

**AVALIAÇÃO DO AMBIENTE ALIMENTAR EM CENTRO UNIVERSITÁRIO PRIVADO
NO SUL DO BRASIL**

**EVALUATION OF THE FOOD ENVIRONMENT IN A PRIVATE UNIVERSITY CENTER
IN SOUTHERN BRAZIL**

**EVALUACIÓN DEL AMBIENTE ALIMENTARIO EN UN CENTRO UNIVERSITARIO
PRIVADO EN EL SUR DE BRASIL**

 <https://doi.org/10.56238/arev8n2-114>

Data de submissão: 25/01/2026

Data de publicação: 25/02/2026

Raisa Pinheiro Vasques

Nutricionista

Instituição: Hospital de Clínicas de Porto Alegre (HCPA)

E-mail: rpvasques@hcpa.edu.br

Leticia Gallo de Campos

Nutricionista

Instituição: Hospital de Clínicas de Porto Alegre (HCPA)

E-mail: lett.campos@gmail.com

Paola Rubiê Gewehr Cargnin

Mestre em Nutrição

E-mail: paola.cargnin@gmail.com

Virgílio J. Strasburg

Doutor em Qualidade Ambiental

Instituição: Departamento de Nutrição, Faculdade de Medicina, Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), Hospital de Clínicas de Porto Alegre (HCPA).

E-mail: virgilio_nut@ufrgs.br

RESUMO

Este estudo objetivou caracterizar o ambiente alimentar de um centro universitário privado no Sul do Brasil, analisando a qualidade nutricional dos alimentos comercializados conforme classificação NOVA, técnicas de preparo e a presença de facilitadores ou barreiras à alimentação saudável. O ambiente alimentar, moldado por fatores políticos, ambientais e individuais, impacta as práticas alimentares. A predominância de ultraprocessados contribui para um padrão obesogênico, enquanto alimentos saudáveis favorecem escolhas promotoras de saúde. Em instituições de ensino, o ambiente alimentar é crucial devido ao elevado fluxo e permanência de pessoas. Um estudo transversal e descritivo, com dados coletados de março a julho de 2020 via Nutrition Environment Measures Survey Restaurants (NEMS-R), um instrumento validado e utilizado de forma parcial, identificou 292 tipos de alimentos ofertados. Destes, 28,42% eram ultraprocessados, com pouca disponibilidade de itens in natura e minimamente processados nos estabelecimentos. As lanchonetes careciam de aspectos importantes para promover um ambiente saudável, como ausência de informações nutricionais e falta de incentivo a bons hábitos. É premente que a instituição e seus estabelecimentos atuem na melhoria contínua da qualidade alimentar e nutricional, buscando um ambiente promotor de saúde.

Palavras-chave: Espaço Social Alimentar. Composição dos Alimentos. Alimentos Industrializados. Alimentos. Promoção da Saúde Alimentar e Nutricional.

ABSTRACT

This study aimed to characterize the food environment of a private university center in Southern Brazil, analyzing the nutritional quality of foods sold according to NOVA classification, preparation techniques, and the presence of facilitators or barriers to healthy eating. The food environment, shaped by political, environmental, and individual factors, impacts dietary practices. The predominance of ultra-processed foods contributes to an obesogenic pattern, while healthy food availability promotes health-enhancing choices. In educational institutions, the food environment is crucial due to the high flow and prolonged stay of people. A cross-sectional and descriptive study, with data collected from March to July 2020 via the Nutrition Environment Measures Survey Restaurants (NEMS-R), a validated instrument used partially, identified 292 types of foods offered. Of these, 28.42% were ultra-processed, with low availability of in natura and minimally processed items in the establishments. The cafeterias lacked important aspects for promoting a healthy environment, such as the absence of nutritional information and a lack of encouragement for good habits. It is urgent that the institution and its establishments continuously work to improve food and nutritional quality, aiming for a health-promoting environment.

Keywords: Food Social Space. Food Composition. Industrialized Foods. Food. Health and Nutritional Promotion.

RESUMEN

Este estudio tuvo como objetivo caracterizar el ambiente alimentario de un centro universitario privado en el Sur de Brasil, analizando la calidad nutricional de los alimentos comercializados según la clasificación NOVA, las técnicas de preparación y la presencia de facilitadores o barreras para una alimentación saludable. El ambiente alimentario, modelado por factores políticos, ambientales e individuales, impacta las prácticas alimentarias. El predominio de ultraprocesados contribuye a un patrón obesogénico, mientras que la disponibilidad de alimentos saludables favorece elecciones promotoras de salud. En instituciones educativas, el ambiente alimentario es crucial debido al elevado flujo y permanencia de personas. Un estudio transversal y descriptivo, con datos recolectados de marzo a julio de 2020 a través del Nutrition Environment Measures Survey Restaurants (NEMS-R), un instrumento validado y utilizado parcialmente, identificó 292 tipos de alimentos ofrecidos. De estos, el 28,42% eran ultraprocesados, con poca disponibilidad de productos in natura y mínimamente procesados en los establecimientos. Las cafeterías carecían de aspectos importantes para promover un ambiente saludable, como la ausencia de información nutricional y la falta de incentivo a buenos hábitos. Es urgente que la institución y sus establecimientos trabajen continuamente para mejorar la calidad alimentaria y nutricional, buscando un ambiente promotor de salud.

Palabras clave: Espacio Social Alimentario. Composición de los Alimentos. Alimentos Industrializados. Alimentos. Promoción de la Salud Alimentaria y Nutricional.

