PREFERÊNCIAS ALIMENTARES DE INDIVÍDUOS ADULTOS BRASILEIROS

Pabliane de Melo Passos[1], Bianca Gonzales Martins[1], Wanderson Roberto da Silva[1], Juliana Alvares Duarte Bonini Campos[1]
Universidade Estadual Paulista "Júlio de Mesquita Filho", UNESP, Araraquara, SP.

INTRODUÇÃO

Os hábitos alimentares resultam de fatores:

Biopsicossociais | **Antropológicos** | **Físicos** | **Sensoriais**

indivíduo | **ambiente** | **alimento**

Características de palatabilidade, variedade, preço, afetividade, crenças, e sensorialidade são determinantes das escolhas alimentares de diferentes populações (da Silva et al., 2022).

OBJETIVOS

Identificar os alimentos preferidos e aqueles que os indivíduos adultos não gostam, a fim de selecionar os que poderão ser utilizados em protocolos de análise sensorial, como estímulo visual, para eliciar emoções que possam auxiliar na avaliação do comportamento alimentar.

MÉTODOS

Trata de pesquisa qualitativa com amostra não probabilística por bola de neve com coleta de dados *on-line* entre novembro de 2020 e março de 2021.

- Os participantes relataram três alimentos favoritos e três que não gostam.
- O peso e a altura autoreferidos foram utilizados para o cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC).
- Foram incluídos homens e mulheres, entre 18 e 35 anos.
- Realizou-se análise de similitude: programa IRAMUTEQ.

RESULTADOS

n=1.832 - 72,4% mulheres; 52,5% com idade entre 18 e 24 anos e 47,5% ≥ 25 anos. Obesidade: n=221; Sobrepeso: n=384; Peso adequado: n=1.108 e Baixo peso: n=101.

Os alimentos que os participantes relataram não gostar foram semelhantes para o sexo, faixa etária e estado nutricional antropométrico e estão apresentados na Figura 1.

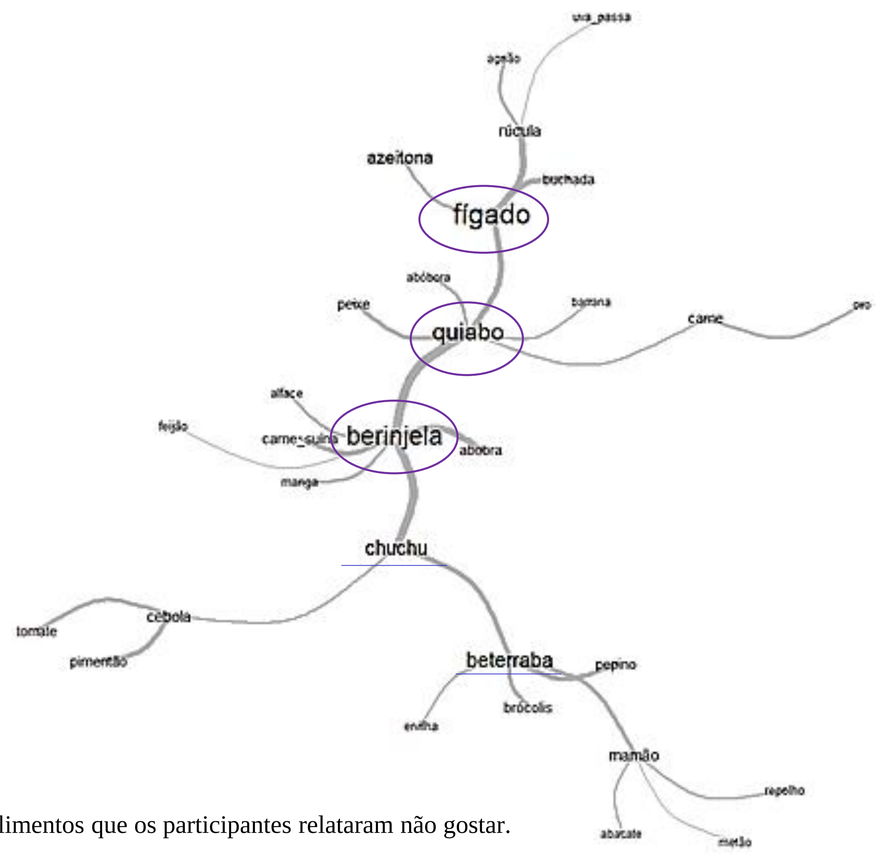

Figura 1. Alimentos que os participantes relataram não gostar.

