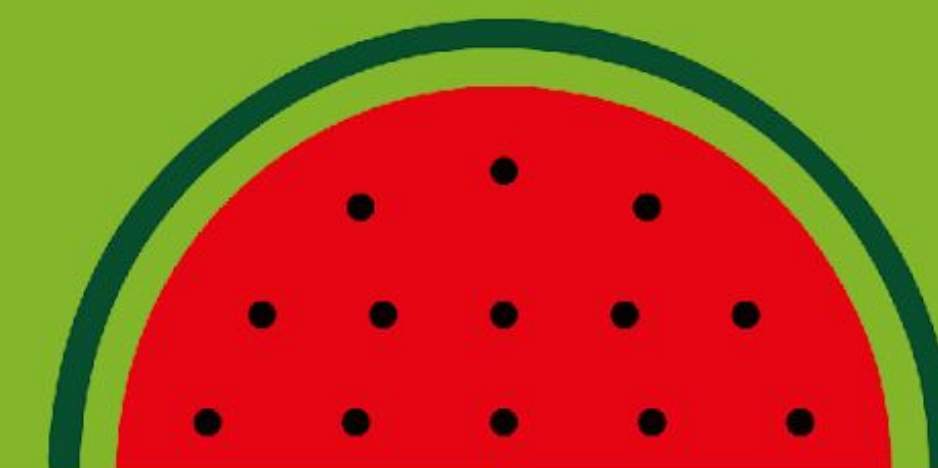


# “Eles [estudantes] só querem batatas fritas!”: Perspetivas dos/as stakeholders sobre a oferta alimentar e a implementação da Dieta Mediterrânica nas cantinas universitárias

Adri Pimenta (Iscte-IUL), Inês Manuel Brito (CIS, Iscte-IUL), Cristiane Souza (CIS, Iscte-IUL), Sandra Gomes (IPAM Porto, UNIDCOM, CETRAD), Mafalda Nogueira (IPAM Porto, UNIDCOM, CETRAD), Beatriz Monteiro (IPAM Porto), Beatriz Neto (FCNAUP), Ada Rocha (FCNAUP, GreenUPorto), Cláudia Viegas (ESTeSL, IPL, H&TRC), & Marília Prada (CIS, Iscte-IUL)



EAT LOCAL  
EAT SEASONAL  
EAT REAL



**MEDDIET**

- MENUS 4 CAMPUS -

30 de maio de 2025

Adri Pimenta

# Introdução

## Serviço alimentar

- 67 milhões de consumidores/dia
- 1 em cada 4 refeições é feita fora de casa
- Mais de 1 em cada 4 refeições é feita na escola

(Food Service Europe, 2015)

## Problemas de saúde ligados à alimentação

- Em 2017, 11 milhões de mortes foram atribuíveis a fatores de risco alimentar.

(Fanzo et al., 2019)





# A Dieta Mediterrânica





# A Dieta Mediterrânica

É reconhecida pelo baixo impacto ambiental, por estar alinhada com práticas alimentares sustentáveis através do incentivo ao consumo de alimentos locais e sazonais.

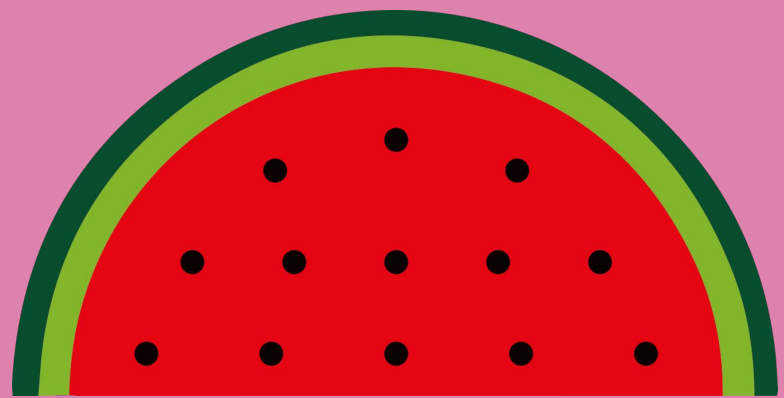


# Objetivo

Explorar as perceções e opiniões de stakeholders (Mediadores entre instituições de ensino superior e as empresas; gestores e colaboradores das cantinas) sobre a **oferta alimentar e a implementação da Dieta Mediterrânica** nas cantinas portuguesas



# Metodologia



**25** participantes recrutados através de contacto direto

Recompensados com vouchers no valor de 15€

Idade média: 40,8 anos

Quem são os stakeholders?

