



## Comida brasileira foi a opção preferida dos trabalhadores em 2020

*Comportamento pode estar associado à adoção do home office e à necessidade de busca por alternativas de alimentação em estabelecimentos de bairros residenciais*

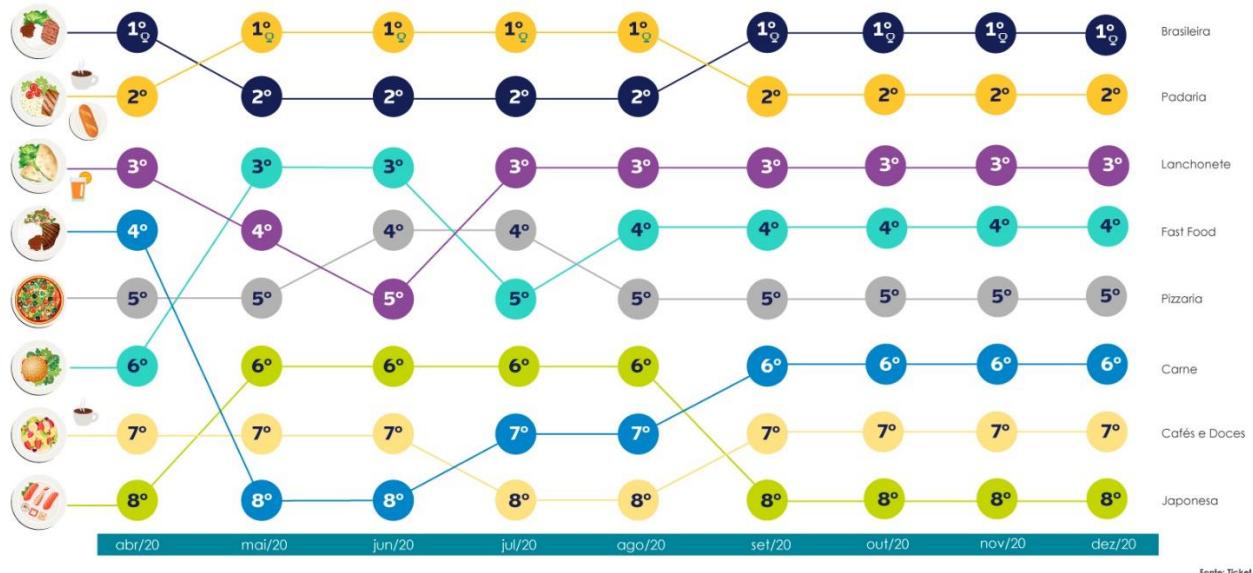
A Ticket, marca de benefícios de refeição e alimentação da Edenred Brasil, realizou um levantamento para verificar alterações no perfil de alimentação dos trabalhadores durante a pandemia.

O estudo, que registra as preferências dos 7 milhões de usuários de benefícios da Ticket, aponta a comida brasileira como a favorita dos trabalhadores desde o início da pandemia. Representada pelos restaurantes de comida popular, que oferecem pratos compostos por arroz, feijão, carne e salada - via buffet a quilo ou o famoso prato feito -, a iguaria esteve em primeiro lugar no ranking de preferência em cinco dos nove meses monitorados (abril a dezembro).

Entre os pratos favoritos do trabalhador brasileiro, estão ainda as comidas de lanchonetes e padarias - que incluem a venda de pratos feitos, buffet de comida por quilo e outros tipos de alimentos -, *fast-foods*, pizzas, carnes em geral, doces e culinária japonesa.

Ao longo do período, o principal movimento percebido foi o aumento do consumo em lanchonetes, que ocupavam a terceira posição em abril e fecharam o ano em segundo lugar, superando as opções de padarias (3<sup>a</sup> colocada em dezembro). Também chama a atenção que preparações à base de carnes tenham passado da quarta posição, em abril, para a sexta, em setembro, movimento que se consolidou até o encerramento do ano.

O infográfico abaixo mostra a movimentação das Top 8 culinárias preferidas dos trabalhadores no Brasil.



**Fonte:** Ticket

As movimentações refletem, principalmente, uma adaptação ao momento de isolamento social, com a adoção do home office e a necessidade de buscar alternativas de restaurantes localizados nos bairros residenciais.

“Chama a atenção que três dos oito tipos de culinária mais consumidos ao longo do ano foram opções de lanchonetes, *fast-foods* e pizzarias, o que indica uma maior necessidade de praticidade na rotina de alimentação do trabalhador. Nesse sentido, é muito importante alertar para os riscos que esse comportamento pode representar à saúde e orientar os profissionais sobre como manter uma rotina de alimentação equilibrada e saudável, mesmo durante o home office. A boa nutrição é um fator fundamental para a melhora de indicadores pessoais e coletivos de saúde e longevidade”, avalia Felipe Gomes, Diretor-Geral da Ticket, marca que incentiva práticas de alimentação saudável para seus clientes e divulga receitas e dicas na plataforma online [Ticket Fit](#).

A Ticket foi pioneira em incentivar as empresas a se cadastrarem no PAT (Programa de Alimentação do Trabalhador), que endossa os parâmetros nutricionais de proporções diárias de macronutrientes em 55 a 75% de carboidratos; 10% a 15% de proteínas e 15% a 30% de gordura total.



## Informações Ticket

**RPMA Comunicação**  
**Carina Eguia**  
**Kelly Queiroz**  
**[edenred@rpmacomunicacao.com.br](mailto:edenred@rpmacomunicacao.com.br)**

**RPMA Comunicação**  
**Tel.: 11 5501-4655 | 5102-4146**  
**[www.rpmacomunicacao.com.br](http://www.rpmacomunicacao.com.br)**



[ticket.com.br](http://ticket.com.br)