

# **Proposta de um Método para a avaliação da Escolha Alimentar do Comensal de um Restaurante por Peso**

## **Resumo**

A escolha alimentar do homem está relacionada à sua condição de onívoro, ou seja, pela sua capacidade de comer de tudo, sendo condicionada, ao mesmo tempo, pelos determinantes relacionados aos alimentos (como o sabor, a variedade, o valor nutricional, a aparência) e ao próprio indivíduo (determinantes biológicos, sócio-culturais e antropológicos, econômicos). Aos indivíduos que necessitam realizar suas refeições fora de casa, essa condição pode tornar-se um dilema. Este texto objetiva discutir um método para avaliar a escolha alimentar do comensal de um restaurante por peso, dentro da variedade de alimentos que lhe é disponível nesse sistema. Sugere-se, portanto, avaliar as suas práticas alimentares observadas, através da fotografia do prato do sujeito no momento em que ele o leva à balança do restaurante e compará-las com as suas práticas declaradas, através da aplicação do questionário, que levem aos determinantes da escolha alimentar do comensal de um restaurante por peso.

**palavras-chave:** escolha alimentar, comensal, alimentação fora de casa, restaurante por peso, práticas alimentares

## **Introdução**

A relação entre o homem e o alimento está baseada na condição humana de onívoro, isto é, apresentar a capacidade de comer de tudo, sendo-lhe delegada, assim, uma liberdade de escolha alimentar (Raoult-Wack, 2001; Courbeau & Poulain, 2002). Entretanto, nem tudo o que a natureza oferece é escolhido por ele, uma vez que o indivíduo é determinado por diversas condições que irão influenciar essa decisão.

A escolha alimentar humana é considerada um processo complexo que envolve o meio-ambiente, a história individual e a personalidade refletida em valores pessoais (Courbeau & Poulain, 2002). Assim, ela é gerada pela expectativa do homem em relação à sua alimentação, levando-o à ambivalência da liberdade de escolha e de estar condicionado às normas sócio-culturais.

Dentre os determinantes da escolha alimentar pode-se citar os fatores relacionados aos alimentos e ao próprio indivíduo. Algumas variáveis relacionadas aos alimentos, citadas na literatura, consistem na apresentação visual, no sabor, no valor nutricional, nos tipos de preparações e na variedade oferecida (Castelo Branco, 2000; Nield et al., 2000; Mills & Clay, 2001; Tse et al., 2002; Scholderer et al., 2004). Já como fatores individuais que estão relacionados direta ou indiretamente à escolha alimentar, autores citam os fatores biológicos (Fantino, 1999; Gedrich, 2003), econômicos (Falk et al., 2001, Tse et al., 2002; Gedrich, 2003), sócio-culturais (Falk et al., 2001; Nield et al., 2000; Courbeau & Poulain, 2002; Poulain, 2004; Gedrich, 2003) e antropológicos (Courbeau & Poulain, 2002). Com base nisso, considera-se ser possível obter parâmetros para avaliar a escolha alimentar.

Observa-se uma tendência na comensalidade contemporânea que impõe a adaptação dos indivíduos ao meio urbano, exigindo o ajuste das suas práticas alimentares as questões temporais, espaciais e financeiras. Nesse contexto, o indivíduo é confrontado, principalmente com a falta de tempo para voltar para casa e realizar sua refeição, ou

mesmo para prepará-la, optando assim pela alimentação fora de casa (Garcia, 1999).

O setor de alimentação fora de casa engloba tanto estabelecimentos coletivos quanto comerciais (Proença, 2000). Dentro dessas categorias, um tipo de restaurante que tem sido muito freqüentado pelos brasileiros nos últimos anos é o restaurante por peso. Esse é um modelo self-service (auto-serviço), onde o comensal escolhe o que deseja consumir pagando referente ao peso do que foi colocado em seu prato (Magneé, 1996).

No restaurante por peso, o homem é confrontado com o dilema de ter que decidir o que comer frente a uma oferta muito mais ampla do que a doméstica, onde o rol de opções e, conseqüentemente, a escolha, é previamente determinada pelo responsável pela alimentação da família, além das dimensões individuais. Nesse sentido, muitos fatores podem ser observados no momento de uma refeição, num determinado tipo de estabelecimento, bastante utilizado por uma população e que conduzirá o indivíduo a realizar suas escolhas alimentares. Isso atribui ao restaurante por peso, um ambiente particularmente propício de se avaliar a escolha alimentar dos indivíduos.

Considerando que essas dimensões são complexas e se manifestam de diferentes formas e em diferentes situações, o presente estudo objetiva iniciar a busca do entendimento dos determinantes da escolha alimentar dos comensais que freqüentam um restaurante por peso. Essas variáveis servirão para dar o embasamento teórico inicial à pesquisa e trabalhar minimamente num instrumento para avaliação da escolha alimentar dos comensais de um restaurante por peso.

