

Neofobia alimentar em estudantes internacionais de origem lusófona do ensino superior

Pedrina Rocha¹, Vera Lebres², António Fernandes²
pedrinarocha7@hotmail.com, vferrolebres@ipb.pt, toze@ipb.pt

¹Instituto Politécnico de Bragança, Portugal

²CIMO, Instituto Politécnico de Bragança, Portugal

Resumo

A comunidade lusófona partilha a língua e cultura portuguesa, mas existe diferenças significativas ao nível dos hábitos alimentares, tipos de alimentos, confeções etc. Nos estudantes de origem lusófona a mobilidade internacional é cada vez mais comum, no entanto o contacto com outra cultura alimentar pode despertar neofobia alimentar, e limitar a prática de uma alimentação saudável. Foi objetivo estudar a neofobia alimentar nesta população e conhecer quais os cofatores. Realizou-se um estudo transversal, numa amostra não probabilística de 180 alunos internacionais de origem lusófona, matriculados no Instituto Politécnico de Bragança. Foi observada uma associação entre a neofobia alimentar e o continente de origem. Os lusófonos do continente africano revelaram ser mais neofóbicos do que os do continente americano. A neofobia diminuiu significativamente com a idade, o género feminino apresentou um maior score de neofobia alimentar. Os alunos da área da saúde foram significativamente mais neofóbicos. Não houve correlação significativa entre a neofobia e a auto-perceção da dieta. Quanto maior a neofobia, menor foi a frequência de consumo de peixe, snack salgados e bebidas alcoólicas. Verificou-se que os alunos com um rendimento maior obtiveram um maior score de neofobia. O estudo da neofobia alimentar é importante porque esta parece influenciar as preferências alimentares e a frequência de consumo de alguns grupos de alimentos, e consequentemente a qualidade da dieta. Compreender a complexidade da mudança no processo de aculturação e os seus efeitos sobre a alimentação é essencial para a promoção de hábitos alimentares saudáveis.

Palavras-Chave: transtornos fóbicos, estudantes lusófonos, educação superior, comportamento alimentar.