1 INTRODUÇÃO

O ambiente alimentar abrange um conjunto de oportunidades e condições que influenciam nas escolhas alimentares dos indivíduos e, conseqüentemente, no estado nutricional¹. O ambiente alimentar do consumidor diz respeito à disponibilidade e qualidade dos alimentos ofertados, preço, localização dos produtos nas prateleiras, promoções, informações sobre os alimentos e outras características relevantes que podem interferir nas escolhas dos consumidores².

O ambiente alimentar é constituído por variáveis de cunho político, ambiental, individual e de comportamento alimentar. Dentro das variáveis ambientais, há o ambiente nutricional e do consumidor, que engloba o acesso aos estabelecimentos; o ambiente organizacional que é de casa, escola, trabalho e dentre outros; o ambiente nutricional da comunidade que está relacionado à disponibilidade de opções saudáveis, preços, promoções, disposição de produtos na prateleira, e a inclusão de informações nutricionais; ainda há o ambiente da informação com mídia e propaganda. Referentes às variáveis individuais estão inclusas as questões socioeconômicas, psicossociais e o ambiente nutricional percebido, que podem influenciar diretamente nos padrões alimentares dos indivíduos. Desse modo, o acesso aos alimentos pode ser facilitado ou dificultado pelo ambiente alimentar, o que poderá exercer uma influência na qualidade da alimentação dos indivíduos^{3,4}.

Segundo a Organização Mundial da Saúde, uma alimentação adequada e saudável só é viável a partir de ambientes alimentares que garantem o acesso aos alimentos e que sustentem condições mínimas para que as pessoas sejam capazes de prosperar. Portanto, quanto maior for a oferta de alimentos saudáveis, mais indivíduos estarão se alimentando de maneira adequada e equilibrada⁵.

A avaliação do ambiente alimentar é necessária para a percepção do quanto há de interferência do ambiente no comportamento alimentar individual, considerando a aquisição e o consumo de alimentos e bebidas⁶. A noção do ambiente alimentar construído liga-se a parâmetros como uma alimentação saudável e adequada, a prática de atividades físicas e o quadro epidemiológico de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) relacionadas à má alimentação⁷. Essa abordagem converge com pesquisas que ressaltam a importância de mapear os diversos tipos de ambientes alimentares. Conforme apontado em 2023, esses ambientes podem ser categorizados como desertos, pântanos ou oásis, e, por meio dessas classificações, torna-se viável elaborar políticas para aprimorar a segurança alimentar e a saúde⁸.

A Pesquisa de Orçamento Familiar (POF) de 2017 e 2018 evidenciou que desde a pesquisa realizada nos anos de 2002 e 2003, houve o declínio do consumo de alimentos in natura e minimamente processados⁹. Por outro lado, houve o aumento do consumo de alimentos processados e ultraprocessados, que possuem como característica a adição de sal, açúcar e outras substâncias com

o intuito de tornar esses alimentos mais duráveis e palatáveis, sendo que sua ingestão excessiva está relacionada com o aumento do excesso de peso e o risco de desenvolvimento de DCNT¹⁰.

No entanto, o agravamento do excesso de peso, obesidade e demais DCNT não é determinado apenas pela alimentação rica em produtos industrializados, mas também pelo ambiente alimentar que torna propício a manter essa realidade. O ambiente alimentar “obesogênico” é o ambiente que induz a adoção de comportamentos alimentares e prática de atividades físicas inadequadas, reforçando os principais fatores para o desenvolvimento de excesso de peso e outras doenças⁷.

Identificar a qualidade dos alimentos que estão sendo consumidos é uma das primeiras ações para proporcionar uma alimentação de melhor qualidade. Nesse contexto, a classificação NOVA veio para categorizar os alimentos com base no grau e na finalidade do processamento a que são submetidos, considerando processos físicos, biológicos e químicos que ocorrem após a colheita e antes da preparação culinária ou consumo. Os alimentos são agrupados em quatro categorias: 1) alimentos in natura ou minimamente processados, 2) ingredientes culinários processados, 3) alimentos processados e 4) alimentos ultraprocessados. Essa classificação ajuda a entender a complexidade do processamento alimentar e suas implicações na saúde e nutrição¹¹.

Assim como os padrões de alimentação vão mudando de acordo com as fases da vida, o ingresso na universidade é uma etapa acompanhada por mudanças no estilo de vida, na qual as práticas alimentares dos estudantes é uma delas. Essas mudanças podem estar relacionadas à saída da casa dos pais, maior autonomia por passarem a viver sozinhos ou em moradias estudantis, e devido à localização da instituição de ensino. Dentro deste contexto, também é possível observar a falta de tempo para a elaboração de refeições, devido às atividades acadêmicas, e a falta de habilidades culinárias, influenciando nas escolhas alimentares, com possíveis substituições por lanches rápidos e práticos e densamente energéticos¹².

Além disso, as práticas alimentares podem ser afetadas por fatores externos, como o ambiente social que o indivíduo está inserido, relações interpessoais e aspectos culturais, bem como a disponibilidade dos alimentos nos locais¹³. Por conseguinte, avaliar o ambiente alimentar das instituições de ensino demonstra importância para a realização de ações e programas que visem a promoção da saúde e a prevenção de doenças, já que os estudantes passam grande parte do dia nesses ambientes. Surge também a necessidade de desenvolver estratégias de incentivo às habilidades culinárias e a disponibilidade de alimentos saudáveis nas universidades¹⁴.

