

**Fome de quê? Comer bem e preferências alimentares sob a ótica de
estudantes de graduação**

**Hunger for what? Eating well and food preferences from the perspective of
undergraduate students**

**¿Hambre de qué? Comer bien y preferencias alimentarias desde la perspectiva de
estudiantes de pregrado**

Rebecca Dechandt von Henneberg ¹
Geovanna Gomes da Silva ²
Priscilla Garbelini Jaronski ³
Mirna de Lima Medeiros ⁴

Resumo: O trabalho objetivou investigar a percepção de estudantes de graduação sobre a alimentação. Centrou-se em duas questões: o entendimento quanto ao significado de comer bem e a rejeição a alimentos e suas razões. Compreender as escolhas alimentares dos estudantes pode ser útil para o alinhamento da oferta do restaurante universitário com sua demanda, bem como para propositura de projetos de extensão e outras ações. A coleta de dados foi realizada por meio de questionário *online* semiestruturado para o qual obteve-se 2091 respostas. Os dados qualitativos foram analisados utilizando a técnica de análise de conteúdo, com o auxílio do *software* IRaMuTeQ. Concluiu-se que, para os universitários, “comer bem” envolve tanto a satisfação de suas preferências alimentares quanto a garantia de uma alimentação que forneça nutrição e energia para o bem-estar. Os resultados indicaram que, a percepção do que é “comer bem” depende da situação de segurança alimentar do sujeito e interfere nas suas decisões alimentares. À medida que aumenta o grau de insegurança alimentar cresce também a preocupação com a essencialidade da alimentação. Por outro lado, mesmo quando há disponibilidade há vários alimentos que não são consumidos pelos universitários por razões que incluem sabor, textura, alergias, restrições religiosas, entre outros.

Palavras-chave: Alimentação, universitários, segurança alimentar, preferências alimentares.

Abstract: This study aimed to investigate undergraduate students' perceptions of food. It focused on two issues: understanding the meaning of eating well and rejecting food and the reasons for this. Understanding students' food choices can be useful for aligning the university restaurant's offer with its demand and proposing extension projects and other actions. Data was collected using a semi-structured online questionnaire, to which 2091 responses were obtained. The qualitative data was analyzed using the content analysis technique and the IRaMuTeQ software. For university students, “eating well” involves satisfying their food preferences and ensuring a diet that provides nutrition and energy for well-being. The results indicated that the perception of “eating well” depends on the subject's food security situation and interferes with their food decisions. As the degree of food insecurity increases, so does concern about the essentiality of food. On the other hand, even when food is available, many foods are not consumed by university students for reasons including taste, texture, allergies, and religious restrictions, among others.

Keywords: Food, university students, food safety, food preferences.

¹ Universidade Estadual de Ponta Grossa – UEPG. E-mail: rebeccahenne589@gmail.com – ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3936-5747>

² Universidade Estadual de Ponta Grossa – UEPG. E-mail: geotur2007@hotmail.com – ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-2906-1466>

³ Universidade Estadual de Ponta Grossa – UEPG e Centro de Ensino Superior de Campos Gerais – Cesgage. E-mail: prigarbel@hotmail.com – ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6222-1146>

⁴ Universidade Estadual de Ponta Grossa – UEPG. E-mail: mirnadelimamedeiros@gmail.com – ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7198-9835>

Resumen: El objetivo de este estudio fue investigar las percepciones de los estudiantes universitarios sobre la comida. Se centró en dos cuestiones: la comprensión de lo que significa comer bien y el rechazo de la comida y las razones para ello. Comprender las elecciones alimentarias de los estudiantes puede ser útil para adecuar la oferta del restaurante universitario a su demanda, así como para proponer proyectos de extensión y otras acciones. Los datos se recogieron mediante un cuestionario semiestructurado en línea, al que se obtuvieron 2091 respuestas. Los datos cualitativos se analizaron mediante la técnica de análisis de contenido, con la ayuda del software IRaMuTeQ. Se concluyó que, para los estudiantes universitarios, «comer bien» implica tanto satisfacer sus preferencias alimentarias como garantizar una dieta que proporcione nutrición y energía para el bienestar. Los resultados indicaron que la percepción de «comer bien» depende de la situación de seguridad alimentaria del sujeto e interfiere en sus decisiones alimentarias. A medida que aumenta el grado de inseguridad alimentaria, también lo hace la preocupación por la esencialidad de los alimentos. Por otra parte, incluso cuando los alimentos están disponibles, hay muchos alimentos que los universitarios no consumen por motivos como el sabor, la textura, las alergias o las restricciones religiosas, entre otros.

Palabras clave: Alimentación, estudiantes universitarios, seguridad alimentaria, preferencias alimentarias.

1 Introdução

Apesar de se encontrarem no mesmo campo científico e acadêmico - Alimentação e Gastronomia - seus entendimentos, abordagens e dimensões se diferenciam em várias áreas da ciência. Nessa lógica, estudos que impulsionem o pensamento crítico e desafiem investigar campos, metodologias e linhas epistemológicas comumente não pesquisadas sobre a temática da alimentação trazem resultados que oportunizam reconfigurar as regras desse campo e obter reflexões necessárias para a sua melhoria em um olhar inovador por ângulos e objetos menos apreciados e desenvolvidos na academia (Ferro, 2015).

Uma das áreas mais reprimidas por pesquisas “gastronômicas” é a de abordagens sociais e humanas, e não mercadológicas, com poucos estudos culturais e sociais relacionados a esta temática (Ferro, 2021). Diante dessa realidade, esta pesquisa tem como objetivo principal investigar a percepção de estudantes de graduação sobre a alimentação. Para esse fim optou-se pela aplicação de um questionário *online* a graduandos de uma universidade pública do sul do Brasil que possuía quase 7000 alunos matriculados em cursos de graduação na época da pesquisa.

Neste contexto, busca-se olhar as diversas faces da alimentação na medida em que relaciona questões sociais, econômicas e segurança alimentar ao que é expresso pelos discentes. Aborda-se tanto suas preferências quanto restrições alimentares. Pelo seu caráter social, a escolha de hábitos alimentares determina o consumo e opções de alimentos, modificando a demanda e os processos produtivos, desde a agroindústria até grandes processos de fabricação. Essas preferências alimentares mutáveis e comensais ao seu tempo e à sociedade fazem com que alguns

tipos e variedades de alimentos, ingredientes e/ou processos sejam desprezados e diminuídos, ou até mesmo entrem em risco de extinção (Contreras; Gracia, 2011).

Assim, este estudo não apenas contribui para um entendimento mais amplo sobre as práticas alimentares no contexto universitário, mas também visa estimular a elaboração de ações e políticas que promovam o direito humano à alimentação adequada e atenção às restrições e preferências alimentares dos envolvidos.

À continuidade apresenta-se um referencial teórico interdisciplinar quanto ao significado de comer e às escolhas alimentares. Logo adiante, são detalhados os procedimentos metodológicos utilizados na pesquisa. Seus resultados são apresentados em seguida e discutidos, culminando em interpretações nas considerações finais.

2 “Fome de comida”

A alimentação, ou o ato de se alimentar integra a totalidade da vida do ser humano em sociedade, ato complexo e difícil de sintetizar em uma área, em um único conceito por sua interdisciplinaridade (Ferro; Rejowski, 2018). A comida é o resultado do processamento do alimento na cozinha. É a transformação do alimento em comida, oriundo de um processo qualitativo, ao realizar a “passagem do plano da natureza para o da cultura, mediado pela via da culinária” (Woortmann, 2013). É mais do que uma fonte essencial de nutrientes, um fator biológico ou de sobrevivência, é também uma componente chave da cultura, fundamental para o senso de identidade, bem como questão social que abarca diversas nuances econômicas, legais, políticas, culturais e religiosas (Mauss, 2003; Barthes, 2013).

A palavra e o ato “comer” é presente no cotidiano e na vida de todos os seres humanos por diversas concepções e finalidades definidas por fatores sociais. Através da alimentação cada grupo social distingue-se dos demais, reconhece-se e por isso é reconhecido, a partir de cada especificidade. A comida (entendida de forma ampla que inclui desde os produtos [alimentos e bebidas] até as formas de preparo e momentos de consumo), ao mesmo tempo que globaliza, localiza. Isso porque cruza as fronteiras nacionais e permite elos do passado com inovações. Nesse sentido, o alimento pode ser veículo de comunicação, tecer relações sociais e também servir de meio de valorização de territórios e suas pessoas (Medeiros, 2019).

É| notável que a alimentação envolve mais do que ingerir alimentos para manter a vida. Existe também o consenso de que comida é cultura e que, por meio dela, se descortinam identidades individuais e coletivas, reforçam-se rituais e constroem-se tradições (Demeterco, 2019). A comida é envolta de significados e simbolismos que fazem parte do imaginário social (Fischler, 2012). Além disso, o consumo alimentar pode ter determinantes relacionados à sociabilidade, que são interligados a interpretações de sentidos simbólicos ou valores, como de origem ecológica, histórica, cultural, social e econômica (Alvarez, 2002).

Sobre essa perspectiva, é possível conceber que a forma como as pessoas se relacionam com a comida está intrinsecamente ligada à sua autopercepção e à sua identidade social, e esse fenômeno parece ser universal entre os seres humanos. Exemplos dessas relações sociais e individuais são a observação e reação a hábitos alimentares dos outros, assim como uma autoanálise e conhecimento de seus próprios hábitos. Em razão disso, é compreensível que a comparação de comportamentos alimentares sempre tenha despertado interesse, pois documenta a diversidade social presente em diferentes culturas (Mintz, 2001).

