

INSEGURANÇA ALIMENTAR E SAÚDE MENTAL: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

LETÍCIA BORBA DE SOUZA¹; LETICIA BRIÃO²; KARLA PEREIRA MACHADO³;
CAMILA IRIGONHÉ RAMOS⁴

Universidade Federal de Pelotas – leticiaborbadesouza07@gmail.com

Universidade Federal de Pelotas – Leticiacaseira76@gmail.com

Universidade Federal de Pelotas – karlamachadok@gmail.com

Universidade Federal de Pelotas – mila85@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

Segundo a Lei Orgânica de Segurança Alimentar e Nutricional (LOSAN), a segurança alimentar e nutricional refere-se à garantia do direito de todos ao acesso regular e permanente a alimentos de qualidade, em quantidade suficiente, sem comprometer o acesso a outras necessidades essenciais. Esse direito deve ser assegurado por meio de práticas alimentares que promovam a saúde, respeitem a diversidade cultural e sejam ambientalmente, culturais, econômicas e socialmente sustentáveis (BRASIL, 2006). A insegurança alimentar e nutricional (INSAN), por sua vez, caracteriza-se pela falta de acesso a uma alimentação adequada. O Brasil está entre os países com maior desigualdade na distribuição de renda, o que agrava essa situação. A pobreza, associada à vulnerabilidade social, dificulta o acesso a alimentos seguros e nutritivos, contribuindo para a elevada prevalência de INSAN no país (Bezerra et al., 2020). Para mensurar essa condição, tem se utilizado a Escala Brasileira de Medida Domiciliar de Insegurança Alimentar (Ebia), que classifica os domicílios em quatro níveis: Segurança Alimentar, Insegurança Alimentar Leve, Moderada e Grave (Brasil, 2023).

Nesse contexto de vulnerabilidade, os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) desempenham um papel central na organização da assistência em saúde mental no Brasil, oferecendo cuidados integrais a pessoas com transtornos mentais e usuários de álcool e outras drogas. Os CAPS variam em porte, abrangência populacional, horário de funcionamento, número de profissionais e capacidade de atendimento, conforme as demandas locais (Trevisan e Castro, 2017). Pesquisas indicam que fatores como baixa escolaridade, renda limitada, desemprego e vulnerabilidade social, associados ao INSAN, são determinantes na saúde mental dos usuários do CAPS (Demarco et al., 2017; Campos et al., 2021; Silva et al., 2021). Além disso, a inadequação alimentar pode intensificar o estresse e a ansiedade, agravando os transtornos mentais (Ejiohuo et al., 202).

Diante do exposto, o presente estudo tem como objetivo analisar a relação entre (in)segurança alimentar e saúde mental, mais especificamente entre usuários dos Centros de Atenção Psicossociais, identificando possíveis interações.

2. METODOLOGIA

Essa revisão sistemática da literatura ocorreu no período de março a setembro de 2024, e faz parte da pesquisa intitulada: Saúde mental, saúde coletiva e território: uma temática em rede, aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Medicina/UFPEL sob parecer nº 6.857.020. Tal ação

compõe o projeto unificado Territórios de/em ação: aprendendo e desenvolvendo saúde na/pela rede de atenção psicossocial. Para elaboração da revisão sistemática seguiu-se os passos: primeiro, formulou-se a questão de pesquisa: “Qual a relação entre (in) segurança alimentar e nutricional e os sintomas de transtornos mentais de usuários de Centros de Atenção Psicossocial ?” Após, estabeleceu-se os critérios de exclusão artigos que incluíam apenas populações de adolescentes ou crianças, uma vez que o foco da pesquisa é em adultos; estudos que não abordavam centros de atenção psicossocial, limitando-se a discutir Unidades Básicas de Saúde (UBS), clínicas ou hospitais; que tratavam de saúde mental sem estabelecer uma correlação com a insegurança alimentar ou que não apresentavam qualquer relação com a saúde mental, mesmo que mencionasse a insegurança alimentar. Por fim, os resultados foram organizados de forma sistemática, permitindo uma análise crítica e comparativa das evidências, destacando as implicações práticas dos achados e sua aplicabilidade em diferentes contextos (Donato e Donato, 2019).

