



## **Observatório para a Ação Social**

Preferências Alimentares da Comunidade Académica IPL

*Food Preferences of the Academic Community at IPL*

**Gabinete da Qualidade**

Agosto de 2023

## Ficha Técnica

### Título:

Preferências Alimentares da Comunidade Académica IPL | Food Preferences of the Academic Community at IPL

### Autor:

Heitor Alexandre Guerreiro Oliveira | Coordenador do Serviço de Alimentação dos SAS IPL

Instituto Politécnico de Lisboa, Serviço de Alimentação dos Serviços de Acção Social do Instituto Politécnico de Lisboa

Campus de Benfica do IPL | Ed. P3, 1500-651 - Lisboa, Portugal.

E-mail: [alimentacao@sas.ipl.pt](mailto:alimentacao@sas.ipl.pt)

### Edição:

Gabinete da Qualidade SAS IPL

Campus de Benfica do IPL | Ed. P3, 1500-651 - Lisboa, Portugal

## Serviços de Acção Social do Instituto Politécnico de Lisboa



[WWW.SAS.IPL](http://WWW.SAS.IPL)

## Índice

Lista de Abreviaturas .....	iii
Resumo .....	5
Abstract.....	5
1- Introdução.....	7
1.1- Alteração dos padrões alimentares face à oferta disponível .....	8
2- Métodos.....	9
2.1- Caracterização dos SAS IPL e das UA´s.....	11
2.2- Caracterização da amostra.....	12
3- Resultados .....	13
Discussão .....	15
Conclusões.....	17
Bibliografia .....	19

## Índice de Gráficos

Gráfico 1 - Distribuição de refeições por UA.....	9
Gráfico 2 – Distribuição mensal de refeições.....	10
Gráfico 3 – Distribuição global por tipologia de refeições.....	13
Gráfico 4 – Distribuição percentual de refeições por UA .....	14

## Índice de Tabelas

Tabela 1- Características da UA´s .....	12
---	----

## **Lista de Abreviaturas**

ESCS - Escola Superior de Comunicação Social

ESELx - Escola Superior de Educação de Lisboa

ESTC - Escola Superior de Teatro e Cinema

ESTeSL - Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa

ISCAL - Instituto Superior de Contabilidade e Administração de Lisboa

ISEL - Instituto Superior de Engenharia de Lisboa

UA - Unidade Alimentar

UO's – Unidades Orgânicas

“Alimentarmo-nos é um ato de cultura. O consumo de alimentos, necessário por razões biológicas, está repleto de significados, de imagens relacionadas com usos, situações e comportamentos coletivamente imaginados que constituem a alimentação em verdadeiro sistema de comunicação codificado de acordo com uma lógica simbólica. Através dessa lógica e através da alimentação, os grupos humanos comunicam a partilha de uma identidade interpretativa da existência.”

Silva, *et al.*, 2002 (p.1)

## Resumo

Este estudo de caso tem como objetivo geral analisar as preferências alimentares da comunidade académica das diferentes unidades orgânicas do Instituto Politécnico de Lisboa, tendo como base a avaliação de 200.696 refeições fornecidas pelos Serviços de Ação Social do IPL. Tem ainda como objetivos específicos, direcionar a oferta alimentar face a preferências alimentares identificadas, contribuir para os processos associados à gestão da produção, nomeadamente, à gestão de recursos humanos e recursos materiais, e contribuir para os processos de contratação pública associados à produção de cadernos de encargos.

Observam-se variações entre as diferentes UA's., demonstrando uma preferência acentuada por refeições da tipologia Mediterrânico – Terra, o que sugere uma inclinação por pratos que envolvem proteína animal e métodos tradicionais de confeção. As refeições da tipologia Mediterrânico – *Finger food*, vem a ganhar expressão face à oferta alimentar disponibilizada, mantendo uma aceitação satisfatória em todas as UA's, o que sugere alguma preferência por refeições que possibilitam ser consumidas com/sem recurso a talheres. A refeições da tipologia Mediterrânico - Mar, que envolve pratos com pescado na sua composição, mantém preferências relativamente constante. A refeições tipologia Mediterrânico – *Veggie*, são aquelas que menos aceitação na comunidade académica alvo do estudo. Isso sugere variações nas preferências alimentares e possíveis diferenças nos valores e hábitos alimentares.

As preferências alimentares estão fortemente relacionadas com as características de cada UA e podem ser influenciadas por fatores socioculturais, demográficos e crenças individuais. Essas preferências oferecem informações valiosas para compreender os padrões alimentares e podem orientar investigações futuras sobre a ligação entre escolhas alimentares e contextos específicos. Adicionalmente, a análise destes dados pode contribuir para a redução do desperdício alimentar, a otimização dos recursos e a oferta de opções alimentares mais alinhadas com as preferências da comunidade académica.

## Abstract

This case study aims to analyze the dietary preferences of the academic community in different academic units of the Lisbon Polytechnic Institute. It is based on the evaluation of 200,696 meals provided by the IPL's Social Action Services. Specific objectives include directing food offerings based on identified dietary preferences, contributing to production management processes, specifically human and material resource management, and assisting in public procurement processes related to the creation of specifications.

Variations are observed among the different academic units, demonstrating a pronounced preference for meals of the Mediterranean - Land type. This suggests a leaning towards dishes involving animal protein and traditional cooking methods. Mediterranean - Finger food type meals are gaining popularity compared to the available food offerings, maintaining satisfactory acceptance in all academic units, suggesting a preference for meals that can be consumed with or without utensils. Mediterranean - Sea type meals, which include fish-based dishes, maintain relatively constant preferences. Mediterranean - Veggie type meals have the lowest acceptance among the target academic community, indicating variations in dietary preferences and possible differences in values and eating habits.