Desvelar o ambiente alimentar, elucidando a caracterização dos estabelecimentos, a classificação dos alimentos, as técnicas de preparo empregadas, facilitadores e barreiras de uma alimentação saudável, análise de alimentos marcadores de alimentação saudável e não saudável em

relação ao preço desses alimentos, são fundamentais para a construção de ações e fortalecimento das iniciativas existentes. Partindo desse pressuposto, é possível auxiliar na elaboração de soluções eficazes para a promoção de um ambiente alimentar saudável. Portanto, o presente estudo tem por objetivo avaliar o ambiente alimentar de um centro universitário do sul do país, verificando a qualidade nutricional dos alimentos e bebidas comercializados, conforme a NOVA, e os facilitadores e as barreiras para promoção de um ambiente alimentar saudável.

2 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Trata-se de um estudo transversal e descritivo de caráter quantitativo, que avaliou duas lanchonetes localizadas em um Centro Universitário privado do Sul do Brasil, localizado em Balneário Camboriú, em Santa Catarina, no período de março a julho de 2020, após a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido pelos responsáveis pelo local. A presente pesquisa foi aprovada pelo comitê de ética do Centro Universitário Avantis sob o parecer nº 094346/2020.

Para a coleta dos dados, foi utilizado o instrumento Nutrition Environment Measures Survey Restaurants (NEMS-R), adaptado e validado no Brasil¹⁵. Este é reconhecido como o primeiro instrumento extensivo para avaliação do ambiente alimentar, que permite analisar desde a estrutura física do local, características dos produtos comercializados, incluindo parâmetros nutricionais e precificação, assim como a perspectiva do cliente.

Os dados coletados também incluíram os alimentos e bebidas disponíveis nas lanchonetes, agregando quantidades e custos, por meio da observação dos estabelecimentos, dos produtos disponibilizados nas vitrines, prateleiras, freezer e as preparações feitas na hora, incluídas nos displays e cartazes expostos nas paredes.

A análise do ambiente alimentar foi realizada a partir dos segmentos: caracterização do ambiente alimentar; identificação dos alimentos e classificação de qualidade nutricional, segundo a NOVA¹¹ e as técnicas de preparo empregadas; e o reconhecimento dos facilitadores e das barreiras para uma alimentação saudável.

Para a análise dos dados foi calculada a frequência absoluta (n) e relativa (%) dos dados obtidos, por meio da análise descritiva. Através dos dados quantitativos foi verificada a disponibilidade de alimentos considerados saudáveis, como os in natura, minimamente processados e preparações culinárias com ingredientes processados, e não saudáveis, como os alimentos ultraprocessados e técnicas de preparo que envolve massas refinadas e gordurosas, presença de embutidos e queijos gordurosos. Os facilitadores e as barreiras para a alimentação saudável foram

verificados nos ambientes alimentares por meio de uma observação sistemática dos locais, e os dados resultantes foram submetidos a análise descritiva.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

As duas lanchonetes avaliadas estavam localizadas em locais distintos e agrupavam, respectivamente, cursos de ciências humanas e da saúde. O horário de funcionamento dos estabelecimentos iniciava às 08:00 horas em uma das lanchonetes, e às 14:00 horas em outra, sendo que ambas finalizavam as suas atividades às 22:00 horas, de segunda à sexta-feira. Nos locais não havia responsável técnico, somente os proprietários. O horário de maior movimentação de estudantes e colaboradores da instituição nas lanchonetes costumava ocorrer no período da noite, dentre às 18:00 e 22:00 horas, momento no qual eram realizados os cursos de graduação e pós-graduação.

As principais ofertas de alimentos destes estabelecimentos eram de lanches, alimentos e bebidas de fácil e rápido consumo. Não havia cardápio para consulta dos alimentos disponíveis ou preços. Em apenas um dos locais havia um display e cartazes expostos nas paredes, mas não eram todos os produtos comercializados que estavam inclusos nestes informativos.

Tabela 1: Classificação dos alimentos avaliados no ambiente alimentar de um Centro Universitário privado do Sul do Brasil, 2020.

Classificação*	Lanchonetes 1 n (%)	Lanchonete 2 n (%)
Alimentos in natura e minimamente processados	4 (3,6%)	9 (8,11)
Preparações com ingredientes culinários processados	6 (5,41%)	7 (6,31%)
Alimentos processados	1 (0,9%)	1 (0,9%)
Alimentos ultraprocessados	62 (55,86%)	21 (18,92%)

Fonte: Autores, 2025. *Classificação segundo a NOVA¹¹

Na tabela 1, observou-se que a disponibilidade de alimentos in natura e minimamente processados se concentrou principalmente em bebidas como água mineral, água de coco, chá sem açúcar e café com ou sem leite sem adição de açúcar. Quanto aos alimentos, foi possível observar a oferta de salada de frutas e iogurte natural com adição de frutas. No entanto, a lanchonete 1 ofereceu menos da metade das opções desses alimentos em comparação com a lanchonete 2. No contexto do ambiente alimentar do centro universitário, a baixa oferta desses alimentos, que deveriam ser a base da alimentação, se mostrou ainda mais preocupante, pois, a falta de disponibilidade de alimentos saudáveis, impacta negativamente nas escolhas alimentares dos universitários.

As preparações consideradas com ingredientes culinários processados também foram identificadas nas lanchonetes. Estas incluíram omeletes sem adição de embutidos e/ou queijo gorduroso, sopas, saladas de potes, sucos simples (somente fruta ou polpa de fruta com adição de açúcar) e vitaminas simples (frutas batidas com leite de vaca e com adição de açúcar), sendo que os

percentuais foram próximos entre os dois estabelecimentos. O uso de ingredientes culinários processados em quantidades adequadas, com base em alimentos in natura e minimamente processados, pode contribuir para diversificar e tornar a alimentação mais saborosa sem comprometer seu equilíbrio nutricional¹⁶.