Por outro lado, conforme comenta Rossi (2014, p. 29), a “palavra comer, aparentemente neutra, inofensiva e prazerosa, quando tudo vai bem, encontra-se no centro do pensamento cotidiano e da vida de todos aqueles que não conseguem comer o suficiente”. Essa é uma das realidades que se manifesta na situação de insegurança alimentar (IA), e atravessa fronteiras geográficas e socioeconômicas, afetando pessoas em diferentes contextos e situações determinadas por “n” fatores (Rossi, 2014). A IA é impossibilidade ou a falta de disponibilidade, qualidade, quantidade, acesso, estabilidade e utilização de alimentos. Tem sido investigada como uma questão significativa de saúde pública e bem-estar social (Silva *et al.*, 2023).

O direito a uma alimentação adequada é fundamental, inerente à dignidade da pessoa humana e indispensável para a realização de outros direitos. Assim, deve ser garantido a todos o acesso regular e permanente a alimentos de qualidade, em quantidade suficiente, sem comprometer o acesso a outras necessidades essenciais, com base em práticas alimentares promotoras de saúde que respeitem a diversidade cultural e que sejam sustentáveis do ponto de vista ambiental, cultural, econômico e social. “[...] quando todas as pessoas, em todos os momentos, têm acesso físico e econômico a alimentos suficientes, seguros e nutritivos para

satisfazer as suas necessidades dietéticas e preferências alimentares para uma vida ativa e saudável”, essas pessoas encontram-se em segurança alimentar e nutricional - SAN (FAO, 2006).

Quando se analisa a alimentação e a rotina de estudantes, a Organização Mundial da Saúde (OMS) afirma que fatores relacionados ao consumo excessivo de bebidas alcoólicas, tabagismo, falta de atividade física, obesidade, dislipidemias (principalmente determinadas pelo consumo exagerado de gorduras saturadas) e ingestão insuficiente de verduras, frutas e legumes desencadeiam doenças crônicas ou conduzem a estados de saúde irreversíveis, os quais podem levar ao óbito (Fleck; Chachamovich; Trentini, 2003). Nesse contexto, tem sido cada vez mais presente a discussão sobre “comer bem” atrelado à saúde, relacionado a temática da SAN (Fischler, 2012).

O ingresso na universidade é uma etapa marcada por intensas mudanças na vida do estudante, representando, para muitos, o momento em que terá que responsabilizar-se por sua alimentação. A maneira como as pessoas se alimentam pode ser vista como uma expressão cultural, um "sistema simbólico" que incorpora normas sociais e influenciam as interações entre pessoas e o ambiente natural (Maciel, 2001). Vários fatores podem influenciar o comportamento alimentar, resultando em práticas que podem gerar riscos à saúde. Finalizada a exposição deste referencial teórico, passa-se à metodologia.

3 Procedimentos metodológicos

Os dados dessa pesquisa exploratória foram obtidos por meio de questionário semiestruturado aplicado via *google® forms* em agosto de 2023. A pesquisa, mais ampla⁵, foi aprovada pelo Comitê de Ética institucional, sob nº 65555422.0.0000.0105. A amostra total de respostas da pesquisa foi de 2.091 estudantes, dentre os 6.731 alunos matriculados na instituição (agosto de 2023). Destes 2.091 foram selecionados aleatoriamente um grupo de 1.435 participantes pela proporção dos cursos. Foi feita a opção pela proporcionalidade devido às distintas realidades socioeconômicas existentes entre os cursos.

⁵ O relatório final dessa pesquisa “Insegurança alimentar e vulnerabilidade social dos estudantes de graduação da Universidade Estadual de Ponta Grossa” com a exposição do perfil e outras variáveis não detalhadas no presente artigo pode ser acessado no repositório do Núcleo Questão Ambiental, Gênero e Condição de Pobreza do Programa de Pós-Graduação em Ciências Sociais Aplicadas: <<https://www2.uepg.br/ppgcsa/nucleos-de-pesquisa/>>

No questionário havia questões de perfil (com relação à universidade – forma de ingresso, curso, bolsas etc. - e aspectos socioeconômicos que englobavam desde moradia, participação em programas governamentais, questões relacionadas à renda etc.) e mensuração da segurança alimentar e nutricional, bem como questões relacionadas aos hábitos alimentares e entendimento sobre o comer bem. Dada a amplitude da pesquisa realizada, no presente trabalho, optou-se por explorar dois eixos em específico: o entendimento com relação ao significado de “comer bem” e a rejeição a algum alimento por alguma razão especificada. Ambas as questões foram colocadas de forma aberta no formulário.

O primeiro eixo foi por meio de técnica de associação livre de palavras completando a frase “Para você, comer bem é...”, já para o segundo eixo colocaram-se as questões: “Há alguma comida ou local que você não come? Por quê?”. Como essas questões eram abertas, foram consideradas 1.432 respostas válidas para a associação e 1.433 para a rejeição no consumo. Para sua análise foi utilizada a análise de conteúdo de Bardin (1977) com o auxílio do *software IRaMuTeQ version 0.7 alpha 2 (Interface de R pour les Analyses Multidimensionnelles de Textes et de Questionnaires)*. A análise de conteúdo “não se limita em ser uma simples análise gramatical das palavras, mas ela busca conhecer outra realidade por trás de cada palavra por meio de mensagens” (Bardin, 1977, p. 50).

Esses resultados foram reunidos primeiramente no *Excel* e em seguida transformados e padronizados para dois *corpus* textuais em formato *txt*, para importação no *IRaMuTeQ*. Esse programa foi escolhido por apoiar a categorização e estabelecimento de *clusters* de sentido para a efetivação da análise de conteúdo; e por propiciar uma análise quantitativa mediante metodologia estatística que realiza a organização de segmentos de textos classificando *clusters* léxicos. A partir desses dois arquivos compilando os dados, as análises seguiram procedimentos conforme proposto por Salviati (2019). Foram geradas nuvens de palavras, dendrogramas, análises lexicais, estatísticas por meio de frequência de palavras e ocorrência dessas no *corpus* identificadas pelo *IRaMuTeQ*. Com relação às ferramentas utilizadas cabe mencionar brevemente sua utilidade e parâmetros utilizados (Quadro 1).

Quadro 1 - Descrição das ferramentas e parâmetros utilizados no *IRaMuTeQ*

Ferramenta	Utilidade	Parâmetros utilizados no estudo
Nuvem de palavras	Projeta em formato de imagem as palavras do <i>corpus</i> textual com seus tamanhos proporcionais à quantidade que estas aparecem no <i>corpus</i> .	Os parâmetros selecionados para essa análise textual foram: formas ativas e número de frequência <i>por default</i> ⁶ de 10 repetições mínimas. As palavras que não se repetiam mais 10 vezes foram excluídas dessa análise. Palavras como não, e, já, bem, como, ainda e mais, que se repetiam mais que 10 vezes, também foram excluídas, pois não traziam resultado para a análise do conteúdo desses segmentos de textos.
Análise de similitude	Útil para explorar relações semânticas e temáticas do conjunto de dados textuais. Baseia-se na “teoria dos grafos”. Nela é possível visualizar a estrutura de construção do texto e temas de relativa importância com coerência entre as palavras. Cada nó representa uma palavra ou termo presente no <i>corpus</i> . A proximidade entre os nós indica uma maior coocorrência dessas palavras nos textos analisados. As linhas que conectam os nós representam as relações de similitude entre as palavras. Quanto mais forte a conexão, maior a probabilidade dessas palavras aparecem juntas no texto.	Para utilização dessa ferramenta selecionou-se as formas que possuíam frequência <i>por default</i> mínima de 20 vezes. Escolheu-se este parâmetro para que a imagem ficasse com visualização das formas e suas relações. Opta-se pelo modelo <i>Fruchterman Reingold</i> em <i>Score</i> Coocorrência na variável considerando as comunidades, nas opções com e sem os <i>halos</i> (balões coloridos).
Classificação hierárquica descendente (CHD) / Método Reinert	Agrupa os textos formando classes com vocabulário semelhante entre si. Esse método tem o objetivo de classificar segmentos de texto do <i>corpus</i> de acordo com seu vocabulário, termo, proximidade léxica, ideia, para trazer uma significação associada à agrupamento de classes (Salviati, 2019). Por meio desse instrumento é possível visualizar clusters de sentido dentro do conteúdo, possibilitando uma análise mais qualitativa dos dados.	Utiliza-se a sua apresentação na forma de dendogramas, ilustrações que permitem ver esses grupos formados e suas interligações.

Fonte: Dados da pesquisa (2024).

Opta-se por fazer a exposição dos dados considerando o grupo “universitários” como um todo e, entendendo que pode haver diferenças decorrentes da situação alimentar desses, o grupo

⁶ *Default* é um termo técnico da computação, mas também usado em diversos contextos de informática. Sua origem é inglesa e significa "padrão", algo "predefinido", valor ou ação que é assumido por omissão. Nessa análise o valor “*default*” é um valor pré-definido, um valor/forma que se repete. No sistema computacional do *Iramuteq* este valor assume uma ação instruída pelo sistema a identificar palavras/formas mais frequentes no *corpus* textual referente às respostas dos alunos da graduação.

