com o consumo de derivados animais, sendo ovovegetarianos, lactovegetarianos, ovolactovegetarianos e vegetarianos

estritos. Também podemos citar os veganos, que são aqueles que além de não consumir nenhum produto com ingredientes de origem animal, também não usam aqueles que testem em animais, seja na alimentação, vestuário, cosméticos e outras esferas ^[1,2].

São diversos os motivos que levam um indivíduo a se tornar vegetariano, podendo ser por ética, saúde, proteção ao meio-ambiente, questões religiosas e espirituais, filosofia e não aceitação do paladar. Segundo pesquisa IBOPE realizada em 2018, 14% da população brasileira se declarava vegetariana, isto representava quase 30 milhões de brasileiros que se declaravam adeptos a esta opção alimentar.^[3]

Também pode-se notar a busca da população em geral por uma alimentação mais saudável com o maior consumo de vegetais como mostra a empresa americana Ingredion que realizou em 2020 uma pesquisa em parceria com a Consultoria Opinaia, onde aponta que cerca de 90% dos brasileiros buscam uma alimentação mais saudável e nutritiva com produtos vegetais, obtendo o maior índice entre os 5 países pesquisados. Os resultados apontam uma maior disposição da população em diminuir o consumo de carne e aumentar o consumo de vegetais, como principais motivos: o cuidado com a saúde (56%) é o principal fator de decisão de compra dos alimentos *Plant-Based* em comparação aos similares de origem animal, seguido pelo quesito nutritivo (28%) e pela experiência de novos sabores (26%) ^[4,5].

O vegetarianismo tem ganho grande espaço, principalmente em empresas de diversos ramos, procurando diminuir o impacto ambiental através da substituição de ingredientes de origem animal ou livres de testes em animais. Nota-se isso devido ao crescimento de grandes redes fast-food ao adicionar em seus cardápios opções vegetarianas ou veganas, ou também o aumento de estabelecimentos de alimentação específica para esse segmento ^[6].

Um estudo sobre a qualidade nutricional de cardápios vegetarianos para restaurantes universitários do Brasil apontou que os RU's localizados nas regiões Centro-oeste, Norte e Nordeste do país apresentaram baixa oferta (33%) de prato proteico vegetariano nos cardápios quando se compara com as regiões Sul e Sudeste do Brasil ^[7].

É importante saber que a vida acadêmica costuma trazer consigo diversas mudanças na rotina de um universitário, interferindo nas suas decisões e

independência pessoal. Este novo cenário propicia formação de princípios, valores e escolhas pessoais, relacionados com questões éticas, ambientais, estéticos e psicológicos, influenciando comportamentos relacionados à saúde física e mental. Entre esses comportamentos, está a alimentação, com a exclusão ou não de certos grupos alimentares, como por exemplo, o não consumo de carnes e derivados animais [8].

Analisando a crescente difusão da prática vegetariana na população brasileira e em comunidades como a acadêmica, englobando docentes, colaboradores e discentes, ressalta-se a escassez de estudos com este público e a necessidade de mais informações que permitam fundamento para a construção de uma oferta alimentar de qualidade. O objetivo geral dessa pesquisa foi analisar o perfil alimentar e socioeconômico, com foco no vegetarianismo, da comunidade acadêmica de um centro universitário do Piauí e verificar a percepção deste público frente à oferta de alimentos à base de vegetais na instituição.

Metodologia

Estudo transversal, de caráter descritivo, quali-quantitativo. A pesquisa foi desenvolvida em um centro universitário de Teresina, Piauí, com alunos, professores e colaboradores acima de 18 anos, tendo como finalidade coletar dados socioeconômicos e alimentares, com um questionário 100% presencial.

O questionário apresenta um total de 22 perguntas, sendo dividido em 4 seções, a primeira delas aborda dados sobre a faixa etária, gênero, cor/raça, crença, entre outros. São variáveis importantes para relacionar com o fato de o indivíduo ser ou não vegetariano. Já na segunda seção possuem duas perguntas sobre o estilo de alimentação, uma sobre o consumo diário de vegetais e outra no qual classifica e orienta para a próxima seção (3) caso o respondente seja vegetariano ou vegetariano em processo e para a última seção(4) caso o respondente consuma carne normalmente. Na seção 3 são apresentadas perguntas específicas sobre o vegetarianismo, como hábitos, motivos para a adesão da dieta, motivações e oferta alimentar vegetariana na instituição. De forma que possa ser analisado o perfil básico dos vegetarianos e a relação com os restaurantes do centro universitário. Já na seção 4 são perguntas para não vegetarianos com o intuito de conhecer a percepção e simpatia do grupo em

relação ao vegetarianismo, ao público vegetariano e a possibilidade de opções vegetarianas nos restaurantes do centro acadêmico.

