

PERFIL ANTROPOMÉTRICO DE CONSUMIDORES DE REFEIÇÕES VEGETARIANAS DE UM RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO DE TERESINA-PI

Wellington Demes Coelho de Sousa¹, Fernanda de Andrade Nunes¹, Gisele Maria de Sousa Freitas¹
Sueli Maria Teixeira Lima², Rodrigo Barbosa Monteiro Cavalcante³

RESUMO

Introdução a dieta vegetariana é caracterizada pela exclusão de carnes e derivados, podendo incluir laticínios e/ou ovos. Por ser um padrão alimentar saudável e que influencia positivamente o estado nutricional dos seus adeptos, tem-se verificado uma adesão crescente de adultos jovens ao vegetarianismo. Objetivo analisar o perfil antropométrico de consumidores de refeições vegetarianas de um restaurante universitário em instituição pública de ensino superior localizada em Teresina-PI. Materiais e métodos o trabalho se refere a uma pesquisa descritiva de caráter transversal, com a obtenção de dados primários dos comensais por questionário socioeconômico próprio e avaliação antropométrica. A avaliação foi composta por peso, altura, índice de massa corporal e, nos adultos, adição das circunferências da cintura (CC) e do quadril e razão cintura-quadril (RCQ). Participaram da pesquisa 100 comensais, porém, apenas 95 possuíam seus dados considerados válidos. Resultados e discussão os comensais de refeições vegetarianas do restaurante universitário analisado foram, em sua maioria, mulheres onívoras e eutróficas. Dentre os vegetarianos, destacaram-se os ovolactovegetarianos. Esse público ainda apresentou dados antropométricos satisfatórios, como a estatura para a idade em adolescentes e a CC e a RCQ em adultos. Conclusão as refeições vegetarianas têm despertado o interesse de consumidores onívoros e, para a manutenção do estado nutricional adequado, é fundamental a continuidade de escolhas alimentares saudáveis dentro e fora da universidade.

Palavras-chave: Estado nutricional. Dieta vegetariana. Estudantes.

ABSTRACT

Anthropometric profile of consumers of vegetarian meals of a university restaurant in Teresina-PI

Introduction the vegetarian diet is characterized by the exclusion of meat and dairy products, and may include milk and dairy products and/or eggs. The vegetarian diet is a healthy eating pattern that positively influences the nutritional status of its followers, thus, there has been an increasing adherence among young adults. Objective to analyze the anthropometric profile of consumers of vegetarian meals from a university restaurant in a public educational institution located in Teresina-PI. Materials and methods the work is a descriptive cross-sectional research, with primary data obtained from diners through a specific socioeconomic questionnaire and anthropometric assessment. The assessment consisted of weight, height, body mass index (BMI) and, in adults, addition of waist circumference (WC) and hip circumference and waist-to-hip ratio (WHR). A total of 100 diners participated in the survey, but only 95 had valid data. Results and discussion the diners of vegetarian meals at the university restaurant analyzed were, for the most part, omnivorous and eutrophic women. Among the vegetarians, the lacto-ovo vegetarians stood out. This group also presented satisfactory anthropometric data, such as height for age in adolescents and WC and WHR in adults. Conclusion vegetarian meals have aroused the interest of omnivorous consumers and, to maintain adequate nutritional status, it is essential to continue making healthy food choices inside and outside the university.

Key words: Nutritional status. Vegetarian diet. Students.

1 - Discente, Departamento de Nutrição, Universidade Federal do Piauí (UFPI), Teresina, Piauí, Brasil.

2 - Restaurante universitário, Universidade Federal do Piauí (UFPI), Teresina, Piauí, Brasil.

3 - Docente, Departamento de Nutrição, Universidade Federal do Piauí (UFPI), Teresina, Piauí, Brasil.

INTRODUÇÃO

Tem-se observado uma crescente popularidade das dietas vegetarianas, principalmente, na população adolescente e em adultos jovens.

As motivações que levam a adoção da dieta vegetariana são diversas e incluem questões éticas, religiosas e ambientais. Em adição, a decisão por seguir essa dieta pode estar relacionada aos benefícios que ela confere à saúde, como a prevenção e tratamento de algumas doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs) (Aravena e colaboradores, 2020).

Em universitários, as mudanças no cotidiano e as novas descobertas, influenciadas pela ampliação da independência e autonomia, contribuem para o desenvolvimento de comportamentos mais saudáveis. Dentre esses comportamentos, está a adoção de novos padrões alimentares, caracterizados pela exclusão e/ou inclusão de grupos de alimentos, como o vegetarianismo.