é também subdividido por nível de segurança alimentar e nutricional. Para essa classificação utilizou-se a metodologia FIES (*Food Insecurity Experience Scale*) da FAO (Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação). A FIES tem como objetivo mensurar uma medida precisa da insegurança alimentar que possa ser comparável posteriormente, ao longo do tempo ou ao comparar populações. Consiste em um questionário com 8 perguntas de abordagem com respostas afirmativas ou negativas que estimam parâmetros para itens e respondentes em uma escala unidimensional avaliada pelo Modelo de Resposta (*Rasch*). A soma do número de respostas afirmativas esperadas para cada nível de insegurança alimentar categoriza a pessoa em um grau de Insegurança Alimentar (IA) como IA leve: 1 a 3 respostas afirmativas; IA moderada: 4 a 6 respostas; IA grave: 7 a 8 respostas (FAO, 2018). Para esse fim dividiu-se o *corpus* em 4 arquivos, cada um com um nível de Segurança alimentar correspondente ao aluno com sua resposta para cada uma das duas questões abordadas para depois aplicação das ferramentas supramencionadas.

Por fim, a pesquisa foi concluída analisando comparativamente as respostas destes alunos entre eles mesmos e entre outras populações e estudos (como Raiher *et. al.*, 2018; Raiher *et. al.*, 2022; e Silva *et. al.*, 2023). Adiante são apresentados os resultados e discussões decorrentes dessa análise.

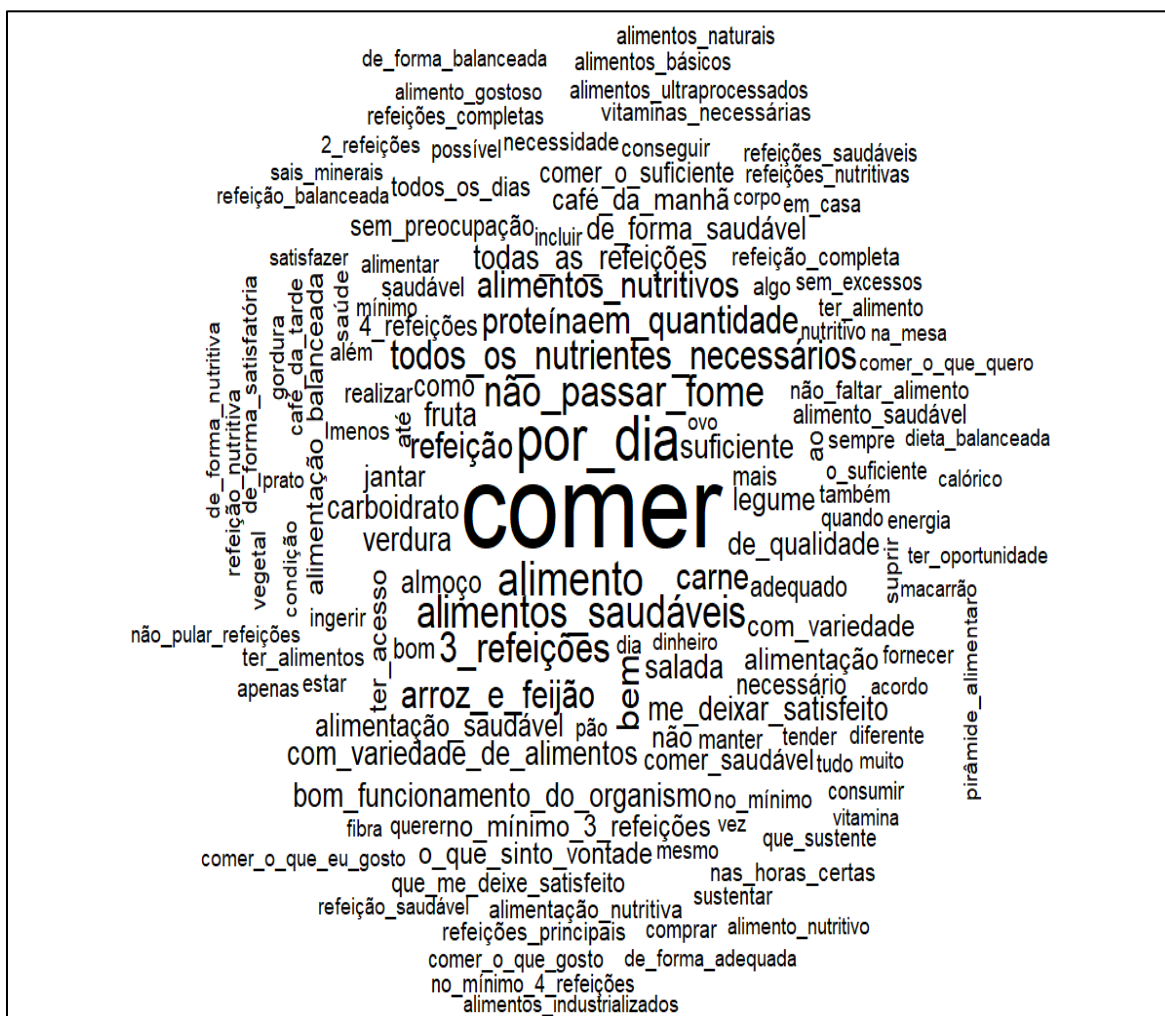
4 Análise e discussões

Inicia-se a análise endereçando a compreensão geral com relação ao ato de comer por parte do grupo analisado. O *corpus* contém 1.432 respostas da questão “Para você, comer bem é...”, para as quais observou-se o número total de 12.638 ocorrências, ou número de palavras encontradas no *corpus*. Delas há 1.353 formas (palavras que possuem pelo menos uma repetição), número correspondente à quantidade de formas ativas e suplementares não lematizadas. Dessas 1.353 formas, se lematizadas se tornam 1.031 formas. Dentre as formas lematizadas (1.031), as palavras ativas são quantificadas em 953 palavras. Estes dados são fornecidos pelo acesso ao uso da metodologia “Estatísticas” da plataforma. No início elaborou-se uma “Nuvem de palavras” geral (Figura 1), sem separação dos respondentes por suas características.

Percebe-se destaque das palavras “comer”; “por_dia”; “alimento”; alimentos_saudáveis”; “não_passar_fome”; “3_refeições”; “todos_os_nutrientes_necessários”; “em_quantidade”;

“arroz_e_feijão”; “alimentos_nutritivos”; “carne”; “refeição”; “proteína”; “suficiente”; “todas_as_refeições”. A imagem da Figura 1 mostra que estas são as palavras que mais aparecem o *corpus* textual, tendo a quantidade de repetições/ocorrências respectivamente de 656, 281, 178, 159, 155, 142, 128, 119, 115, 110, 109, 108, 105, 86 e 83.

Figura 1 - Nuvem de palavras da pergunta: “Para você, comer bem é...”



Fonte: Dados da pesquisa (2024).

Mediante essa observação, é possível compreender que as formas mais presentes ou mais frequentes no *corpus* são “comer” e “por_dia”. A forma “todos_os_nutrientes_necessários” também é identificada. As palavras “comer”, “carne”, “feijão” e arroz” também aparecem como

formas de maior repetição em pesquisas com outros públicos (Raiher *et. al.*, 2018; Raiher *et. al.*, 2022).

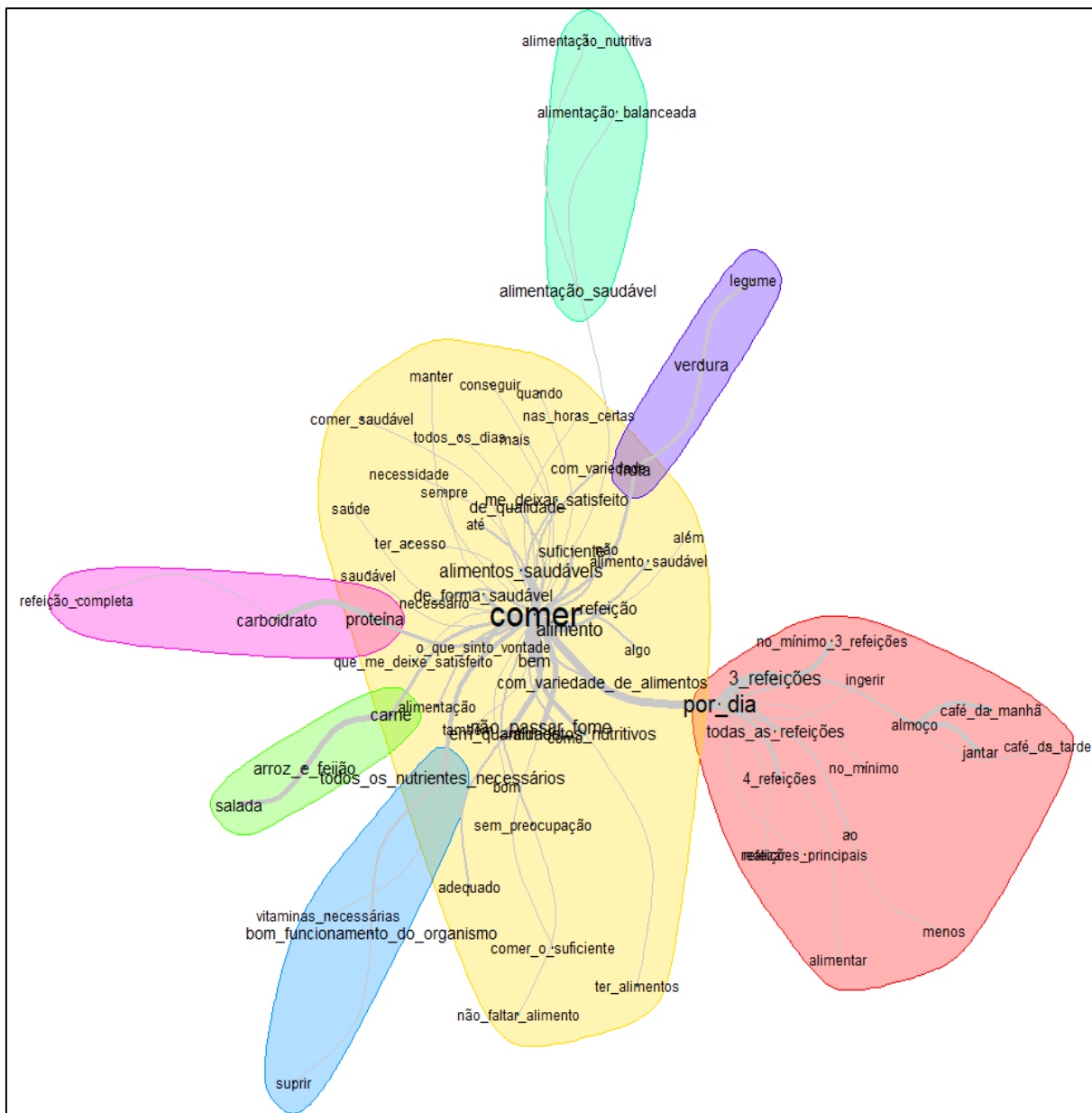
Porém, nessas pesquisas entende-se que tais formas significam que “comer bem” para os sujeitos da pesquisa é a possibilidade de ter alimento diariamente e sobreviver. Nesses casos o alimento possui valores políticos, econômicos, sociais e culturais que se expressam por “Estar de barriga cheia” (Franzoni, 2016). A expressão “Estar de barriga cheia” também é encontrada e é relacionada com outras expressões de mesma mensagem como: “encher o estômago”; “encher a barriga”; “ficar de bucho cheio”; “comer até se sentir cheio”; “Se eu me sinto bem com uma refeição. Já posso dizer que comi bem”.

