

Hayda Josiane Alves
Maria Cristina Faber Boog

Comportamento alimentar em moradia estudantil: um espaço para promoção da saúde

Food behavior in student residence halls: a setting for health promotion

RESUMO

OBJETIVO: Descrever qualitativamente o comportamento alimentar de estudantes residentes em moradia universitária.

MÉTODOS: Estudo quanti-qualitativo realizado com uma amostra sorteada de cem estudantes universitários, residentes em moradia estudantil no município de Campinas, SP, em 2004. Foram feitas entrevistas utilizando-se formulário para colher o recordatório alimentar nas últimas 24 horas, incluindo questões abertas relativas ao sistema de compras e práticas de consumo. Foram criados critérios para análise da qualidade das refeições. Foram utilizados os testes qui-quadrado e o exato de Fisher, ao nível de significância de 5%. Nas entrevistas foram obtidos e analisados dados de natureza representacional, com base na teoria das representações sociais de Moscovici.

RESULTADOS: Avaliação do recordatório 24 horas: desjejum, 30% não consumiram, 13% foram completos, 37% padrão e 20% incompletos; almoço, 5% não consumiram, 72% consumiram refeição completa e 23% incompleta; jantar, 1% não consumiu, 36% foram completos e 63% incompletos. A refeição de melhor qualidade foi o almoço, e dos estudantes que almoçaram, 63% o fizeram no restaurante universitário. Dos entrevistados, 48% não ingeriram nenhuma fruta e 39% não ingeriram leite no dia. A maioria (69%) apresentou comportamento alimentar individual e 43% consideraram que o fato de comer em companhia alterava positivamente sua alimentação. A experiência de passar a prover a própria alimentação modifica comportamentos e representações entre os estudantes acerca do ato alimentar.

CONCLUSÕES: A qualidade da alimentação, os padrões de comensalidade e as representações sociais do ato alimentar oferecem subsídios para o desenvolvimento de práticas de cuidado com a alimentação e promoção à saúde.

DESCRITORES: Estudantes. Comportamento alimentar. Hábitos alimentares. Educação alimentar e nutricional. Promoção da saúde.

Departamento de Enfermagem. Faculdade de Ciências Médicas Universidade Estadual de Campinas. Campinas, SP, Brasil

Correspondência | Correspondence:

Maria Cristina Faber Boog
Departamento de Enfermagem - Faculdade de Ciências Médicas
Universidade Estadual de Campinas
Caixa Postal 6111
13081-970 Campinas, SP, Brasil
E-mail: crisboog@fcm.unicamp.br

Recebido: 24/1/2006
Revisado: 11/10/2006
Aprovado: 8/11/2006

ABSTRACT

OBJECTIVE: To qualitatively describe food practices of students living in a residence hall.

METHODS: A quantitative and qualitative study was carried out in a drawn sample of 100 university students living in a residence hall in the city of Campinas,

Southeastern Brazil, in 2004. Students were interviewed using a questionnaire to collect 24-hour food recall information including open questions on shopping and intake practices. Criteria were established for the analysis of meal quality. The Chi-square and the exact Fisher test were used at a 5% significance level. Representations based on Moscovici's theory of social representations were obtained in the interviews and analyzed.

RESULTS: Assessment of 24-hour food recall: breakfast – 30% of the students skipped it, 13% had full, 37% had standard and 20% had partial meal; lunch – 5% skipped, 72% had full, and 23% had partial meal; dinner – 1% skipped, 36% had full, and 63% had partial meal. Lunch was the best quality meal and of those who had lunch, 63% had it at the university cafeteria. Of all respondents, 48% had no fruit and 39% had no milk. Most (69%) showed an individual food behavior and 43% thought that having meals together had a positive impact on their food behavior. The experience of becoming the provider of their own food changes the students' food behaviors and representations.

CONCLUSIONS: Diet quality, patterns of commensality and social representations of food provide input for developing healthy diet care and health promotion.

KEYWORDS: Students. Feeding behavior. Food habits, Food and nutrition education. Health promotion.