- Gerentes
- Diretores de qualidade/nutricionistas
- Cozinheiros
- Empregados de balcão

# Metodologia

Entrevista semi-estruturada | Análise indutiva

Caracterização  
sociodemográfica  
e profissional

Perceções,  
conhecimentos e  
atitudes em  
relação à DM

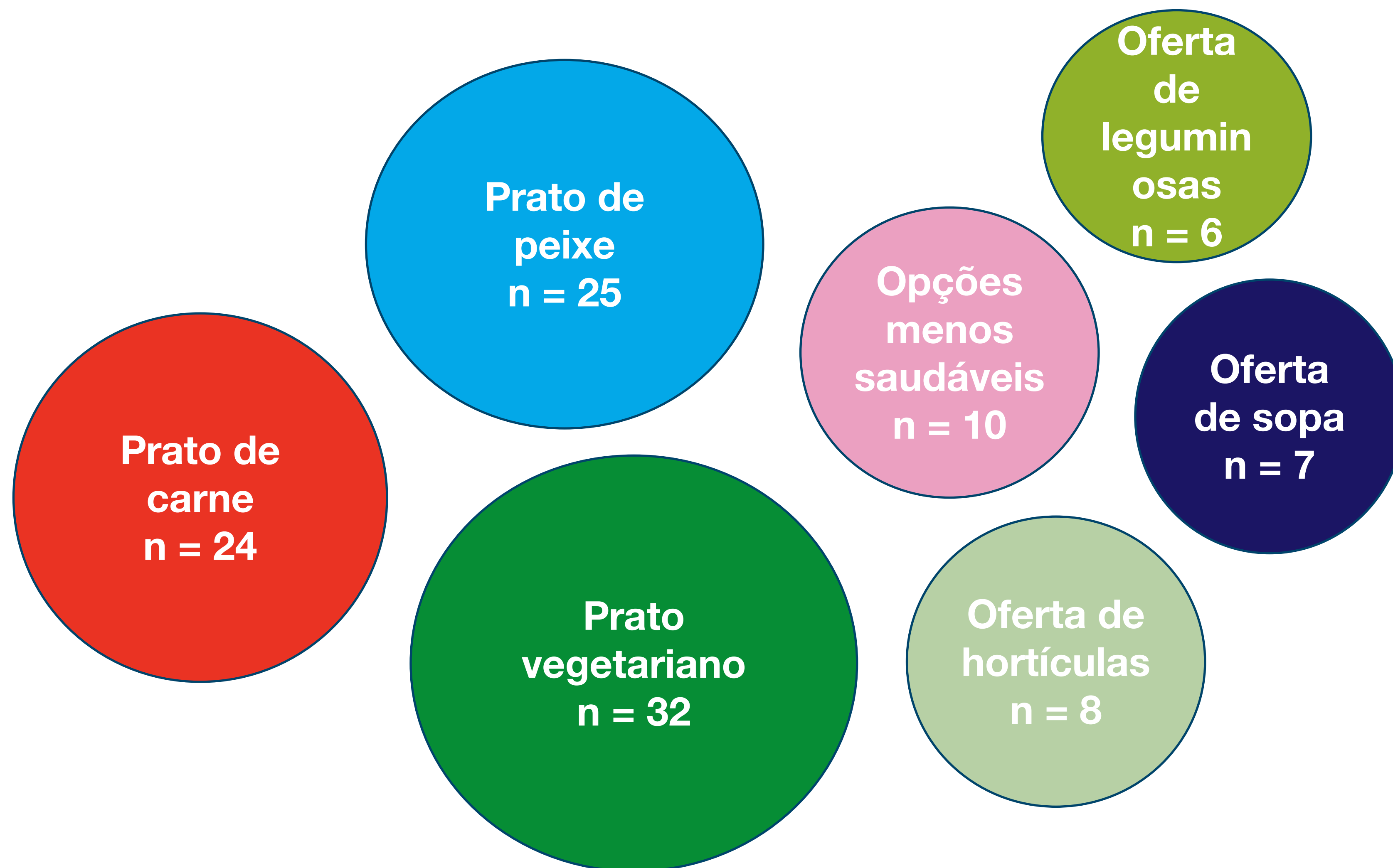
A DM no contexto  
alimentar das  
Instituições de  
Ensino Superior