Na instituição pesquisada possuem um total de 5.276 alunos, 199 professores, 182 colaboradores e 13 supervisores de estágio, com um público total de. A fórmula estatística escolhida para definição da amostra é a de Saraiva de 2018 para grandes populações. Em seguida, o valor obtido foi aplicado em outra fórmula, que calcula o valor da amostra para populações menores, de acordo com Ochoa de 2015. [9,10]

Considerando o valor total de 5.670 (alunos, professores, colaboradores e supervisores de estágio) e $Z = 1,96$ (grau de confiança de 95%), obtêm-se os seguintes valores de amostra para as margens de erro de 3%, 4% e 5%, respectivamente: 898, 543, 360.

Dessa forma, ao se analisar as limitações operacionais para a coleta de dados em grande escala, objetivou-se utilizar a margem de erro de 5% correspondendo a uma amostra de 360 pessoas, proporcionalmente dividido entre cada fração da população analisada, ficando assim 334 alunos, 13 professores, 12 colaboradores e 1 supervisor de estágio

A pesquisa foi aprovada pelo comitê de ética em pesquisa do Centro Universitário Santo Agostinho, apresentando o seguinte número de CAAE: 66080722.5.0000.5602 e número do parecer do CEP: 5.861.265.

Os critérios de inclusão foram indivíduos cadastrados regularmente na instituição pesquisada com idade maior que 18 anos, de ambos os sexos e com termo de Consentimento Livre e Esclarecido devidamente assinado pelo respondente.

Os dados após serem quantificados foram convertidos em gráficos e tabelas através do Microsoft Excel 2019, onde foi criado um banco de dados através do Statistical Package for the Social Sciences (SPSS). Os resultados foram apresentados no formato de estatística descritiva.

Resultados

O questionário utilizado para a busca de informações da comunidade acadêmica foi de fácil e rápida aplicação, visto que houve orientação e suporte por parte do pesquisador. Na tabela 1 e 2 temos os dados socioeconômicos referentes ao público onívoro e vegetariano, respectivamente. No qual, em

ambos os públicos, é possível observar a predominância do público masculino, da faixa etária entre 18 e 22 anos, do curso de nutrição, renda de até 1 salário mínimo e religião católica. Porém, é observado um maior público de cor parda entre os onívoros e maior de cor branca entre os vegetarianos. Vale ressaltar, que o público vegetariano encontrado foi exclusivamente de estudantes.

Tabela 1- Dados socioeconômicos do público onívoro, Teresina, Piauí, 2023.

Variável	n	Percentual %
Gênero		
Masculino	226	66,7
Feminino	112	33,0
Outro	1	0,3
Faixa etária		
18 a 22 anos	241	71,1
23 a 28 anos	50	14,7
29 a 34 anos	11	3,2
35 a 40 anos	19	5,6
41 a 46 anos	11	3,2
47 a 52 anos	5	1,5
53 a 58 anos	2	0,6
Escolaridade		
Fundamental completo	1	0,3
Médio completo	1	0,3
Superior incompleto	295	87
Superior completo	18	5,3
Especialização	12	3,5
Mestrado	6	1,8
Doutorado	6	1,8
Função		
Estudante	314	92,6
Professor	13	3,8
Colaborador	11	3,2
Supervisor de estágio	1	0,3
Curso		
Ciências Contábeis	1	0,3
Educação Física	28	8,3
Psicologia	78	23,0
Engenharia elétrica	22	6,5
Enfermagem	22	6,5
Farmácia	1	0,3
Fisioterapia	1	0,3
Nutrição	101	29,8
Odontologia	29	8,6
Medicina Veterinária	25	7,4