O padrão alimentar vegetariano está cada vez mais presente na população brasileira, como mostra os dados do Instituto Brasileiro de Opinião Pública e Estatística (Ibope) de 2018, que revelou a prevalência do vegetarianismo em 10% dos homens e 9% das mulheres, com mais de 18 anos de idade, no Brasil (Barros, Bierhals, Assunção, 2020).

A dieta vegetariana é caracterizada pela substituição do consumo de carnes animais por fontes alimentares vegetais. Dessa forma, a dieta é composta por hortaliças, leguminosas, cereais, sementes, nozes, castanhas, tubérculos e frutas.

Dentro do vegetarianismo existem diversas subclassificações, onde as mais conhecidas são a dieta ovolactovegetariana, que inclui os laticínios (leite e derivados) e ovos, e a vegetariana estrita, que exclui o consumo de qualquer produto animal (Cáceres, Hernández, Herrera, 2022).

As dietas vegetarianas contêm elevadas quantidades de fibras alimentares, minerais, vitaminas, como C e E, e fitoquímicos antioxidantes que podem diminuir os níveis de biomarcadores inflamatórios circulantes, contribuindo na redução do risco de doenças crônicas (Al-Ma'aitah, Tayyem, 2021).

O vegetarianismo é mais do que se abster de carnes e derivados, consiste no consumo adequado e regular de alimentos de origem vegetal.

Dessa forma, constitui um dos padrões alimentares mais saudáveis e que influencia positivamente o estado de saúde e nutrição de uma pessoa.

Esses benefícios tornam a dieta vegetariana ideal em todos os ciclos da vida, sendo capaz de manter o Índice de Massa Corpórea (IMC), a Circunferência da Cintura (CC) e o nível de colesterol plasmático dentro da normalidade (Saintila e colaboradores, 2021).

Em relação ao estado nutricional, estudos têm demonstrado uma menor ocorrência de sobrepeso e obesidade em indivíduos adeptos ao vegetarianismo e semivegetarianismo, quando comparados aos onívoros. De forma geral, o público vegetariano tende a ser eutrófico (Merli, Vidigal, 2020).

Diante do exposto, justifica-se o presente trabalho pela necessidade de se obter informações sobre o perfil antropométrico de consumidores de refeições vegetarianas em restaurantes universitários, visto que essa etapa é fundamental para o planejamento de cardápios.

O objetivo do estudo é avaliar o perfil antropométrico de consumidores de refeições vegetarianas de um restaurante universitário em instituição de ensino superior de Teresina-PI.

MATERIAIS E MÉTODOS

O trabalho se refere a uma pesquisa descritiva de caráter transversal, com a obtenção de dados primários, realizada em unidades de um restaurante universitário (RU) de instituição de ensino superior em Teresina, PI.

Esse trabalho faz parte de um projeto maior intitulado "Vegetarianismo em Unidades de Alimentação e Nutrição - perfil de consumidores, análise de cardápios e desenvolvimento de produtos" que foi apreciado e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UFPI (CAAE: 78225524.0.0000.5214).

Abordagem dos participantes da pesquisa

Considerando o processo de Consentimento Livre e Esclarecido, na abordagem aos indivíduos convidados a participarem da pesquisa, foram feitos os esclarecimentos pela equipe responsável pelo projeto. Nessa etapa, foi considerado o

momento, a condição e o local mais adequados nos restaurantes universitários para que o esclarecimento fosse efetuado, considerando, para isso, as peculiaridades do convidado e sua privacidade.

As informações foram prestadas em linguagem clara e acessível, utilizando-se das estratégias mais apropriadas à cultura, faixa etária, condição socioeconômica e autonomia dos comensais.

Posteriormente, foi concedido o tempo adequado para que o convidado a participar da pesquisa pudesse refletir, consultando, se necessário, seus familiares ou outras pessoas que pudessem ajudá-los na tomada de decisão livre e esclarecida.

Superada a etapa inicial de esclarecimento, foi apresentado ao convidado para participar da pesquisa o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) para que fosse lido e compreendido, antes da concessão do seu consentimento (Brasil, 2013).

Amostra

A coleta dos dados foi realizada entre os dias 16 e 20 de setembro de 2024 no RU 1, e nos dias 23, 25 e 27 de setembro de 2024 no RU 2, todas no horário de almoço, das 11h às 14h, por ser o intervalo de maior fluxo de comensais.