INTRODUÇÃO

A alimentação é um dos aspectos fundamentais para a promoção da saúde.* A implementação de ações nesse sentido é uma das diretrizes da Política Nacional de Alimentação e Nutrição,** e também uma importante recomendação da 57ª Assembléia da Organização Mundial da Saúde.*** O estudo do comportamento alimentar permite ampliar as possibilidades de fomentar a produção de saúde, haja vista as múltiplas abordagens e o largo campo de análise em que este conceito se insere. Tomou-se como marco teórico o conceito de comportamento alimentar de Diez Garcia:**** “procedimentos relacionados às práticas alimentares de grupos humanos (o que se come, quanto, como, quando, onde e com quem se come; a seleção de alimentos e os aspectos referentes ao preparo da comida) associados a atributos socioculturais, ou seja, aos aspectos subjetivos individuais e coletivos relacionados ao comer e à comida (alimentos e preparações apropriadas para situações diversas, escolhas alimentares, combinação de alimentos, comida desejada e apreciada, valores atribuídos a alimentos e preparações e aquilo que pensamos que comemos ou que gostaríamos de ter comido)”. Essa conceituação permite a análise do fato alimentar em diversas perspectivas: histórica,⁴ socioantropológica,^{3,6,18} nutricional e educacional. As duas

primeiras analisam a construção sociocultural da humanidade a partir da análise do quê, e do como se come. Na perspectiva nutricional^{17,15} avalia-se o quê e quanto se consome como um dos determinantes responsáveis pela construção social do processo saúde-doença. A perspectiva educacional² representa a possibilidade de construção de práticas alimentares saudáveis por intermédio de ações sistematizadas que contemplam o caráter multidimensional da alimentação no planejamento de ações nessa área, tanto no âmbito das políticas públicas,^{20,21} como para ações de assistência^{21,****} promoção da saúde* e educação em saúde.² Sendo a alimentação um fato ao mesmo tempo biológico e cultural, as intervenções educativas precisam partir do conhecimento do consumo. Também se faz necessário compreender os significados que as pessoas atribuem às suas práticas, visto a totalidade do fato alimentar.¹² A compreensão do universo simbólico da alimentação pode ser feita por intermédio da teoria das representações sociais, conceituadas por Moscovici¹⁶ como “um corpo organizado de conhecimentos e uma das atividades psíquicas graças às quais os homens tornam inteligível a realidade física e social, inserem-se num grupo, numa ligação cotidiana de trocas e liberam os poderes de sua imaginação”.

*Organização Pan-Americana da Saúde. Carta de Ottawa. Primeira Conferência Internacional sobre promoção da saúde, Ottawa; 1986. Disponível em: <http://www.opas.org.br/promocao/uploadArq/Ottawa.pdf> [Acesso em 20 Maio 2004]

**Ministério da Saúde. Política nacional de alimentação e nutrição, 2ª ed. Brasília: Ministério da saúde, 2003. Disponível em: <http://dtr2004.saude.gov.br/nutricao/> [Acesso em 15 Set 2006]

***World Health Assembly. Global strategy on diet, physical activity and health [relatório na internet]. Geneva; 2004. [WHA57.17]. Disponível em: http://www.who.int/gb/ebwha/pdf_files/WHA57/A57_R17-en.pdf [Acesso em 20 Out 2006]

****Garcia RWD. Representações da comida no meio urbano. [Tese de Doutorado]. São Paulo: Faculdade de Psicologia da USP, 1999.

*****Ministério da saúde. Guia alimentar para a população brasileira: promovendo a alimentação saudável. Brasília: Ministério da Saúde; 2005. Disponível em: <http://dtr2004.saude.gov.br/nutricao/> [Acesso em 15 Set 2006]

O comer junto – comensalidade – mostra expressivamente esses saberes subjetivos por meio do alimento partilhado,⁸ englobando significados não necessariamente ligados a características intrínsecas do alimento.¹⁹ São questões importantes como a complexidade do sistema alimentar das diferentes culturas culinárias com suas regras, representações e práticas.