Discussion: Dietary preferences are strongly related to the characteristics of each academic unit and can be influenced by sociocultural, demographic, and individual beliefs. These preferences provide valuable insights for understanding dietary patterns and can guide future research into the connection between food choices and specific contexts. Additionally, the analysis of this data can contribute to reducing food waste, optimizing resources, and offering food options that better align with the preferences of the academic community.

**Palavras-chave:** Tendências e hábitos alimentares, Nutrição; Inovação; Gastronomia; Alimentação; Ensino Superior.

## 1- Introdução

Os hábitos alimentares perfilam-se como um dos elementos mais robustos no mosaico da identidade cultural de uma sociedade, permeados por uma mediação social que os transmite e consolida. A seleção de alimentos no seio da experiência humana assume a configuração de um fenômeno de natureza intrincada, marcado por uma complexidade decorrente da interação sinérgica de múltiplos determinantes. Neste contexto, surge a permissa de que preferências alimentares não apenas refletem, mas também moldam a nossa essência, delineando um elo inextricável entre o que comemos e a constituição de nossa identidade (Almeida *et al*, 2004).

Num contexto global e nacional caracterizado por um contínuo e progressivo desenvolvimento, diversos são os rearranjos que podem transcender na vivência quotidiana de uma coletividade. Os hábitos alimentares, reconhecidamente influentes na saúde individual, ao longo do corrente século têm demonstrado uma notável sincronia com a dinâmica de cada sociedade, resultando numa ampla gama de mudanças aceleradas nos paradigmas alimentares, particularmente no contexto ocidental. (Lopes, *et al*, 2006). A disseminação da industrialização e a expansão da globalização comercial desencadearam uma democratização no acesso e uma maior disponibilidade de alimentos, resultando numa amplificação da diversidade gastronómica. Paralelamente, o contínuo processo de urbanização tem influenciado de forma significativa os padrões culturais e os princípios inerentes às sociedades, manifestando-se, por conseguinte, na modelação dos hábitos alimentares. (Almeida *et al*, 2004). Com o propósito de estabelecer os parâmetros que regem os padrões alimentares e nutricionais intrínsecos à população, procede-se à realização periódica de inquéritos alimentares de natureza individual. Estes inquéritos são aplicados a uma amostra demograficamente representativa da comunidade em questão. Contudo, a aplicabilidade recorrente desta metodologia de análise enfrenta restrições devido às substanciais implicações financeiras associadas, as quais podem dificultar a sua aplicação frequente. É relevante destacar que, apesar desta circunstância limitante, estas abordagens continuam a representar um estatuto de eficácia comprovada na avaliação do panorama nutricional de uma determinada população (Serra-Majem, *et al*, 2001).

No contexto desta investigação, visando uma abordagem abrangente face à comunidade académica em estudo, procedeu-se a um escrutínio pormenorizado das preferências alimentares manifestadas pela comunidade académica do IPL. Foi conduzido um levantamento de dados que contemplou a quantificação das refeições disponibilizadas por unidade alimentar, bem como uma análise criteriosa das tipologias de refeições oferecidas. Este processo de levantamento, almeja um entendimento das tendências de escolha alimentar no seio da



comunidade acadêmica. A consideração da tipologia de refeições disponibilizadas atua como variável crucial, permitindo uma análise multifacetada que delibera sobre as preferências alimentares expressas pelos estudantes e demais elementos da comunidade.

### **1.1- Alteração dos padrões alimentares face à oferta disponível**

Com o intuito de estabelecer padrões comparativos e compreender a evolução dos hábitos e preferências alimentares da comunidade acadêmica, considerou-se pertinente conduzir uma pesquisa exploratória.

De acordo com, Firmino (1996), a riqueza gastronômica de Portugal tem assumido a posição de um notório elemento identitário em certas regiões, exercendo simultaneamente uma função catalisadora no que tange ao desenvolvimento económico-social e cultural. Não obstante, a rápida inserção no mercado nacional de restauração associadas ao paradigma *fast-food* tem ocasionado uma metamorfose nos padrões alimentares. Este fenómeno é particularmente preponderante junto das camadas populacionais mais jovens, as quais poderão vir a experienciar repercussões de cariz adverso para a saúde pública em perspetivas temporais vindouras. Comer passou a ser um ato relativamente constante, sem relação com a necessidade biológica de alimento e cada vez menos sujeito ao ritmo das refeições. O progressivo abandono do consumo de sopa, anteriormente considerada uma prática quase obrigatória e notável fonte de vitaminas e minerais, juntamente com a redução do consumo de pão integral, rico em fibras, agravado pela adição excessiva de lípidos e pelo excesso de consumo de açúcar refinados, contribuí para uma sofisticação do custo nutricional da dieta e estabelece as condições propícias para a emergência de uma pluralidade de condições patológicas (Goody, 1982). Nas últimos cinco décadas, no contexto ocidental, a dinâmica da produção industrial, a logística de conservação, as redes comerciais e os sistemas de transporte têm exercido um impacto substancial sobre os padrões alimentares e a culinária. Num espaço de tempo relativamente curto, assistiu-se a uma transformação notável em que a aquisição de alimentos passou a ser predominantemente caracterizada pela disponibilidade de produtos padronizados, parcial ou integralmente preparados para o consumo humano. Muitos destes produtos derivam, em grande medida, de processos de síntese industrial. A industrialização intensificou a capacidade produtiva do setor alimentar, levando a um aumento significativo nos contextos e nos momentos de ingestão alimentar. Consequentemente, as sociedades ocidentais evoluíram para estados marcados por uma realidade de abundância alimentar (Goody, 1982).

