

O MERCADO DA CONFEITARIA FRENTE AO DESAFIO DE OFERECER PRODUTOS PARA PESSOAS COM RESTRIÇÕES ALIMENTARES OU QUE BUSCAM POR UMA ALIMENTAÇÃO MAIS SAUDÁVEL

Ana Luiza Jácome Aguiar **FURTADO** ¹

Isabelle Fernanda **GUEDES** ¹

Klênia Anjos **VIANNA** ²

¹ Estudante do Curso Superior de Tecnologia em Gastronomia – Faculdade Senac Minas Gerais (Belo Horizonte).

² Professor do Curso Superior de Tecnologia em Gastronomia – Faculdade Senac Minas Gerais (Belo Horizonte).

Palavras-chave: Confeitaria; Restrição alimentar; Sabor; Saudável.

INTRODUÇÃO

Atualmente, cresce o número de pessoas que buscam melhorar a alimentação, pois sabem que esta tem um papel decisivo na qualidade de vida. Segundo Quaresma (2018, p.10), “As escolhas feitas impactam diretamente na saúde, no bem-estar e no peso da pessoa.” A busca por hábitos saudáveis vem conquistando cada vez mais pessoas em todo o mundo.

Analisando essa crescente demanda, este trabalho tem o intuito de pesquisar as bases da boa alimentação, direcionando o olhar especialmente para a confeitaria, um mercado que pode se adequar e oferecer produtos mais saudáveis para seus clientes. “Para agradar o exigente consumidor atual, os confeitadores precisam ser inventivos e meticulosos, a fim de criar preparações inovadoras, saborosas e atraentes aos olhos” (COSTA, 2018, p. 7). Complementando Costa, os confeitadores devem também criar preparações mais saudáveis, nutritivas que possam ser atrativas e apreciadas pelo público em geral. Em Belo Horizonte são poucas as confeitarias que têm esse perfil.

Este trabalho busca conhecer como o mercado da confeitaria tem se comportado em relação aos consumidores de produtos saudáveis e aos consumidores que têm algum tipo de alergia ou intolerância alimentar, já que as restrições

alimentares e escolhas por uma alimentação mais equilibrada têm sido cada vez mais frequentes entre a população. Este estudo pretende estimular as confeitarias a se preparem para atender ao público que necessita de uma alimentação mais restritiva, livre de glúten e de lactose, por exemplo. Vale lembrar também do açúcar, que pode ser um vilão para a saúde, principalmente para quem tem diabetes.

METODOLOGIA

A metodologia utilizada foi a pesquisa exploratória, que tem como base a falta de conhecimento acumulado e sistematizado, pois ainda há poucos estudos sobre a relação entre confeitaria e alimentação saudável. A fim de levantar dados sobre essa questão, foi criado um questionário composto por perguntas objetivas. A amostra dessa pesquisa foi a probabilística por conglomerados, baseada em procedimentos estatísticos.

Quanto aos meios de investigação, foi utilizada a pesquisa bibliográfica para a fundamentação teórica deste trabalho. De acordo com Vergara (2016), a “pesquisa bibliográfica é o estudo sistematizado desenvolvido com base em material publicado em livros, revistas, jornais, redes eletrônicas, isto é, material acessível ao público em geral.”

RESULTADOS E DISCUSSÕES

De acordo com os números obtidos através de pesquisa realizada por formulário virtual, foi feito o tratamento estatístico dos dados e observou-se que boa parte das 160 pessoas, moradoras de Belo Horizonte, que responderam ao questionário, apresenta alguma restrição ou alergia alimentar. Destas, 20,6% apresentam intolerância à lactose; 4,4% ao glúten e 7,9% a outras substâncias alimentares. De acordo com Quaresma, (2018, p. 89) “os casos de alergia alimentar vêm aumentando muito nos últimos anos [...] Não se sabe exatamente qual é a real prevalência de alergia, mas estima-se que afete 4% da população mundial”.

Outra questão abordada pela pesquisa foi a preocupação das pessoas em fazer escolhas alimentares visando a saúde e o bem-estar. Uma parcela considerável dos entrevistados, 43,1%, declarou se preocupar, na maioria das vezes, com boas

escolhas alimentares e quando perguntados sobre às compras do mês, 61,9% responderam dar preferência aos produtos naturais. Sabe-se que uma alimentação variada e nutritiva é necessária para a manutenção da saúde. “Portanto, é preciso ficar atento à seleção de produtos e variá-la ao máximo dentro de um padrão saudável, já que nenhum alimento fornece todos os nutrientes necessários” (QUARESMA, 2018, p. 10).

A análise dos dados referentes às confeitarias apontou que a maior parte dos entrevistados, 55%, buscam por bolos e tortas nas confeitarias, a pesquisa também mostrou que mais de 80% dos entrevistados não conhecem confeitarias que oferecem opções desses produtos para pessoas com alguma restrição alimentar.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Seguir uma dieta não deve ser sinônimo de comer mal. As pessoas precisam se conscientizar disso e os profissionais da culinária se adaptar a isso. “É possível comer bem e ter refeições saborosas, apesar das restrições alimentares” (QUARESMA, 2018, p. 38). Na confeitaria, nem sempre é fácil fazer substituições de insumos e planejar refeições saborosas e pratos bem-apresentados sem deixar de lado os aspectos nutricionais e restritivos. Mas com criatividade e alguns truques culinários, o confeiteiro pode preparar bolos, tortas e doces que atendam essa parte da população, excluindo do preparo substâncias que possam desencadear reações adversas nas pessoas que têm restrições alimentares.

REFERÊNCIAS

BASÍLIO, Márcia Cristina; MARTINS, Beatriz Tenuta; SILVA, Marco Aurélio. **Nutrição aplicada e alimentação saudável**. 2. ed. São Paulo: Editora Senac São Paulo, 2017.

COSTA, Diego Rodrigues; FIORI, Flávio Colombini; VIANNA, Felipe Soave Viegas; REDOSCHI, Gisela; LAGE, Marcela Faria; COELHO, Samara Trevisan. **Manual prático de confeitaria Senac**. São Paulo: Editora Senac São Paulo, 2018.

QUARESMA, Laura Sampaio; LETHIAIS Harold. **Nutrição, dietética e boa cozinha: soluções criativas para restrições alimentares**. São Paulo: Editora Senac São Paulo, 2018.

VERGARA, Sylvia Constant. **Projetos e relatórios de pesquisa em administração.**
São Paulo: Editora Atlas, 1998.