

PESQUISA DE INTERESSE EM PARTICIPAR DE FEIRA DE DEGUSTAÇÃO DE ALIMENTOS VEGETARIANOS

**Lenara Aparecida Silva de SOUZA¹; Maria de Lourdes Lima BRAGION²; Nivaldo BRAGION³;
Maria do Socorro Martinho COELHO⁴**

RESUMO

O hábito alimentar saudável é um fator importante para garantir o bem estar do organismo humano. Entre os alimentos que contribuem para isso estão os integrais e vegetarianos (ou veganos), os quais são comprovadamente benéficos em auxiliar na melhoria da qualidade de vida. O objetivo desse trabalho foi realizar uma pesquisa com participantes que se encontravam presentes em um evento realizado no IFSULDEMINAS – campus Machado, a fim de avaliar se haveria o interesse dessa comunidade em participar de uma feira em que apenas alimentos vegetarianos fossem oferecidos. Dos 395 entrevistados, composto por alunos, servidores e visitantes 83% afirmaram ter interesse em participar. Diante desse resultado positivo, concluiu-se que o campus Machado tem abertura para desenvolver essa nova ferramenta na comunidade escolar como forma de conscientização de uma alimentação saudável, focando nas opções vegetarianas.

Palavras-chave: Alimentação Saudável; Conscientização; Consumo.

1. INTRODUÇÃO

A opção por hábitos alimentares saudáveis reflete diretamente na saúde do indivíduo. Diversos estudos demonstram que, quando nessa escolha, dá-se preferência para alimentos integrais e vegetarianos (ou veganos) tem-se uma considerável melhoria, tanto na saúde quanto na qualidade de vida em geral, pois, tais estudos demonstram que os seus adeptos possuem menos riscos de doenças como as cardiovasculares, menor incidência de hipertensão e diabetes (BAENA, 2015).

A instituição escolar, conforme o artigo 5º da Portaria Interministerial nº 1.010, tem como um de seus objetivos, formular estratégias que favoreçam a escolha de alimentos saudáveis (BRASIL, 2006). Dentro desta proposta, o Programa Nacional de Alimentação Escolar também destaca, em suas diretrizes, o emprego da refeição balanceada, igualitária, atendendo aos que necessitam de atenção específica (PNAE, 2009). Em 2011, foi introduzida no cardápio escolar da rede municipal da cidade de São Paulo, a proteína texturizada de soja dando aos alunos a oportunidade de conhecer um alimento de origem vegetal de alto valor proteico (SVB, 2017).

No mercado há muitos chefs renomados que se empenham em criar técnicas que ressaltam a textura e sabores de alimentos veganos, desmistificando o dito de que o sabor é ruim e, aumentando com isso, a demanda por esses produtos (O GLOBO, 2016).

¹Bolsista PIBIC/CNPq, IFSULDEMINAS – Campus Machado. E-mail: lenara.aparecida.souza@gmail.com.

²Orientador, IFSULDEMINAS – Campus Machado. E-mail: lima.bragion@ifsuldeminas.edu.br.

³Orientador, IFSULDEMINAS – Campus Machado. E-mail: nivaldo.bragion@ifsuldeminas.edu.br.

⁴Orientador, IFSULDEMINAS – Campus Machado. E-mail: socorro.coelho@ifsuldeminas.edu.br.

No campus Machado do IFSULDEMINAS, algumas iniciativas já foram desenvolvidas no intuito de conscientizar a comunidade acadêmica sobre os benefícios de uma alimentação vegetariana, utilizando cartazes e palestras. Contudo, devido à contínua rotatividade escolar (alunos egressos e os que entram novos a cada ano), o processo de conscientização deve ser constante.

Uma nova forma de divulgação idealizada foi a oferta de uma feira em que produtos vegetarianos pudessem ser expostos e degustados. Assim sendo, o objetivo desse trabalho foi realizar uma pesquisa com a comunidade do IFSULDEMINAS – campus Machado, a fim de avaliar o interesse em participar de uma feira no próprio ambiente escolar, em que produtos vegetarianos estariam sendo comercializados.