Compreender o comportamento alimentar e a vinculação grupal por meio da comensalidade, priorizando o sujeito e as relações intersubjetivas na produção de saúde, viabiliza a construção de intervenções na perspectiva da própria conceituação teórica de promoção da saúde: “o processo de capacitação da comunidade para atuar na melhoria de sua qualidade de vida e saúde, incluindo uma maior participação no controle deste processo”.

A partir desses referenciais, a presente pesquisa teve por objetivo descrever as práticas alimentares de uma população de universitários residente em moradia estudantil, analisando ainda os padrões de individualidade/coletividade associados a essas práticas.

MÉTODOS

Partiu-se do universo de 253 residências na moradia estudantil, que abrigavam um total de 825 estudantes de graduação e pós-graduação, no município de Campinas, SP, 2004. Foi sorteada amostra piloto de 20 residências para a realização de um pré-teste que consistiu na observação do comportamento de compra de alimentos (individual/coletivo) dessa amostra. Com base na descrição dos dados do pré-teste, foi estimada uma amostra representativa de cem residências selecionadas aleatoriamente. O estudante, interlocutor do comportamento alimentar da casa, era escolhido a partir dos seguintes critérios: ser estudante universitário de graduação ou pós-graduação, residir na moradia há no mínimo um ano, ter idade ≥ 18 anos e manifestar interesse em participar da entrevista. Foram excluídos os estúdios, casas menores em quem vivem famílias (mães e filhos ou casais), onde nem todos os membros têm, necessariamente, vínculo com a universidade.

Foram empregadas as técnicas de observação participante e entrevista estruturada.¹⁴ Os dados foram registrados em formulário próprio. Foram colhidas informações sobre: alimentação do entrevistado nas últimas 24 horas (recordatório), padrão de compra de alimentos da casa, representação de alimentação saudável e comportamentos referentes à comensalidade.

As práticas alimentares foram estudadas a partir dos dados de consumo. Na análise do recordatório ali-

mentar, considerou-se apenas presença/ausência dos alimentos nas refeições, com base em critérios adotados por Gambardella et al,⁷ com adaptações (Tabela 1). As refeições foram classificadas a partir desses critérios, considerando os alimentos que devem estar presentes na alimentação diária.^{17,**}

O formulário continha, ainda, perguntas estruturadas referentes ao padrão de compra de alimentos e consumo de alimentos na casa: frequência e tipo de compra (praticada individual ou coletivamente) para cada alimento (sal, açúcar, óleo, pão, leite, frutas, hortaliças, carnes, ovos e macarrão). A partir dos resultados dessa entrevista, o comportamento alimentar dos entrevistados foi classificado: os estudantes que compravam coletivamente apenas sal, açúcar e óleo, foram classificados como de comportamento individual. Aqueles que compravam coletivamente pão, leite, frutas e hortaliças como de comportamento coletivo, pois esses alimentos exigem compras frequentes, o que exacerba o caráter coletivo do grupo. Os indivíduos que faziam algumas compras coletivas além de sal, açúcar e óleo, mas não de todos os alimentos foram classificados como apresentando comportamento misto.

Para descrever o perfil da amostra, segundo as variáveis em estudo, foram feitas tabelas de frequência e calculadas as estatísticas descritivas. Para analisar a relação entre variáveis foram utilizados o teste qui-quadrado e o teste exato de Fisher, estabelecido o nível de significância de 5%.

Para análise das representações sobre alimentação saudável e práticas de comensalidade foi empregado o método qualitativo e a análise do conteúdo das entrevistas, com base na teoria das representações sociais de Moscovici.¹⁶

O projeto de pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética da Comissão de Pesquisa da Faculdade de Ciências Médicas da Universidade de Campinas (processo 257/2003).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Qualidade das refeições

Foram entrevistados cem estudantes, sendo 32% do sexo feminino e 68% do masculino, proporção semelhante à da população residente na moradia na época do estudo. As idades variaram entre 19 e 39 anos, sendo que a maioria (72%) se situava na faixa dos 20 a 25 anos e 78% estavam matriculados em cursos de graduação, o restante pertencia aos cursos de pós-graduação.

* Organização Pan-Americana da Saúde.