### **O Método e Análise de Dados Propostos**

Propõe-se a aplicação do método em um Estudo de Caso Quantitativo, realizado num restaurante por peso, a partir da aplicação das etapas nos comensais, escolhidos aleatoriamente.

Após a seleção, sugere-se a fotografia do prato do comensal escolhido, no momento em que ele o coloca na balança do restaurante, após servir-se, constituindo a primeira etapa que é a observação das práticas alimentares observadas dos comensais.

As práticas observadas consistem em verificar as práticas alimentares atuais, que os indivíduos realizam e que são passíveis de observação (Poulain, 1999 e 2002; Poulain & Proença, 2003a e b). Esse procedimento evita as interferências no momento da escolha dos alimentos pelos comensais.

As práticas alimentares declaradas são definidas como a idéia que os indivíduos possuem em relação à refeição apropriada, opiniões, atitudes e valores, transmitidos oralmente (Poulain & Proença, 2003a e b). Com o intuito de avaliá-las, na segunda etapa sugere-se a realização de uma entrevista com cada sujeito após o almoço, com a utilização de um questionário baseado nas questões destacadas na literatura e auxílio de um gravador. Esses dados constituem indicadores às variáveis propostas como alguns dos determinantes da escolha alimentar

Nessa abordagem é possível identificar como o comensal se comporta perante os alimentos, sendo que muitas vezes esse comportamento escapa às questões relatadas por ele próprio. Nessa perspectiva, a escolha alimentar pode ser encarada por aspectos múltiplos passíveis de avaliação ao se realizar o cruzamento desses dados obtidos pela aplicação desse método.

Dessa maneira, com a obtenção dos dados da primeira e da segunda etapa, sugere-se a aplicação de testes estatísticos para a sua análise, conforme os procedimentos descritos abaixo:

1) Agrupam-se as fotografias de pratos semelhantes e a partir disso, definem-se as categorias, que resultarão em perfis típicos dos comensais de acordo com a combinação do prato.

2) Após traçado os perfis, aplica-se uma Estatística Descritiva Básica, para se verificar a distribuição de frequências em relação: ao perfil do comensal (relacionado ao sexo, à idade, à escolaridade, entre outros), às práticas observadas (tipos de pratos registrados) e às normas (práticas declaradas pelos entrevistados)

3) Utiliza-se, também, o Teste  $X^2$  para analisar as diferenças entre o perfil do comensal e o tipo de prato escolhido, bem como entre o perfil do comensal e as normas por ele declaradas.

4) Após definidas as variáveis para compor os grupos, aplica-se a Análise fatorial de correspondência (Pereira, 1999) com essas variáveis, permitindo a associação das práticas declaradas e as práticas observadas. Esse tratamento busca conhecer como se comportam as categorias das variáveis do estudo, ou seja, como elas se distribuem, ao mesmo tempo avaliar a pertinência das diferenças encontradas nessa distribuição.

### **Discussão e Considerações Finais**

Poulain e Proença (2003b) referem os métodos que podem empregar os níveis do fato social alimentar, permitindo avaliar o comportamento do comensal estudando suas práticas alimentares. Dentre esses níveis estão as práticas observadas, as práticas declaradas espontaneamente, as normas e modelos coletivos, as opiniões, as atitudes, os valores e o simbolismo. Nessa lógica, é possível refletir sobre os meios para coletar os dados e direcionar para uma análise efetiva e coerente desses, que permitirão elucidar as questões vigentes sobre a escolha alimentar. Essas variáveis permitem incorporar a visão das ciências sociais às ciências nutricionais, a fim de definir o espaço social alimentar.

Um exemplo é o estudo realizado por Poulain (2002) sobre a comensalidade contemporânea na França, que englobou uma análise descritiva através de variáveis dependentes como a estrutura das refeições, pela avaliação do número de alimentos/preparações ingeridos que compuseram o prato, através da etapa de observação. A composição do prato foi dividida em diferentes possibilidades de combinações, escolhidas pelos comensais estudados. Com esses dados, cada tipo de combinação, codificada previamente, foi associada às dimensões temporal, espacial e social da refeição.

Para avaliação das práticas declaradas, foram conduzidas entrevistas após o almoço, através de um protocolo sobre alimentação e o serviço prestado. A análise final consistiu em buscar a associação das variáveis dependentes (relacionadas à combinação do prato) com as variáveis independentes (padrões sociológicos) através do Teste do qui-quadrado ( $X^2$ ) e Correlação de Pearson, identificando as diferenças entre os indivíduos de acordo com as dimensões sociais e a escolha alimentar.