O significado mais generalizado dos alunos sobre “comer bem” é ter um bom alimento que propicie saúde, nutrição, qualidade, quantidade, tem acesso a todos momentos e a sua vontade. O sentido entendido pelos alunos da graduação para “comer bem” no geral é se sentir satisfeito, de forma que atenda a suas vontades e desejos alimentares de maneira saudável e nutritiva. Esse entendimento segue a lógica que estes alunos possuem uma compreensão de comer alinhada, de certo modo, ao conceito de Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) descrito na LOSAN (Brasil, 2006); e seus quatro pilares (disponibilidade, acesso, utilização e estabilidade dos alimentos) (FAO, 2006).

Os dados gerais também foram compilados por meio de análise de similitude (Figura 2, p. 696). Percebe-se que a palavra “comer”, que se encontra no centro da imagem, possui maior concordância textual no *corpus*, ou seja, é a palavra que mais se correlaciona com o *corpus* textual por ser central e ter mais vértices ligados. Entre as comunidades existentes, as palavras que se ligam à forma “comer” são: “proteína”, “carne”, “alimentação saudável”, “todos_os_nutrientes_necessários”, “fruta” e “por_dia”. Mediante a existência de cada comunidade que é correlacionada à palavra comer, é possível interpretar como cada entendimento se distingue entre os alunos conforme as formas utilizadas.

Por exemplo, na correlação da comunidade “por_dia” refere-se à quantidade de refeições e tipos entre elas, onde este aluno entende que “comer bem” é possuir alimentação diariamente e regularmente. Na comunidade “carne” são tipos de alimentos como “arroz_e_feijão” e “salada”, onde “comer bem” é compreendido pelo tipo de alimento que este possui, em qualidade, diversidade e quantidade.

Figura 2 - Análise de similitude das formas do *Corpus* “Para você, comer bem é...”



Fonte: Dados da pesquisa (2024).

Em “proteína” são grupos alimentares como “carboidratos”, “adequados”, entendendo como uma questão de disponibilidade e diversidade. Para outros alunos, “comer bem” é possuir dieta saudável, ligada à comunidade “alimentação_saudável”. A percepção que possuir bom funcionamento do organismo e ter energia vital está em “todos_os_nutrientes”. Estas duas últimas comunidades refletem a interpretação dos alunos que a comida é fonte de saúde, qualidade de vida e bem-estar.

Diferentemente de outras comunidades onde a forma que se conecta à palavra central comer é uma das mais repetidas no *corpus*, a comunidade “fruta” se destaca pelo fato de não ser uma das formas mais repetidas, com 87 usos no *corpus txt.*, sendo a 18ª palavra mais usada. Nela o sentido da relação entre as formas de alimentos saudáveis aparece como “verdura” e “legume”.

Outra observação é que o grupo centralizado na palavra “por_dia” é o segundo com maior número de palavras ligadas a este, e seu significado é em relação à frequência das refeições e seu acesso diários, garantindo a segurança alimentar do aluno e o direito à alimentação adequada (DHAA). Porém, vale ressaltar que uma pesquisa nessa mesma perspectiva de análise da alimentação de estudantes universitários - utilizando uma metodologia diferente - encontrou que, apesar de os estudantes da universidade pesquisada compreendem a importância nutricional e a questão da saúde relacionada a alimentação, eles não a executam em seus hábitos alimentares por diversos outros fatores (Rabollo; Álvarez, 2024).

Verifica-se que há compreensões que incluem diferentes aspectos no comer bem. Nesse sentido, para ampliar a visualização dos grupos, apresentam-se as classes geradas pelo “Método Reinert” no *IRaMuTeQ*. Foram encontradas 5 classes/*clusters* como resultado (Quadro 2). Esses *clusters* foram nomeados por temática após a análise.

A classe 1 foi nomeada como “tipos de ingredientes e alimentos” (com 18,9% de presença no *corpus*); a classe 2 como “tipos de refeições e quantidade de refeições” (15,4%); a classe 3 igual a “saúde, variedade e acesso à alimentação” (13,2%); a classe 4 nomeada “nutrição, quantidade e qualidade da alimentação”; e a classe 5 como “vontade, sensações e desejos dos estudantes ao alimento” (27,2%).

Nessa ferramenta o significado para os estudantes de acordo com este método tem relevância nas classes com presença no *corpus*. Mostra-se assim que a temática relacionada para esses sujeitos a suprir suas vontades (*Cluster 5*) é mais relacionada ao “comer bem” conjuntamente à alimentação balanceada e saudável que traga saúde e nutrição (*Cluster 4*). Portanto há o entendimento de que comer bem para estes alunos aponta em possuir uma alimentação com nutrientes necessários que provenha energia para resultar no seu próprio prazer ou ser um elemento de socialização e identidade.

Quadro 2 - Dendograma - Classificação hierárquica descendente do *corpus* textual

REPARTIÇÃO	CLASSE	ANÁLISE LEXICOGRÁFICA		
		Palavra	χ^2	Percentual
	CLASSE 1 "Tipos de ingredientes e alimentos" (18,9%);	Carne	397,595*	90,74
		arroz e feijão	372,58*	86,09
		verdura	284,046*	94,44
		Salada	262,238*	88,46
		legume	255,586*	93,94
		Fruta	252,851*	88,16
		proteína	204,973*	71,84
		carboidrato	202,288*	82,19
		refeição completa	66,141*	83,33
		carne	397,595*	93,33
	CLASSE 2 "Tipos de refeições e quantidade de refeições" (15,4%);	3 refeições	470,597*	77,86
		por dia	415,091*	55,94
		no mínimo 3 refeições	239,232*	85,25
		jantar	189,937*	79,31
		café da manhã	189,128*	80,36
		almoço	165,918*	71,21
		4 refeições	87,725*	70,27
		café da tarde	75,259*	85,0
		refeições principais	55,172*	75,0
		no mínimo 4 refeições	53,505*	85,71
	CLASSE 3 "Saúde, variedade e acesso à alimentação" (13,2%);	alimentos saudáveis	351,842*	61,04
		alimentos nutritivos	159,154*	52,83
		de forma balanceada	51,956*	90,0
		todas as refeições	46,451*	38,46
		ter alimentos	24,561*	47,83
		todos os dias	20,616*	41,38
		que sustentem	14,215	55,56
		necessidades fisiológicas	13,393	75,0
		com variedade de alimentos	11,278	25,64
		satisfação	9,609	60,0
	CLASSE 4 "Nutrição, quantidade e qualidade da alimentação" (25,24%);	todos os nutrientes necessários	153,91*	72,65
		bom funcionamento do organismo	102,954*	77,61
		em quantidade	95,598*	64,49
		suficiente	60,507*	62,03
		vitaminas necessárias	51,182*	90,91
saudável		48,852*	80,0	
necessidade		47,3*	86,96	
suprir		46,682*	84,0	
necessário		46,246*	71,79	
alimento		38,777*	44,64	
CLASSE 5 "Vontade, sensações e desejos dos estudantes ao alimento" (27,2%).	manter	34,879*	74,07	
	de qualidade	34,388*	56,25	
	o que sinto vontade	119,123*	88,33	
	me deixar satisfeito	99,16*	79,41	
	sem preocupação	53,069*	78,95	
	comer	42,511*	36,25	
	de forma saudável	41,394*	61,19	
	alimento saudável	40,399*	72,97	
não passar fome	27,653*	46,27		
querer	27,141*	86,27		
comer o que eu gosto	22,769*	90,91		

Nota: * significativo a um nível de significância de 5%.
 Fonte: Dados da Pesquisa (2024).