** Ministério da Saúde. Guia alimentar para a população brasileira: promovendo a alimentação saudável. Brasília: Ministério da Saúde; 2005. Disponível em: <http://dtr2004.saude.gov.br/nutricao/> [Acesso em 15 Set 2006]

Tabela 1. Classificação de refeições consumidas por estudantes residentes em moradia estudantil. Campinas, SP, 2004.

Refeição	Qualidade	Alimento
Desjejum	Padrão	Fonte de cálcio e de energia: leite e seus substitutos; pães, biscoitos e bolos, com ou sem acompanhamento.
	Completo	Fonte de cálcio, de energia e alimentos reguladores.
	Incompleto	Quaisquer outros alimentos que não contemplem as combinações apresentadas no desjejum padrão ou completo.
	Ausente	Nenhum alimento
Almoço e jantar	Completo	Refeições compostas por alimentos construtores, energéticos e reguladores, com presença obrigatória de hortaliças.
	Incompleto	Quando falta um ou mais dos componentes mencionados em almoço e jantar completos.
	Ausente	Nenhum alimento

Em relação ao tempo que não viviam com a família, 80% dos estudantes saíram de casa há cinco anos ou menos, 16% entre seis e 10 anos e 4% entre 12 e 14 anos. A maioria (80,%) procedia da região Sudeste com destaque para o Estado de São Paulo (66%), 10% do Nordeste, 4% da região Norte e 3% do Centro-Oeste e Sul. Três por cento dos entrevistados eram estrangeiros. O retorno para a casa dos pais se dava entre duas a quatro vezes por semestre letivo (54,%), duas a três vezes no mês (17%) ou uma a duas vezes por ano (23,%).

Em relação ao consumo de alimentos, observou-se que 30% não realizaram desjejum, e dos que o realizaram, a maioria (67%) o fez na moradia estudantil (Tabela 2). Esta refeição, independentemente do local de sua realização, foi classificada como ausente ou incompleta para a metade dos entrevistados. A refeição de melhor qualidade foi o almoço (Tabela 2), sendo completo entre 72% dos estudantes. Esse índice se relaciona ao fato da maioria dos entrevistados (63%) terem realizado esta refeição no restaurante universitário (Tabela 3), que oferece almoço e o jantar de segunda a sexta-feira. Enquanto o almoço é uma refeição cotidianamente realizada no restaurante universitário, o jantar ocorre na moradia estudantil (54%), sendo incompleto entre 63% de todos os entrevistados (Tabela 2).

Gambardella et al.⁷ em estudo sobre a prática alimentar de adolescentes, destacam que o desjejum é a refeição mais negligenciada e que o jantar está cedendo lugar ao lanche, constituído por alimentos fontes de proteína e cálcio.

Vieira et al.²² em estudo do comportamento alimentar de recém-ingressos numa universidade pública, verificaram que 60% dos entrevistados não tinham o hábito de realizar as três refeições (desjejum, almoço e jantar). Apenas 15,4% dos entrevistados realizavam o jantar com alimentos comumente presentes no almoço tradicional brasileiro e 37% não realizavam o desjejum.

Observou-se ingestão inadequada de frutas e de leite, tendo sido verificado que 48% dos estudantes não ingeriram nenhuma fruta no dia anterior à entrevista, 25%

Tabela 2. Distribuição da qualidade das refeições dos estudantes residentes em moradia estudantil. Campinas, SP, 2004.

Qualidade das refeições	Refeições (%)		
	Desjejum	Almoço	Jantar
Ausente	30	5	1
Incompleto	20	23	63
Padrão	37	-	-
Completo	13	72	36

Tabela 3. Distribuição dos locais de refeições dos estudantes residentes em moradia estudantil. Campinas, SP, 2004.

Local das refeições	Refeições (%)		
	Desjejum	Almoço	Jantar
Moradia universitária	67	16	54
Lanchonete	1	8	6
Restaurante universitário	0	63	28
Outro	2	8	11
Não realizou	30	5	1

consumiram uma fruta e 27% mais de uma fruta. Em relação ao leite, 39% dos entrevistados não o consumiram nas últimas 24 h, 44% consumiram uma porção e 17% duas ou mais porções. Houve ainda diferença significativa ($p=0,008$) na ingestão desses alimentos entre estudantes de graduação e de pós-graduação, pois 90% dos pós-graduandos consumiram de uma a duas porções de frutas, enquanto esta quantidade foi consumida por apenas 11% dos graduandos.