Os alimentos processados apresentaram a menor representatividade entre as opções ofertadas nas duas lanchonetes, com apenas 0,9% em cada uma. As únicas opções identificadas neste grupo foram sanduíches naturais e torradas sem embutidos e/ou cremes de queijos como o catupiry e cheddar. Os ingredientes e métodos utilizados na fabricação desses alimentos, como queijos e pães, podem alterar de modo desfavorável a composição nutricional dos alimentos dos quais derivam¹¹. Além disso, a perda de água durante a fabricação contribui para sua alta densidade energética, reforçando a recomendação de que o consumo de processados deve ser limitado a pequenas quantidades¹⁶. A baixa oferta dessas opções, mesmo que sua qualidade possa ser questionada, contrasta fortemente com a vasta disponibilidade de alimentos ultraprocessados observada nas lanchonetes.

O grupo de alimentos ultraprocessados se destacou pela sua ampla variedade nas lanchonetes analisadas, distribuindo-se em diferentes subgrupos. Destacaram-se bebidas industrializadas, guloseimas e preparações salgadas e doces. Foram observados produtos com altos teores de açúcares, gorduras e sódio, como salgadinhos, sanduíches com embutidos, bolos recheados e sobremesas. A predominância desses itens evidencia um ambiente alimentar universitário desfavorável à promoção da alimentação saudável. Os alimentos ultraprocessados representam o maior grau de processamento, incluindo em sua composição cinco ou mais ingredientes¹¹. Essa formulação e apresentação são projetadas para estimular o consumo excessivo, empregando diversas técnicas de processamento que resultam em produtos com múltiplos ingredientes, incluindo açúcar, sal, óleos, gorduras e substâncias de uso exclusivamente industrial¹⁶. Essa ampla gama de produtos representa uma parcela considerável da oferta total, com 55,86% na lanchonete 1 e 18,92% na lanchonete 2.

Os processos empregados no preparo desses alimentos também representam grande importância quanto ao valor nutricional. A tabela 2 caracteriza os alimentos comercializados nas lanchonetes do centro universitário, conforme a composição e as técnicas de preparo.

Tabela 2: Técnicas de preparo dos alimentos ofertados em lanchonetes de um Centro Universitário privado do Sul do Brasil, 2020.

Caracterização	Lanchonete 1 n (%)	Lanchonete 2 n (%)
Salgados		
Técnicas de preparo		
Assado	11 (3,25%)	20 (5,92%)
Frito	2 (0,59%)	7 (2,07%)
Tipos de massa		
Integral	3 (0,89%)	4 (1,18%)
Refinada	13 (3,85%)	10 (2,96%)
Gordurosa	9 (2,66%)	1 (0,3%)
Recheios		
Queijo gorduroso	1 (0,3%)	
Carne Branca		1 (0,3%)
Carne vermelha	1 (0,3%)	1 (0,3%)
Carne vermelha com queijo gorduroso	4 (1,18%)	1 (0,3%)
Carne branca com queijo gorduroso	7 (2,07%)	3 (0,89%)
Embutido com queijo gorduroso	10 (2,96%)	4 (1,18%)
Embutido com Hortaliça		1 (0,3%)
Hortaliças com queijo gorduroso	2 (0,59%)	1 (0,3%)
Doce	1 (0,3%)	
Sanduíches		
Pão		
Integral	6 (1,78%)	7 (2,07%)
Refinado	2 (0,59%)	2 (0,59%)
Fonte proteica		
Carne branca	3 (0,89%)	4 (1,18%)
Embutidos	6 (1,78%)	2 (0,59%)
Carne vermelha	1 (0,3%)	-
Queijo	1 (0,3%)	-
Queijo		
Queijo cheddar	-	1 (0,3%)
Queijo catupiry	1 (0,3%)	1 (0,3%)
Queijo mussarela	4 (1,18%)	2 (0,59%)
Queijo ricota	1 (0,3%)	1 (0,3%)
Adição de molho		
Maionese	5 (1,48%)	4 (1,18%)
Mostarda	1 (0,3%)	-
Molho de tomate	1 (0,3%)	-
Omeletes		
Hortaliças e queijo	1 (0,3%)	1 (0,3%)
Embutidos	1 (0,3%)	2 (0,59%)
Carne branca e queijo gorduroso	-	1 (0,3%)
Carne vermelha	-	1 (0,3%)
Bolos e tortas		
Tipo de massa		
Refinada	2 (0,59%)	1 (0,3%)
Gordurosa	1 (0,3%)	1 (0,3%)
Recheios e coberturas		
Presença	3 (0,89%)	
Biscoitos		
Tipos de massa		
Refinada	2 (0,59%)	2 (0,59%)
Recheios		
Presença	2 (0,59%)	1 (0,3%)
Frutas		
Salada de frutas	1 (0,3%)	1 (0,3%)
Iogurte natural com frutas	-	2 (0,59%)
Iogurte com sabor com frutas	1 (0,3%)	1 (0,3%)

Açaí com produtos de adição	1 (0,3%)	1 (0,3%)
Guloseimas		
Diversas	52 (15,38%)	12 (3,55%)
Bebidas		
Industrializadas	10 (2,96%)	9 (2,66%)
Preparadas nas lanchonetes sem adição de açúcar	4 (1,18%)	10 (2,96%)

Fonte: elaborado pelos autores, 2025.