Elegeu-se os descritores saúde mental e segurança alimentar, e realizou-se a uma busca no portal da Biblioteca Virtual em Saúde/ BVS, utilizando-se o booleano “and” entre os descritores, nos títulos, resumos e assunto. Essa busca resultou em 716 artigos. Após, aplicou-se os filtros: idioma (português, espanhol e inglês); tempo de publicação (últimos dez anos) e assunto principal (saúde mental, segurança alimentar, depressão, pobreza, renda, transtornos mentais, angústia psicológica) e foram removidos artigos duplicados totalizando 56 artigos. Realizou-se a leitura do título e resumo destes estudos, excluindo-se 49 artigos que não preencheram os critérios de inclusão. Após a leitura na íntegra, foram selecionados sete artigos. Inclui-se nesse total, três artigos que estavam nas referências dos artigos provenientes da revisão e preenchiam os critérios de estar relacionado a INSAN, ou população alvo adultos com transtornos mentais, finalizando dez artigos para serem analisados e discutidos.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Com relação ao perfil dos artigos encontrados, a maioria foi publicada em 2024 (três), seguido do ano de 2023 (dois) e os outros variaram de 2017 a 2022. A maioria dos estudos (nove) foram provenientes de método quantitativo, de delineamento transversal, sendo apenas um do tipo coorte. Após a análise dos dez artigos, sete apontaram como tema principal que a INSAN piora os sintomas dos transtornos mentais como ansiedade, depressão e estresse por não haver acesso de qualidade e/ou quantidade dos alimentos (Barbosa, 2017; Garcia, 2023; Jensen, et al., 2023; Ejiohuo, et al., 2024; Liebe, et al., 2024; Onyeaka, et al., 2024; Sousa, et al., 2024). Oito artigos mostram efeito dose-resposta, quanto mais grave é a INSAN pior são os sintomas dos transtornos mentais (Barbosa, 2017; Davison, et al., 2017; Sousa, et al., 2019; Garcia, 2023; Jensen, et al., 2023; Liebe, et al., 2024; Onyeaka, et al., 2024; Ejiohuo, et al., 2024).

O estudo de Sousa *et al.*, (2019) revelou que 59,3% das famílias com algum grau de insegurança alimentar e nutricional (INSAN) apresentaram diagnóstico positivo para transtornos mentais comuns, resultado que é corroborado por outras pesquisas que identificaram que os casos de INSAN estavam associados ao aumento de sintomas como depressão e estresse (Barbosa, 2017; Garcia, 2023; Onyeaka *et al.*, 2024; Liebe, et al., 2024). Além disso, segundo Jensen et al., (2023) os níveis mais baixos de insegurança

alimentar estavam relacionados com piores condições de saúde mental, porém uma melhora nos sintomas de transtornos mentais poderia reduzir a taxa de insegurança alimentar em pelo menos 15%. A literatura indica que 87% de famílias de baixa renda, ou chefiadas por pessoas analfabetas, enfrentam insegurança alimentar (Morais et al., 2014). E que ainda, a prevalência do INSAN é particularmente alta nas regiões Norte e Nordeste, áreas marcadas por maior vulnerabilidade social (Bezerra, et al., 2020). Além disso, fatores como desemprego e baixa escolaridade são os principais determinantes da insegurança alimentar moderada ou grave. Nesse sentido, a exposição ao INSAN não fere apenas os direitos humanos, pois também está associada a um aumento nos sintomas depressivos (Santos et al., 2018; Guerra, et al., 2022). Ejiohou et al., (2024) destaca que houve um crescimento de 20% nos índices de insegurança alimentar entre 2021 e 2022 (período pandêmico), o que agrava ainda mais a situação de vulnerabilidade dessas pessoas.

A relação entre a INSAN e o desenvolvimento de sintomas de transtornos mentais também está fortemente ligada ao acesso inadequado a alimentos em termos de qualidade e quantidade (Davison et al., 2017; Lyra et al., 2020). Corroborando com esses dados, Moraes et al., (2014) relatam que 49% das mulheres que estão em situação de ISAN têm obesidade e vivenciam menor consumo de carnes, leites, frutas e verduras em contrapartida elevado consumo de ultraprocessados como refrigerantes e alimentos com alto teor de açúcar e/ou gorduras. Portanto, é fundamental a implementação de políticas públicas que garantam não apenas o acesso contínuo e adequado a alimentos de qualidade, mas também um suporte eficaz à saúde mental.

4. CONCLUSÕES

O presente estudo apresentou pesquisas que evidenciaram a relação entre o INSAN e a saúde mental. Tal relação é maior em populações vulneráveis, e houve identificação do efeito dose-resposta entre a INSAN e a piora dos sintomas de transtorno mental. Esses achados reforçam a necessidade de políticas públicas integradas que garantam tanto o acesso a alimentos de qualidade quanto suporte adequado à saúde mental, visando minimizar esses impactos e promover o bem-estar social.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BRASIL. Lei nº 11.346, de 15 de setembro de 2006. Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, p. 1, 18 set. 2006. Disponível em: <https://legis.senado.leg.br/norma/572131> Acesso em: 13 de set. 2024.
- LYRA, C. de O.; BEZERRA, M. S.; JACOB, M. C. M.; FERREIRA, M. A. F.; VALE, D.; MIRABAL, I. R. B. Insegurança alimentar e nutricional no Brasil e sua correlação com indicadores de vulnerabilidade. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, n. 10, p. 3588-3600, out. 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-812320202510.35882018>. Acesso em: 13 de set. 2024.
- EJIOHUO, O.; ONYEAKA, H.; UNEGBU, K. C.; CHIKEZIE, O. G.; ODEYEMI, O. A.; LAWAL, A.; ODEYEMI, O. A. Nourishing the Mind: How Food Security Influences Mental Wellbeing. **Nutrients**, v. 16, p. 501, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.3390/nu16040501>. Acesso em: 14 set. 2024.
- TREVISAN, E. R.; CASTRO, S. de S. Perfil dos usuários dos centros de atenção psicossocial: uma revisão integrativa. **Revista Baiana de Saúde Pública**, v. 41, n. 4, p. 994-1012, out./dez. 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.22278/2318-2660.2017>. Acesso em: 14 set. 2024.