3. MATERIAL E MÉTODOS

Foi elaborado um questionário contendo cinco perguntas fechadas e uma aberta a fim de avaliar o interesse comunidade do IFSULDEMINAS – campus Machado, em participar de uma feira no próprio ambiente escolar, em que produtos vegetarianos estariam sendo comercializados.

Na primeira pergunta, o interesse era saber se o entrevistado participaria de uma feira relacionada a alimentação saudável ou não. Caso respondesse que sim, a próxima seria qual o motivo de seu interesse em participar. Se a resposta fosse negativa, a terceira era saber o por que. A quarta questão tinha como propósito detectar se o respondente conhecia opções saudáveis além das convencionais (legumes, verduras, frutas) e, caso conhecessem, escrevessem quais seriam. A última se referia a se já tinham experimentado alimentos do segmento vegetariano/vegano.

Esse questionário foi aplicado durante a Feira de Empreendedorismo do Instituto Federal do Sul de Minas (FEMIF) que estava sendo realizada no campus Machado. Responderam a ele 395 pessoas, sendo elas servidores, alunos e visitantes.

Para a interpretação dos resultados foi utilizada a estatística descritiva, um ramo estatístico, caracterizado por organizar, resumir e descrever as principais características das observações por meio do uso de tabelas, gráficos e resumos numéricos em porcentagem (GUEDES, 2005).

4. RESULTADOS E DISCUSSÕES

Do total dos respondentes, observou-se que 59% eram alunos, 13 % servidores, e 28% visitantes. O primeiro interesse era saber se o entrevistado participaria de uma feira de alimentação saudável vegetariana. As respostas obtidas encontram-se na Tabela 1.

Tabela 1. Porcentagem das respostas da pergunta: “Você participaria de uma feira de alimentação saudável?”

Sim	Não	Total
83%	17%	100%

Por meio dessa Tabela 1, pode-se observar que a disposição dos respondentes em envolver-se com o evento é satisfatório, já que 83% afirmaram que participariam. Isso possibilita à instituição a oportunidade de expandir o trabalho de conscientização da comunidade escolar quanto a uma

alimentação saudável, utilizando como estratégia, uma feira em que produtos na linha vegana/vegetariana sejam ofertados para consumo. Considerando os 83% que mostraram disposição em participar do evento, a justificativa dada para isso pode ser vista na Tabela 2.

Tabela 2. Porcentagem das respostas da pergunta: “Porque participaria da feira de alimentação saudável?”

Curiosidade	Interesse	Não Participaria	Total
48%	35%	17%	100%

Pode-se observar, por meio dessa Tabela 2, que a porcentagem de pessoas que já têm interesse no assunto é menor do que a da curiosidade. Esse resultado é interessante, pois demonstra que muitos, apesar de ainda saberem pouco a respeito desse tipo de alimentação, têm a curiosidade de conhecer e aprender mais sobre ela, o que demonstra que uma feira seria uma estratégia apropriada para demonstrar uma comida saudável diferenciada e dar oportunidade de degustá-la.

Considerando o fato de que, quando somos levados pela curiosidade em experimentar algo diferente, estamos propícios a avaliar novas escolhas, isto é, decidir se essa alternativa é viável ou não, tornamo-nos aptos a tomar decisões baseadas na nossa própria experiência. Assim sendo, a realização de tal feira contribuirá para isso. Além disso, a escola passa a ter uma abertura positiva para trabalhar numa estratégia que visa promover novos hábitos saudáveis conforme disposto na Portaria Interministerial.

Os motivos dado pelos 17% que disseram não querer participar encontram-se na Tabela 3.

Tabela3. Porcentagem das respostas à pergunta: “Porque não participaria da feira de alimentação saudável?”

Não é vegetariano	Não gosta desse tipo de comida	Não tem interesse	Total
46%	23 %	31%	100%

Não querer participar por não ser vegetariano foi a justificativa dada por 46% dos 17% que disseram não querer participar da feira. Esse resultado não chega a ser surpreendente, pois, é uma resistência comum entre grupos que não concordam com uma alimentação sem carne e que temem ceder espaço para mudanças.