A escolha dos RUs se deu considerando a amostragem por conveniência. Os critérios de inclusão dos participantes na pesquisa foram: idade maior ou igual a 18 anos e o consumo do cardápio vegetariano do RU no dia da pesquisa. Todos os participantes responderam ao questionário socioeconômico e participaram da avaliação antropométrica realizada por equipe treinada.

Participaram da pesquisa 100 comensais, porém, apenas 95 possuíam seus dados considerados válidos (completos), visto que 5 participantes da pesquisa não preencheram o formulário corretamente.

De acordo com o repassado pelo RU, são produzidas, em média, 200 refeições vegetarianas por dia e essas diferem da refeição onívora, basicamente, no prato principal (proteico) ofertado.

Coleta dos dados

Para a aferição do peso, em piso nivelado, utilizou-se uma balança digital

(Plenna®, MEA-07400), com capacidade máxima 150 kg e escala de 100 g. Os participantes foram orientados a retirar os sapatos, adornos e quaisquer objetos dos bolsos para a pesagem.

O procedimento padrão foi, após ligar a balança e em numeração zerada, orientar o participante a subir no equipamento, de forma ereta, imóvel, com os pés juntos, braços estendidos ao longo do corpo e olhando fixamente para frente. Em seguida, o resultado foi coletado (Sanches, Bresan, Del Ré, 2020).

Para aferição da altura dos participantes, foi utilizado um estadiômetro milimétrico portátil com altura máxima de 200 cm.

Nesse caso, foi orientado ao participante que retirasse os calçados e quaisquer adereços na cabeça e se posicionasse no centro do instrumento de forma ereta, braços estendidos ao corpo e olhar fixo para um ponto na altura dos olhos.

Além disso, as pernas estavam paralelas em ângulo reto com os pés e os calcanhares, panturrilhas, os glúteos, as escápulas e a parte posterior da cabeça encostados na parede.

Em seguida, a parte móvel do equipamento era ajustada à altura da cabeça com pressão suficiente apenas para comprimir o cabelo do participante e registrar a leitura apontada na régua (Sanches, Bresan, Del Ré, 2020).

Para a aferição da circunferência da cintura, utilizou-se uma fita métrica inelástica com precisão de 0,1 cm. Os participantes foram instruídos a ficarem de maneira ereta, com o abdômen relaxado, braços estendidos ao longo do corpo e as pernas um pouco separadas; após, foi solicitado que o participante levantasse a blusa até abaixo do tórax.

A circunferência foi coletada a partir do ponto médio da cintura, que está localizado entre a última costela e a crista supra ilíaca.

Em seguida, posicionou-se a fita métrica confortavelmente no plano horizontal ao redor da cintura, na altura do ponto médio. A leitura foi feita após a expiração normal do avaliado (Sanches, Bresan, Del Ré, 2020).

Para a aferição da circunferência do quadril, utilizou-se a mesma fita métrica. Os participantes foram instruídos a ficarem de maneira ereta, com os braços estendidos ao lado do corpo ou em formato de cruz e as pernas fechadas. A circunferência foi coletada a partir do grande trocânter. Em seguida,

posicionou-se a fita métrica confortavelmente no plano horizontal ao redor do quadril, em cima dos trocânteres. A leitura foi feita e o resultado anotado (Sanches, Bresan, Del Ré, 2020).

Avaliação do estado nutricional - adolescentes

Os dados antropométricos foram coletados para posterior cálculo do Índice de Massa Corporal (IMC), obtido pela divisão do peso corporal (Kg) pela estatura ao quadrado (m^2) (Tabela 1).

Tabela 1 - Classificação do estado nutricional de adolescentes (≥ 10 anos e < 20 anos) segundo o Índice de Massa Corporal (IMC) para idade.

Percentil	Classificação
$< 0,1$	Magreza acentuada
$\geq 0,1$ e < 3	Magreza
≥ 3 e ≤ 85	Eutrofia
> 85 e ≤ 97	Sobrepeso
> 97 e $\leq 99,9$	Obesidade
$> 99,9$	Obesidade Grave

Fonte: Adaptado de WHO (2006).

Para o diagnóstico nutricional dos adolescentes, utilizou-se ainda o parâmetro estatura para idade. Este indica o crescimento linear, apresentando-se como o índice que

reflete os efeitos cumulativos da situação de saúde e nutrição em longo prazo, ou seja, o déficit neste índice deve ser interpretado como uma condição crônica (Tabela 2).

Tabela 2 - Classificação do estado nutricional de adolescentes (≥ 10 e < 20 anos) considerando o índice estatura para idade.