Os núcleos centrais apontados por indivíduos com sobrepeso foram "carne", "pizza" e "batata", e com obesidade, a "batata" e as "massas". Para peso adequado e baixo peso "batata" e "chocolate" se destacaram.

Com relação ao sexo e faixa etária a distribuição dos alimentos preferidos encontram-se nas Figuras de 2 a 5.

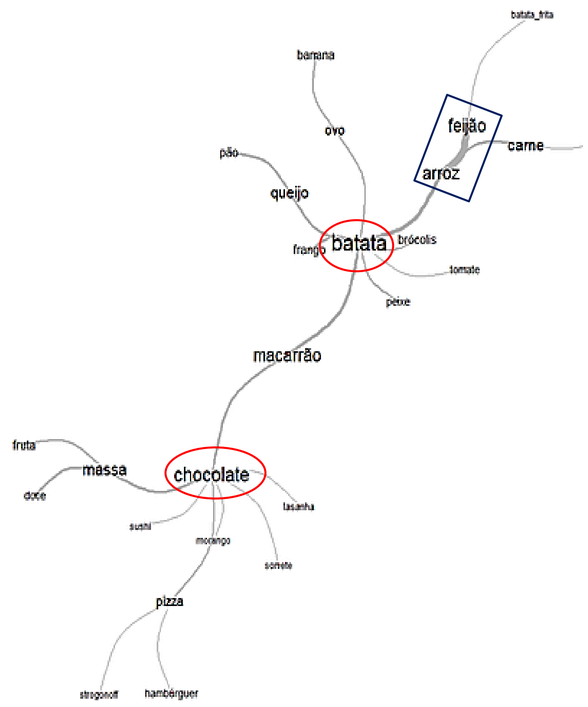

Figura 2. Alimentos preferidos pelas mulheres.

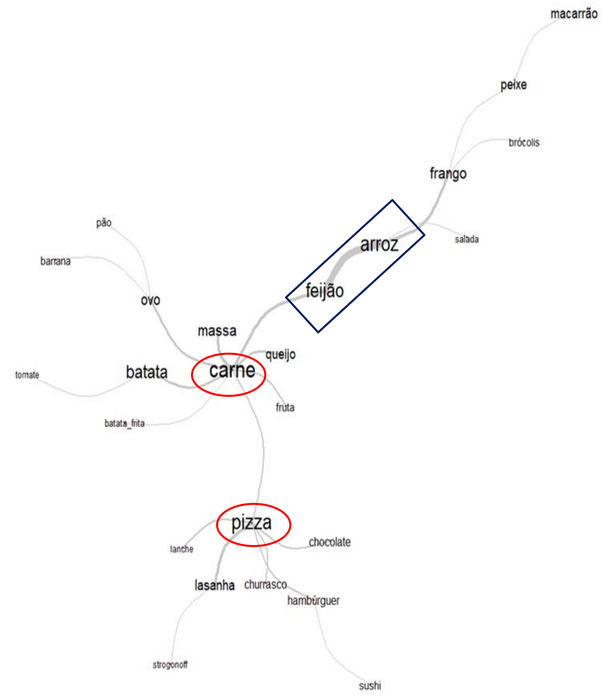

Figura 3. Alimentos preferidos pelos homens.