Em relação à renda, 80% dos estudantes, tanto de graduação quanto de pós-graduação, recebiam algum tipo de bolsa. A dos pós-graduandos variava de R\$750,00 a R\$1.140,00, valor três vezes superior a qualquer outro tipo de bolsa que os estudantes de graduação recebiam (bolsa-trabalho, alimentação, transporte, iniciação científica). Esses dados sugerem a necessidade de análise

Tabela 4. Distribuição (%) dos estudantes residentes em moradia estudantil, segundo padrão de compra de alimentos. Campinas, SP, 2004.

Alimento	Compra dos entrevistados (%)			
	Nunca	Raramente	Regularmente	Sempre, nunca falta em casa
Bolacha	4	26	40	30
Carne	28	28	35	9
Doces	10	40	32	18
Frutas	12	31	39	18
Hortaliças	22	32	33	13
Leite	10	10	30	50
Macarrão	16	23	31	30
Ovos	28	35	24	13
Pão	3	13	31	53

mais específica sobre a influência da autonomia financeira do estudante sobre o comportamento alimentar.

Jaime & Monteiro¹⁰ afirmam, a partir de dados da pesquisa de orçamento familiar do IBGE 2002-2003, que uma em cada cinco pessoas consome frutas e verduras todos os dias e apenas um em cada oito consome esses alimentos segundo a recomendação mundial – cinco ou mais porções por dia.*

Fisberg et al,⁵ ao avaliarem a qualidade da dieta de moradores do interior de São Paulo, a partir da aplicação do *Healthy Eating Index*,¹¹ verificaram que 12% dos indivíduos apresentaram dieta “saudável”, 74% seguiam uma dieta que necessita de modificações e 14%, dieta inadequada.

Essas comparações permitem afirmar que os resultados do presente estudo condizem com os de estudos semelhantes realizados no Brasil.

É necessário que os programas de promoção da saúde ligados à alimentação incentivem a melhoria da qualidade do desjejum e do jantar, e o aumento do consumo de frutas e leite, a partir da percepção dos próprios estudantes sobre a necessidade de “cuidarem” de sua alimentação.

Coletividade e comensalidade

Verificou-se que 69% dos entrevistados apresentavam comportamento individual em relação às compras, 24% misto e 7% coletivo. Os alimentos comprados com maior frequência pelos entrevistados foram: pão, leite, bolacha e macarrão, enquanto que os adquiridos com menor frequência foram: ovos, carnes e frutas (Tabela 4).

Nas casas com padrão de compras coletivo, os estu-

dantes relataram maior frequência de aquisição de todos os itens alimentares. Dentre os que apresentaram padrão de compras coletivo, 57% relataram que frutas e hortaliças nunca faltavam em casa. Isso porque os moradores dividiam naturalmente as responsabilidades sobre a compra de alimentos, sendo que os alimentos citados eram repostos pelo grupo à medida que eram consumidos. Entre os que tinham padrão de compras individual e misto, apenas 12 e 1% relataram ter sempre estes alimentos em casa.

Para 43% dos entrevistados, o fato de comer acompanhado com outras pessoas altera a alimentação de modo positivo, como se observa nos depoimentos:

E86: “*O sentido afetivo altera muito a alimentação, não é a mesma coisa comer com alguém que você gosta ou com uma pessoa qualquer; como não é a mesma coisa comer em casa com a família e comer no bandeirão [restaurante universitário].*”

Para estudantes que apresentaram respostas entre o “sim” e o “não” (37%), ou seja às vezes altera e às vezes não, as contingências do momento foram referidas como fatores que influenciavam fortemente a opinião sobre as práticas da comensalidade:

E35: “*Sim, quando a pessoa te convida para comer algo diferente, não quando você não tem tempo.*”

E29: “*Sim, quando se prepara alimentos em casa, não quando se come no bandeirão.*”