Percentil	Classificação
$< 0,1$	Muito baixa estatura para a idade
$\geq 0,1$ e < 3	Baixa estatura para a idade
≥ 3	Estatura adequada para a idade

Fonte: Adaptado de WHO (2006).

Tabela 3 - Classificação do estado nutricional de adultos (≥ 20 anos e < 60 anos) segundo o Índice de Massa Corporal (IMC).

IMC (Kg/m^2)	Classificação
< 16	Magreza grau III
16 – 16,9	Magreza grau II
17 – 18,49	Magreza grau I
18,5 – 24,9	Eutrofia
25,0 – 29,9	Sobrepeso
30 – 34,9	Obesidade grau I
35 – 39,9	Obesidade grau II
> 40	Obesidade grau III

Fonte: Adaptado de WHO (2000).

Tabela 4 - Classificação da circunferência da cintura para adultos quanto ao risco de complicações metabólicas associadas à obesidade, segundo o sexo.

Sexo	Risco de complicações metabólicas associadas à obesidade	
	Elevado	Muito Elevado
Homem	≥ 94 cm	≥ 102 cm
Mulher	≥ 80 cm	≥ 88 cm

Fonte: WHO (2000).

Tabela 5 - Classificação do risco de morbididades para adultos segundo a razão cintura-quadril (RCQ).

Sexo	RCQ Risco aumentado
Homem	> 0,90
Mulher	> 0,85

Fonte: Adaptado de WHO (2008).

Avaliação do estado nutricional - adultos

Para realizar o diagnóstico nutricional de adultos, foram considerados os valores de IMC, circunferência da cintura (CC) e razão cintura-quadril.

A circunferência da cintura (CC) foi avaliada a partir de valores limítrofes associados ao desenvolvimento de complicações relacionadas à obesidade (Tabela 4). Considerando a razão cintura-quadril (RCQ), a relação indicativa de risco para o desenvolvimento de doenças se encontra na tabela 5.

Análise dos dados

Os dados foram registrados e armazenados no Microsoft Excel® e os

resultados obtidos foram apresentados na forma de estatística descritiva com dados em frequência absoluta e frequência relativa (%) das variáveis categóricas.

RESULTADOS

No presente trabalho houve predomínio de comensais do sexo feminino, sendo a prevalência de 85,2% e 61,8% dos adolescentes e adultos, respectivamente. Em relação a idade dos comensais, 70,4% dos adolescentes possuíam 19 anos e, dentre os adultos, 92,6% tinham entre 20 e 29 anos (Tabelas 6 e 7).

Esses resultados ratificam o interesse das mulheres por preparações vegetarianas e a presença substancial de jovens e adultos jovens dentre os comensais de RUs.

Tabela 6 - Caracterização e avaliação antropométrica de adolescentes consumidores de refeições vegetarianas em restaurante universitário de Teresina-PI.

Caracterização e antropometria	n	%
Sexo		
Masculino	4	14,8
Feminino	23	85,2
Idade		
18 anos	8	29,6
19 anos	19	70,4
Hábito alimentar		
Vegano	1	3,7
Vegetariano estrito	5	18,5
Ovolactovegetariano	7	26
Lactovegetariano	-	-
Ovovegetariano	-	-
Onívoro	14	51,8
IMC para idade		
Magreza acentuada	-	-
Magreza	-	-
Eutrofia	21	77,8
Sobrepeso	1	3,7
Obesidade	5	18,5
Obesidade grave	-	-
Estatura para idade (E/I)		
Muito baixa estatura para a idade	-	-
Baixa estatura para a idade	1	3,7
Estatura adequada para a idade	26	96,3

Fonte: Do autor, 2025.

Considerando o hábito alimentar dos comensais, no presente estudo ocorreu a predominância de onívoros, seguido de ovolactovegetarianos, tanto no público adolescente quanto no adulto.

Em relação ao IMC, a maioria dos comensais estava dentro da faixa de eutrofia, sendo, 77,8% dos adolescentes e 63,2% dos

adultos. Destaca-se ainda que nenhum adolescente apresentou IMC de magreza, porém, 8,8% e 1,5% dos adultos apresentaram magreza grau I e II, respectivamente (Tabelas 6 e 7). Para o diagnóstico mais adequado de obesidade, a utilização de outras medidas é essencial.

Tabela 7 - Caracterização e avaliação antropométrica de adultos consumidores de refeições vegetarianas em restaurante universitário de Teresina-PI.