A análise das duas lanchonetes mostra que, embora a lanchonete 2 ofereça maior variedade de salgados, a maioria deles era frita e feita com massas refinadas, o que pode incentivar práticas alimentares não saudáveis, como apontam estudos sobre o ambiente alimentar universitário¹⁷. Além disso, muitos salgados, mesmo com recheios de hortaliças e carne branca, continham ingredientes ultraprocessados, como embutidos e queijos gordurosos, reforçando a influência do ambiente na oferta de alimentos de baixa qualidade nutricional¹⁸. Na questão dos sanduíches, ambas as lanchonetes usavam pão integral, mas a lanchonete 1 tinha mais opções com recheios não saudáveis e molhos como maionese e catchup, enquanto a lanchonete 2 oferecia opções com carne branca, sem queijos gordurosos ou molhos. Mesmo com maior variedade de omeletes na lanchonete 2, muitos continham ingredientes ultraprocessados, o que reforça a ideia de que o ambiente pode estimular escolhas alimentares pouco saudáveis¹⁹. Esses achados corroboram consistentemente com os resultados de estudos anteriores conduzidos em ambientes universitários públicos que igualmente evidenciaram uma ampla oferta de salgados elaborados com massa refinada e recheados com embutidos e queijos gordurosos, reforçando a persistência de um padrão alimentar com elevada densidade energética e baixo valor nutricional nesses espaços institucionais^{20, 21, 22}.

De acordo com os dados coletados, observa-se que na lanchonete 1, os bolos disponíveis eram elaborados com massas refinadas e gordurosas, além de apresentarem cobertura, ao passo que na lanchonete 2 essa cobertura não era oferecida. Ambos os estabelecimentos não disponibilizavam opções integrais ou com frutas em seus cardápios. Quanto aos biscoitos, a maioria apresentava massa refinada. Na lanchonete 1, todas as opções eram recheadas, enquanto na lanchonete 2 havia também biscoitos sem recheio. Em relação às saladas de frutas, ambas as lanchonetes ofereciam frutas frescas embaladas para consumo imediato, porém a variedade de preparações com frutas na lanchonete 2 era superior, incluindo ingredientes adicionais como iogurte, açaí, produtos de adição e adoçantes em pó.

A escassa oferta de frutas no ambiente alimentar universitário reflete uma realidade apontada pela literatura: a baixa disponibilidade de alimentos in natura ou minimamente processados contribui para a consolidação de práticas alimentares inadequadas entre estudantes. A limitação de opções com frutas, tanto em preparações isoladas quanto incorporadas a outros alimentos do cardápio, evidencia barreiras estruturais que dificultam escolhas alimentares mais saudáveis, reforçando o papel do

ambiente universitário como um elemento que pode desencorajar o consumo regular desse grupo alimentar essencial¹⁷.

No que concerne às bebidas, a maioria era industrializada sendo a lanchonete 1 a que apresentava maior oferta dessas opções, enquanto a lanchonete 2 dispunha de menos industrializados e mais bebidas preparadas no local sem adição de açúcar. De modo geral observou-se uma limitada disponibilidade de alimentos ricos em cereais integrais e frutas frescas. Os produtos com melhor perfil nutricional eram em sua maioria menos diversificados.

A análise do ambiente alimentar universitário revelou a predominância de alimentos ultraprocessados e a baixa disponibilidade de opções saudáveis. Esse cenário corrobora pesquisas anteriores, sendo particularmente alarmante, visto que a universidade representa, para muitos jovens, o primeiro ambiente de autonomia alimentar, tornando-os suscetíveis à influência do fácil acesso a fast-foods e lojas de conveniência em suas decisões. Corroborando essa constatação, um estudo de sobre uma universidade pública no Rio de Janeiro também evidenciou a predominância de oferta de alimentos não saudáveis e a presença de barreiras à promoção de hábitos alimentares saudáveis²³.

A literatura científica consistentemente evidencia a baixa qualidade nutricional dos alimentos vendidos em cantinas escolares. Isso é notado pela predominância de altos teores de açúcares, gorduras e sódio, em contraste com a escassez de fibras, vitaminas e minerais. Além disso, estudos apontam que as redes de ensino frequentemente ignoram as legislações vigentes. Isso acontece tanto pela comercialização de itens proibidos quanto pela oferta insuficiente de opções saudáveis, como a limitada variedade de frutas. Esses achados sublinham a necessidade urgente de intervenções para garantir ambientes alimentares mais nutritivos no contexto educacional^{14,24,25}. Esse cenário de alta disponibilidade de alimentos ultraprocessados reforça os dados da POF (2017-2018), que indicou um crescente consumo de alimentos desse tipo no Brasil, com destaque para frios e embutidos⁹. Deve ser destacado, ainda, que esses estudos consideraram cantinas para população de escolares, ou seja, diferente do público investigado nesse estudo.

Nas duas cantinas universitárias avaliadas, foi notória a oferta limitada de alimentos saudáveis e a predominância de ultraprocessados, como salgados fritos, refrigerantes e doces. Essa constatação alinha-se a estudos que correlacionam o elevado consumo de tais produtos à pior qualidade da dieta²⁶. A escassez de opções nutritivas reforça o conceito de 'pântanos alimentares', amplamente abordados em pesquisas sobre ambientes alimentares²⁷. Fica evidente, portanto, que a dinâmica de acesso restrito a alimentos saudáveis, inerente aos pântanos alimentares, se manifesta no contexto institucional da universidade, comprometendo diretamente a qualidade alimentar dos estudantes.

