

FREQUÊNCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS NA COORTE DE NASCIMENTOS DE 1982 DE PELOTAS/RS

KAUANE FERREIRA MARQUES¹; RICELI RODEGHIERO OLIVEIRA²;
CAROLINE NICKEL AVILA³; JANAINA DOS SANTOS MOTTA⁴; BERNARDO
HORTA LESSA⁵

¹Universidade Federal de Pelotas – ferreirakauane025@gmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – rodeghieroriceli@gmail.com

³Universidade Federal de Pelotas – oi.caroline@hotmail.com

⁴Universidade Federal de Pelotas – jsantosepi@gmail.com

⁵Universidade Federal de Pelotas – blhorta@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

Alimentos ultraprocessados são formulações industriais produzidas majoritariamente de substâncias extraídas de alimentos (gorduras, óleos, açúcar, amido, proteína), e também contém aditivos, estabilizantes e conservantes. Os processamentos desses alimentos visam à durabilidade, acessibilidade, conveniência e o apelo de ser um alimento pronto para consumo (Brasil, 2014). Evidências de uma revisão sistemática e meta-análise mostraram a associação entre o consumo de alimentos ultraprocessados e o risco de obesidade e de diversas doenças crônicas, como hipertensão arterial e diabetes (LANE et al., 2020).

As políticas de nutrição focadas no combate a carência nutricional, como a PNAN (Política Nacional de Alimentação e Nutrição) e a VAN (Vigilância Alimentar e Nutricional), buscam facilitar o acesso à informação da importância da boa alimentação, incentivando o aumento de consumo de alimentos in natura e minimamente processados, e a diminuição do consumo de alimentos ultraprocessados (BRASIL, 2014). Apesar do investimento e promoção nas políticas de nutrição, a insegurança alimentar e nutricional, continua sendo um grande problema no país, principalmente a população que vive em vulnerabilidade social, que historicamente é a mais afetada com a restrição de alimentação adequada nas instabilidades políticas e econômicas (NETO et al., 2023).

Diante disso, o objetivo deste estudo foi descrever a frequência de consumo de alimentos ultraprocessados segundo fatores sociodemográficos entre os participantes da Coorte de Nascimentos de 1982 de Pelotas, RS.

2. METODOLOGIA

A Coorte de Nascimentos é um estudo longitudinal de todos os nascidos vivos de Pelotas, em 1982. Os 5914 nascidos cujas mães residiam na zona urbana da cidade e no Jardim América foram elegíveis para participar do estudo.

O desfecho do presente estudo, o consumo de alimentos ultraprocessados foi avaliado no acompanhamento dos 40 anos, no questionário realizado de agosto de 2022 à agosto de 2023 de forma online. Constituído de uma lista de alimentos precedida pela seguinte frase: “Agora vamos listar alguns alimentos e gostaria que você me dissesse se comeu algum deles ontem (desde quando acordou até quando foi dormir)”, o participante tinha as opções de resposta não ou sim.

Nesta lista de alimentos tinham 21 subgrupos de alimentos ultraprocessados, sendo eles: “refrigerante tradicional; refrigerante diet, light ou zero; suco de fruta em caixa, caixinha ou lata; refresco em pó; bebida

achocolatada; iogurte com sabor; salgadinho de pacote(ou chips), batata palha, ou biscoito/bolacha salgado; biscoito/bolacha doce com ou sem recheio; bolinho pacote; barra cereal; sorvete, picolé, flan ou outra sobremesa industrializada; chocolate em barra ou bombom; cereal matinal açucarado; salsicha, hambúrguer e nuggets; embutidos (presunto, salame ou mortadela); pão de forma, cachorro quente ou hambúrguer; maionese, ketchup ou mostarda; margarina; batata frita congelada ou fast food; molho pronto para salada; alimentos prontos (macarrão instantâneo, sopa de pacote, pizza congelada, lasanha congelada ou outro prato pronto comprado congelado).

As variáveis avaliadas foram: sexo (masculino/feminino), cor da pele (branca, preta e parda/amarela/indígena), renda individual (quintis) e escolaridade (menor que 4; 5-8; 9-11 e 12 ou mais anos de estudo).