Caracterização e antropometria	n	%
Sexo		
Masculino	26	38,2
Feminino	42	61,8
Idade		
20-29 anos	63	92,6
30-39 anos	3	4,4
40-49 anos	2	3,0
50-59,9 anos	-	-
Hábito alimentar		
Vegano	5	7,3
Vegetariano estrito	4	5,9
Ovolactovegetariano	19	28
Lactovegetariano	1	1,5
Ovovegetariano	2	2,9
Onívoro	37	54,4
IMC (kg/m ²)		
Magreza grau III	-	-
Magreza grau II	1	1,5
Magreza grau I	6	8,8
Eutrofia	43	63,2
Sobrepeso	13	19,1
Obesidade grau I	4	5,9
Obesidade grau II	1	1,5
Obesidade grau III	-	-
Circunferência da cintura (cm)		
Adequado	59	86,8
Elevado	5	7,3
Muito elevado	4	5,9
Razão cintura-quadril (RCQ)		
Sem risco	62	91,2
Risco aumentado	6	8,8

Fonte: Do autor, 2025.

Ao avaliar o parâmetro de estatura para idade (E/I), 96,3% dos adolescentes apresentaram adequação (Tabela 6).

Esse resultado reflete condições de saúde e nutrição adequadas ao longo da vida dos comensais. Nos adultos foram observados resultados satisfatórios quanto aos valores de CC e RCQ, com 86,8% e 91,2% de adequação, respectivamente (Tabela 7).

DISCUSSÃO

De acordo com os dados coletados, verificou-se que a maior porcentagem dos consumidores de refeições vegetarianas foi do sexo feminino.

Esse resultado se assemelha ao obtido no estudo de Marini e colaboradores (2022), onde 89,5% dos alunos de graduação vegetarianos eram do sexo feminino.

Braucks e colaboradores (2021), ao analisarem adultos vegetarianos residentes no estado do Rio de Janeiro, verificaram que 85% dos participantes eram mulheres. Portanto, é perceptível que as mulheres possuem uma maior propensão a optarem por refeições vegetarianas.

Esse resultado tem sido observado ao longo da história do vegetarianismo, onde o consumo de carnes é retratado como essencial para a manutenção da força e de uma identidade masculina, enquanto minimizam o vegetarianismo, pois ele é visto como um padrão alimentar mais leve, saudável e de apoio aos direitos e ao bem-estar dos animais, razão pela qual as pessoas podem o associar à feminilidade (Rosenfeld, 2020).

Segundo pesquisa realizada por Fonseca e colaboradores (2021), ao caracterizar o público que consumia a preparação vegetariana dos RUs em instituição superior de Vitória (ES), médias de idade de 24,1 e 23,63 anos foram observadas para os comensais onívoros e vegetarianos, respectivamente.

Além disso, em pesquisa feita por Jesus e colaboradores (2022) com usuários do RU da UFRA (Belém, PA), verificou-se uma média de idade de 21,6 anos, sendo a faixa etária de maior representatividade a de 17 a 25 anos, sendo 83,9% da amostra.

No trabalho de Araújo e colaboradores (2019) em RU na UFVJM (Diamantina, MG), o intervalo de idade de 18 a 25 anos representou 71% da amostra. Esses dados ratificam a grande parcela de adultos jovens dentre os comensais de RUs; essa informação é bastante pertinente durante o planejamento dos cardápios.

Em relação ao hábito alimentar, 51,8% dos adolescentes eram onívoros e 26% ovolactovegetarianos. Dentre os adultos, 54,4% eram onívoros e 28% ovolactovegetarianos (Tabelas 6 e 7).

Portanto, verifica-se o interesse dos onívoros pesquisados em consumir refeições vegetarianas, provavelmente, a fim de priorizar uma dieta mais saudável e sustentável.

Esse resultado também reforça o papel do RU como um ambiente educativo, pois possibilita / estimula o contato de comensais onívoros com cardápios vegetarianos adequadamente planejados.

Maciel e colaboradores (2025) observaram uma maior porcentagem de

ovolactovegetarianos (34,7%) e, em seguida, onívoros (31,4%), dentre os consumidores da opção vegetariana do RU da Universidade Federal do Ceará.

No estudo de Cruz e colaboradores (2022), apenas com usuários vegetarianos que frequentam o RU da UERJ, verificou-se uma maior porcentagem de ovolactovegetarianos (44,8%) dentre os comensais.

Queiroz, Soliguetti e Moretti (2018) também determinaram uma maior porcentagem de ovolactovegetarianos (37%) dentre os vegetarianos e simpatizantes analisados.