Estética		
Renda individual		
Até 1 salário mínimo	113	33,4
1 a 3 salários mínimos	79	23,4
3 a 7 salários mínimos	31	9,2
7 a 10 salários mínimos	10	3,0
10 a 20 salários mínimos	7	2,1
Acima de 20 salários mínimos	1	0,3
Não sei	97	28,6
Raça/cor		
Branco	110	32,4
Preto	38	11,2
Pardo	177	52,2
Amarelo	12	3,5
Indígena	2	0,6
Religião		
Católico	196	57,8
Evangélico	64	18,9
Espírita	9	2,7
Adventista	1	0,3
Budista	1	0,3
Umbanda	4	1,2
Candomblé	1	0,3
Ateu	6	1,8
Agnóstico	12	3,5
Não tem	20	5,9
Não revelou	18	5,3
Outro	7	2,1
n=339		

Tabela 2- Dados socioeconômicos do público vegetariano, Teresina, Piauí, 2023.

Variável	n	Percentual%
Gênero		
Masculino	16	76,2
Feminino	4	19,0
Outro	1	4,8
Faixa etária		
18 a 22 anos	14	66,7
23 a 28 anos	6	28,6
29 a 34 anos	1	4,8
Escolaridade		
Médio completo	1	4,8
Superior incompleto	19	90,5
Superior completo	1	4,8

Função		
Estudante	21	100,0
Curso		
Educação Física	1	4,7
Psicologia	7	33,3
Engenharia elétrica	2	9,5
Nutrição	8	38,0
Odontologia	2	9,5
Estética	1	4,7
Renda individual		
Até 1 salário mínimo	7	33,3
1 a 3 salários mínimos	6	28,6
3 a 7 salários mínimos	2	9,5
Não sei	6	28,6
Raça/cor		
Branco	9	42,2
Preto	4	19,0
Pardo	7	33,3
Amarelo	1	4,8
Religião		
Católico	8	38,1
Evangélico	3	14,3
Umbanda	3	14,3
Ateu	2	9,5
Deísta	2	9,5
Não possui religião	3	14,3

n:21

A tabela 3 compara o consumo diário de vegetais entre o público onívoro e vegetariano. O público vegetariano apresenta proporcionalmente um maior consumo de porções de vegetais por dia, sendo que 38,1% consomem de 3 a 4 porções/dia e 33,3% consomem de 5 a 6 porções/dia. Já o público onívoro, 21,5% consomem 3 a 4 porções/dia e apenas 3,5% consomem de 5 a 6 porções/dia.

Tabela 3- Consumo diário de vegetais-onívoros x vegetarianos, Teresina, Piauí, 2023.

	Variável/ por dia	n	Percentual %
Onívoros	Raramente	61	18,0
	1 ou 2 porções	191	56,3
	3 a 4 porções	73	21,5
	5 a 6 porções	12	3,5
	Acima de 6 porções	2	0,6
	Total	339	100,0

Vegetarianos	1 ou 2 porções	6	28,6
	3 a 4 porções	8	38,1
	5 a 6 porções	7	33,3
	Total	21	100,0

n= 360

A tabela 4 apresenta a forma como o público vegetariano se alimenta na instituição pesquisada, sendo que 76,2% trazem sua comida de casa e apenas 4,8% consomem diariamente nos restaurantes da instituição, apesar de “constantemente” e “as vezes” 76,2% deste público procura por refeições com vegetais nos restaurantes da instituição.

Tabela 4- Forma procura e frequência alimentar de vegetarianos na instituição, Teresina, Piauí, 2023.

	Variável	n	Percentual%
Forma que se alimenta na instituição	Traz de casa	16	76,2
	No rest. Instituição	2	9,5
	Nos rest. Entorno	2	9,5
	Outro	1	4,8
	Total	21	100,0
Frequência que se alimenta na instituição	Diariamente	1	4,8
	Duas ou mais vezes por semana	3	14,3
	Dias por Mês	13	61,9
	Dais por Ano	4	19,0
	Total	21	100,0
Procura por refeições com vegetais na instituição?	Constantemente	11	52,4
	Às vezes	5	23,8
	Raramente	2	9,5
	Nunca	3	14,3
	Total	21	100,0

n= 21

A tabela 5 expõe o interesse do público onívoro por preparações vegetarianas, em que 58,4% falam ter interesse em consumir opções vegetarianas na instituição e 63,4% relatam procurar por refeições com vegetais na instituição “constantemente” e “as vezes”. Além disso, 92,9% acham importante a oferta de opções vegetarianas na instituição.

