

Press release

São Paulo, março de 2026

Food Tracker Sodexo: consciência alimentar cresce entre trabalhadores brasileiros, que priorizam refeições mais saudáveis

Estudo revela que 78% dos profissionais associam ultraprocessados a riscos à saúde e detalha como cada geração define uma "alimentação saudável"

A relação dos brasileiros com a alimentação no ambiente de trabalho está mudando. Segundo a pesquisa global Food Experience Tracker, realizada pela Sodexo, os profissionais estão cada vez mais atentos ao que consomem, buscando um equilíbrio entre praticidade e saúde.

O estudo revela um dado relevante sobre o comportamento de consumo atual: 78% dos funcionários consideram alimentos ultraprocessados um risco à saúde, embora reconheçam sua praticidade no dia a dia. Globalmente, 71% compartilham a mesma percepção, reforçando a importância de escolhas mais equilibradas mesmo no ambiente corporativo.

Mais do que apenas evitar determinados produtos, o levantamento aponta o que o brasileiro valoriza. Para 47% dos respondentes, o conceito de alimentação saudável está diretamente ligado a produtos frescos, enquanto 33% associam a alimentos sustentáveis. Isso indica uma tendência clara: o consumidor moderno quer saber a origem do que come e o impacto que isso gera no planeta, desde a cadeia produtiva até o momento do consumo.

O papel das empresas na promoção do bem-estar

Para as organizações, esses dados representam uma oportunidade de cuidar melhor de suas equipes. Cinthia Lira, diretora de Marketing da Sodexo Brasil, destaca que a

alimentação corporativa deve acompanhar essa evolução na exigência dos colaboradores.

“*Precisamos sempre buscar entender – e atender – as necessidades de nossos consumidores ao longo de toda a jornada de trabalho. Nossa expertise global nos permite criar cardápios equilibrados, que priorizam ingredientes naturais e receitas que respeitam o valor nutricional, sem perder o sabor, contribuindo para a saúde e o bem-estar das pessoas. Nosso compromisso é oferecer refeições que não apenas nutrem, mas que também promovem uma alimentação mais consciente e saudável”, aponta a executiva.*

Diferentes gerações, diferentes prioridades

Outro ponto interessante da pesquisa é como a definição de “alimentação saudável” muda conforme a idade. Entender essas nuances ajuda a criar ambientes de trabalho mais inclusivos e atrativos.

Para os mais jovens (de 18 a 34 anos), alimentação saudável é sinônimo de ingredientes frescos e produtos sazonais (da época). Já para o público de 35 a 44 anos, o foco é preventivo, dando preferência por opções com baixo teor de sódio e sem aditivos, enquanto os profissionais de 45 a 54 anos valorizam pratos com "gostinho de comida caseira", na busca por conforto e tradição.

“*Dentro do ambiente de trabalho temos reunidas pessoas de diferentes idades e gerações, que possuem expectativas diferentes com relação a alimentação. Isso destaca a importância de oferecer uma ampla variedade de opções para atender às diversas necessidades de saúde e preferências alimentares. Temos visto que colaboradores demonstram maior disposição para deixar organizações que não adotam práticas sustentáveis, reforçando a importância de adotar ações que atendam tanto à saúde dos colaboradores quanto ao impacto ambiental”, reforça Cinthia.*

Diante desse cenário, a tendência é que os restaurantes corporativos ganhem maior relevância no dia a dia para atender a uma força de trabalho cada vez mais consciente da saúde, que busca alimentos frescos, locais, sazonais e com rótulos que tragam informações claras sobre a origem, os ingredientes e os benefícios nutricionais.

Sobre a pesquisa

A pesquisa global Food Experience Tracker, realizada pela Sodexo em seis países, oferece um panorama abrangente sobre o comportamento alimentar no ambiente corporativo. Ao todo, mais de 5 mil pessoas foram entrevistadas em diferentes partes do mundo, sendo que, no Brasil, mais de 800 funcionários participaram do estudo. Os países contemplados pela pesquisa foram Brasil, Chile, China, Estados Unidos, França e Reino Unido.

Sobre a Sodexo

Fundada em Marselha em 1966 por Pierre Bellon, a Sodexo é líder em Alimentação e Serviços, moldando melhores experiências diárias em todos os momentos da vida: trabalho, saúde, aprendizado e entretenimento. O Grupo se destaca por sua independência, participação acionária da família fundadora e seu modelo de negócios responsável. Com seus serviços, a Sodexo enfrenta todos os desafios do dia a dia com um objetivo duplo: melhorar a qualidade de vida de nossos colaboradores e das pessoas que servimos, e contribuir para o progresso econômico, social e ambiental nas comunidades onde atuamos. Para a Sodexo, crescimento e compromisso social caminham juntos. Nosso propósito é criar um dia a dia melhor para cada um, para construir uma vida melhor para todos. Globalmente, a Sodexo integra os índices CAC Next 20, Bloomberg France 40, CAC SBT 1.5, FTSE 4 Good e DJSI.

Principais números Globais – FY 25 (de setembro de 2024 a agosto de 2025)

- 24 bilhões euros em receitas consolidadas no Ano Fiscal 2025
- 426 mil colaboradores no mundo
- #2 maior empregadora francesa no mundo
- Atuação em 43 países
- 80 milhões de consumidores atendidos diariamente no mundo
- 8,3 bilhões de euros em capitalização de mercado (dado de outubro de 2025)

Principais números Brasil – FY 25 (de setembro de 2024 a agosto de 2025)

- Brasil está entre os cinco mercados mais importantes para a Sodexo (em ordem de faturamento: EUA, França, Reino Unido, Brasil e Índia)
- Mais de 46 mil colaboradores
- Serviços de Alimentação representaram 74% do faturamento, enquanto os serviços de Facilities representaram 26%
- Presença nacional: atuação em 25 estados mais o Distrito Federal
- Opera em mais de 2,8 mil sites em todo o País (unidades de Alimentação e Facilities).
- São mais de 1,6 mil unidades de Alimentação e 1,2 mil unidades de Facilities
- 1,5 milhão de consumidores atendidos todos os dias
- Aproximadamente 800 clientes.
- A Sodexo está no Brasil desde abril de 1978 (47 anos).

Contatos

Assessoria de Imprensa

Geyse Alencar
+55 (11) 99376-4616
geyse@tamer.com.br

Raoni Costa
+55 (11) 96626-1727
raoni.costa@tamer.com.br

Mariana Giordão
+55 (11) 97600-5946
mariana.giordao@tamer.com.br

Iris Martins
+55 (11) 99295-0495
iris.martins@tamer.com.br