Entre os que responderam “não” à questão sobre a influência da companhia sobre a qualidade da alimentação, uma justificativa constante era:

E2: “*Comer é uma obrigação e o fato de comer com outra pessoa não motiva.*”

*World Health Organization. The World Report 2002: reduction risks, promotion healthy life. Geneva: World Health Organization; 2002. Disponível em URL: www.who.int/whr/2002/en/Overview_E.pdf [Acesso em 4 Feb 2007]

Entre as pessoas que responderam que comer em companhia não altera a alimentação (20%), observou-se um ar de estranheza em relação ao fato de se aventar que comer sozinho ou acompanhado pudesse modificar de alguma forma a qualidade da alimentação.

Prover a própria alimentação é uma experiência nova para os estudantes que deixam a casa dos pais. Existe um sentimento de insucesso no cuidado com a alimentação (E5), pelo fato dessa tarefa não pertencer mais ao universo familiar, mas a um contexto de responsabilização pela própria vida e experimentação de um novo estilo de vida – a universitária.

E5: *“minha alimentação piorou bastante (...) antes minha mãe era responsável por minha alimentação, mas aqui na moradia sou eu...”*

O insucesso em cuidar da própria alimentação passa a se relacionar ao insucesso no cuidado consigo mesmo. Uma explicação possível para esta constatação seria o fato de que o cuidado demanda e disputa tempo e dedicação com a necessidade que o estudante tem de incorporar-se e vivenciar a própria universidade (E 46). Para os estudantes, “aproveitar” a vida universitária significa ter bom desempenho acadêmico, uma boa rede de relacionamentos, participar da vida cultural que a universidade potencialmente propicia, ou ainda, viver intensamente todas essas novidades juntas. Isso denota que prover e cuidar da alimentação não estão, a priori, incorporados a essa vida na universidade, como algo de importância e de valor.

E46: *“Minha disponibilidade para comer depende da época do semestre, com provas, como pior, o que é mais rápido e barato, a alimentação nunca é prioridade.”*

Diversas estratégias são utilizadas pelos estudantes para melhorar a alimentação. Alguns procuram a casa dos pais como um mecanismo compensatório dessa falta de cuidado com a alimentação (E13), outros procuram provê-la na própria moradia, o que abre espaço para desenvolver a habilidade de cozinhar e a procura de alimentos condizentes ao paladar, à medida que limites de acesso físico e financeiros aos alimentos assim o permitem (E25):

E13: *“No final de semana, tento compensar em casa [a dos pais] o que não consigo comprar e comer durante a semana.”*

E25: *“Tive que aprender a cozinhar, então passei a comer o que tenho preferência.”*

Entretanto, esse mesmo universo que justifica o descuido para alguns, em outras falas, é assumido pelos indivíduos como uma representação de autonomia e liberdade (E79) e da possibilidade de beneficiar-se da autonomia alimentar em lugar da regulação familiar em torno da alimentação (E11).

E79: *“Minha alimentação passou a condizer com a minha individualidade.”*

E11: *“Parei com a neurose do engorda emagrece (...) eu não tinha mais minha mãe pegando no meu pé para fazer regime (...) agora consigo manter meu peso de uma maneira mais tranquila”.*

Essas representações ora se aproximam de um sentimento de fracasso em relação ao tornar-se provedor, ora a sentimentos de um desafio positivo relacionado a esta etapa, no sentido da apropriação da dimensão cuidadora do próprio homem (E1).

E1: *“Meu estômago ficou mais sensibilizado com esta alimentação de hoje em dia...antes eu tinha só rinite, com essa alimentação de hoje em dia tenho até asma... então percebi que precisava me cuidar”*

A universidade enquanto instituição tem um importante papel como formadora de hábitos, não só pelo conteúdo intelectual possivelmente apreendido neste espaço, mas pelo suporte físico e financeiro que oferece. Isso foi constatado a partir das seguintes falas dos entrevistados:

E62: *“O fato de ter bolsa e viver na moradia fez com que eu comesse melhor.”*

E21: *“Se a comida do bandeirão fosse mais agradável eu comeria melhor”*

Segundo Mauss,¹³ comer é um fato social total, ligando o social e o individual de um lado, o físico (ou fisiológico) e o psíquico de outro.¹² Nesse sentido, “repartir” implica em relações de troca, que vão muito além da quantidade, qualidade, procedência ou valor agregado do alimento repartido. As relações de troca implicam a apropriação subjetiva e recíproca de individualidades pela coisa dada, da coisa compartilhada. Pensar a partilha, no sentido de “dar, receber e retribuir” é entender que o comportamento alimentar assegura um contrato social de identidades, estabelece a aliança e a comunhão. Porém, a não-execução de algum elemento desta tríade é a própria declaração de uma “guerra fria” entre indivíduos que não se reconhecem, indivíduos diferentes que não partilham do mesmo regime social, que não dão o consentimento da partilha de suas essências. As relações de troca são, no fundo, misturas.¹³ “Misturaram-se as almas nas coisas; misturaram-se as coisas nas almas. Misturaram-se as vidas e eis como as pessoas e as coisas misturadas saem, cada uma, das suas esferas e misturam: o que é precisamente o contrato e a troca.”

As falas vêm ao encontro das palavras de Ackerman¹ sobre a comida: “grande fonte de prazer, um mundo complexo de satisfação, tanto fisiológica quanto emocional, que guarda grande parte das lembranças de nossa infância”. Em concordância, Diez Garcia⁸ acrescenta que a comida é um meio de prazer e de desejo. No pri-

meiro caso atende ao corpo e, no segundo, à memória, pois, por intermédio da alimentação mergulha-se nos recônditos da subjetividade.

Repartir a comida é um ritual fundamental de vinculação social para afirmar a identidade comum como membros de uma família ou grupo. Escolher alguém com quem comer é, em toda parte, considerado um ato sério, que não deve ser recebido com leviandade.⁹

A análise das representações para os estudantes mostra que o cuidado com a alimentação depende da existência de alguém – outro, geralmente do sexo feminino – que assuma essa responsabilidade. Além disso, a necessidade do cuidado é uma descoberta recente, pois até então a maioria dos estudantes não havia percebido a existência do cuidado conduzido por outras pessoas, e a sua inabilidade em se apropriar desse elemento da vida de uma maneira eficaz. A conscientização decorre, em geral, de experiências negativas decorrentes do descuido (aparecimento de uma doença, insatisfação com a auto-imagem, entre outros). As falas sobre essa descoberta não contemplam a intenção de incorporar esse cuidado como algo cotidiano.

As representações do cuidado com alimentação são determinadas por elementos da história de vida dessas pessoas (valores afetivos, fatores culturais, sociais, ambientais, entre outros). Conseqüentemente o sucesso e o insucesso não dependem apenas de informações ou das condições concretas em que se dá alimentação, mas do resgate das práticas culturais de cuidado.

As experiências no espaço doméstico e extra-doméstico relacionadas com a condição de vida dos sujeitos são importantes na construção das representações do entorno comida/cuidado. Um dos fatores positivos para a

melhoria da condição de vida dos estudantes é o suporte social da universidade: oferecimento de bolsa-trabalho (ajuda financeira que o estudante recebe trabalhando em torno de 12 horas semanais acompanhada ou não de *tickets* refeição) e programas de educação em saúde, entre outros. Além da inclusão social que proporcionam, esses benefícios são positivos para o desenvolvimento de práticas saudáveis entre os universitários.

Os resultados sugerem que as intervenções sobre promoção da saúde abordando o comportamento alimentar poderiam ser relacionadas ao *cuidado com alimentação*. Essas intervenções deveriam visar à construção de autonomia dos sujeitos a partir da percepção sobre a necessidade de se apropriarem do cuidado com a própria alimentação para melhoria de suas condições de vida.

O comportamento coletivo também pode ser um fator importante de melhoria da qualidade da alimentação e da própria convivência entre os membros de um domicílio, meio privilegiado de integração social.

Por outro lado, torna-se necessário incentivar que o restaurante universitário, acessível aos estudantes, seja uma maneira de garantir uma refeição adequada, visto que eles já possuem uma representação simbólica positiva neste aspecto.