Nas sociedades ocidentais contemporâneas, a problemática da sobrealimentação surge como um risco significativo para a saúde em termos de desenvolvimento saudável. Contrapondo-se às realidades de subnutrição, é notório que as causas preponderantes de mortalidade nas sociedades ocidentais estão intrinsecamente ligadas ao estilo de vida, no qual se insere uma dieta excessivamente rica em conteúdo lipídico e calórico (James *et al*, 1990; OMS,1996).

## 2- Métodos

No âmbito da atual investigação, procedeu-se à definição de parâmetros de monitorização, os quais foram devidamente registados numa ferramenta concebida explicitamente para tal desiderato. Os dados subjacentes à análise têm origem nos ficheiros de vendas gerados no momento das transações, referentes à comercialização das refeições os quais são reportados à autoridade tributária.

Durante o período de observação, que se estendeu desde o primeiro dia de abril de 2022 até o último dia de junho de 2023, realizou-se uma análise das refeições distribuídas pelas diferentes UA's sob a gestão dos SAS IPL.

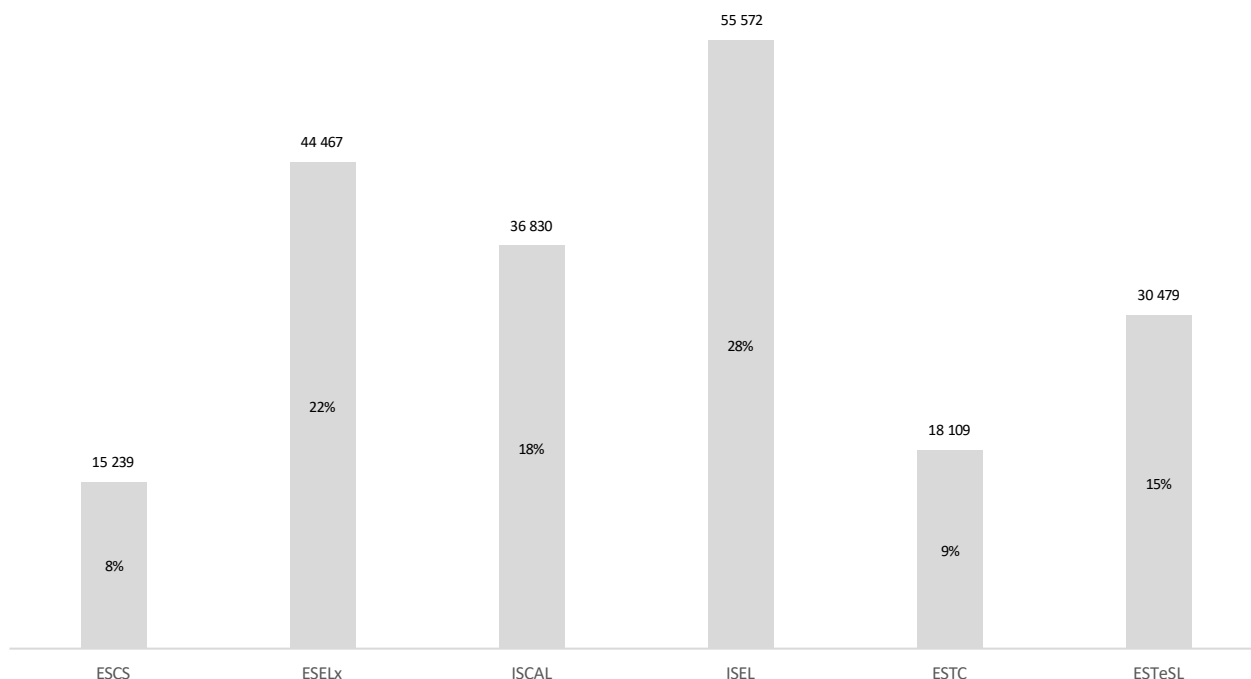


Gráfico 1 - Distribuição de refeições por UA

No que tange à distribuição das refeições, constatou-se a seguinte distribuição mensal:

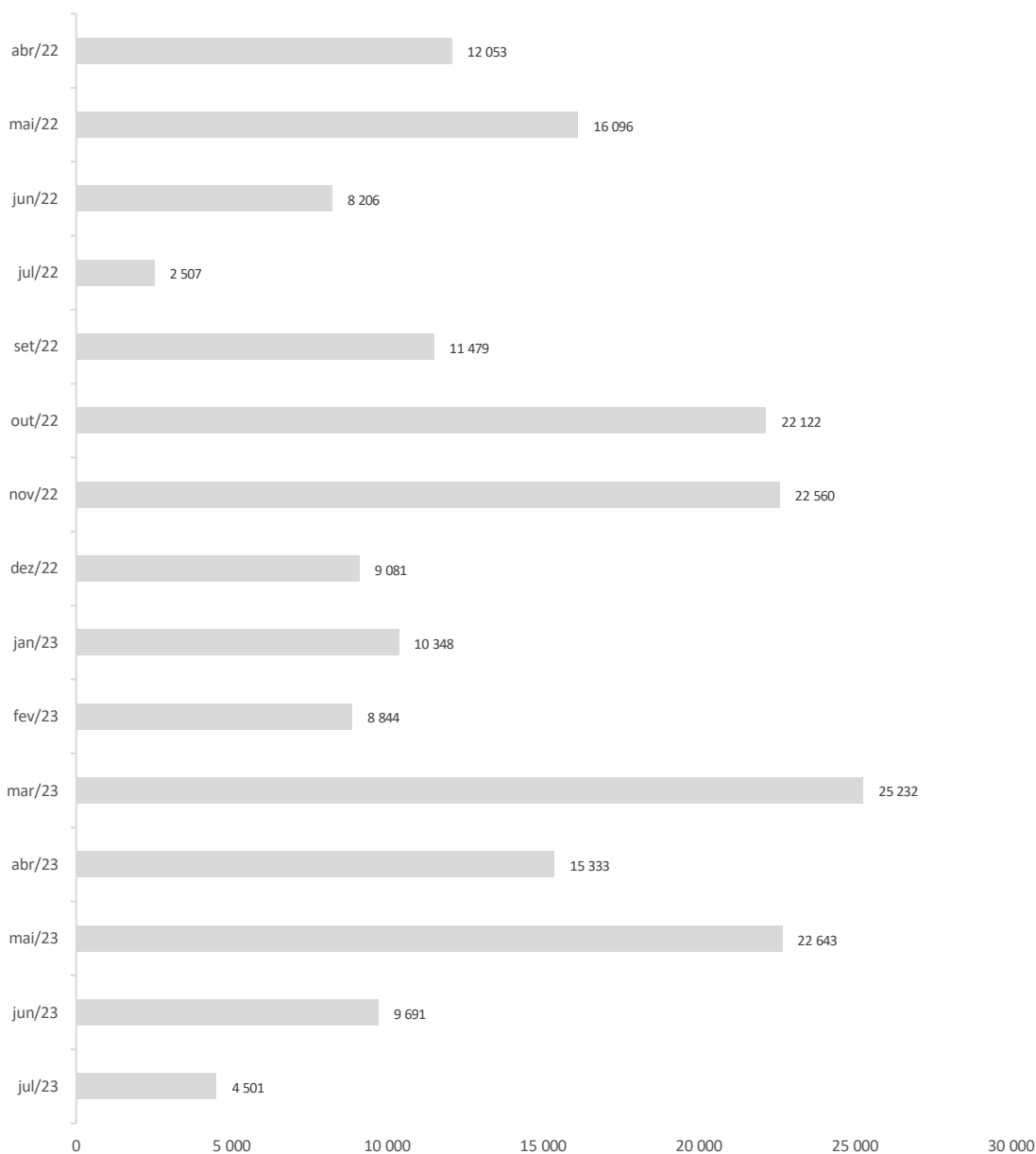


Gráfico 2 – Distribuição mensal de refeições

Um dos aspetos centrais desta análise residiu na tipologia das refeições consumidas, sendo as seguintes tipologias objeto de análise:

- Refeição Mediterrânico - *Finger Food*, composta por refeições com base na Dieta Mediterrânica que possibilitam ser consumidas com/sem recurso a talheres. Esta abordagem visa oferecer praticidade e facilidade de consumo.

- Refeição Mediterrânico - Terra e Mar, caracterizada por refeições baseadas na Dieta Mediterrânica, com a adição de proteína animal, nomeadamente produtos cárneos ou pescado, abrangendo preparações culinárias convencionais.
- Refeição Mediterrânico – *Veggie* - englobando refeições baseadas na Dieta Mediterrânica, porém sem a adição de proteína animal. Esta opção reflete uma escolha consciente em favor de uma dieta mais centrada em ingredientes vegetais.

Para o tratamento estatístico de dados foi utilizado o programa Microsoft Excel®.

## **2.1- Caracterização dos SAS IPL e das UA's**

As UA's, foco do presente estudo de caso, encontram-se integradas nos SAS IPL, localizado na região da Grande Lisboa.

De acordo com os SAS IPL (SAS IPL 2023) Missão inerente a este serviço reside na "execução da política de ação social escolar e na prestação de apoios e benefícios abrangidos por esta política, destinados aos estudantes matriculados no Instituto Politécnico de Lisboa, com vista à melhoria das suas condições de estudo" (SAS IPL, 2023).

A visão institucional desta entidade é orientar-se para se tornar "a segunda família" do estudante. Para atingir tal desiderato, é crucial que a organização alargue as suas atividades com base em novas competências, direcionadas à população estudantil e à própria comunidade. Esta atuação deve traduzir-se num serviço que vá além da mera utilidade, estabelecendo-se como um agente promotor do bem-estar do beneficiário, oferecendo auxílio em situações de carência, mantendo presença, proximidade e suporte contínuo.

No que concerne às UA's, estas desenvolvem atividades no âmbito da produção e distribuição alimentar sob a forma de refeição social, compreendendo a refeição padrão a seguinte oferta:

A refeição padrão servida nas unidades alimentares é composta por:

- Pão;
- Sopa;
- Prato principal;
- Sobremesa;
- Bebida.

No que se refere às suas estruturas, recursos humanos e produção de refeições, segundo os dados recolhidos no período em análise, observam-se as seguintes características:

UA's	Lotação- lugares sentados	Nr. de Recursos Humanos	Produção média mensal de refeições
ESCS	172	7	1270
ESELx	160		3706
ISCAL	106	6	3069
ISEL	234	6	4631
ESTC	140	3	1509
ESTeSL	96	4	2540

Tabela 1- Características da UA's

## 2.2- Caracterização da amostra

Para a melhor interpretação e validade dos resultados, teve-se por conveniente proceder à análise e caracterização da amostra. De acordo com o último Relatório de Atividades do IPL, verifica-se a seguinte caracterização da amostra pertencente à comunidade académica do IPL, composta por estudantes, docentes e não docentes. A análise destes dados visa discernir as particularidades demográficas que configuram esta comunidade e a sua distribuição interna.