Diante desses dados, tem-se verificado que os consumidores preferem a dieta ovolactovegetariana, provavelmente, por ser a menos restrita e, conseqüentemente, acaba sendo a porta de entrada ao vegetarianismo.

No trabalho de Queiroz, Soliguetti e Moretti (2018) foi possível observar que 94% dos não veganos gostariam ou estão tentando se tornar um.

Considerando os resultados da avaliação do IMC, corroborando com os dados do presente estudo, Guimarães e colaboradores (2024) verificaram uma porcentagem de 86,2% de eutrofia em estudantes universitários autodeclarados vegetarianos.

Fraser e colaboradores (2015) obtiveram valores médios de IMC de 27,6 (kg/m²) e 30,8 (kg/m²) para vegetarianos e não-vegetarianos, respectivamente. Portanto, pode-se observar que vegetarianos ou simpatizantes tendem a ser eutróficos.

A dieta vegetariana tem sido associada à menor IMC, bem como, menor CC. Os vegetarianos ainda possuem menor risco de desenvolverem DCNTs.

Esses resultados estão associados a composição da dieta vegetariana, caracterizada por maior consumo de vegetais e menor consumo de gordura saturada, colesterol e sódio.

Da mesma forma, indivíduos onívoros que adotam padrões alimentares saudáveis têm melhores desfechos para a saúde (Hargreaves e colaboradores, 2021; Rocha e colaboradores, 2021; Josefi e colaboradores, 2023).

Embora seja um instrumento de fácil aplicabilidade e baixo custo, o IMC não é eficaz na diferenciação de massa magra e massa gorda, bem como não fornece dados sobre a distribuição de gordura.

Sabe-se que o acúmulo excessivo de gordura na região abdominal é um indicador de risco cardiometabólico, por isso é indicado a utilização do IMC combinado com outras medidas, como a CC e a RCQ, para um diagnóstico nutricional mais assertivo (Rosales-Ricardo e colaboradores, 2023).

O uso do indicador (E/I) é uma estratégia útil no monitoramento do crescimento linear de crianças e adolescentes, visto que a altura na vida adulta é influenciada não somente por fatores genéticos, mas também por questões ambientais, como a alimentação (Mello e colaboradores, 2024).

Dessa forma, esse resultado (96,3% de adequação) reflete uma nutrição adequada ao longo da vida dos comensais e, portanto, a escolha de refeições vegetarianas deve ser feita com parcimônia para que não ocorra intercorrências nutricionais e prejudique a condição de saúde atingida.

Resultados de uma revisão sistemática realizada por Ramos e Fernandes (2022) mostraram não haver diferença significativa entre vegetarianos e onívoros quanto ao crescimento.

No entanto, há uma tendência de os vegetarianos apresentarem menor estatura, principalmente no sexo masculino, mas que ainda se encontra dentro da faixa de normalidade.

Evidenciou-se que a adoção da dieta vegetariana por indivíduos em fase de crescimento não compromete o desenvolvimento estatural, desde que haja uma alimentação adequada e capaz de suprir as necessidades nutricionais.

Os dados da CC e da RCQ dos comensais se apresentaram satisfatórios, assim como os observados por Berbigier e Magalhães (2021).

Neste estudo, ao analisarem alunos que consomem no RU de uma universidade pública do sul do país, observou-se média de circunferência da cintura adequada em ambos os sexos e que 94,1% dos alunos possuíam RCQ adequada.

Esses parâmetros são utilizados no diagnóstico de inadequações nutricionais, portanto, valores adequados significam menor risco de alterações metabólicas (Reis e colaboradores, 2018).

Assim, pode-se enfatizar que a preocupação desses comensais em fazer escolhas alimentares saudáveis é genuína e

muito contribui com as condições de saúde dessa população.

CONCLUSÃO

Os comensais de refeições vegetarianas do restaurante universitário analisado foram, em sua maioria, mulheres onívoras e eutróficas.

Dentre os vegetarianos, destacaram-se os ovolactovegetarianos. Esse público ainda apresentou dados antropométricos satisfatórios, como a estatura para a idade em adolescentes e a CC e a RCQ em adultos.

Diante do exposto, conclui-se que as refeições vegetarianas têm despertado o interesse dos consumidores onívoros e, para a manutenção do estado nutricional adequado, é fundamental a continuidade de escolhas alimentares saudáveis dentro e fora da universidade.

Agradecimentos

Ao restaurante universitário do Campus Ministro Petrônio Portella da Universidade Federal do Piauí por ter autorizado a realização dessa pesquisa nas unidades do RU.