Os serviços públicos e privados do campus universitário devem ser foco de interesse, na construção de estratégias de promoção à saúde, visto sua influência no comportamento alimentar dos estudantes, especialmente no que concerne à qualidade da alimentação, ao estímulo a práticas saudáveis e o favorecimento da comensalidade.

REFERÊNCIAS

- Ackerman D. Uma história natural dos sentidos. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil; 1992.
- Boog MCF. Contribuições da educação nutricional à construção da segurança alimentar. *Saúde Rev.* 2004;13(6):17-23.
- Canesqui AM. Antropologia e alimentação. *Rev Saúde Pública.* 1988;22:207-16.
- Cascudo LC. História da alimentação no Brasil. São Paulo: EDUSP; 1983.
- Fisberg RM, Slater B, Barros RR, Lima FD de, César CLG, Carandina I, et al. Índice de Qualidade da Dieta: avaliação da adaptação e aplicabilidade. *Rev Nutr.* 2004;17:301-18.
- Fischler C. *L'omnivore*. Paris: Odile Jacob; 1990.
- Gambardella AMD, Frutuoso MFP, Franchi C. Prática alimentar de adolescentes. *Rev Nutr.* 1999;12:55-63.
- Diez Garcia RW. Representações Sociais da Comida no Meio Urbano: algumas considerações para o estudo dos aspectos simbólicos da alimentação. *Rev. Cad. Debate.* 1994; 2:12-24.
- Jackson E. Alimentação e transformação: imagens e simbolismos da alimentação. São Paulo: Paulus; 1999.
- Jaime PC, Monteiro CA. Consumo de frutas e hortaliças na população adulta brasileira, 2003. *Cad. Saúde Pública.* 2005; 21 (suppl1): S19-S24.
- Kennedy ET, Ohls J, Carlson S, Fleming K. The Healthy Eating Index: design and applications. *J Am Diet Assoc.* 1995;95:1103-9.
- Lévi-Strauss C. Introdução à obra de Marcel Mauss. In: Mauss M. Sociologia e antropologia. São Paulo: EDUSP; 1974, v.2, p.1-24.
- Mauss M. Ensaio sobre a Dádiva: Forma e Razão da Troca nas Sociedades Arcaicas. Lisboa: Edições 70; 1988, Sociologia e Antropologia; p. 37-67.

14. Minayo MCS. O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde. São Paulo: Hucitec/Rio de Janeiro: ABRASCO; 1994.
15. Monteiro CA, Mondini L, Costa RBL. Mudanças na composição e adequação nutricional da dieta familiar nas áreas metropolitanas do Brasil (1988-1996). *Rev Saúde Pública*. 2000;34:251-8.
16. Moscovici S. Representações sociais na psicanálise. Rio de Janeiro: Zahar; 1987.
17. Philippi ST, Latterza AR, Cruz ATR, Ribeiro LC. Pirâmide alimentar adaptada: guia para escolha de alimentos. *Rev Nutr*. 1999;12:65-80.
18. Poulain JP. Sociologias da alimentação: os comedores e o espaço social alimentar. Florianópolis: UFSC; 2004.
19. Scholliers P. Food, drink and identity: cooking, eating in Europe since the middle ages. Oxford: Berg; 2001.
20. Secretaria de Políticas de Saúde. Política Nacional de Alimentação e Nutrição do Setor Saúde. *Rev Saúde Pública*. 2000;34:104-8.
21. Uchimura KY, Bosi MLM. Programas de comercialização de alimentos: uma análise das modalidades de intervenção em interface com a cidadania. *Rev Nutr*. 2003;16:387-97.
22. Vieira VCR, Priore SE, Ribeiro SMR, Franceschini SCC, Almeida LP. Perfil socioeconômico, nutricional e de saúde de adolescentes recém-ingressos em uma universidade pública brasileira. *Rev Nutr*. 2002;15:273-82.

Financiado pela Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo (Fapesp –processo 03/08682-1).

Apresentado no III Congresso Brasileiro de Ciências Sociais e Humanas em Saúde organizado pela Associação Brasileira de Saúde Coletiva (Abrasco) em Florianópolis, SC, 9 a 13 de julho 2005.