Tabela 5- Oferta de preparações vegetarianas/com vegetais na instituição- onívoros, Teresina, Piauí, 2023.

	Variável	n	Percentual %
Interesse em consumir opções vegetarianas na instituição	Sim	198	58,4
	Não	41	12,1
	Talvez	100	29,5
	Total	339	100,0
Procura por refeições com vegetais na instituição	Constantemente	95	28,0
	Às Vezes	120	35,4
	Raramente	64	18,9
	Nunca	60	17,7
	Total	339	100,0
Importância de ofertas vegetarianas na instituição	Sim	315	92,9
	Não	14	4,1
	Não sei	10	2,9
	Total	339	100,0

n=339

Por fim, foi analisado ainda, de forma indireta, o potencial público vegetariano através do público onívoro na tabela 6, em que 31,6% relataram conhecer vegetarianos na instituição, 7% que já foram vegetarianos e 26,8% tem intenção de ser.

Tabela 6- Potencial público vegetariano na instituição- onívoros, Teresina, Piauí, 2023.

	Variável	n	Percentual%
Conhece vegetarianos na instituição?	Sim	107	31,6
	Não	222	65,5
	Não sei	10	2,9
	Total	339	100,0
Já foi vegetariano ou tem intenção em ser?	Já Foi	17	5,0
	Tem Intenção	91	26,8
	Nunca	230	67,8
	Outro	1	0,3
	Total	339	100,0

n=339

Discussão

Da amostra de 360 indivíduos, entre estudantes, professores, colaboradores e preceptores de estágio, foram encontrados 21 com dieta vegetariana e 339 com dieta onívora, os dados socioeconômicos dos grupos

apresentados na tabela 1 e 2 são semelhantes, divergindo apenas em cor e função. Em relação ao gênero, vale a pena ressaltar não ser comum um maior público masculino de vegetarianos nas pesquisas da mesma categoria, porém, pode ser justificado pelo maior percentual geral de público masculino encontrado na instituição. Como podemos ver no estudo realizado entre 2014 e 2015 com a comunidade acadêmica da Universidade Federal do Paraná em que dos 84 vegetarianos analisados 61,2% do público vegetariano eram do sexo feminino [11].

A recomendação do consumo de frutas e verduras pela Organização Mundial da Saúde (OMS) é de pelo menos 5 porções ao dia, equivalendo aproximadamente a 400 gramas de vegetais [12]. Ao analisar a tabela 6 podemos observar resultados já frequentes em outros estudos que comparam o consumo de vegetais entre onívoros e vegetarianos, em que os vegetarianos apresentam melhor consumo de vegetais do que onívoros. Pode parecer óbvio devido ser uma alimentação baseada em vegetais, porém, ao considerar a ausência de carne na dieta não configura necessariamente uma dieta rica em frutas, verduras e legumes, podendo então ser uma dieta rica em industrializados, carboidratos processados, frituras, complementada ainda por laticínios e ovos. Porém, o vegetarianismo pode incentivar o consumo de vegetais em toda a sua variedade, bem como diferentes preparações.

Um estudo com universitários demonstrou a maior prevalência de frutas frescas (66,7%) e legumes e verduras (82,1%) em vegetarianos comparado aos onívoros com 44,9% e 66,8%, respectivamente. Cita ainda diferenças de marcadores de alimentação não saudável em relação a hambúrgueres/embutidos e bebidas adoçadas, em que o maior consumo se dá pela dieta onívora com 37,3% e 64,5% respectivamente e a dieta vegetariana com 5,9% e 47,9%, respectivamente [8].

Os resultados identificaram 21 vegetarianos no público total pesquisado, equivalendo à 5,9% do total de entrevistados (360), dessa forma, corresponde proporcionalmente a 329 vegetarianos da população total da instituição (5.670). Este percentual de 5,9% de vegetarianos divide-se ainda entre a classificação de flexivegetarianos (3,4%), ovolactovegetariano (2,2%) e lactovegetariano (0,3%). Vale ressaltar que a denominação flexivegetariano ou semivegetariano, utilizada para designar indivíduos que comem carne esporadicamente divide

opiniões entre muitos autores se pode ser considerado ou não uma classificação do vegetarianismo ^[13]. Contudo, o presente estudo considera os flexivegetarianos não menos importantes, visto que apesar de ocasionalmente fazerem o consumo de carne ainda sim buscam preparações sem a mesma, dessa forma, este grupo tanto agrega à pesquisa quanto pode ser beneficiado por ela.