REFERÊNCIAS

- 1-Al-ma'aitah, A.; Tayyem, R. Comparison of nutritional status between lacto-ovo vegetarian and non-vegetarian Jordanian adults. *Nutrition & Food Science*. Vol. 51. Num. 7. 2021. p. 1051-1067.
- 2-Araújo, R.S.; Neumann, D.; Neves, K.R.; Soares, H.C.S. Satisfação dos clientes do restaurante universitário do campus JK da Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri - UFVJM-MG. *Brazilian Journal of Development*. Vol. 5. Num. 12. 2019. p. 29971-29989.
- 3-Aravena, J.; Zubarew, T.; Bedregal, P.; Zuzulich, S.; Urrejola, P. Dietas vegetarianas en alumnos universitarios. *Revista Chilena de Pediatría*. Vol. 91. Num. 5. 2020. p. 705-710.
- 4-Barros, K.S.; Bierhals, I.O.; Assunção, M.C.F. Vegetarianismo entre ingressantes de uma universidade pública no sul do Brasil, 2018. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*. Vol. 29. Num. 4. 2020. p. e2019378.

5-Berbigier, M.C.; Magalhães, C.R. Estado nutricional e hábito alimentar de estudantes universitários em instituição pública do Brasil. *Saúde e Pesquisa*. Vol. 14. Num. 1. 2021. p. 51-64.

6-Brasil. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. Resolução nº 466 de 12 de dezembro de 2012. Dispõe sobre as diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. Brasília: Ministério da Saúde. 2013.

7-Braucks, I.S.; Oliveira, B.A.; Oliveira, T.I.S.; Oliveira, R.M.; Manhães, L.T.R.; Pereira, A.S.; Lima, E.C.S. Conhecimento nutricional e perfil de adultos vegetarianos residentes no estado do Rio de Janeiro. *Brazilian Journal of Development*. Vol. 7. Num. 1. 2021. p. 1140-1155.

8-Cáceres, R.G.G.; Hernández, P.; Herrera, H. Consumo de alimentos, estado nutricional antropométrico, actividad física y motivaciones de vegetarianismo en adultos venezolanos. *Archivos Latinoamericanos de Nutrición*. Vol. 72. Num. 3. 2022. p. 163-173.

9-Cruz, A.N.; Cardoso, A.M.; Perez, P.M.P.; Kuriya, S.P. Caracterização do perfil de usuários vegetarianos que frequentam o restaurante universitário de uma universidade pública, práticas alimentares e satisfação das preparações oferecidas. *Research, Society and Development*. Vol. 11. Num. 4. 2022. p. e44611427481.

10-Fonseca, J.F.A.; Marques, M.A.; Campagnaro, L.B.; Santos, L.N.; Pereira, L.R.; Martinez, O.G.E.; Silva, D.A. Análise comparativa da satisfação do cardápio e aceitabilidade de preparações vegetarianas em restaurante universitário. *Research, Society and Development*. Vol. 10. Num. 12. 2021. p. e44101220109.

11-Fraser, G.; Katuli, S.; Anousheh, R.; Knutsen, S.; Herring, P.; Fan, J. Vegetarian diets and cardiovascular risk factors in black members of the Adventist Health Study-2. *Public Health Nutrition*. Vol. 18. Num. 3. 2015. p. 537-545.

12-Guimarães, L.L.; Vieira, D.S.D.F.; Pereira, J.G.; Rodrigues, C.J.M.; Mendes, D.C.C.; Silva, T.D.M.; Viana, S.D.L. Percepção e satisfação

corporal de estudantes universitários vegetarianos. *Revista Psicologia, Diversidade e Saúde*. Vol. 13. 2024. p. e5269.

13-Hargreaves, S.M.; Raposo, A.; Saraiva, A.; Zandonadi, R. P. Vegetarian diet: an overview through the perspective of quality of life domains. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. Vol. 18. Num. 8. 2021. p. 4067.

14-Jesus, A.M.; Souza, A.J.N.; Fôro, G.S.S.; Jesus, G.M.; Santos, M.L.S. Descriptive analysis of the satisfaction of student users of the university restaurant, Universidade Federal Rural da Amazônia, Belém, Pará. *Research, Society and Development*. Vol. 11. Num. 2. 2022. p. e14011225557.

15-Josefi, C.M.; Silva, J.P.D.; Oliveira, N.C.; Portes, L.A. Influência da dieta vegetariana sobre a composição corporal. *Saúde e Desenvolvimento Humano*. Vol. 11. Num. 2. 2023. p. 1-11.