Ainda que a lanchonete 2 tenha apresentado algumas opções potencialmente mais saudáveis, a limitada variedade geral de alimentos nutritivos em ambas as cantinas impede que qualquer uma delas seja considerada um ambiente promotor de saúde. Essa escassez de escolhas adequadas dentro da universidade, um espaço que deveria fomentar bem-estar e reflexão crítica, restringe a autonomia dos estudantes em adotar hábitos alimentares saudáveis, contribuindo para a internalização de padrões alimentares inadequados. A necessidade de intervenções que ampliem significativamente a oferta de alimentos minimamente processados e ricos em nutrientes em ambas as cantinas universitárias torna-se crucial, alinhando-se com a urgência de mitigar os efeitos dos pântanos alimentares identificados em outros contextos e promovendo um ambiente alimentar que efetivamente contribua para a saúde de toda a comunidade acadêmica.

Além da análise dos alimentos comercializados, a identificação de facilitadores para uma alimentação saudável é importante na avaliação do ambiente alimentar. As características consideradas facilitadoras de hábitos alimentares saudáveis estão descritas na tabela 3, revelando os resultados no ambiente alimentar do centro universitário estudado.

Tabela 3: Presença de Facilitadores para uma alimentação saudável de um Centro Universitário privado do Sul do Brasil, 2025.

Facilitadores	Lanchonete 1 n (%)	Lanchonete 2 n (%)
Oferta de frutas in natura	1 (0,30%)	1 (0,30%)
Oferta de pão integral	6 (1,77%)	7 (2,07%)
Oferta de omeletes	2 (0,59%)	5 (1,47%)
Oferta de bebidas sem adição de açúcar	4 (1,18%)	10 (2,95%)
Oferta de porções reduzidas no cardápio	-	-
Itens com informação nutricional	-	-
Troca de alimentos em combos	1 (0,30%)	-
Informativos de incentivo à alimentação saudável	-	-

Fonte: elaborado pelos autores, 2025.

Do total de 178 alimentos identificados na lanchonete 1 e de 114 identificados na lanchonete 2, verificamos que os percentuais totais de alimentos facilitadores foram bastante baixos, sendo 7,87% e 20,18% respectivamente.

A análise das lanchonetes 1 e 2 revelou disparidades importantes, reforçando a influência do acesso a alimentos saudáveis e da informação nutricional nas escolhas alimentares²⁸. A lanchonete 1, com seu predomínio de alimentos ricos em gorduras saturadas e sódio, e a ausência de informações nutricionais em seus produtos de produção própria, exemplifica um ambiente que dificulta escolhas saudáveis. A falta de porções reduzidas e a promoção de combos com refrigerantes reforçaram essa tendência. Embora a lanchonete 2 apresentasse opções mais saudáveis, a ausência de informações

nutricionais e a falta de promoções de alimentos saudáveis limitaram seu potencial para influenciar positivamente as escolhas dos universitários.

As lanchonetes 1 e 2 apresentaram uma predominância de preparações prontas, fornecidas por um único distribuidor. Essa condição limitou a diversidade do cardápio e contribuíram para a oferta de alimentos com elevado teor de sódio, gorduras saturadas e outros aditivos frequentemente presentes em produtos ultraprocessados. Ademais, a composição de um cardápio restrito, com baixa flexibilidade para personalização das preparações, contribuiu para a formação de um ambiente alimentar com escassez de opções saudáveis, limitando a diversidade e a qualidade das alternativas disponíveis. A configuração observada nas lanchonetes do campus universitário reflete as características dos desertos alimentares, conforme definido pelo OBHA⁸.

No contexto do ambiente alimentar universitário analisado, a lanchonete 1 evidenciou uma oferta consideravelmente maior de alimentos ultraprocessados, com uma variedade de guloseimas estrategicamente expostas no caixa, superando a quantidade disponível na lanchonete 2. Essa tática de disposição, que estimula o consumo impulsivo, remete às estratégias de marketing em ambientes caracterizados pela predominância de alimentos não saudáveis em detrimento dos nutritivos, um cenário análogo aos "pântanos alimentares" urbanos²⁷. A maior concentração de ultraprocessados na lanchonete 1, em relação à lanchonete 2, ilustra como o campus universitário pode reproduzir as dinâmicas de ambientes alimentares desfavoráveis, em que a fácil acessibilidade e a visibilidade de opções menos saudáveis se destacam, influenciando as escolhas da comunidade acadêmica e contribuindo para padrões dietéticos inadequados, conforme apontam os estudos sobre a distribuição desigual de alimentos saudáveis e não saudáveis nos espaços.

Verificou-se também a escassez de informações nutricionais nos alimentos comercializados, o que constitui uma barreira impeditiva para a capacitação de escolhas alimentares conscientes e a prevenção do consumo excessivo de itens com perfis nutricionais desbalanceados. Esse problema é parcialmente abordado pela Instrução Normativa nº 75, de 26 de outubro de 2020, da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa), que estabelece as orientações e os requisitos para rotulagem nutricional³¹. Entretanto, a falta de uma regulação mais abrangente, especialmente no que se refere à publicidade de alimentos, ainda se configura como um obstáculo importante à promoção de hábitos alimentares saudáveis. Nesse contexto, torna-se imprescindível a implementação de políticas públicas que garantam o acesso à informação nutricional clara, acessível e de fácil compreensão, como ferramenta essencial para a promoção de escolhas alimentares mais saudáveis.

Como limitações deste estudo destacamos o fato desta pesquisa ter sido realizada durante a pandemia de COVID-19, o que acarretou menor disponibilidade de produtos nas lanchonetes. E, por

fim, a análise foi realizada apenas de forma qualitativa, ou seja, os alimentos foram analisados por suas técnicas de preparo, tipos de massa e recheio, sem a análise quantitativa dos rótulos nutricionais.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo avaliou o ambiente alimentar de um Centro Universitário privado do Sul do País, composto por duas lanchonetes. Os alimentos e bebidas disponíveis foram classificados conforme a NOVA e as técnicas de preparo empregadas, como tipos de massas, formas de cocção, recheios e a presença ou ausência de aditivos alimentares. Além disso, houve a identificação dos facilitadores e das barreiras para uma alimentação saudável.