**Corpo Discente:** A amostra engloba um contingente de 14.190 estudantes. Deste conjunto, verifica-se que 56% são do género masculino e 48% são do género feminino. Esta constatação sugere uma tendência para uma representação relativamente equitativa do género dentro do universo estudantil em análise.

**Corpo Docente:** O corpo docente contribui com um total de 1.236 elementos. Embora não se tenha disponibilizado informação específica sobre a distribuição dos géneros entre os docentes, é notório que esta componente desempenha um papel preponderante no contexto académico, moldando a transmissão de conhecimento e orientação dos estudantes.

Corpo Não Docente: Adicionalmente, a amostra abrange 346 elementos não docentes. Ainda que a caracterização de género dos não docentes não seja detalhada, estes indivíduos ocupam funções diversas que contribuem para o funcionamento global da instituição académica.

A amostra em apreço exhibe uma representatividade da diversificada comunidade académica do IPL, contemplando estudantes, docentes e não docentes. O equilíbrio relativo de géneros entre os estudantes sugere uma presença heterogénea no seio da população discente.

### 3- Resultados

No decurso do período de observação, no que concerne a um total global de 200 696 refeições produzidas pelo Serviço de Alimentação dos SAS IPL, nas variadas unidades orgânicas do mencionado instituto, registou-se a seguinte distribuição relativa às diferentes tipologias de refeições.