Considerando-se a especificidade, a disseminação e a importância que o sistema de refeições por peso apresenta no Brasil, justifica-se a preocupação do desenvolvimento de um método que possa contribuir com o entendimento da escolha do comensal nessa situação.

Destaca-se que o principal objetivo deste texto é fomentar a discussão científica da temática, na medida das contribuições que poderão advir para enriquecer os estudos que estão sendo realizados nesta linha de pesquisa junto ao Programa de Pós-Graduação em Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina.

### **Referências Bibliográficas**

- Raoult-Wack, A-L. Dis-moi ce que tu manges. Paris: Art de vivre. 2001.
- Courbeau, J-P.; Poulain, J-P. Libres mangeurs? In: Penser l'alimentation: entre imaginaire et rationalité. Toulouse: Éditions Privat, 2002. p.137-156.
- Castelo Branco, N.S.D. Análise da alimentação fora do domicílio de consumidores do centro comercial do Município do Rio de Janeiro – RJ. Tese (Doutorado em Ciências da Nutrição) – Faculdade de Engenharia de Alimentos da Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2000.
- Nield, K.; Kozak, M.; Legrys, G. The role of food service in tourist satisfaction. *Hospitality Management*, v.19, p.375–384, 2000.
- Mills, J.E.; Clay, J.M. The truth-in-menu law and restaurant consumers. *Foodservice Research International*, v.13, p.69-82, 2001.
- Tse, A.C.B.; Sin, L.;Yin, F.H.K. How a crowded restaurant affects consumers' attribution behavior. *Hospitality Management*, v.21, p.449-454, 2002.
- Scholderer, J. et al. Cross-cultural validity of the food-related lifestyles instrument (FRL) within Western Europe. *Appetite*, v.42, p.197-211, 2004.
- Fantino, M. Plaisir et prise alimentaire: aspects physiologiques. *Cahiers de Nutrition et de Diététique*, Paris, v.34, n.3; p. 149-152, 1999.
- Gedrich, K. Determinants of nutritional behavior: a multitude of levers for successful intervention? *Appetite*, v.41, p.231-238, 2003.
- Falk, L.W.; Sobal, J.; Bisogni, C.A.; Connors, M.; Devine, C.M.. Managing health eating: definitions, classifications and strategies. *Health Education & Behavior*, v.28, n.4, p.425-439, 2001.
- Poulain, J-P. Sociologias da Alimentação. Tradução: Proença, R.P.C.; Rial, C.S.; Conte, J. Florianópolis: EDUFSC, 2004.
- Garcia, R.W.D. A comida, a dieta, o gosto – Mudanças na cultura alimentar urbana. Tese (Doutorado em Psicologia Social) - Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo, São Paulo, 1999.
- Proença, R.P.C. Inovação tecnológica na produção de alimentação coletiva. 2 ed. Florianópolis: Editora Insular, 2000.
- Magnée, H.M. Manual do self-service. São Paulo: Livraria Varela, 1996. 242p.
- Poulain, J-P. La construction du choix alimentaire. Dossier- *La Revue*, Paris, p.60-73, sept.-oct, 1999.
- \_\_\_\_\_. The contemporary diet in France: “de-structuration” or from commensalisms to “vagabond feeding”. *Appetite*, v.39, p. 43-55, 2002.
- Poulain, J-P; Proença, R.P.C. O espaço social alimentar: um instrumento para o estudo dos modelos alimentares. *Revista de Nutrição*, Campinas, v.16, n.3, p.245-256, 2003a.
- \_\_\_\_\_. Reflexões metodológicas para o estudo das práticas alimentares. *Revista de*

Nutrição, Campinas, v.16, n.4, p.365-386, 2003b.

Pereira, J.C.R. Análise de dados qualitativos: estratégias metodológicas para as Ciências da Saúde, Humanas e Sociais. 2 ed. São Paulo: Ed USP/FAPESP, 1999.

---

## **Autores**

### **Dra. Manuela Mika Jomori**

Nutricionista, Mestranda do Programa de Pós-Graduação em Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC. Graduada pela Universidade Federal de Viçosa

### **Dra. Maria Cristina Marino Calvo**

Docente do Programa de Pós-Graduação em Saúde Pública da Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC. Doutora em Engenharia de Produção pela Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC

### **Prof. Dra. Rossana Pacheco da Costa Proença**

Nutricionista, Professora do Departamento de Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina - UFSC. Líder do Núcleo de Pesquisa em Produção de Refeições NUPPRE - UFSC.

---

Os autores estão em ordem alfabética.

Este artigo é um resumo. O artigo em sua íntegra pode ser encontrado na revista Nutrição em Pauta, v. XIII, n. 74, edição **Setembro/Outubro 2005**