Em ambas as lanchonetes se encontra maior oferta de alimentos ultraprocessados, com baixo valor nutricional, ricos em carboidratos simples, gorduras e sódio. Embora houvesse a comercialização de alimentos in natura, minimamente processados e preparações culinárias, como sanduíches naturais, torradas, omeletes e alguns salgados integrais, a maioria das opções de recheio eram compostas por embutidos e queijos gordurosos, conferindo baixo valor nutricional a essas preparações.

Os resultados da pesquisa reforçam a necessidade de mais estudos sobre as escolhas alimentares, expectativas e percepções dos estudantes em relação ao ambiente universitário. É fundamental que futuras investigações explorem como a informação sobre os alimentos disponíveis pode fortalecer a autonomia e soberania alimentar dos alunos. Tais estudos são cruciais para reverter o cenário atual, exigindo que instituições de ensino e estabelecimentos desenvolvam ações estratégicas para, de fato, criar um ambiente alimentar que promova a saúde, alinhado às necessidades e à percepção dos estudantes sobre o que consomem.

REFERÊNCIAS

1. Swinburn B, Sacks G, Vandevijvere S, Kumanyika S, L'Abbé M, Lee A, Ma J, Moodie M, Ng S, Rayner M, Lobstein T. INFORMAS (International Network for Food and Obesity/non-communicable diseases Research, Monitoring and Action Support): overview and key principles. *Obes Rev.* 2013;14 Suppl 1:1-12. doi:10.1111/obr.12087
2. Rahnama H, Rajabpour S. Identifying effective factors on consumers' choice behavior toward green products: the case of Tehran, the capital of Iran. *Environ Sci Pollut Res.* 2017;24(1):911-25. doi: 10.1007/s11356-016-7791-x.
3. Glanz K, Sallis JF, Saelens BE, Frank LD. Healthy Nutrition Environments: Concepts and Measures. *Am J Health Promot.* 2005;19(5):330-3. doi: 10.4278/0890-1171-19.5.330.
4. Lopes AC, Campos MO, Jaime PC. O ambiente alimentar e o acesso a frutas e hortaliças: uma metrópole em perspectiva. *Saude Soc.* 2017;26(3):764-73. doi: 10.1590/S0104-12902017168867.
5. WHO. World Health Organization. Closing the gap in a generation: health equity through action on the social determinants of health: final report of the commission on social determinants of health [Internet]. Commission on Social Determinants of Health | Final Report – Executive Summary. Geneva: World Health Organization; 2008 [citado 2025 abr 12]. 247 p. Disponível em: untitled
6. Mckinnon RA, Reedy J, Banna J, Jilcott SB, Niemeier D, Yaroch AL. Measures of the Food Environment: a compilation of the literature 1990–2007. *Am J Prev Med.* 2009;36(4 Suppl):S124-33. doi: 10.1016/j.amepre.2009.01.012.
7. Brasil. Câmara Interministerial de Segurança Alimentar e Nutricional (CAISAN). Estratégia Intersetorial de Prevenção e Controle da Obesidade: recomendações para estados e municípios [Internet]. Brasília, DF: CAISAN; [maio 2014] [citado 2025 maio 20]. Disponível em: [estrategia_prevencao_obesidade_recomendacoes.pdf](#)
8. OBHA. Cadernos da OBHA: 4ª edição, tema “Desertos, Pântanos e Oásis Alimentares: reflexões, experiências e políticas públicas” [Internet]. [S.l.: s.n.]; 2023 [citado 2025 abr 12]. Disponível em: <https://cadernosdaobha.org/>.
9. Brasil. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Pesquisa de Orçamentos Familiares 2017-2018 – POF [Internet]. Rio de Janeiro: IBGE; 2019 [citado 2025 abr 13]. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv101670.pdf>.
10. Machado FC, Adami FS. Relação do consumo de alimentos in natura, processados e ultraprocessados com gênero, idade e dados antropométricos. *Rev Bras Obesidade Nutr Emagrecimento.* 2019;13(79):407-16. Disponível em: <https://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/97>.