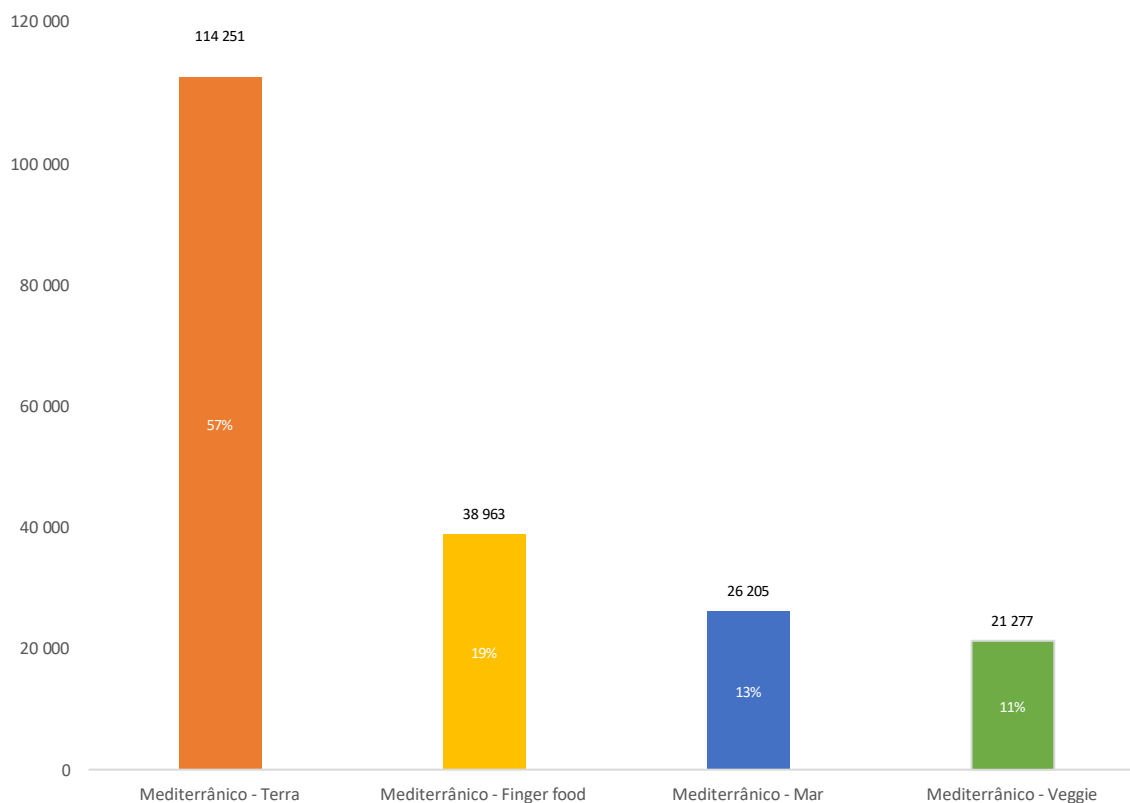


Gráfico 3 – Distribuição global por tipologia de refeições

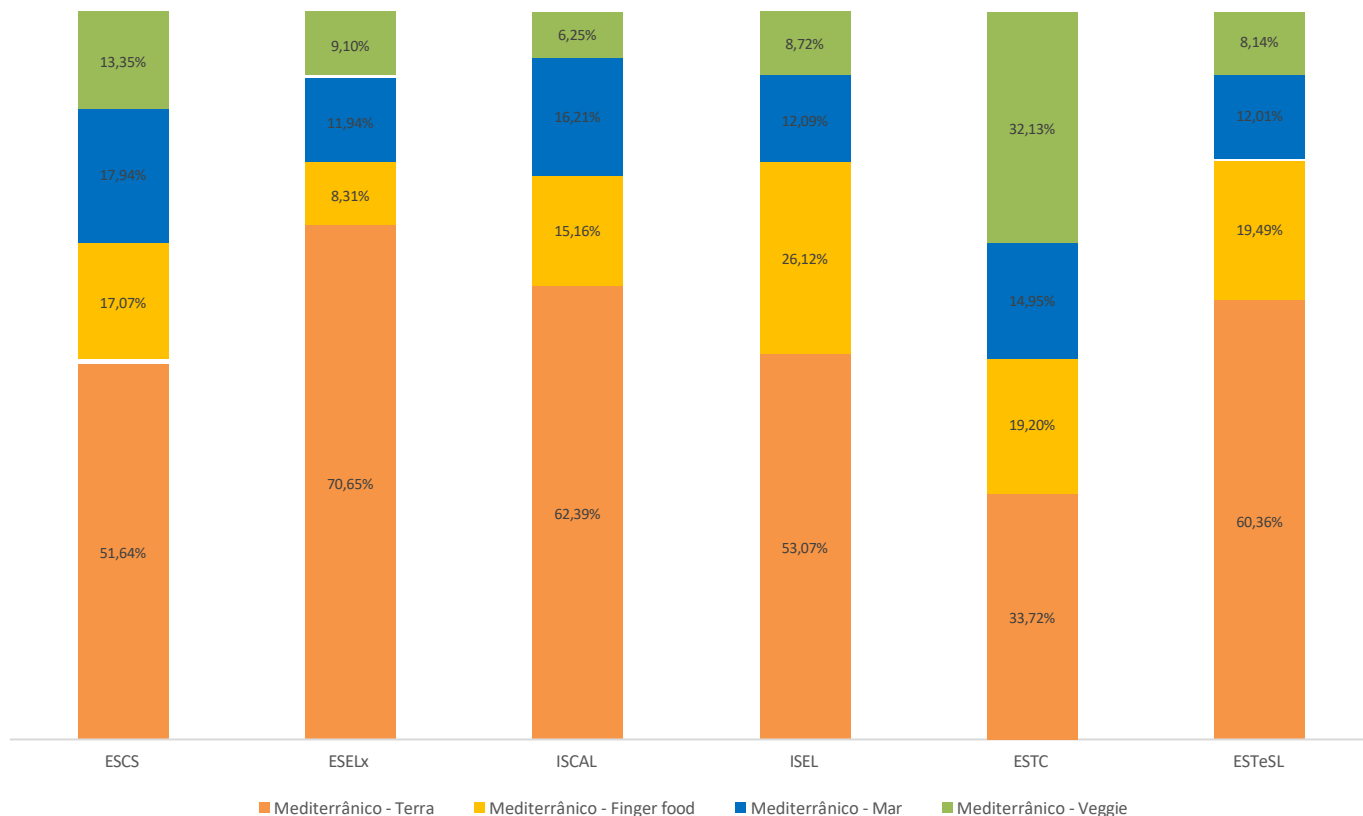


Gráfico 4 – Distribuição percentual de refeições por UA

Foi possível constatar que a UA do ISEL se destacou ao apresentar a maior margem de contribuição, disponibilizando um total de 55 572 refeições, correspondendo a 22% da amostra em análise. Em contrapartida, a UA da ESCS disponibilizou 15 239 refeições, representando 8% da totalidade das refeições analisadas, revelando-se como a menos representativa no âmbito desta análise. Através da análise percentual dos dados recolhidos, com proveniência nas UA’s da ESCS, da ESELx, do ISCAL, do ISEL, da ESTC e da ESTeSL, foi possível discernir as tendências alimentares predominantes em cada ambiente académico.

Dentre as tipologias de refeições analisadas, nomeadamente, Mediterrânico - Terra, Mediterrânico - *Finger food*, Mediterrânico - Mar e Mediterrânico – *Veggie*, destaca-se a preferência pelas refeições da tipologia Mediterrânico - Terra na ESELx e no ISCAL,

alcançando percentagens de 70,65% e 62,39%, respetivamente. Esta inclinação sugere uma atração significativa por pratos de componente proteica animal, onde predominantemente se verifica a presença de produtos cárneos e de confeção tradicional.

Em contraste, a tipologia de refeição Mediterrânico - *Finger food* ganha destaque na UA ESTC, na UA ESTeSL e na UA ISEL, com valores de 19,20%, 19,49% e 26,12%, indicando uma preferência por opções mais ligeiras e práticas. No entanto, na UA ESELx, a preferência por *Finger food* é notavelmente mais baixa em comparação com as outras escolas.

A tipologia de refeição Mediterrânico - Mar, a qual se caracteriza pela inclusão de pratos elaborados com pescado em sua composição, apresenta uma preferência relativamente consistente na UA ESCS, UA ISEL, UA ESTC e UA ESTeSL. Essa preferência é quantificada entre os intervalos de 11% e 16,21%. Contudo, destaca-se que na UA ESELx revela uma preferência menos acentuada por esta categoria, atribuindo-lhe uma proporção de 8,31%.

A tipologia de refeição Mediterrânico – *Veggie*, dentro do contexto culinário de inspiração mediterrânica, caracteriza-se por refeições compostos por ingredientes de origem vegetal. A análise dos dados revela uma distribuição heterogênea de preferências entre as diferentes instituições de ensino consideradas. De maneira notável, a UA ESTC demonstra uma acentuada preferência por essa categoria, representando significativos 32,13% das escolhas alimentares. Em contrapartida, as restantes UA's reportam uma proporção substancialmente inferior de preferência por pratos integrantes desta tipologia.

#### **4- Discussão**

Este estudo propõe uma análise de dados que ressalta determinados aspetos críticos relacionados ao consumo significativo de pratos à base de carne em contraposição à oferta alimentar disponível nas UA's sob a gestão dos SAS IPL. Importa salientar que, devido à sua natureza como estudo de caso, os resultados obtidos não podem ser considerados representativos de toda a comunidade académica a nível nacional, devendo ser interpretados unicamente como um reflexo das experiências vivenciadas pela comunidade académica associada à instituição objeto deste estudo. Por outro lado, a ausência de investigações similares que abordem esta temática face à especificidade da oferta, e com a inclusão de elementos da comunidade académica do ensino superior, restringe substancialmente a capacidade analítica dos resultados apresentados.