Envolvimento dos  
stakeholders



# Resultados

## Oferta alimentar nas cantinas universitárias





# Resultados

## Oferta alimentar nas cantinas universitárias

### Baixa adesão a opções mais saudáveis (n=17)

“(...) é o que eles procuram lá fora. São as pizzas, os hambúrgueres, os ovos estrelados, os bifes, as batatas fritas. Se fosse batata frita todos os dias, todos os dias teria alunos. Infelizmente isto é a verdade.”

**F, 45 anos, encarregada**

### Maior adesão ao prato de carne (n=8)

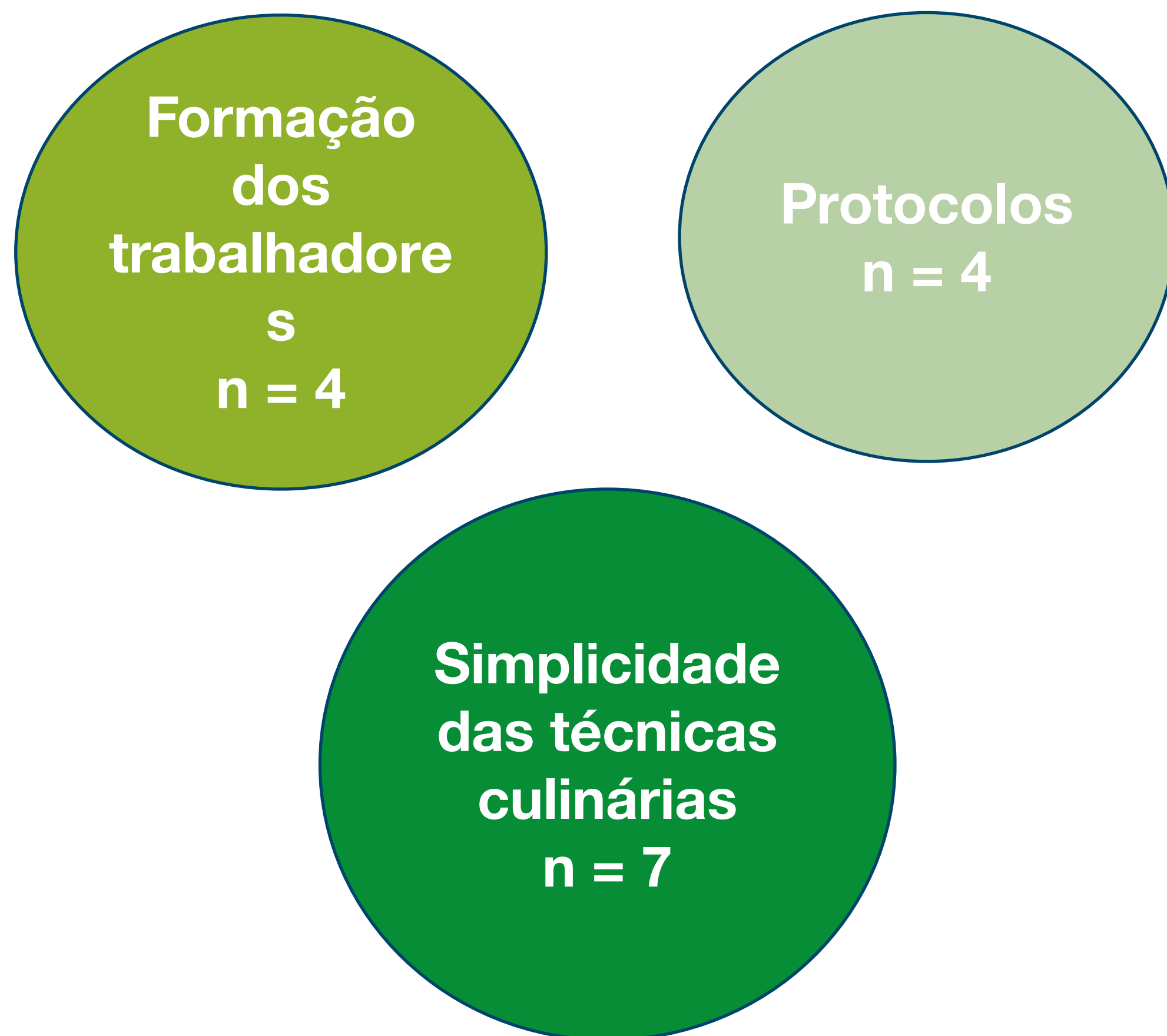
“E notamos sempre que a carne acaba sempre primeiro. E se nós tivéssemos mais carne, os outros até nem se vendiam, porque o pessoal vai sempre “Qual é o prato de carne?”, “É qualquer coisa”, então, vão para a carne. Só quando acaba, muitas vezes é que vão para o vegetariano ou vão para o peixe.”