Uma pesquisa muito citada foi realizada em 2015 em que fez a aplicação de questionário com 1.885 indivíduos da comunidade acadêmica da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM) onde apenas 4,2% do total se identificaram como vegetarianos, ele ainda cita à nível de comparação outros percentuais de vegetarianos a partir de estudos realizados em outras instituições públicas nacionais, como 2,4% de vegetarianos na Universidade Federal do Paraná (UFPR), 8% na Universidade Federal de Uberlândia (UFU), e 15% na Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC)^[14]. Ainda vale citar o percentual encontrado de 14% de vegetarianos na população brasileira segundo a pesquisa IBOPE de 2018, porém, é possível que interpretação dos resultados possa ser generalizada já que possivelmente considerou flexivegetarianos, pessoas que comem carne branca ou outras variações neste percentual, visto que na pergunta “O quanto você concorda ou discorda: Sou vegetariano” 8% concordam totalmente e 6% concordam parcialmente, desta forma, o percentual pode ser questionado ^[3].

A partir do grupo de vegetarianos encontrados na atual pesquisa, foi possível identificar na tabela 4 um estilo de alimentação predominante quando se refere à forma de alimentação na instituição e a frequência em que se alimentam nos restaurantes do centro universitário podendo indicar a falta de opções para este público, fazendo com que dificilmente façam o consumo nos restaurantes do centro universitário e optando por trazer refeições de casa ou nos restaurantes da redondeza. Vale ressaltar ainda as respostas deste grupo às duas últimas questões do questionário exclusivamente para vegetarianos, a primeira questiona se o respondente considera que os restaurantes da instituição oferecem uma boa estrutura e adequação ao público vegetariano e 95,2% responderam que não. Já a pergunta seguinte questiona de maneira subjetiva com base na resposta da pergunta anterior se há melhorias a serem aplicadas nos restaurantes da instituição para melhor atendimento ao público vegetariano

e quais poderiam ser, novamente 95,2% responderam que sim, há melhorias a serem feitas e as mais citadas foram oferecer mais opções vegetarianas de forma geral, oferecer opções salgadas sem carne ou com proteína vegetal, oferecer mais opções de frutas e saladas e disponibilizar refeições vegetarianas completas para o almoço.

Outro ponto importante foi analisar o interesse dos onívoros por opções vegetarianas na instituição, bem como a procura por refeições com vegetais no centro acadêmico e a importância de ofertas vegetarianas nos restaurantes da instituição. A maior parte do público onívoro relatou interesse em consumir opções vegetarianas na instituição, assim como quase 30% talvez possam se interessar. Já pela procura de refeições com vegetais nos restaurantes da instituição considerando quem procura constantemente e às vezes com um percentual de 63,4% dos onívoros entrevistados, demonstrando um grande interesse da comunidade acadêmica por opções sem carne e com mais vegetais, este resultado espelha-se em na pesquisa Datafolha de 2017 que mostrou que 63% dos brasileiros querem reduzir o consumo de carne ^[15].

Já sobre a relevância de ofertas vegetarianas nos restaurantes da instituição, 92,9% dos entrevistados onívoros consideram que seja uma causa importante, um percentual elevado que pode indicar uma afinidade pelo vegetarianismo e pelo seu público.

Ainda considerando o público onívoro foi observado um potencial público vegetariano que se sustenta nas respostas as perguntas do questionário abordadas na tabela 6. A primeira questiona se o respondente conhece vegetarianos na instituição, assim uma parcela considerável de 31,6% diz conhecer. Já o segundo questionamento investiga se já foi vegetariano ou tem intenção de ser, 5,0% já foi vegetariano e uma parcela considerável de 26,8% tem intenção em ser vegetariano. Esses dados apresentam um potencial público vegetariano na instituição, podendo a tabela 5 e 6, que são referentes ao público onívoro, também serem uma justificativa para melhora da oferta de alimentos e preparações vegetais nos restaurantes da instituição.