Relativamente aos dados obtidos, no que concerne tipologia de refeição *Finger Food*, esta apresenta uma aceitação consensual na comunidade acadêmica da várias UO do IPL, com maior expressão na ESTeSL e na ESTC. Está uma tipologia de refeição com base na Dieta Mediterrânica, é aquela que mais assemelha à oferta alimentar industrializa, com o propósito de disponibilização de refeições rápidas com/sem recurso a talhares. De acordo com Procha (2020), tem-se observado recentemente uma tendência em que a aquisição de refeições rápidas é prontamente adotada por muitas famílias, aumentando substancial o consumo destas refeições em ambiente doméstico. Esta mudança dos padrões de consumo, tanto em relação ao tipo de produtos, quanto à forma de consumo, é particularmente relevante na população-alvo deste estudo, contribuindo para esta tendência em 19% das refeições disponibilizadas.

No que concerne à tipologia de refeição denominada Mediterrânico – Terra, é notável que esta apresenta uma preferência significativamente superior em todas as UA's representando 57% das refeições disponibilizadas. Diante desta constatação, é importante refletir sobre o consumo excessivo carne, associado aos impactos adversos na saúde humana no ambiente. De acordo com Truninger (2020) é inegável que nos países mais desenvolvidos, Portugal incluído, existe uma necessidade premente de reduzir o consumo excessivo de carne, particularmente no que concerne às carnes vermelhas processadas, devido aos impactos adversos que estas têm na saúde humana e no ambiente. A ingestão desmedida de carne constitui um desafio que requer uma abordagem, com vista a acelerar a transição para modelos de consumo e produção alimentar que se revelem saudáveis, sustentáveis e inclusivos. Ainda, de acordo com João s.d, em Portugal, o consumo de carne, ovos e peixe é 4,4 vezes superior ao recomendado. Também no consumo de carne, o impacto em termos de consumo de água é 100 vezes superior àquele que é necessário para produzir leguminosas, além de implicar mais emissões de metano, um gás com efeito de estufa que agrava as alterações climáticas.

Em contrapartida ao elevado consumo da tipologia de refeição Mediterrânico - Terra a refeição da tipologia Mediterrânico - Mar, apresenta uma preferência relativamente baixa em todas as UA's, destacando-se que a comunidade acadêmica ESELx é aquela que apresenta uma preferência menos acentuada. Face à análise da Ata Portuguesa de Nutrição (2015), durante muitas décadas, a população em Portugal tem demonstrado um consumo de peixe substancialmente elevado em comparação com outros países europeus. No entanto, nos últimos anos, as análises das balanças alimentares têm revelado uma tendência decrescente na disponibilidade de peixe, o que possivelmente influenciará o seu consumo. Perante esta perspetiva, a amplitude de valores identificados para esta categoria aponta para uma preferência

reduzida por pratos Mediterrânico - Mar, o que pode sugerir uma diminuição na preferência por refeições com base em pescado.

O veganismo constitui uma filosofia de vida que tem como objetivo a eliminação de todas as formas de exploração animal, quer seja no âmbito da alimentação ou do vestuário, procurando, simultaneamente, promover alternativas que se revelem benéficas para os animais, as pessoas e o ambiente (Vieira 2022). No se refere à refeição da tipologia Mediterrânico – Veggie, que vai ao encontro da definição anteriormente referida, esta tipologia de refeição foi aquela que menos contribuiu percentualmente para esta análise. Obtendo 11% da preferência da comunidade acadêmica do IPL, esta ganha expressão nas preferências alimentares da comunidade acadêmica da ESTC. Estando esta comunidade inserida numa escola cuja a missão é a produção e difusão do conhecimento nas áreas do Teatro e do Cinema, em particular, e da Cultura e das Artes, esta constatação sugere que elementos diretamente ligados a atividades artísticas poderão ter maior preferência pelo veganismo. Sugere ainda que esta comunidade poderá estar mais sensível para aspetos relativos à causa animal, nomeadamente à produção de animais para a alimentação humana, a causas ambientais e de sustentabilidade, bem como a causas relacionadas com a saúde e bem-estar.

## 5-Conclusões

Esta análise revelou-se que os resultados obtidos refletem as preferências alimentares da comunidade acadêmica cada UO, podendo estes também podem estar correlacionados com fatores socioculturais, demográficos, ambientais e as crenças, os quais poderão ser específicos de cada elemento da comunidade acadêmica do IPL.

A análise detalhada destas tipologias de refeição, forneceu *insights* valiosos para uma compreensão mais profunda das escolhas alimentares dentro da comunidade acadêmica, permitindo-nos explorar os padrões alimentares e as preferências que moldam a alimentação dos estudantes e restante comunidade do IPL. Este estudo poderia ser base para estudos futuros que explorem a relação entre escolhas alimentares e fatores contextuais mais aprofundadamente

No que se refere aos indicadores de gestão, esta análise revelou-se como um indicador de relevância, particularmente no que concerne à mitigação do desperdício alimentar, torna-se possível minimizar a sobreprodução, e assim, reduzir o desperdício de alimentos.

Mais ainda, esta abordagem propicia a otimização dos recursos disponíveis, com o propósito de corresponder às expectativas da comunidade acadêmica. Através da adaptação da

oferta gastronómica de acordo com as preferências identificadas, a tipologia de utilizador e à procura vigente.