CAMPO, Ioneide de Oliveira; CRUZ, Daniel Marinho Cezar da; MAGALHÃES, Yasmim Bezerra; RODRIGUES, Daniela da Silva. Escolaridade, trabalho, renda e saúde mental: um estudo retrospectivo e de associação com usuários de um Centro de Atenção Psicossocial. **Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 31, n. 3, e310319, 2021. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S0103-73312021310319>. Acesso em 16 de set. 2024.

DEMARCO, D. A.; JARDIM, V. M. R.; KANTORSKI, L. P. Profile of the family of Psychosocial Care Center users: distribution by type of service. **Revista Fundamental Care Online**, v. 9, n. 3, p. 732-737, jul./set. 2017.

Disponível em: <http://dx.doi.org/10.9789/2175-5361.2017.v9i3.732-737>. Acesso em: 18 de set. de 2024.

SILVA, B. K. M.; AGUIAR, A. S. C.; ALMEIDA, P. C.; ROSCOCHE, K. G. C.; REIS, P. A. M.; MARTINS, W. A.; MOREIRA, J. C.; OLIVEIRA, H. S. Análise do perfil de usuários atendidos em um centro de atenção psicossocial álcool e outras drogas. **Brazilian Journal of Health Review**, Curitiba, v. 4, n. 4, p. 16100-16114, jul./ago. 2021. DOI: 10.34119/bjhrv4n4-134. Acesso em: 18 de set. de 2024

DONATO, Helena; DONATO, Mariana. Etapas na condução de uma revisão sistemática. **Acta Médica Portuguesa**, v. 32, n. 3, p. 227-235, mar. 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.20344/amp.11923>. Acesso em: 20 set. 2024.

SOUSA, S Q; LÔBO, I K V; CARVALHO, A T; VIANNA, R P T. Associação de transtornos mentais comuns e insegurança alimentar entre mães com filhos menores de um ano de idade. **Ciência e saúde coletiva**, v.24 n.5, 1934,2019.

GARCIA, J M. **Segurança alimentar e sua associação com sintomas de depressão, ansiedade e estresse 2024** Dissertação (Mestrado em Nutrição de Saúde Pública)- Curso de Pós-Graduação em Nutrição em Saúde Pública, Universidade de São Paulo.

BARBOSA, L M. **Saúde mental de mulheres segundo a condição de (in)segurança alimentar: estudo de base populacional do estado de alagoas** 2017. Dissertação (Mestrado em Nutrição Humana)- Curso de Pós-Graduação em Nutrição Humana, Universidade Federal de Alagoas.

SANTOS, T G; SILVEIRA, J A C; SILVA, G L; RAMIRES, E K N M; MENEZES, R C E. Tendência e fatores associados à insegurança alimentar no Brasil: *Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios* 2004, 2009 e 2013. **Caderno de Saúde Pública** 2018 v.34 n.4,p.00066917,2017.

MORAIS, D C; DUTRA, L V; FRANCESCHINI, S C C; PRIORE, S E. Insegurança alimentar e indicadores antropométricos, dietéticos e sociais em estudos brasileiros: uma revisão sistemática. **Ciências e saúde coletiva**, v.19 n.5, p.1475-1488,2014.

LIEBE, R A; HOLMES, C; MISYAK, S A. Differing Within-Household Food Security Statuses Are Associated with Varied Maternal Mental Health Outcomes.**Revista Nutrients**, v.16 n.10 p.1522, 2024

DAVISON, K M; GONDARA, L; KAPLAN, B J.Food Insecurity, Poor Diet Quality, and Suboptimal Intakes of Folate and Iron Are Independently Associated with Perceived Mental Health in Canadian Adults.**Revista Nutrients**,v.9 n.3 p.274, 2017

JENSEN, H H; KREINDER, B E; PEPPER, J V; ZHÝLYEVSKYY O; GRENDER, K A.Causal effects of mental health on food security.**Revista de Economia da Saúde**,v.92 102804,2023.ONYEAKA, H; EJIOHUO, O; TAIWO, O R; NNAJI, N D; ODEYME, O A; KERU, D; NAWAIWU, O; ODEYEMI, O.The intersection of food security and mental Health in the pursuit of sustainable development goals.**Revista nutrients**, v.16 n.13 p2036,2024.

GUERRA, L D S.ComiDHAA de verdade para todos: desafios para a efetivação do direito humano à alimentação adequada no cenário de crises no Brasil.

São Paulo, **Revista Saúde e Sociedade**, v.31, n.2 e210370pt, 2022

BEZERRA, M S; JACOB, M C M; FERREIRA, M A F; VALE, D; MIRABAL, I R Barbosa; L, C O.Insegurança alimentar e nutricional e sua correlação com indicadores de vulnerabilidade.**Revista Ciência e Saúde**,v.25 n.10 p.3833-38,46,2020.