Inicialmente, foram descritas as frequências de consumo de alimentos ultraprocessados, e caracterizadas segundo fatores sociodemográficos pelo teste qui-quadrado. Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética da Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Pelotas (UFPEL), sob o protocolo número 58079722.80000.5317.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram avaliados 3074 participantes, sendo 54,4% do sexo feminino, 73,2% com cor da pele branca, 35,9% tinham 12 ou mais anos de estudo e 23,7% estavam no segundo quintil de renda. A Tabela 1 mostra a frequência de consumo de alimentos ultraprocessados, foram observadas maiores frequências de consumo de pão de forma, cachorro quente ou hambúrguer (60,0%), margarina (57,6%) e embutidos (55,8%). Os achados do presente estudo estão em consonância com estudos que utilizaram dados de pesquisas no âmbito nacional, como observado pela Pesquisa de Orçamentos Familiares (IBGE, 2020) e estudo com dados do VIGITEL (COSTA et al., 2021) que mostraram que os alimentos ultraprocessados com maior frequência de consumo foram: margarina, biscoitos, pães, embutidos, sobremesas industrializadas e refrigerantes.

No presente estudo, os participantes do sexo masculino tiveram maior consumo de todos os subgrupos de alimentos ultraprocessados, exceto o subgrupo da margarina que não apresentou diferença significativa de consumo entre os sexos. Em relação a cor da pele, entre os participantes da cor da pele preta foram observados a maior frequência de consumo dos subgrupos: margarina (71,3%), refrigerante tradicional (59,6%), refrescos em pó (56,4%), salgadinhos (51,8%), e batata frita (35,8%). Entre aqueles de cor da pele parda/amarela/indígena a maior frequência de maionese (57,8%) e bolacha doce (51,8%) foram observadas.

Quanto à escolaridade, aqueles com 4 ou menos anos de estudo apresentaram maior frequência dos subgrupos: margarina (79,2%), maionese (58%), refresco (59,9%), bolacha doce (59,9%), salgadinhos (55,7%), alimentos prontos (38,4%) e batata frita (38,1%). Os participantes com escolaridade entre 9 a 11 anos de estudo tiveram maior consumo de refrigerante tradicional (55,5%). Entre aqueles participantes do quintil mais pobre foi observada maior consumo de margarina (73,0%), maionese (58,3%), refrigerante tradicional (55,6%), bolacha doce (52,0%), refresco em pó (51,9%), salgadinho (51,6%), batata frita (35,7%) e alimentos prontos (33,0%).

Diferentemente dos nossos achados, um estudo realizado por Bielemann (2015) com dados desta mesma Coorte no acompanhamento de 2004-2005,

quando os participantes tinham 23 anos, encontrou maior consumo de ultraprocessados entre participantes do sexo feminino, que nunca foram pobres e com maior escolaridade.

Um estudo sobre a evolução do consumo de ultraprocessados com dados da POF entre 2008 e 2017-2018 mostraram que o consumo de alimentos ultraprocessados foi maior entre os indivíduos de sexo feminino, cor de pele branca, maior escolaridade e maior renda. Entretanto, foi observado um aumento médio de 5,5% no consumo de ultraprocessados no período de dez anos entre as pesquisas, sendo que este aumento foi marcante entre os homens, negros, com menor escolaridade e mais pobres, o que corrobora com os achados do presente estudo. (LOUZADA et al., 2023).

Tabela 1. Frequência de consumo no dia anterior de alimentos ultraprocessados. Corte de Nascimentos de Pelotas, 1982. Pelotas, RS, 2023.