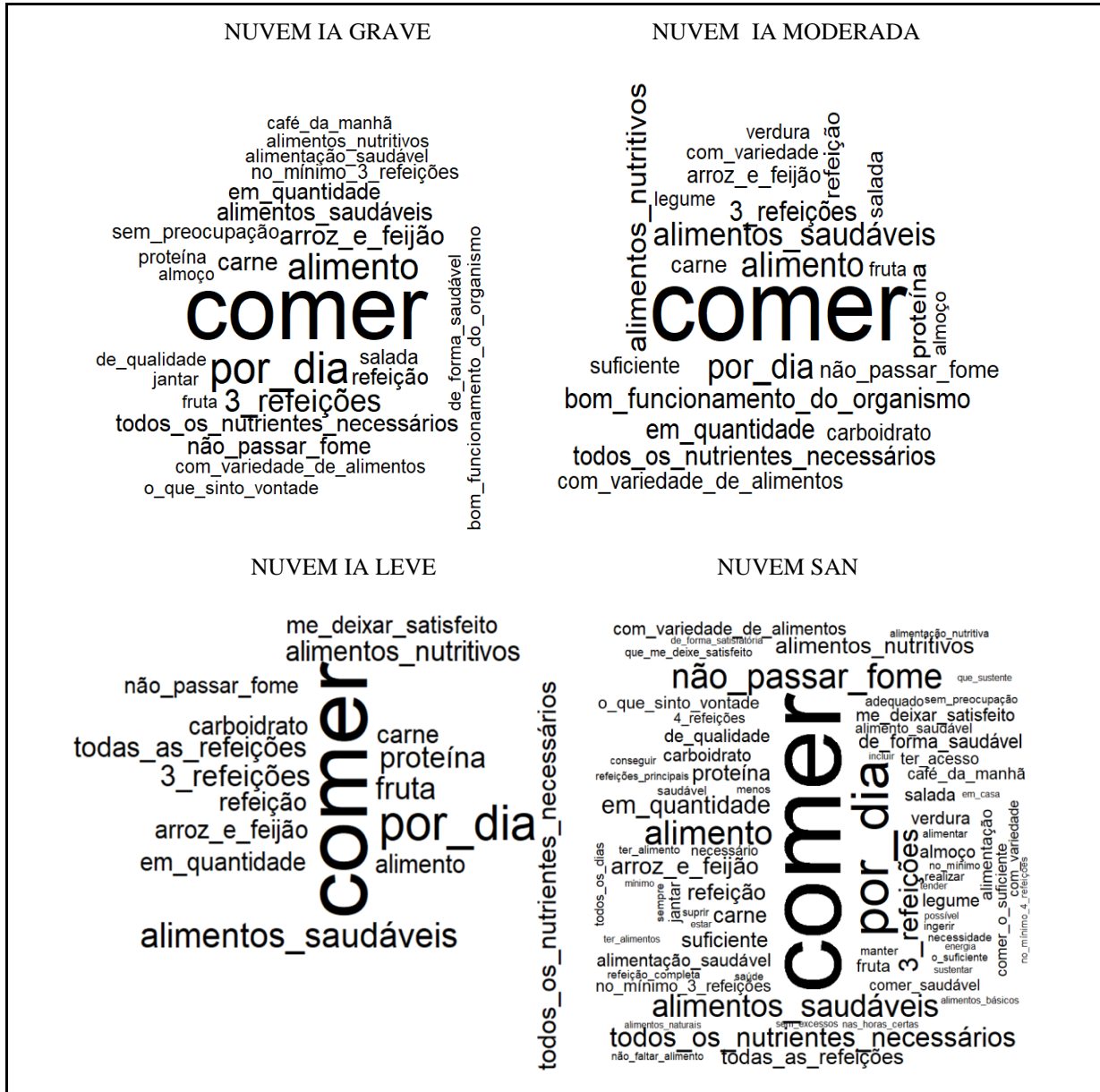
É possível identificar outra conexão, entre os *clusters* 1 e 2. As formas “por_dia”; “3_refeições”, “arroz_e_feijão”, “carne” e “salada” referem-se a uma avaliação conjunta de que possuir uma quantidade, regularidade, diversidade e qualidade de refeições e alimentos influenciam a saciedade e a necessidade fisiológica, psicológica e cultural. Isso é justificado quando um alimento é considerado como indispensável na dieta, como arroz e feijão brasileiro, pelo número de refeições em que se sente satisfeito e “sem fome”, pronto para realizar suas atividades, como estudar.

A análise dos dados de forma geral é interessante, mas entende-se que pode haver diferenças significativas na compreensão do que é comer bem em decorrência da situação de cada aluno em termos de segurança alimentar e nutricional. No grupo em questão foi averiguado a existência dos quatro níveis (SAN: segurança alimentar [65% dos sujeitos] e IA: insegurança alimentar – leve [11%], moderada [10%] e grave [14%]). O dado relativo ao percentual de alunos em insegurança alimentar grave é temerário posto que esse grau é estreitamente relacionado à fome.

Os dados da Figura 3 apontam que comer todos os dias e possuir todos os nutrientes essenciais em suas alimentações estão nas respostas de todos os alunos independentemente do nível de SAN ou IA. Entretanto, no caso dos alunos em insegurança (IA) verificou-se em IA leve relevância na proporção das formas “comer”, “alimentos_nutritivos”, “bom_funcionamento_do_organismo”, “em quantidade”, “com_variedade_de_alimentos”; em IA moderada, “alimentos_saudáveis”, “fruta”, “proteína”, “todas_as_refeições”, “refeição” e “carboidrato”; e em IA grave, “alimento”, “sem_preocupação”, “3_refeições”, “arroz_e_feijão”, “carne”, “salada” e “no_mínimo_3_refeições”.

Complementando a Figura 3, no Quadro 3 há as formas mais expressivas de acordo com a subdivisão do grau de segurança alimentar e nutricional em que o aluno se encontra, apresentadas junto ao número de menções de cada palavra nesse nível e do percentual de ocorrências desse termo com relação ao corpus em questão, apresentando a sua importância proporcional às demais palavras citadas por aquele grupo.

Figura 3 - Nuvem de palavras por nível de SAN da pergunta: “Para você, comer bem é...”



Fonte: Dados da pesquisa (2024).

Quadro 3 - Frequência e proporção dos termos mencionados de acordo com a variável segurança alimentar

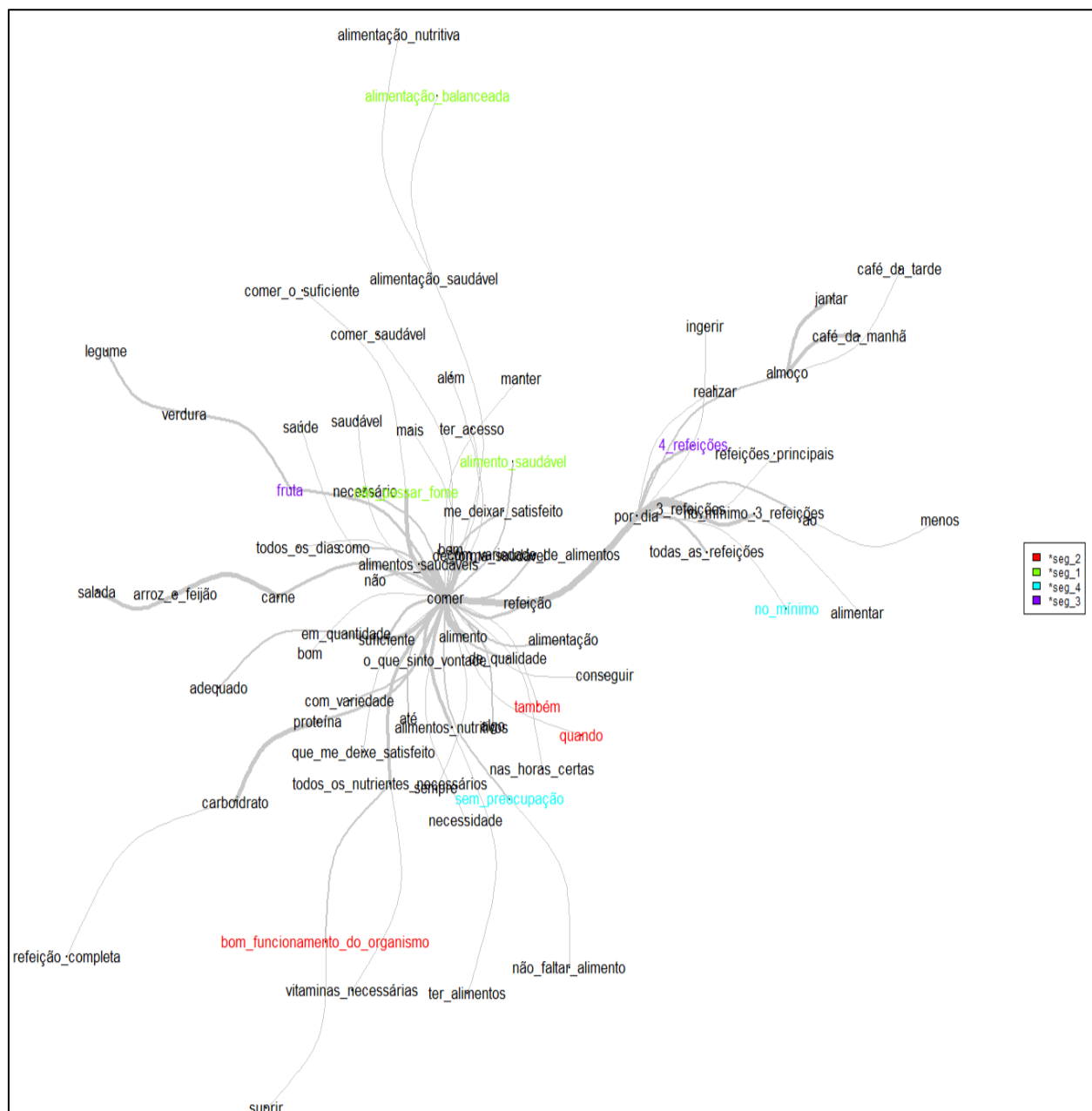
SAN	IA LEVE	IA MODERADA	IA GRAVE
por_dia (186; 11,71%)	comer (93; 26,57%)	alimentos_saudáveis (19; 7,09%)	alimento (31; 8,45%)
não_passar_fome (113; 7,11%)	alimentos_nutritivos (21; 6,00%)	fruta (16; 5,97%)	3_refeições (26; 7,08%)
todos_os_nutrientes_necessários (82; 5,16%)	bom_funcionamento_do_organismo (19; 5,43%)	proteína (15; 5,60%)	arroz_e_feijão (21; 5,72%)
		carboidrato (12; 4,48%)	no_mínimo_3_refeições (13; 3,54%)
suficiente (58; 3,65%)	com_variedade_de_alimentos (14; 4,00%)	todas_as_refeições (14; 5,22%)	carne (19; 5,18%)
			salada (14; 3,81%)
	em_quantidade (18; 5,14%)	refeição (13; 4,85%)	sem_preocupação (14; 3,81%)