Quanto às limitações do estudo podemos citar a comparabilidade dos resultados com os de outras pesquisas, devido a escassez de estudos sobre vegetarianismo no ambiente alimentar acadêmico, em especial em instituições privadas, visto que a maioria dos estudos são em universidades públicas e a

oferta alimentar é divergente do meio particular. Além disso, mesmo que os questionários tenham sido respondidos em anonimato, os entrevistados podem ter referido uma alimentação mais saudável do que realmente praticam.

Considerações finais

Dessa forma, o presente estudo realizado com a comunidade acadêmica de um centro universitário do Piauí, observou que o público pesquisado era predominantemente do gênero masculino, idade de 18 a 22 anos, do curso de nutrição, renda até um salário mínimo, religião católica e de cor branca prevalente entre vegetarianos e parda entre os onívoros. Também foi possível observar que os vegetarianos apresentaram proporcionalmente um maior consumo de vegetais por dia comparado aos onívoros. Além disso, dentro do público vegetariano encontrado, sua maior parcela consome raramente preparações dos restaurantes da instituição, apesar da procura considerável de refeições com vegetais, podendo ser justificado pela falta de opções para este público. Há também um grande interesse e apoio do público onívoro em preparações mais rica em vegetais nos restaurantes do centro universitário.

Por fim, considera-se necessário mais estudos com vegetarianos em meio acadêmico, inclusive privados, em busca de melhora da oferta alimentar para este público, bem como uma maior variedade e incentivo de preparações a base de vegetais para a comunidade acadêmica como um todo.

Referências

- [1] Azevedo E. Vegetarianismo. *Demetra: Alimentação, Nutrição & Saúde*, 2013 agosto; 8(1): 275-288.
- [2] SVB - Sociedade Vegetariana Brasileira. *Vegetarianismo*. Mai 2023

- [3] Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Sociedade Vegetariana Brasileira. *Pesquisa de opinião pública sobre vegetarianismo*. Mai 2023.
- [4] SVB - Sociedade Vegetariana Brasileira. *Mercado vegano*. Mai 2023.
- [5] Slywitch E. *Guia alimentar de dietas vegetarianas para adultos*. São Paulo: Sociedade Brasileira Vegetariana, 2012. Nov 2023.
- [6] Cavalheiro CA, Verdu FC, Amarante JM. Difusão do vegetarianismo e veganismo no Brasil a partir de uma perspectiva de transnacionalização. *Revista Eletrônica Ciências da Administração e Turismo*, 2018 Jan-Jul; 6(1): 51-67.
- [7] Benvindo JLS, Pinto AMS, Bandoni DH. Qualidade nutricional de cardápios planejados para restaurantes universitários de universidades federais do Brasil. *Demetra: Alimentação, Nutrição & Saúde*. 2017 Mai; 12(2):447-464.
- [8] Barros KS, Bierhals IO, Assunção MCF. Vegetarianismo entre ingressantes de uma universidade pública no sul do Brasil. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, 2020 Mai; 29(4): 1-11.
- [9] Saraiva F. *Erro amostral e tamanho da amostra: porque isso importa*. Nov 2021.
- [10] Ochoa C. *Amostragem probabilística: Amostra aleatória simples*. Nov 2021.
- [11] Hackbarth L, Vilela RM, Katz M, Zolnir ACK, Ferreira MLC. Vegetarian satthe University's restaurants: are they doing well? *Braspen j*, 2017 Agos; 33(2): 127-40.
- [12] World Health Organization (WHO). Diet, nutrition and the prevention of chronic diseases: report of a joint WHO/FAO expert consultation. Geneva, 2003. *Who technical report series*, 916)
- [13] Derbyshire EJ. Flexitarian diets and health: a review of the evidence-based literature. *Frontiers In Nutrition*, 2017 Jan; 3(55): 1-8.
- [14] Junior FJM. Pafiadache C. Loose LH. Piaia R. Scher VT. Peripolli A et al. Satisfação dos usuários do restaurante universitário da Universidade Federal de Santa Maria: uma análise descritiva. *Revista Sociais e Humanas*, 2015 Mai; 8(2): 83-108.
- [15] SVB - Sociedade Vegetariana Brasileira. *Pesquisa do IBOPE aponta crescimento histórico no número de vegetarianos no Brasil*. Mai 2023.