11. Monteiro CA, Cannon G, Levy RB, Moubarac JC. Nova. A estrela brilha. Classificação dos alimentos. *World Nutrition*. 2016;7(1-3):28-40. Disponível em: https://files.cercomp.ufg.br/weby/up/896/o/Nova_classifica%C3%A7%C3%A3o_dos_alimentos.pdf.
12. Feitosa EPS, Dantas CAO, Andrade-Wartha ERS, Marcellini PS, Mendes-Netto RS. Hábitos alimentares de estudantes de uma universidade pública no nordeste, Brasil. *Rev Aliment Nutr*. 2010;21(2):225-30. Disponível em: <https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/san/article/view/8647612>.
13. Cardozo M, Santos CRB, Nascimento HS, Santos IPG. Ambientes alimentares universitários: percepções de estudantes de nutrição de uma instituição de ensino superior. *Demetra: Alimentação, Nutrição & Saúde*. 2017;12(2):431-45. doi: 10.12957/demetra.2017.26799.
14. Bekker F, Marais M, Koen N. The provision of healthy food in a school tuck shop: does it influence primary-school students' perceptions, attitudes and behaviours towards healthy eating? *Public Health Nutr* [Internet]. 2017 [citado 2025 abr 12];2(7):1257-66. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1017/s1368980016003487>.
15. Cremm EC, Baldasso LR, Leite FHM, Lima AC, Resende S, Schneider BC, Zago LD, Zago A, Assunção MCF, Horta BL, Gigante DP, Barros FC, Victora CG. Validation of the nutrition environment measurement questionnaire for brazilian urban areas. In: 19th International Congress of Nutrition; 2009; Bangkok. *Annals of Nutrition and Metabolism*; 2009. doi: 10.1016/j.jneb.2013.02.010.
16. Brasil. Ministério da Saúde. Guia alimentar para a população brasileira. 2. ed. [Internet]. Brasília, DF: Ministério da Saúde; 2014 [citado 2025 jun 15]. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf.
17. Silva AB, Almeida S, Viana MR, Salles-Costa R. Trajetória de mudanças das práticas alimentares de estudantes de uma universidade pública brasileira. *Cien Saude Colet*. 2020;25(7):2653-62. doi: 10.1590/1413-81232022277.17312021.
18. Oliveira MC, Santos CRB, Costa MCV, Guedes LA, Santana JM, Santos IPG. O ambiente alimentar universitário e suas implicações na alimentação dos estudantes. *Cad Saúde Pública*. 2019;35(4):e00112318. doi: 10.1590/0102-311X00112318.
19. Martins LP, Resende FV, Claro RM, Castro IRR. Influência do ambiente universitário na alimentação de estudantes. *Physis: Rev Saude Colet*. 2018;28(4):e280404. doi: 10.1590/S0104-12902018180404.
20. Veiros MB, Santos CRB, Rodrigues CL, Gadelha DD, Marins VMR. Nutritional quality of pastries sold in the snack bar in a public University in Southern Brazil. In: 8th International Conference on Culinary Arts and Sciences: Global, National and Local Perspectives; 2013; Portugal.
21. Pulz IS. Ambiente Alimentar do Campus Sede da Universidade Federal de Santa Catarina [dissertação]. Florianópolis: Universidade Federal de Santa Catarina; 2014. Disponível em: <https://repositorio.ufsc.br/handle/123456789/127117>.

22. Neves LCM. Oferta de alimentos ultraprocessados na Universidade de Brasília [Trabalho de Conclusão de Curso]. Brasília: Universidade de Brasília, Faculdade de Ciências da Saúde, Departamento de Nutrição; 2016. Disponível em: https://bdm.unb.br/bitstream/10483/13929/1/2016_LourraneCarolineMouraNeves.pdf.
23. Batista CA, Costa LS, Pereira RA, Cotta RMM, Sichieri R, Salles-Costa R. Caracterização do ambiente alimentar de uma universidade pública do estado do Rio de Janeiro. *Cad Saude Colet* [Internet]. 2023 [citado 2025 abr 12];31(1):e10492. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1414-462x202331010492>.
24. Lopes Filho JD, Mendes LL. Comercialização de lanches e bebidas em escolas públicas: análise de uma regulamentação estadual. *Demetra: Alimentação, Nutrição & Saúde* [Internet]. 2016 [citado 2025 abr 12];11(4):947-61. doi: 10.12957/demetra.2016.19641.
25. Wognski ACP, Ponchek VL, Dibas EES, Orso MR, Vieira LP, Ferreira BGCS, Mezzomo TR, Stangarlin-Fiori L. Comercialização de alimentos em cantinas no âmbito escolar. *Braz J Food Technol*. 2019;22:e201819818. doi: 10.1590/1981-6723.19818.
26. Cruz GL, Machado PP, Andrade GC, Louzada MLC. Alimentos ultraprocessados e o consumo de fibras alimentares no Brasil. *Cien Saude Colet*. 2021;26(9):3941-50. doi: 10.1590/1413-81232021269.15462020.
27. Grilo MF, Menezes C de, Duran AC. Mapeamento de pântanos alimentares em Campinas, Brasil. *Cien Saude Colet* [Internet]. 2022 [citado 2025 abr 12];27(7):2841-50. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1413-81232022277.17772021>.
28. Karpyn A, Ng B, L'Abbe M, Lo B, Ljoka M, Rysavy A, Tarasuk V, Vanderlee L. Improving Consumption and Purchases of Healthier Foods in Retail Environments: a systematic review. *Int J Environ Res Public Health* [Internet]. 2020 [citado 2025 abr 12];17(20):7524. Disponível em: <https://doi.org/10.3390/ijerph17207524>.
29. Ares G, Machín L, Girona A, Curutchet MR, Giménez A. Uma comparação dos motivos subjacentes às escolhas alimentares e das barreiras contra a alimentação saudável entre consumidores de renda baixa e média no Uruguai. *Cad Saúde Pública*. 2017;33(4):e00213315. doi: 10.1590/0102-311X00213315.
30. Borges CA, Gabe KT, Canella DS, Jaime PC. Caracterização das barreiras e facilitadores para alimentação adequada e saudável no ambiente alimentar do consumidor. *Cad Saúde Pública* [Internet]. 2021 [citado 2025 abr 12];37(2):e00157020. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/0102-311x00157020>.
31. Brasil. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Instrução Normativa nº 75, de 26 de outubro de 2020. Estabelece as orientações e os requisitos para rotulagem nutricional. *Diário Oficial da União*, Brasília, DF, 28 out. 2020. Disponível em: INSTRUÇÃO NORMATIVA-IN Nº 75, DE 8 DE OUTUBRO DE 2020 - INSTRUÇÃO NORMATIVA-IN Nº 75, DE 8 DE OUTUBRO DE 2020 - DOU - Imprensa Nacional