Fonte: Dados da pesquisa (2024).

Pode-se interpretar que para indivíduos com IA grave ou moderada, as formas estão mais presentes nos *clusters* 1 e 2 (Quadro 3), confirmando a noção de que comer bem é atender sua fome e suas necessidades fisiológicas, psicológicas e culturais, ou seja, simplesmente ter o que comer e em quantidade sem se preocupar em faltar. Já para indivíduos em IA leve sua dieta deve atender as necessidades de seu organismo trazendo disposição e energia para enfrentar os desafios diários. E para alunos em SAN é simplesmente comer “por_dia” e possuir nutrição (“todos_os_nutrientes_necessários”, ou “suficiente”).

Foi proposta também uma análise de similitude, considerando os níveis da variável Segurança Alimentar e Nutricional (IA grave - seg_4; IA moderada - seg_3; IA leve - seg_2 e SAN - seg_1), conforme mostrado na Figura 4.

Figura 4 - Análise de similitude considerando a variável SAN



Fonte: Dados da pesquisa (2024).

Verificou-se nessa divisão (Figura 4) que as formas “alimentação_saudável”, “não passar fome” e “alimentação balanceada” são formas que conectam com os significados e a compreensão das formas e objetos de respostas dos indivíduos que se encontram em SAN (seg_1) e correlacionam com as análises das nuvens de palavras de cada nível de Segurança Alimentar

da Figura 3. Para eles a comida tem o significado de ter em todos os dias, em quantidade suficiente e que lhes traga os nutrientes que o corpo precisa, lhes provendo saúde.

Em alunos com IA leve (seg_2), as formas que conectam os objetos de entendimento de “comer bem” estão em “quando” e “também”. Na Figura 3 e com a realização da proporcionalidade é compreendido que o simples fato de ter o alimento de forma adequada, nutritiva e com variedade é “comer bem”.

Já nas formas “bom_funcionamento_do_organismo”, “4_refeições” e “fruta” dos alunos em IA moderada (seg_3), e “no_mínimo” e “sem_preocupação” dos alunos em IA grave (seg_4) contribuem para análise já feita também na Figura 3. Para estes indivíduos sua preocupação em comer bem é voltada a ter o que comer, ter o alimento. Este deve ser em quantidade para que não falte e lhe dê energia para o dia a dia.

A compreensão geral entre os alunos da graduação para “comer bem” é alinhada ao conceito de segurança alimentar e nutricional no sentido de ter disponibilidade, acesso, utilização e estabilidade a alimento, ao mesmo tempo em que almejam que esse traga a sensação de satisfação atendendo às suas vontades e desejos alimentares. Esse entendimento, pode advir do conhecimento disseminado referente à aspectos nutricionais e à questão da saúde atrelada à alimentação. Contudo, a compreensão não significa necessariamente a sua execução em seus hábitos alimentares por diversos outros fatores (Rabollo; Álvarez, 2024).

Com relação a esses últimos, entender o que os alunos não comem e porquê pode ser relevante, por exemplo para o incremento da hospitalidade no restaurante universitário e de outros empreendimentos locais, desenvolvimento de ações de conscientização com relação à saúde e educação alimentar, entre outras questões. Desse modo, no campo da predileção alimentar, foram relacionadas 1.433 respostas que continham a indicação de alimentos não ingeridos.

Observou-se o número total de 2.016 ocorrências, ou número de palavras encontradas no *corpus*. Delas há 439 formas (palavras que possuem pelo menos uma repetição), número correspondente à quantidade de formas ativas e suplementares não lematizadas. Foram encontradas 438 formas, quando lematizadas as expressões respondidas, e 438 palavras ativas. Estes dados são fornecidos pelo acesso ao uso da metodologia “Estatísticas” da plataforma.

No *software IRaMuTeQ*, elaborou-se a “Nuvem de palavras” geral (Figura 5), considerando as respostas que indicavam alimentos não consumidos. Para a formação do *corpus textual*, foram excluídas as respostas sobre locais e o porquê os alimentos não eram ingeridos, com exceção da expressão “não gosto”, que, por ser a expressão mais repetida nas respostas, foi considerada na formação do *corpus textual*.

Figura 5 - Nuvem de palavras referente ao não consumo alimentar



Fonte: Dados da pesquisa (2024).

A nuvem de palavras revela um padrão: a presença de alimentos variados, tanto de origem animal quanto vegetal, entre os que os estudantes relatam não gostar. Essa diversidade indica que as preferências alimentares individuais são complexas e influenciadas por diversos fatores, como cultura, experiências pessoais, informações nutricionais e até mesmo modismos alimentares.

A expressão “não gosto” é a que mais se repete como padrão de resposta dos alunos, usada para justificar o motivo da não ingestão dos alimentos indicados. É possível identificar outros motivos que justificam a resistência alimentar, como alergia, que se repete em 50 vezes, bem como religião e seleção alimentar. Contudo, a expressão “não gosto” aparece 376 vezes nas respostas apresentadas no questionário.

Entre os alimentos mais mencionados como não ingeridos, observa-se a indicação dos seguintes alimentos: “figado” com 74 indicações; “carne de porco” com 68 indicações; “carne”

com 53 indicações; “frutos do mar” com 38 indicações, seguido de “bucha”, com também 37 indicações.

A aversão a vísceras e carnes específicas aparece com frequência e sugere uma aversão generalizada a esses tipos de proteína. Isso pode estar relacionado a fatores culturais, textura, sabor ou experiências anteriores negativas.

Chama a atenção a aparição de alimentos como “legumes” (22 indicações), “verduras” (20 indicações), “salada” (27 indicações) e frutas (16 indicações), demonstrando que alimentos considerados saudáveis e nutricionalmente bons, que provenham saúde, nutrição e qualidade da alimentação, não estão mais sendo consumidos por esse público.