Quando questionado se conheciam outro tipo de alimento saudável não convencional, tais como verduras, legumes e frutas, apenas 32% dos entrevistados afirmaram que sim. A maioria, 60%, disseram não conhecer e 8% não responderam a essa pergunta. Dentro do grupo dos 32% que disseram conhecer, 71% deles eram alunos, 18% servidores e 11% visitantes e, quando questionado sobre quais eram, então, esses alimentos que disseram conhecer, pôde-se perceber que tal conhecimento se restringia a alimentos como a carne de soja, aveia, pão e arroz integral. Mediante esses resultados, pode-se concluir que uma feira de degustação de alimentos veganos/vegetarianos seria uma boa oportunidade para saborear e mostrar que há muitas outras opções a serem consideradas no nosso cardápio.

Sobre alimentos do segmento vegano/vegetariano comercializados que já foram

experimentados pelos entrevistados, os resultados encontram-se na tabela 4.

Tabela 4. Porcentagem das respostas sobre a pergunta “Alimentos veganos/vegetarianos que você já experimentou”

Alimentos veganos/vegetarianos experimentados	%
Chips (salgadinho)	24%
Panquecas/bolo/ pão/ torta	37%
Hambúrguer lentilha/ quinoa	32%
Sorvetes/ picolés/ açaí	18%
Iogurte/ queijo	24%

O fato dessa questão não totalizar 100% é devido à possibilidade de assinalar mais de uma opção de produtos já consumidos pelos respondentes. Pode-se observar que as opções vegetarianas/veganais mais conhecidas pela comunidade entrevistada foram as do grupo das panquecas/bolo/pão/torta, com 37% das afirmativas. Supõe-se que esse grupo obteve a maior porcentagem devido ao pão estar aí incluído. Em seguida, está o grupo onde se encontra o hambúrguer com 32%. Os demais produtos obtiveram porcentagens bem menores, principalmente os sorvetes veganos. Mais uma vez pode-se dizer que uma feira com alimentos nessa linha (vegetarianas/veganais) se torna uma oportunidade para divulgar esse tipo de alimentação saudável, visto que a maioria (muito mais de 50%) ainda não a provou.

5. CONCLUSÕES

Concluiu-se que o campus Machado tem abertura para promover uma feira em que produtos vegetarianos possam ser expostos e degustados, sendo uma nova ferramenta a ser utilizada na comunidade escolar como forma de conscientização de uma alimentação saudável, focando nas opções vegetarianas.

AGRADECIMENTOS

Ao IFSULDEMINAS pelo patrocínio da bolsa.

REFERÊNCIAS

- BAENA, R. C. **Dieta vegetariana: riscos e benefícios.** Diagn Tratamento. 2015;20(2):56-64 Disponível em: <<http://files.bvs.br/upload/S/1413-9979/2015/v20n2/a4714.pdf>> Acesso em: 04 de junho de 2018.
- GUEDES, T. A. **Estatística Descritiva. Projeto de ensino: Aprender fazendo estatística.** 2005. Disponível em: <http://www.each.usp.br/rvicente/Guedes_etal_Estatistica_Descritiva.pdf> Acesso em 03 de julho de 2018.
- O GLOBO. Online. **Festival de comida vegana reúne 50 expositores.** Disponível em : <<https://oglobo.globo.com/rio/bairros/festival-de-comida-vegana-reune-50-expositores-17742078>> Acesso em 18 de julho de 2018.
- PNAE **Programa Nacional de Alimentação Escolar. Fundo Nacional de Desenvolvimento a Educação** Disponível em : <http://mse.mec.gov.br/images/stories/pdf/mp/pnae-base_lei.pdf> Acesso em: 16 de julho de 2018.
- BRASIL, **Portaria Interministerial nº 1.010 de 8 de maio de 2006.** Disponível em: <<http://crn3.org.br/Areas/Admin/Content/upload/file-0711201572722.pdf>> Acesso em 19 de junho de 2018.
- SVB, **Sociedade Vegetariana Brasileira.** 2013. **Segunda sem carne é a maior do Brasil.** Disponível em: <<http://www.svb.org.br/livros/implantando-merenda-vegetariana.pdf>> Acesso em 13 de julho de 2018.