A análise constante destes dados ao longo do tempo viabiliza a identificação de padrões sazonais ou mutações nas preferências alimentares da comunidade académica. Com base nestes resultados, os procedimentos de produção podem ser ajustados de forma mais precisa, otimizando a utilização de ingredientes e recursos humanos.

Em síntese, esta abordagem contribui para uma gestão mais eficaz das UA's, permitindo um melhor atendimento às necessidades da comunidade académica, ao mesmo tempo que se reduz o desperdício alimentar e se promovem práticas alimentares mais sustentáveis.

## Bibliografia

1. Almeida, M. D. V. (2004). Nós comemos aquilo que somos - Uma abordagem aos determinantes do consumo alimentar. *Aliment Human*. [Internet] <https://pt.scribd.com/document/656696864/NosComemosAquiloqueSomos>;
2. Ata Portuguesa de Nutrição, nº 1 (2015). "Como estão os portugueses em termos de consumo de pescado?". 40p. [Online] <https://repositorio.ucp.pt/bitstream/10400.14/19841/1/Como%20est%C3%A3o%20os%20portugueses%20em%20termos%20de%20consumo%20de%20pescado.pdf>;
3. Firmino, A. (1996). Identidade e Tradição na Dieta Tradicional Portuguesa. *Revista da Faculdade de Ciências Sociais e Humanas*, nº 9. Lisboa: Edições Colibri. [Online] [https://run.unl.pt/bitstream/10362/6932/1/RFCSH9\\_367\\_376.pdf](https://run.unl.pt/bitstream/10362/6932/1/RFCSH9_367_376.pdf);
4. Goody, S. (1998). *Cozinha, culinária e classes*. Lisboa: Celta, 261p.
5. James, W. P. T., et al. (1990). *Alimentation et Santé – La Prévention des maladies d’origine alimentaire en Europe*. OMS, Public Régionales, Série Européenne, nº24, 161p;
6. Lopes, C., Oliveira, A., Santos, AC., Ramos, E., Gaio, AR., Severo, M., et al. (2006). *Consumo Alimentar no Porto*. Faculdade de Medicina da Universidade do Porto. [Online] <http://asset.youoncdn.com/ab296ab30c207ac641882479782c6c34/cb6b09752bce4a8253aea974a4547b95.pdf>;
7. João, M. (s.d.). Estamos a prejudicar a saúde com consumo excessivo de proteínas. Instituto Administração da Saúde. [Online] <https://iasaude.pt/index.php/informacao-documentacao/recortes-de-imprensa/1876-estamos-a-prejudicar-a-saude-com-consumo-excessivo-de-proteinas>;
8. Vieira, L. (2022). Entendendo o veganismo no contexto de transições para a sustentabilidade: uma investigação de atores e práticas organizacionais. [Online] <https://repositorio.ufscar.br/bitstream/handle/ufscar/17385/Disserta%c3%a7%c3%a3o%20Larissa%20Rochele%20Vieira.pdf?sequence=1&isAllowed=y>;
9. Rocha, P. (2009). Contributo histórico para os hábitos alimentares da população Portuguesa na década de 90. [Online] [https://repositorioaberto.up.pt/bitstream/10216/54618/3/127192\\_0914TCD14.pdf](https://repositorioaberto.up.pt/bitstream/10216/54618/3/127192_0914TCD14.pdf);
10. Rodrigues, S. S. P., Cardoso, S., Almeida, M. D. V. (s.d.). Hábitos alimentares: Conceitos e Práticas - Continuidade e mudança entre gerações. *Aliment Human*, 6(3), 153-164.
11. Relatório de atividades do Instituto Politécnico de Lisboa (2021). [Online] [https://www.ipl.pt/sites/default/files/informacao\\_gestao/r\\_atividades\\_ipl\\_2021.pdf](https://www.ipl.pt/sites/default/files/informacao_gestao/r_atividades_ipl_2021.pdf);

12. Serviços de Acção Social do Instituto Politécnico de Lisboa – SAS IPL (2023). [Online] <https://www.sas.ipl.pt/apresentacao;>
13. Serra-Majem, L. (2001). Food availability and consumption at national, household and individual levels: implications for food-based dietary guidelines development. *Public Health Nutr*, 4(2B), 673-676. [Online] [https://www.cambridge.org/core/journals/public-health-nutrition/article/food-availability-and-consumption-at-national-household-and-individual-levels-implications-for-foodbased-dietary-guidelines-development/FACFD612FDEEB4F80535E81097026D2D;](https://www.cambridge.org/core/journals/public-health-nutrition/article/food-availability-and-consumption-at-national-household-and-individual-levels-implications-for-foodbased-dietary-guidelines-development/FACFD612FDEEB4F80535E81097026D2D)
14. Silva, L. F. da, Viera, C., & Soares, B. (2000, abril). Práticas e Lógicas Quotidianas da Alimentação. IV Congresso Português de Sociologia. Sociedade Portuguesa: Passados Recentes, Futuros Próximos, Coimbra, Portugal. [Online] [https://aps.pt/pt/atas-iv-congresso/;](https://aps.pt/pt/atas-iv-congresso/)
15. Truninger, M. (2020). Pensar o Eco-bairro: ECO Bairros Associação, 43-44p. [Online] [https://pearlsproject.org/wpcontent/uploads/2022/07/3110e2\\_fb632608e76a48b1a65b8faa28b95eee-1.pdf;](https://pearlsproject.org/wpcontent/uploads/2022/07/3110e2_fb632608e76a48b1a65b8faa28b95eee-1.pdf)