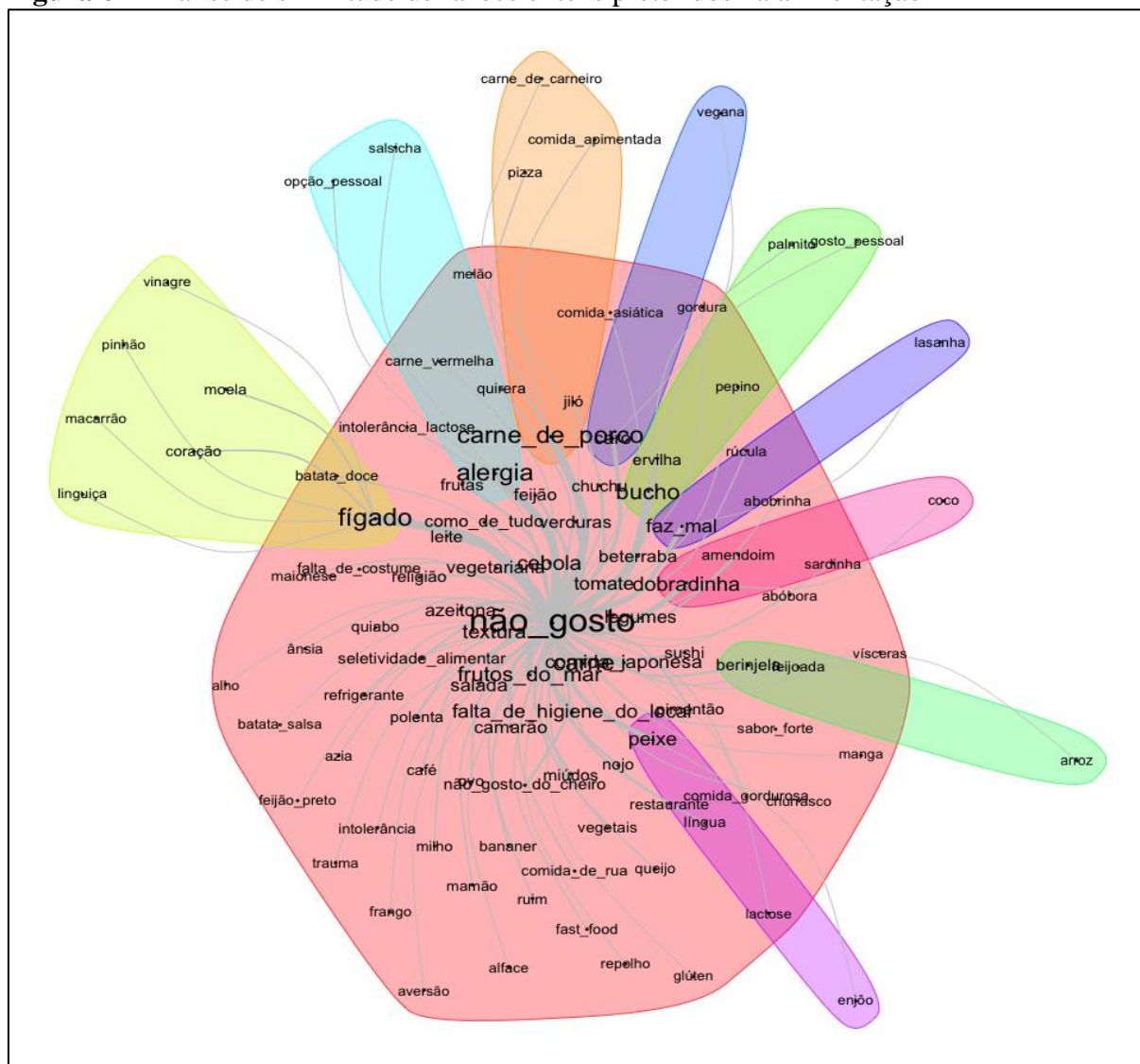
O “feijão” também aparece nessa lista, com 16 indicações, apesar de ser considerado, junto com o arroz, a base do prato diário. A combinação de arroz e feijão é considerada o prato nacional do Brasil, presente em muitas refeições. Sua alta frequência na nuvem da Figura 1, que indica “o que é comer bem” para os entrevistados, reforça essa importância cultural e alimentar. O “arroz e feijão” aparecem frequentemente juntos, reforçando a importância dessa combinação na dieta brasileira.

Já com o uso da “Análise de Similitude” fica bastante visível as conexões entre as palavras do *corpus* (Figura 6). Nela é possível visualizar que a expressão “não gosto” está ligada à maioria dos alimentos citados enquanto a expressão “não gosto do cheiro” está ligada a alimentos como o repolho, a dobradinha e o bucho. Conforme a grossura do vértice observa-se conexão entre essas palavras no *corpus*, sendo que o maior vértice está na ligação da expressão “não gosto” com o alimento fígado, demonstrando que a maioria dos respondentes não ingerem este alimento pelo motivo de não gostarem.

Verifica-se, portanto, que a expressão “não gosto” é a forma que mais se correlaciona com o *corpus* textual por ser central e ter mais vértices ligados (Figura 6). Os *halos* coloridos demonstram grupos, formados pela indicação de alimentos indicados pelos respondentes.

Entre as comunidades existentes as palavras que se ligam à forma “não gosto” são: “fígado”, “alergia”, “carne de porco”, “caro”, “bucha”, “faz mal”, “dobradinha”, “berinjela” e “peixe”. Cada comunidade demonstra motivos ou alimentos que se relacionam na resistência alimentar dos entrevistados.

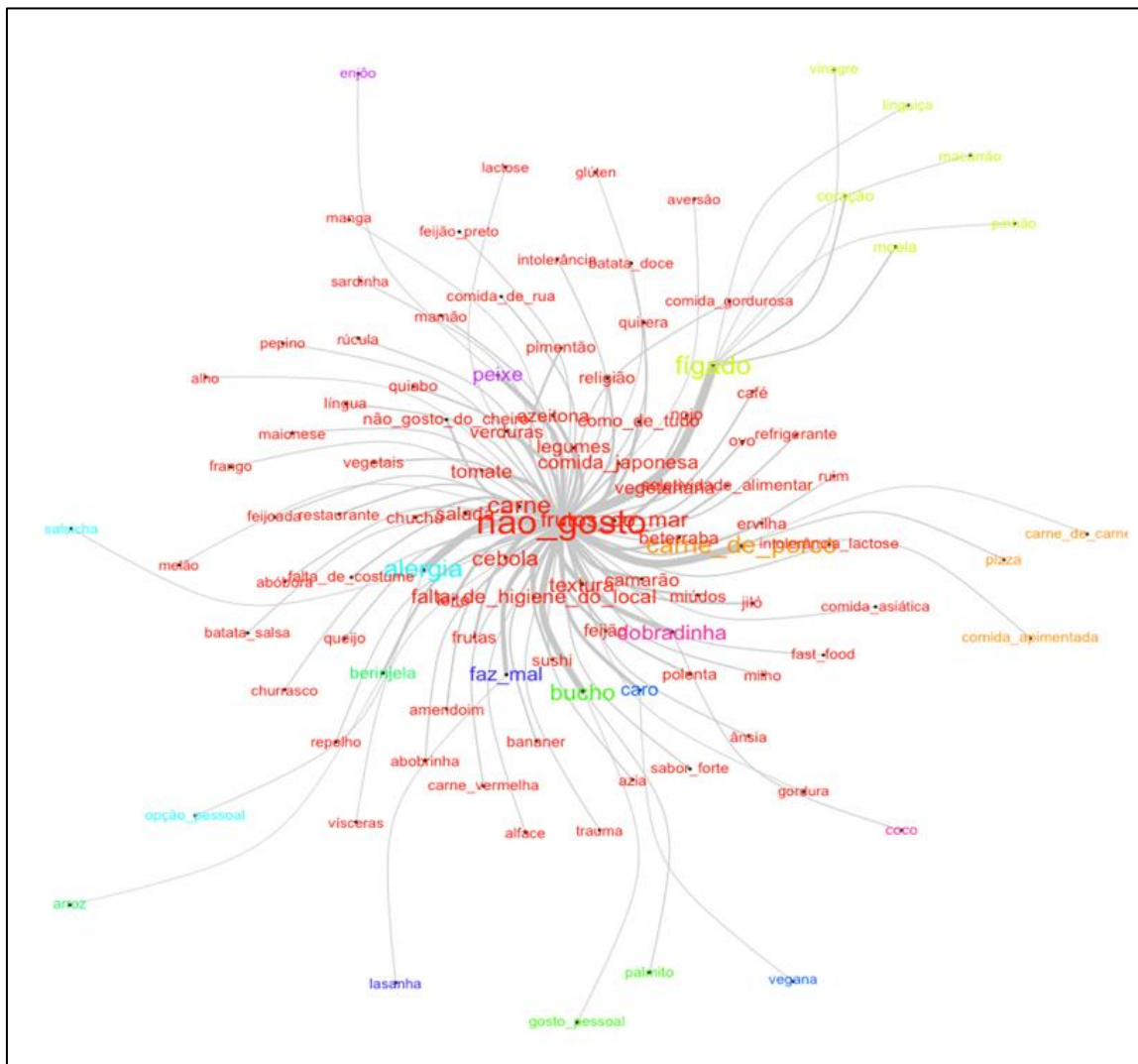
Figura 6 - Análise de similitude de razões e itens preteridos na alimentação



Fonte: Dados da pesquisa (2024).

Na figura 7 os halos são suprimidos para ampliar a visualização das conexões semânticas. A partir da imagem, pode-se identificar alguns grupos temáticos principais, quais sejam: Carnes: grupo centralizado em torno de termos como "carne", "frango", "peixe", e outros cortes de carne; Legumes e Verduras: grupo com termos como "tomate", "berinjela", "chuchu", "pimentão", entre outras palavras; Preparos e Ingredientes: grupo que inclui termos como "feijão", "arroz", "salada", "ovo" e outros; Sentimentos e Opiniões: grupo com termos como "não gosto", "falta de higiene do local" "não gosto do cheiro" e "comida apimentada", que indicam a presença de avaliações e preferências pessoais.

Figura 7 - Análise de similitude dos alimentos preteridos por grupo temático



Fonte: Dados da pesquisa (2024).

A rede revela relações semânticas entre os termos como "carne", que está conectada a diversos cortes e tipos de carne, indicando uma relação de hiponímia entre o termo mais genérico "carne" com outros termos mais específicos como "carne de porco", "carne de carneiro", "carne crua", "carne vermelha", "carne crua" e "carne mal passada".

A criação do dendrograma, produzido pelo "Método Reinert" no *IRaMuTeQ*, que classifica os segmentos de texto do *corpus* de acordo com seu vocabulário, termo, proximidade léxica e ideia para trazer uma significação associada ao agrupamento de classes ficou

comprometido, porque o número de segmentos classificados ficou em 50, com uma taxa de retenção de 65,79%, inviabilizando a análise da classificação hierárquica, pois houve pouca representatividade e grandes variações.