Alimentos	%
Pão de forma, de cachorro-quente ou de hambúrguer	60,5
Margarina	57,8
Presunto, salame ou mortadela	55,8
Maionese, ketchup ou mostarda	52,6
Chocolate em barra ou bombom	49,3
Refrigerante tradicional	47,8
Biscoito/bolacha doce com ou sem recheio	46,4
Salgadinho de pacote (ou chips), batata palha ou biscoito/bolacha salgado	43,9
Refresco em pó	36,0
Sorvete, picolé, flan ou outra sobremesa industrializada	33,4
Batata frita congelada ou de fast food	30,3
Salsicha, hambúrguer e nuggets	29,3
Iogurte com sabor	29,2
Macarrão instantâneo, sopa de pacote, pizza congelada, lasanha congelada ou outro prato pronto comprado congelado	25,4
Bebida achocolatada	17,8
Suco de fruta em caixa, caixinha ou lata	17,1
Refrigerante light, diet ou zero	16,6
Molho pronto para salada	15,8
Barra de cereal	12,1
Bolinho de pacote	11,8
Cereal matinal açucarado	6,4

Alimentos ultraprocessados apresentam alta densidade calórica, associada a grande quantidade de açúcar e gordura, junto a baixa quantidade de proteínas, fibras e vitaminas. O consumo de alimentos ultraprocessados está relacionado com indicadores de obesidade, como o aumento da circunferência da cintura, gordura corporal, pressão arterial, fatores relacionados ao desenvolvimento de doenças crônicas (LOUZADA, et al., 2021).

O crescimento de consumo de ultraprocessados nos grupos de vulnerabilidade social é preocupante e pode estar relacionado a fatores históricos,

sociais, políticos e econômicos, como a política de acesso aos alimentos in natura e minimamente processados, o avanço da presença de ultraprocessados nos supermercados e a acessibilidade do valor da cesta básica, principalmente considerando o atual quadro da política de alimentação após o período de instabilidade econômica em virtude da pandemia do COVID-19, que resultou no aumento da insegurança alimentar no país (NETO et al., 2023).

4. CONCLUSÕES

Neste estudo foi observado que o consumo de ultraprocessados aos 40 anos dos participantes da Corte de Nascimentos de 1982 de Pelotas/RS é elevado, tendo como principais alimentos consumidos os pães, margarina e embutidos. Os fatores sociodemográficos associados ao maior consumo foram sexo masculino, cor de pele preta, menor escolaridade e menor renda. Estes resultados demonstram um problema de saúde pública, principalmente pelo aumento de risco à saúde nos grupos de maior vulnerabilidade social. Esses achados reforçam a necessidade do aprimoramento de políticas públicas que reduzam o consumo desses alimentos, sobretudo nas populações menos favorecidas sócio-economicamente.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BIELEMANN, Renata M et al. Consumption of ultra-processed foods and their impact on the diet of young adults. **Revista de Saúde Pública**. v. 49, n.0, 2015;
- BRASIL, Ministério da saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica**. – 2. ed., 1. Brasília : Ministério da Saúde, 2014;
- BRASIL, Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política Nacional de Alimentação e Nutrição**. Brasília: Ministério da Saúde, 2013;
- COSTA CS et al. Consumo de alimentos ultraprocessados e associação com fatores sociodemográficos na população adulta das 27 capitais brasileiras(2019). **Rev. Saúde Pública**, v. 55, p.9, 2021.
- IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Pesquisa de Orçamentos Familiares 2017 -2018 - POF**. Rio de Janeiro, 2020;
- LANE, MM et al. Ultraprocessed food and chronic noncommunicable diseases: A systematic review and meta-analysis of 43 observational studies. **Obesity Reviews**, v. 22, n.3, 2020.
- LOUZADA, MLC. et al. Impacto do consumo de alimentos ultraprocessados na saúde de crianças, adolescentes e adultos: revisão de escopo. **Cadernos de Saúde Pública**. v. 37, n. suppl 1, 2021;
- LOUZADA MLC, et al. Consumo de alimentos ultraprocessados no Brasil: distribuição e evolução temporal 2008–2018. **Rev Saúde Pública**. v.57, p.12, 2023;
- SILVA NETO LGR et al. Avaliação da insegurança alimentar no contexto da COVID-19: associação com o auxílio emergencial e recebimento de doação de alimentos na população em vulnerabilidade social de uma capital do Nordeste do Brasil. **Ciência coletiva**. v.28, n.3, p.721–730, 2023;