**M, 46 anos, empresário**

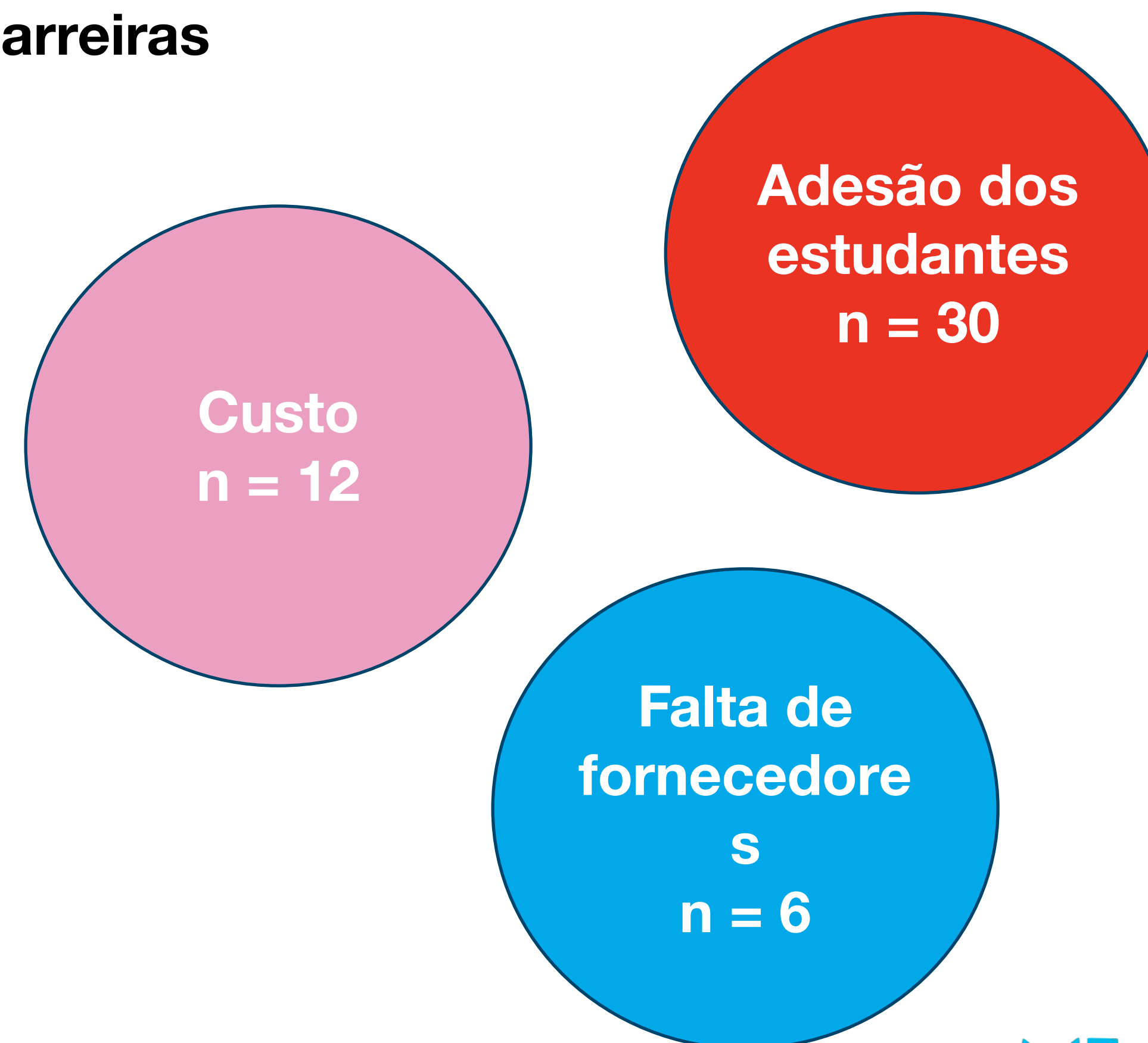
# Resultados

## Implementação da DM nas cantinas universitárias

### Facilitadores



### Barreiras



# Resultados

## Adaptação das cantinas portuguesas à DM - Facilitadores

### Formação dos trabalhadores

“As pessoas que cozinham nas cantinas é que se enquadram, digo eu. Não são as cantinas. Porque eu posso fazer um ciclo de alimentos todo muito bonito e todo muito organizadinho como nós queremos e quem lá estiver se não utilizar as técnicas certas ninguém lá vai comer.”

**M, 40 anos, Coordenador do serviço de alimentação**

### Existência de protocolos

“Enquadra-se muito melhor do que qualquer restaurante, na minha opinião, porque existem sempre cadernos de encargos com exigências que, espero eu, sejam trabalhadas por nutricionistas e, portanto, vão limitar aqui um bocado a oferta e obrigar a que sejam servidos determinados produtos e pratos e métodos de confecção que vão ao encontro desta dieta.”

**F, Diretora de qualidade**



# Resultados

## Adaptação das cantinas portuguesas à DM - Barreiras

### Adesão dos estudantes

“Mas é isso, se não for pelas imposições, acho que se for pelo o que mais agrada às pessoas, é muito complicado ir de encontro à dieta mediterrânea.”