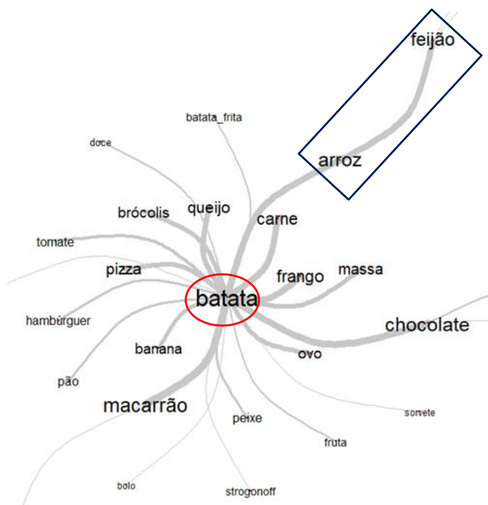

Figura 4. Alimentos preferidos pelos participantes com idade de 18 a 24 anos.

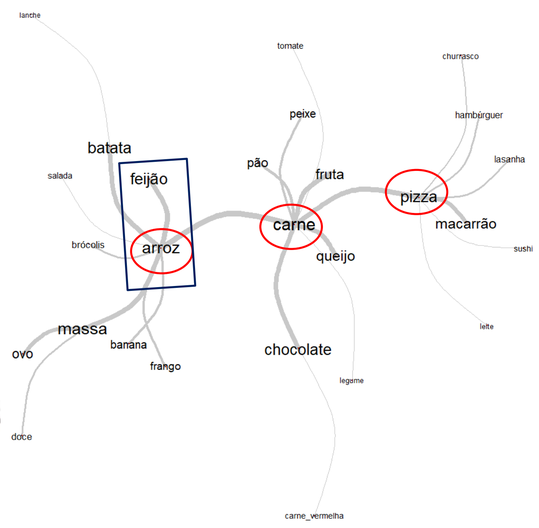

Figura 5. Alimentos preferidos pelos participantes com idade ≥ 25 anos.

DISCUSSÃO

No geral, estudos apontam que as motivações e disparidades frente aos padrões alimentares de indivíduos adultos possuem o sexo como um forte determinante, principalmente no consumo de "carne vermelha" (Fantechi et al., 2024). Para os homens, o preço, a praticidade e o sabor forte são mais importantes, ainda, por possuírem menos contato com a organização e preparo das refeições, apresentam habilidades culinárias reduzidas quando comparados ao sexo feminino. As mulheres buscam priorizar a saúde, a variedade e o humor, e assim como pessoas com sobrepeso e obesidade, estão mais propensas à alimentação emocional e preferências por alimentos palatáveis (da Silva et al. 2022; Fantechi et al., 2024).

A idade também exerce forte influência em relação aos padrões alimentares dos indivíduos. Para jovens adultos, por exemplo, a aparência e o sabor são características importantes para a escolha dos alimentos (Bernardo et al., 2017; da Silva et al. 2022).

CONCLUSÃO

Em resumo, enquanto as aversões alimentares mantiveram-se semelhantes independentemente da idade, sexo e IMC da amostra, as preferências foram distintas a partir das particularidades de cada grupo. As mulheres e aqueles com IMC ≥ 25 kg/m² apresentaram favoritismo por alimentos hiperpalatáveis. Os alimentos destacados na análise de similitude podem representar o ponto de partida na escolha de estímulos visuais para estudos de análise sensorial.

REFERÊNCIAS

Bernardo, G. L., Jomori, M. M., Fernandes, A. C., & Proença, R. P. da C.. (2017). Food intake of university students. *Revista De Nutrição*, *30*(6), 847–865. DOI: https://doi.org/10.1590/1678-98652017000600016

da Silva, W. R., Marôco, J., Alvarenga, M. S., & Campos, J. A. D. B. What are the motives underlying Brazilians' food choices? An analysis of the Food Choice Questionnaire and its relationship with different sample characteristics. Journal of Sensory Studies, 2022. DOI: https://doi.org/10.1111/joss.12775

Fantechi, T., Contini, C., Casini, L. The Meaty gender Gap: Understanding Gender-Based diferences in intention to reduce red meat consumption. Food Quality and Preference, v.113, 2024. DOI: https://doi.org/10.1016/j.foodqual.2023.105078