A análise dos alimentos evitados evidenciou a influência de fatores como restrições alimentares, crenças religiosas, questões éticas e experiências pessoais na construção das preferências alimentares. Porém, a alta repetição e conexão da expressão “não gosto” com os alimentos citados, demonstra que a resistência alimentar se dá especialmente por questão de sabor e prazer.

Das análises realizadas, tanto quanto às informações sobre as predileções alimentares, quanto às informações sobre repreensões alimentares, é possível observar a rica diversidade de percepções sobre a alimentação dos alunos. Enquanto alguns participantes associam o termo “comer bem” a uma alimentação saudável e equilibrada, priorizando frutas, legumes e alimentos naturais, outros demonstram uma forte resistência a este tipo de alimento. Enquanto alguns apontam que para si o “comer bem” está relacionado à substância do prato que contenha “arroz, feijão e carne”, outros informam não comer “carne” ou “feijão” relacionando a resistência com a expressão “não gosto”. Essa multiplicidade de perspectivas demonstra a complexidade da alimentação, que vai além de aspectos nutricionais e engloba dimensões culturais, sociais e emocionais.

5 Considerações finais

A presente pesquisa objetivou investigar a percepção de estudantes de graduação sobre a alimentação. Teve dois eixos centrais, o entendimento do significado de comer bem e a rejeição a certos alimentos apontando “do que os discentes tem fome”. Esses discentes são de universidade pública do sul do Brasil e responderam a um questionário *online* podendo se expressar de forma livre e aberta às questões enfocadas.

Os estudos enfatizam que a definição de “comer bem” não é universal, mas sim moldada por contextos pessoais e sociais. A pesquisa demonstrou que, à medida que os níveis de insegurança alimentar aumentam, a preocupação com a qualidade e a quantidade da alimentação se intensifica. Essa relação sugere que, para muitos estudantes, a satisfação das preferências alimentares é secundária à necessidade de garantir uma alimentação que assegure nutrição e

energia adequadas para o seu bem-estar. Portanto, o conceito de SAN torna-se central para entender as escolhas alimentares dos universitários, destacando que mesmo possuindo este entendimento e compreensão eles podem não praticar hábitos saudáveis e nutritivos em suas dietas cotidianas.

A pesquisa revela ainda que "comer bem" é um conceito multifacetado, que abrange tanto as especificidades pessoais quanto os desafios importantes relacionados à segurança alimentar. Essa compreensão pode servir como base para futuras investigações e ações externas à promoção de uma alimentação saudável e acessível no contexto universitário.

Por outro lado, o estudo destaca a importância de considerar as dimensões socioculturais da alimentação e preferências decorrentes dessas. Mesmo quando há disponibilidade, vários alimentos não são consumidos pelos universitários por razões que incluem sabor, textura, alergias, restrições religiosas, entre outros fatores. Há alimentos "comuns" *in natura* sendo excluídos das dietas, ao passo que começam a aparecer suplementos alimentares como "*whey protein*". Há ainda alimentos citados que os alunos consideram parte do comer bem e que constam, antagonicamente, entre os que são mencionados como não consumidos.

Referências

ALVAREZ, M. La cocina como patrimônio (in)tangível. Primeras jornadas de patrimonio gastronômico. **CPPHC-CABA**: Buenos Aires, p. 11-26, 2002.

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. Lisboa: Edições 70, 1977.

BARTHES, R. Toward a psychosociology of contemporary food consumption. In: COUNIHAN, C.; VAN ESTERIK, P. (org). **Food and culture: a reader**. 3.ed. New York: Routledge, 2013.

BRASIL. Lei nº 11.346, de 15 de setembro de 2006. Cria o Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional - SISAN, com vistas em assegurar o direito humano à alimentação adequada e dá outras providências. **Diário Oficial da União**, 2006; 18 set.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE (MS). **Protocolos do Sistema de Vigilância Alimentar e Nutricional – SISVAN na assistência à saúde**. Brasília: MA-2015.

CONTRERAS, H. J.; GRACIA A. M. **Alimentação, cultura e sociedade**. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2011.

DEMETERCO, S. M. da S. A comida de verdade: a literatura gastronômica e o debate sobre o comer bem. **Revista Ingesta**, v. 1, n. 2, p. 273, 2019.

FAO - Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação. **A caminho do Fome Zero 1945-2030**, Organização das Nações Unidas para a Agricultura e a Alimentação, 2018. Disponível em <https://openknowledge.fao.org/server/api/core/bitstreams/51ebff40-ada7-4194-96e0-c9e01b2906f9/content>. Acesso em 17 dez. 2024.

FAO - Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação. The state of food and agriculture: Food aid for food security?. **FAO Agriculture Series** (37), 2006. Disponível em <https://www.fao.org/4/a0800e/a0800e.pdf>. Acesso em 17 dez. 2024.

FRANZONI, E. **A gastronomia como elemento cultural, símbolo de identidade e meio de integração**. 2016. Dissertação (Mestrado em Ciências da Educação). Faculdade de Ciências Sociais e Humanas de Lisboa, Universidade Nova Lisboa. Lisboa, 2016.

FERRO, R. C. Arranjos produtivos locais (APL's) das agriculturas familiares: estudo para uma nova gestão sustentável no setor gastronômico. **Contextos da Alimentação – Revista de Comportamento, Cultura e Sociedade**, v. 3, n. 2, p. 67-81, 2015.

FERRO, R. C. Gastronomia e (des)conexões eletivas: apontamentos sobre as dinâmicas de um campo científico. **Revista Mangút: Conexões Gastronômicas**. Rio de Janeiro, v. 1, n. 1, p. 166-177, jun. 2021.

FERRO, R. C.; REJOWSKI, M. Produção científica no campo da Gastronomia: em busca de uma configuração. **Turismo - Visão e Ação**, v. 20, n. 3, p. 500, 2018.

FISCHLER, C. In: Jean-Pierre Poulain. (Org.). **Dictionnaire des Cultures alimentaires**. Paris: PUF/ Quadrige, 2012.

FLECK, M. P. A.; CHACHAMOVICH, E.; TRENTINI, C. M. Projeto WHOQOL-OLD: método e resultados de grupos focais no Brasil. **Revista de Saúde Pública**, v. 37, n. 6, p. 793–799, dez. 2003.

HEGARTY, J. How might gastronomy be a suitable discipline for testing the validity of different modern and postmodern claims about what may be called avant-garde? **Journal of Culinary Science & Technology**, v. 7, n. 1, p. 1-18, 2009.

MACIEL, M. E. Cultura e alimentação ou o que tem a ver os macaquinhos de Koshima com Brillat-Savarin. **Horizontes Antropológicos**. Porto Alegre. v. 7, n. 16, p. 01-10, 2001.

MAUSS, M. **Sociologia e Antropologia**. São Paulo: Cosac & Naify, 2003.

MEDEIROS, M. L. Degustar de Culturas: a importância da gastronomia para o refugiado. In: Oliveira, M. A. S. A; Vanzella, E.; Brambilla, A. (Org.). **Processos sociais: sistemas culinários**

em contexto de deslocamentos, construções de identidades, memórias e patrimônios. 1ed. João Pessoa: Editora do CCTA, 2019, p. 115-146.

MINTZ, S. W. Comida e antropologia: uma breve revisão. **Revista brasileira de ciências sociais**. São Paulo: ANPOCS, vol. 16, n. 47, out. de 2001.

MORIN, E. **O paradigma perdido: a natureza humana**. Lisboa: Europa-América, 1973.

OMS - Organização Mundial da Saúde. **Obesidade e excesso de peso, 2020**. Disponível em: <https://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>. Acesso em 05 out. de 2024.

RABOLLO, A. G. C.; ÁLVAREZ, E. G. A. Prácticas alimentarias y el cuidado de si en estudiantes: entre el conocimiento formal y las posibilidades de la vida universitária. In: XXXIV CONGRESO INTERNACIONAL ALAS RD-CARIBE 2024, GT 30: Alimentación y Cocinas en las Américas y el Caribe, 2024. **Anais [...]**. República Dominicana: San Domingues, 2024.

RAIHER, P. A.; et. al. (org). (In) **Segurança alimentar - Associação de Recicladores de Ponta Grossa – Relatório de pesquisa**. Ponta Grossa: UEPG/PPGCSA/Núcleo de Pesquisa, Questão Ambiental, Gênero e Condição de Pobreza, 2018.

RAIHER, P. A.; et. al. (org). **Fome e pandemia: um estudo em Ponta Grossa – Relatório de pesquisa**. Ponta Grossa: UEPG/PPGCSA/Núcleo de Pesquisa, Questão Ambiental, Gênero e Condição de Pobreza, 2022.

ROSSI, P. **Comer**: necessidade, desejo, obsessão. Editora Unesp, São Paulo, 2014.

SALVIATI, M. E. **Manual do aplicativo IRaMuTeQ**: compilação, organização e notas. IRaMuTeQ.org. Planaltina, DF, 2019.

SILVA, H. V. JARONSKI, P. G.; MEDEIROS, M. L.; RAIHER, A. P. O que é comer bem? A opinião de pessoas em situação de vulnerabilidade no município de Ponta Grossa-Paraná. **Revista Memória em rede**, Pelotas-RS, v. 15, n. 28, p. 135-168, Jan-Jun, 2023.

WOORTMANN, E. F. A comida como linguagem. **Habitus**, Goiânia, v. 11, n.1, p. 5-17, 2013.

Artigo recebido em: 11 de novembro de 2024.

Avaliado em: 10 de dezembro de 2024.

Aprovado em: 12 de dezembro de 2024.