16-Maciel, M.M.S.; Gomes, S.E.A.; Sei, A.; Silva, I.C.C.; Siqueira, A.C.P.; Carvalho, D.V. Perfil e satisfação de consumidores do cardápio vegetariano de um restaurante universitário público em Fortaleza-CE. *Nutrivisa - Revista de Nutrição e Vigilância em Saúde*. Vol. 12. Num. 1. 2025. p. e15120.

17-Marini, A.M.; Zemolin, G.P.; Spinelli, R.B.; Zanardo, V.P.S. Prática do vegetarianismo em estudantes de graduação de uma universidade do norte do estado do Rio Grande do Sul. *Revista Perspectiva*. Vol. 46. Num. 173. 2022. p. 189-198.

18-Mello, J.B.; Nobre, G.C.; Gaya, A.R.; Duncan, M.; Nevill, A.; Gaya, A. Curvas de crescimento de jovens brasileiros: dados de 20 anos com 95.000 crianças e adolescentes do "Projeto Esporte Brasil". *Ciência & Saúde Coletiva*. Vol. 29. Num. 5. 2024. p. e06412023.

19-Merli, I.J.; Vidigal, F.C. Perfil antropométrico, dietético e pressão arterial de adultos onívoros e vegetarianos. *Nutrición Clínica y Dietética Hospitalaria*. Vol. 40. Num. 3. 2020. p. 60-68.

20-Queiroz, C.A.; Soliguetti, D.F.G.; Moretti, S.L.A. As principais dificuldades para vegetarianos se tornarem veganos: um estudo

com o consumidor brasileiro. Demetra: Alimentação, Nutrição & Saúde. Vol. 13. Num. 3. 2018. p. 535-554.

21-Ramos, L.R.; Fernandes, M.I.M. Aspectos nutricionais e crescimento de crianças vegetarianas e veganas. Residência Pediátrica. Vol. 12. Num. 1. 2022. p. 1-11.

22-Reis, G.M.S.; Araújo, S.M.; Medeiros, J.M.B.; Menezes, A.F.A. Razão cintura/estatura e indicadores antropométricos de adiposidade. BRASPEN Journal. Vol. 33. Num. 4. 2018. p. 435-439.

23-Rocha, T.F.; Curioni, C.; Júnior, E.V.; Bezerra, F.; Faerstein, E. Padrão de consumo de alimentos, excesso de peso e risco cardiovascular: uma análise transversal do Estudo Pró-Saúde, 2013. Epidemiologia e Serviços de Saúde. Vol. 30. Num. 4. 2021. p. e2021033.

24-Rosales-Ricardo, Y.; Cordovéz-Macias, S.; Fernández-Vélez, Y.; Álvarez-Carrión, S. Estado nutricional y actividad física en estudiantes universitarios. Una revisión sistemática. Revista Chilena de Nutrición. Vol. 50. Num. 4. 2023. p. 445-456.

25-Rosenfeld, D.L. Gender differences in vegetarian identity: How men and women construe meatless dieting. Food Quality and Preference. Vol. 81. 2020. p. 103859.

26-Saintila, J.; López, T.E.L.; Calizaya-milla, Y.E.; White, M.; Huancahuire-vega, S. Nutritional knowledge, anthropometric profile, total cholesterol, and motivations among Peruvian vegetarians and non-vegetarians. Nutrición Clínica y Dietética Hospitalaria. Vol. 41. Num. 1. 2021. p. 91-98.

27-Sanches, P.M.A.; Bresan, D.; Del Ré, P.V. Guia prático de antropometria para adultos: técnicas, índices e indicadores. Campo Grande: Ed. UFMS. 2020. p. 1-113.

28-WHO. World Health Organization. Obesity: preventing and managing the global epidemic. Geneva: WHO. 2000. p. 1-252.

29-WHO. World Health Organization. Waist circumference and waist-hip ratio: report of a WHO expert consultation. Geneva: WHO. 2008. p. 1-47.

30-WHO. World Health Organization. WHO child growth standards: length/height-for-age, weight-for-age, weight-for-length, weight-for-height and body mass index-for-age. Geneva: WHO. 2006. p. 1-312.

E-mail dos autores:

wellingtoncoelho@ufpi.edu.br

fernanda19@ufpi.edu.br

gi.maria002@gmail.com

sulima@ufpi.edu.br

rodrigo.cavalcante@ufpi.edu.br

Autor correspondente:

Rodrigo Barbosa Monteiro Cavalcante.

rodrigo.cavalcante@ufpi.edu.br

Recebido para publicação em 19/08/2025

Aceito em 26/10/2025