**M, 29 anos, chefe-executivo a nível nacional**

### Custo

“A gente sabe que é mais saudável. Aqui, claro, dentro das faculdades é difícil estar a fazer carnes brancas para 500,700, 800 alunos e só legumes. É muito difícil. Pode chegar um dia que consigamos, mas é difícil. Então aí a gente não fazia mais nada. Já a bifana que é grelhada com molho e sai o que sai, então imagina só o bife de frango. Ia ser muito caro. Claro, só se aumentassem os preços. É um prato que ia ser caro.”

**F, 40 anos, cozinheira**

# Considerações finais

Apesar da existência de uma oferta alimentar diversificada, a preferência dos estudantes pelo **prato de carne** e a **baixa adesão a opções mais saudáveis** persistem.

Estes dados podem indicar a necessidade de uma abordagem integrada, que envolva não só melhorias na oferta e na capacitação dos trabalhadores, mas também estratégias de sensibilização e envolvimento dos próprios estudantes.



# Agradecimentos

This work is financed by national funds through FCT – Foundation for Science and Technology, I.P., under the project «PRIMA/0009/2022



The PRIMA programme is supported under Horizon 2020 the European Union's Framework Programme for Research and Innovation.



Fundação  
para a Ciência  
e a Tecnologia

**U.**PORTO



FACULDADE DE CIÊNCIAS DA  
NUTRIÇÃO E ALIMENTAÇÃO  
UNIVERSIDADE DO PORTO



ESCOLA SUPERIOR DE  
TECNOLOGIA DA SAÚDE  
DE LISBOA  
INSTITUTO POLITÉCNICO DE LISBOA

**iscte**

INSTITUTO  
UNIVERSITÁRIO  
DE LISBOA

